****

**PLAN MOT MOBBING OG UAKSEPTABEL ATFERD.**

Gossen Idrettslag legger ”Idrettens barnerettigheter/Bestemmelser om barneidrett” og ”Retningslinjene for ungdomsidrett 13-25 år” vedtatt av NIF til grunn for sitt arbeid.   
Vi følger også de regler og retningslinjer som særforbundene vi er tilknyttet har.

**Et av målene til idrettslaget er å være et inkluderende sosialt miljø for alle i GIL.**   
*Sosiale forhold og holdningsskapende arbeid er viktig. Vi skal ta vare på hver enkelt som ønsker å tilhøre Gossen Idrettslag. Gossen IL skal arbeide målrettet for å skape et allsidig og attraktivt tilbud samt være et inkluderende sosialt miljø for barn, ungdom og voksne som ønsker å drive idrett og for alle som engasjerer seg i arbeidet for GIL. Trenere og lagledere er rollemodeller for barna og skal gjennom holdninger og kommunikasjon vise respekt for egne spillere, motspillere, foreldre og dommere.* (jfr. Sportsplan)

Klubbens verdigrunnlag, Fair play og Lokalsamfunn med MOT danner grunnlag for trygge rammer i klubbens aktivitet. **Det er nulltoleranse mot mobbing i Gossen idrettslag.**   
**Alle spillere skal bli sett, og få positive tilbakemeldinger!**

**Hva er mobbing:**   
Mobbing er definert som *gjentatte negative handlinger fra en eller flere rettet mot en annen.*Mobbing kan skje på flere måter:  
Fysisk: f.eks. slå, sparke, lugge, spytte, dytte, ødelegge eiendeler til den som blir mobbet.  
Verbalt: f.eks. Si nedlatende eller krenkende ting om en person. Trusler, usanne rykter, krenkende ord.  
Psykisk: f.eks. ryktespredning, manipulering og utestenging.  
Via sosiale medier: F.eks. krenkende eller truende meldinger eller kommentarer på nettet.

**Faresignaler/kjennetegn på mobbing**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Dan Ulweus** | **Erling Roland** | **Andre kjennetegn** |
| * Vondt i magen/hodepine * Vil bare være inne og vegrer seg for å gå ut * Kommer hjem med ødelagt klær eller bøker * Skoleprestasjonene og idrettsprestasjoner blir dårligere * Går omveier for å unngå bestemte personer | * Humørsvingninger/tyr ofte til tårer * Ensomhet * Dårlig konsentrasjon * Få venner/søker yngre venner * Engstelig | * Økende fravær på skolen og/eller treningen * Ofte deprimert * Isolert * Kontaktsøkende mot voksne * Endring i atferd |

**FOREBYGGENDE ARBEID:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **HVA** | **HVEM HAR ANSVAR** | **NÅR** |
| **Alle lag skal lage seg regler** for hvordan de skal være mot hverandre for å fremme et trygt og støttende sosialt miljø. | Trener  Spillere  Trenerveileder | Fra første trening. Foreldre informeres om dette. |
| Planlegge og ha god struktur på **treningsøkten** | Trener  Trenerveileder | Fra første trening |
| **Fair play**  Fair play- skole  Fair play - kontrakt | Trener  Spillere  Foreldre | Fra første trening praktiseres fair play. I overgangen til ungdomsfotball/håndball kan spillerne gjennomføre fair play skolen (fotball) og fair play programmet (håndball) Ungdommene våre skal skrive under på en fair play - kontrakt. |
| **Trenerrollen – En positiv rollemodell !**   * Rollebeskrivelse i GIL * Sportsplan til GIL * Trenervett i fotballen og håndballen | Trener  Trenerveileder  Klubben | Ved oppstart som trener skal alle sette seg inn i dette |
| **Foreldrevettregler** i fotballen og håndballen | Trener  Lagleder  Klubben | Informasjon på første foreldremøte + til oppslag på anlegget /utdeling foreldre. Informere om mobbeplan på foreldremøte. |
| **Minst 2 trenere** (eventuelt 1 forelder/lagleder) på feltet. En bør møte opp 10-15 min før trening starter. | Trener Lagleder  Foreldre | Fra første trening |
| Bygg **tillit, inkludere og skape trygg relasjon** til de med vanskelig/ utfordrende atferd. Føle seg ønsket, men samtidig være klar på regler. Gi de jevnt og trutt en kort prat med ros og oppfølging av avtaler. | Trener | Hver uke |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **HVA** | **HVEM ANSVAR** | **NÅR** |
| **Tydelig trenerrolle** med bakgrunn i fair play og laget sine regler for samhandling | Trener | Hver trening og kamp  Barn og ungdom |
| **Nulltoleranse** for mobbing og uakseptabel atferd. Grip inn med en gang. Snakk med den som blir plaget for å få informasjon og gi støtte, og gi spillerne tydelig beskjed om at mobbing ikke er akseptert, og kan få konsekvenser. | Trener  Lagleder  Foreldre | Alltid  Oppfølging av den som blir mobbet avtales i de enkelte tilfeller ved behov.  Barn og ungdom |
| **Gjør avtaler** (prat under 4 øyne) med spillere som har gjentatt uakseptabel atferd eller mobber andre.  Bli enig om hvordan du kan hjelpe han/ henne til å huske, og få dette til. Blikk-kontakt, raske påminninger o.l.  **Viktig : Gi ros på mestring og god oppførsel !** | Trener | Når atferd ikkje er i tråd med fair play, lagregler, og ved mobbing.  Barn og ungdom |
| Ved **gjentatte hendelser** gis en **advarsel, før konsekvens i trening/ kamp** (f.eks. tas ut, må sette seg på benken). Følg opp med en prat om det som skjedde og konsekvenser som kan komme. Gjør avtale om forventet oppførsel. Følg opp til det opphører.  Bli enig med spilleren om hvordan du kan hjelpe han/ henne til å huske, og få dette til.  **Samtale med foreldre**; om hendelse, videre avtale, konsekvenser, og saksgang dersom dette ikke opphører. | Trener  Spiller  Foreldre | Når det skjer, og oppfølgingsperiode  Barn og ungdom |
| Dersom spiller etter å ha fått advarsler, oppfølging og **blitt tatt ut av flere treninger/kamper, fortsetter på samme måte, kan trener velge å sende spiller hjem fra trening.**  Spiller skjermes så mye som mulig når det skjer.  Spiller blir fulgt ut (helst av trener), og får en prat hvorfor han/ hun blir sendt hjem, og hva som forventes på neste trening.  Viktig at trener viser spiller at han/hun har troen på at dette skal vi få til.  Foreldre blir ringt,  og helst henter i barneidrett.  Foreldre blir informert om hendelse og videre avtale, og saksgang dersom dette gjentar seg. | Trener  Spiller  Foreldre | Når en spiller fortsetter å utøve uakseptabel atferd eller mobber andre på trening/ i kamp etter advarsel og konsekvenser er gitt gjentatte ganger,  og andre spillere på laget opplever utrygghet og mistrivsel pga. dette.  Barn og ungdom |
| **Involvering av foreldre**; De skal ta en prat med spiller hjemme og være tydelig på forventninger, og hvilke konsekvenser uakseptabel atferd /mobbing kan få.  Dersom spiller, etter advarsel og konsekvenser, likevel fortsetter, må foreldre være på trening og følge opp dersom det skjer noe, inntil atferden/ mobbing opphører. | Foreldre | Når en spiller har uakseptabel atferd eller mobber andre på trening/ i kamp, og andre spillere på laget opplever utrygghet og mistrivsel pga. dette.  Barn og ungdom |
| **Samtale med spiller og foreldre** dersom mobbingen ikke opphører.  Kan spiller fortsette å komme på trening?  Om ja, legg en plan videre med klare forventninger, konsekvenser og oppfølging fra alle parter. | Trener  Leder i undergruppe/leder i klubben  Spiller  Foreldre | Kan gjennomføres dersom alle andre tiltak er prøvd over tid.  Barn og ungdom |

**HÅNDTERING AV MOBBING OG GJENTATTE HENDELSER MED UAKSEPTABEL ATFERD :**