



LÄRGRUPPSPLAN

Förebygga och motverka hedersrelaterat våld och förtryck inom idrottsrörelsen

Den här lärgruppsplanen vänder sig främst till dig som är tränare, ledare eller organisationsledare i en förening

Om lärgruppsplanen

Idrottsrörelsen har en unik roll och potential i arbetet med att förebygga och motverka hedersrelaterat våld och förtryck (HRV) och du som idrottsledare kan göra skillnad!

Hedersrelaterat våld och förtryck är ett stort samhällsproblem och du kan vara med och bidra till att barn och ungas rättigheter tillgodoses och att de växer upp i en miljö fri från våld.

Myndigheten för Ungdoms- och civilsamhällesfrågor (MUCF) har tillsammans med RF- SISU tagit fram ett material som kan användas i arbetet med att förebygga och motverka HRV inom idrottsrörelsen. I denna plan presenteras ett förslag på lärgruppsupplägg som omfattar tre tillfällen à 45 minuter.

Lärgruppsplanen utgår från materialet som innehåller en kort film, ett kunskapsunderlag i form av en broschyr samt en kortlek med reflektionsfrågor. Du kan beställa broschyren och kortleken kostnadsfritt i fysisk form eller använda de digitala versionerna. Materialet hittar du [här](#).

Er lärgrupp

Lärgruppsstillfällena kan genomföras fysiskt eller digitalt.

Eftersom ämnet kring HRV kan väcka starka känslor så är det viktigt att du som lärgruppsledare tänker på följande:

- Skapa en trygg och respektfull samtalsmiljö
- Var lyhörd för deltagarnas känslor och reaktioner, det kan finnas deltagare som har erfarenhet av hedersrelaterat våld och förtryck
- Se till att alla känner sig inkluderande och hörda
- Var beredd att hänvisa vidare om någon i gruppen skulle uttrycka behov av stöd/hjälp

Upplägg lärgruppstillfälle 1 – Vad är hedersrelaterat våld och förtryck och hur kan det yttra sig?

Förberedelse för dig som lärgruppsledare

- Se [filmen](#).
- Läs sida 6 och 7 i kunskapsunderlaget (Vad är hedersrelaterat våld och förtryck? och Så kan hedersrelaterat våld och förtryck yttra sig?)
- Beroende på vilka deltagare du ska träffa kan du välja om de ska läsa sidorna i kunskapsunderlaget själva under träffen eller om du behöver tillgänglighetsanpassa informationen genom att gå igenom [powerpoint-bilderna](#) med tillhörande anteckningsstöd.
- Beroende på tidsåtgång kan du antingen ta bort eller lägga till reflektionsfrågor.
- Om du vill kan du skicka [länken](#) med materialet innan lärgruppstillfället och be deltagarna bekanta sig med filmen, broschyren och kortleken.

Förslag på upplägg

- Se [filmen](#).
- Ställ frågan till deltagarna: Vad tänker du efter att ha sett filmen?
- Fånga upp några tankar.
- Be deltagarna att läsa sida 6 och 7 i kunskapsunderlaget (Vad är hedersrelaterat våld och förtryck? och Så kan hedersrelaterat våld och förtryck yttra sig?) eller visa [powerpoint-bilderna](#).
- Fånga upp några tankar.
- Ta fram kortleken och dela in deltagarna i grupper om tre personer och be att de diskuterar följande frågor:
 - Hur kan vi upptäcka om barn och unga i vår förening lever med våld och kontroll (fråga 4b under avsnitt reflektionsfrågor i kortleken).
 - Har du stött på hedersrelaterat våld och förtryck i din idrottsförening? På vilket sätt? Berätta om situationen och om eller hur du agerade. (fråga 10a under avsnitt reflektionsfrågor i kortleken). Om ingen stött på problemet kan de svara på frågan: Vad tror du det beror på att du inte stött på problemet?
 - Tror du det finns ungdomar i din förening som behöver dölja sin sexualitet? Hur kan vi som förening stötta dem? (Fråga 2a under avsnitt reflektionsfrågor i kortleken).
 - Du har en flicka i din förening som plötsligt slutar träna utan att säga varför. Vad gör du? (fråga 1a under avsnitt scenarier i kortleken).
 - Du har en flicka i din förening som inte får följa med på läger och bortamatcher. Vad gör du? (fråga 2a under avsnitt scenarier i kortleken).
- Fånga upp några tankar.

Länkar för fördjupning

- [Webbutbildningen Rätt att veta! – Hedersrelaterat våld och förtryck](#)
- [Webbutbildning – Webbkurs heder](#)
- [Webbsidan – hedersförtryck.se](#)



Upplägg lärgruppstillfälle 2 – Att förebygga och upptäcka hedersrelaterat våld och förtryck inom idrotten

Förberedelse för dig som lärgruppsledare

- Läs sidorna 8-11 i kunskapsunderlaget (Att förebygga och upptäcka hedersrelaterat våld och förtryck inom idrotten och Samtal för att upptäcka hedersrelaterat våld och förtryck).
- Beroende på vilka deltagare du ska träffa kan du välja om de ska läsa sidorna i kunskapsunderlaget själva under träffen eller om du behöver tillgänglighetsanpassa informationen genom att gå igenom [powerpoint-bilderna](#) med tillhörande anteckningsstöd.
- Beroende på tidsåtgång kan du antingen ta bort eller lägga till reflektionsfrågor.

Förslag på upplägg

- Be deltagarna att läsa sidorna 8-11 kunskapsunderlaget (Att förebygga och upptäcka hedersrelaterat våld och förtryck inom idrotten och Samtal för att upptäcka hedersrelaterat våld och förtryck) eller visa [powerpoint-bilderna](#).
- Fånga upp några tankar.
- Ta fram kortleken och dela in deltagarna i grupper om tre personer och be att de diskuterar följande frågor:
 - Vilka tecken kan tyda på att en flicka har blivit könsstympad? Hur bör vi agera om vi ser dessa tecken? (fråga 1b under avsnitt reflektionsfrågor i kortleken).
 - Hur kan vår förening förebygga att barn och unga utsätts för våld och kontroll? (fråga 4a under avsnitt reflektionsfrågor i kortleken).
 - Du har en flicka i din förening som saknas efter lov eller semesteruppehåll. Vad gör du? (fråga 3a under avsnitt scenarier i kortleken).
 - Du misstänker att ett barn eller en ungdom i din förening är utsatt. Vilka frågor kan du ställa till den unga? (fråga 5a under avsnitt scenarier i kortleken).
 - Har vi rutiner för hur en orosanmälan görs i vår förening? (fråga 3b under avsnitt att göra-frågor i kortleken).
 - Har vi åtgärder för att stödja flickor att fortsätta idrotta, även om deras föräldrar sätter upp hinder? (fråga 7a under avsnitt att göra-frågor i kortleken).
 - Kan vi utse en kontaktperson för hedersrelaterade frågor i vår förening? Vad skulle ansvaret vara? (fråga 1a under avsnitt att göra-frågor i kortleken).
 - Har vi en tydlig rutin för att rapportera oro kring hedersrelaterat våld eller kontroll (fråga 8a under avsnitt att göra-frågor i kortleken).
- Fånga upp några tankar.

Länkar för fördjupning

- [Webbutbildningen Rätt att veta! – Hedersrelaterat våld och förtryck](#)



Upplägg lärgruppstillfälle 3 – Verktyg, rutiner och stöd

Förberedelse för dig som lärgruppsledare

- Läs sidorna 12-15 i kunskapsunderlaget (Verktyg och rutiner och Viktiga stödfunktioner).
- Beroende på vilka deltagare du ska träffa kan du välja om de ska läsa sidorna i kunskapsunderlaget själva under träffen eller om du behöver tillgänglighetsanpassa informationen genom att gå igenom [powerpoint-bilderna](#) med tillhörande anteckningsstöd.
- Beroende på tidsåtgång kan du antingen ta bort eller lägga till reflektionsfrågor.

Förslag på upplägg

- Be deltagarna att läsa sidorna 12-15 i kunskapsunderlaget (Verktyg och rutiner och Viktiga stödfunktioner) eller visa [powerpoint-bilderna](#).
- Fånga upp några tankar.
- Ta fram kortleken och dela in deltagarna i grupper om tre personer och be att dom diskuterar följande frågor:
 - Hur trygg känner du dig i att starta ett samtal med en ungdom om hedersnormer, våld och kontroll (fråga 5a under avsnitt reflektionsfrågor i kortleken).
 - Känner du att du har de verktyg du behöver för att bemöta en situation där ett barn eller ungdom är utsatt för hedersrelaterat våld och förtryck? (fråga 12a under avsnitt reflektionsfrågor i kortleken).
 - Du har ett barn eller en ungdom i din förening som inte längre får träna trots att hen vill. Vad gör du? (fråga 4a under avsnitt scenarier i kortleken).
 - Vet du vart du som ledare kan vända dig för att få stöd i hur du kan samtala med barnet/ungdomen om hedersrelaterat våld och förtryck? (fråga 6a under avsnitt scenarier i kortleken).
 - Informerar vi barn och unga i föreningen om var de kan få stöd? Om inte, vem ansvarar för att ta fram och synliggöra den informationen? (fråga 4a under avsnitt att göra-frågor i kortleken).
- Fånga upp några tankar.
- Avsluta med att informera om var en ledare eller förening kan vända sig om de upptäcker hedersrelaterat våld och förtryck. Visa kontaktuppgifter till din kommuns socialtjänst eller lokala resurscentra för hedersrelaterat våld och förtryck (finns ej i alla län). Hänvisa även till de stödtjänster som finns i broschyren.

Länkar för fördjupning

[Skapa trygga och inkluderande idrottsmiljöer](#)

[Stöd från ideella organisationer](#)

Tips för dig som vill veta mer:

[Mucf.se/våldsförebyggande](https://mucf.se/valdsforebyggande)

[Trygg och inkluderande idrott](#)