

Handlingsplan till idrotts - och föreningslivet för att fånga upp barn som far illa av vuxnas alkoholkonsumtion

Handlingsplanen riktar sig till styrelse, kansli, ledare och andra vuxna i idrotts - och föreningslivet.

TRYGGA
Barnen
DET ANGÅR ALLA

**BARNDOM
UTAN BAKSMÄLLA**

Handlingsplanen är framtagen av Stiftelsen
Trygga Barnen inom ramen för initiativet
Barndom utan baksmälla

Innehållsförteckning

Sida:

- 3. Bakgrund
- 4. Tecken på att ett barn far illa
- 5. Checklista
- 6. Viktigt att tänka på
- 7. Vikten att agera vid misstanke att ett barn far illa av en vuxens alkoholkonsumtion
- 8. Verian undersökning 2024
- 9-11. Mall för orosanmälan
- 12. Fördjupning och kontaktuppgifter

Övrigt:

Guide med konkreta råd om hur du som ledare eller annan vuxen i idrotts- och föreningslivet kan gör skillnad för barn som far illa av vuxnas alkoholkonsumtion

Bakgrund

Enligt Centralförbundet för alkohol och narkotika påverkas vart femte barn negativt av minst en vuxens alkoholkonsumtion.

Enligt barnkonventionen har alla barn rätt till hälsa och utveckling, men vilka förutsättningar de har och vilket stöd de får skiljer sig stort beroende av var i landet de bor. I dagsläget ser stödet i Sveriges kommuner och regioner olika ut trots att alla barn enligt lag har rätt till likvärdig hjälp och stöd.

Precis som skolan är föreningslivet en viktig skyddsfaktor för barn som far illa. Ledare i idrotts- och föreningslivet kan vara avgörande för att ett barn ska få hjälp. Att ledare är viktiga är en erfarenhet som många delar. Ofta nämner barn och unga att just ledaren, tränaren och andra vuxna har haft stor betydelse i deras liv.

Den här planen är framtagen av Trygga Barnen inom ramen för initiativet Barndom utan baksmälla. Under arbetsgång har två digitala workshops genomförts tillsammans med: Advokat Tove Sander och representanter från Svenskt Friluftsliv, Svenska Ridsportförbundet, Sveriges Skateboardförbund och Djurgården fotboll där alla bidragit med viktiga inspel.

Trygga Barnen är en barnrättsorganisation som i över 10 år arbetat med att fånga upp och stötta barn som växer upp i en familj med missbruk. Arbetet med handlingsplanen görs inom ramen för Barndom utan baksmälla som är ett initiativ vars syfte är att minska alkoholens andrahandsskador på barn. Initiativet initierades av Systembolaget i samarbete med barnrättsorganisationerna Trygga Barnen, Bris, Maskrosbarn och World Childhood Foundation.

Tecken på att ett barn far illa

Tyvärr syns det sällan på ytan om ett barn far illa, men viktigt att tänka och lägga märke till är om barnet beter sig avvikande. Det kan vara att barnet kommer med ursäkter, har svårt att sitta still eller klagar mycket på ont i huvudet eller magen. Barnet kan även visa på nedstämdhet, passivitet, ilska, oro och ha en dålig självbild. Istället för att döma barnet utifrån deras agerade, var nyfiken på varför de gör som de gör.

Våga fråga barnet hur den har det och fråga flera gånger!

Ta det på allvar om barnet själv berättar om något som hänt. Det händer att barn berättar om sin utsatthet.

Som mottagare av ett sådant förtroende är det viktigt att visa öppenhet mot barnet genom att lyssna, ställa öppna frågor och visa att man är tillgänglig.

Medskick från barn i Trygga Barnens verksamhet.

Tänk på detta nästa gång om du tvekar på att agera.

"Jag kanske ser ut att må bra på utsidan men insidan mår inte särskilt bra, ni måste lära er att se på ögonen eller kroppsspråk."

"Snälla fråga mer, bli inte arga eller sura om vi inte svarar... bara fråga"

"Agera även om du är lite osäker. Fråga ett barn hur de har det hemma och lyssna."

"Vi vill faktiskt att ni ska va på oss och fråga hur vi mår, och vi vill kunna säga att vi inte vill det utan att ni slutar."

Checklista

- För idrotts - och föreningslivet vid oro för ett barn som far illa

- ☐ Lita ALLTID på din magkänsla.
- ☐ Agera inte ensam, ta hjälp av dina kollegor.
- ☐ Agera alltid, oavsett om du tror att någon annan som står närmre barnet redan har agerat. Det kan ha stor betydelse för socialtjänsten att veta att fler personer känner oro för barnet.
- ☐ Ta fram en handlingsplan för avvikande situationer.
- ☐ Uppmana föreningen att göra en orosanmälan.
- ☐ Gör en individuell checklista för er förening.

Ansvarig kontaktperson vid oro;

Namn:

Tel:

Kontaktuppgifter till socialtjänsten;

Socialtjänst:

Tel:

Mail:

- ☐ Gå igenom checklista kontinuerligt vid nyrekrytering och ledarträffar

Viktigt att tänka på

Föreningar har ingen skyldighet att anmäla sin oro till socialtjänsten om man misstänker att ett barn far illa, dock bör föreningar göra det. Därför är det viktigt att föreningar har rutiner kring detta, vilket bör vara styrelsens ansvar.

Kom ihåg att ni inte behöver ha svar på er oro, känner ni oro för ett barns hälsa, psykiska mående eller hemsituation bör ni göra en orosanmälan till socialtjänsten.

För att skapa trygghet i föreningen kan det vara klokt att utse en kontaktperson, "barnombud" i föreningen som är kontaktperson till ledare eller andra vuxna som misstänker att ett barn far illa.

Kom ihåg att det inte behöver vara den person som känner oro som står som kontaktperson i orosanmälan. Rimligt kan vara att det är verksamhetschef, utsedda "barndombudet" eller sportchefen.

- Tänk på att det inte är föräldern du anmäler utan oron för ett barn
- Det är inte er utan socialtjänsten uppgift att utreda och avgöra om och vilket stöd
- I det allra flera fall bör ni berätta för barnet att ni överväger att göra en orosanmälan
- Gör barnet så delaktigt som möjligt, fortsätt att finnas där för barnet även efter anmälan

Tänk på att inte informera vårdnadshavarna att ni gör en orosanmälan om det finns indikationer om eventuellt våld eller sexuella övergrepp i familjen. Om ni är tveksamma på vad ni kan eller bör berätta för vårdnadshavarna kan ni kontakta socialtjänsten och rådgöra med dem direkt efter att ni skickat in en orosanmälan.

Vikten att agera vid misstanke att ett barn far illa av en vuxens alkoholkonsumtion



Oftast uppmärksammas inte problematiken hemma förrän barnet själv fått märkbara problem.

Den bästa hjälpen för barnet är att eventuellt missbruk i dennes närmiljö eller annan typ av problematik avslöjas. Därefter kan de stöd och den hjälp som finns erbjudas hela familjen.

Flera studier visar att barn som växer upp i en familj med missbruk utsätts för ökad risk att själva utveckla missbruk när de växer upp. Emellertid kan risken minska genom att barnet tillförs fler skyddsfaktorer.

Studier visar att barn som haft minst en stabil och trygg relation med en vuxen under sin uppväxt tillmäter denna relation stor betydelse för deras välmående.

Tveka aldrig att ringa socialtjänsten och ställ frågor.

Ni kan även utan att ha speciella frågor skapa kontakt med socialtjänsten, på så sätt kan det bli lättare när en orosanmälan väl görs. Orosanmälan kan både göras över telefon och skriftligen via mejl, se bifogad mall för orosanmälan

”Först blev jag arg och kände mig sviken när jag fick höra att det gjorts en orosanmälan, men sen var det den som räddade mig. Idag är jag tacksam.” Ungdom 17 år.

Verian undersökning 2024*

Med fokus om vuxna vågat agera när de misstänkt att ett barn påverkats negativt av en vuxens alkoholkonsumtion.

- 8 av 10 tycker inte att det är okej att dricka sig berusad i barns närhet.
- Nästan 40% av alla vuxna avstår från att agera när de uppmärksammar att ett barn far illa av en vuxens drickande.
- 3 av 10 har uppmärksammat en vuxen som återkommande druckit för mycket och som bor tillsammans med barn.

Vanligt förekommande förklaringar till att man inte har agerat, trots att man uppmärksammat ett barn som påverkats negativt av en vuxens alkoholkonsumtion:

”Jag visste inte hur jag skulle agera”

”Jag var rädd att göra fel och förvärra situationen”

Det lilla kan göra stor skillnad, börja med ett ”Hej!”



Barndom utan baksmälla undersökning.

Orosanmälan till Socialtjänsten vid misstanke eller kännedom om att barn far illa

enligt 14 kap 1 § Socialtjänstlagen

Datum

Mottagande socialtjänst

Barnet/ungdomen orosanmälan avser (Fyll i de uppgifter ni har tillgång till)

Förnamn		Efternamn	
Personnummer eller motsvarande		Adress	
Postnummer		Ort	
Telefonnummer och/eller mobilnummer		E-postadress	

Är barnet/ungdomen informerad om att orosanmälan skrivs? ☐ Ja ☐ Nej

Finns det behov av tolk? Om Ja, för vilket språk? ☐ Ja

☐ Nej

Vårdnadshavare/förälder 1 (Fyll i de uppgifter ni har tillgång till)

Förnamn		Efternamn	
Personnummer eller motsvarande		Adress	
Postnummer		Ort	
Telefonnummer och/eller mobilnummer		E-postadress	

Är vårdnadshavaren/föräldern informerad om att orosanmälan skrivs? ☐ Ja ☐ Nej

Vårdnadshavare/förälder 2 (Fyll i de uppgifter ni har tillgång till)

Förnamn		Efternamn	
Personnummer eller motsvarande		Adress	
Postnummer		Ort	
Telefonnummer och/eller mobilnummer		E-postadress	

Är vårdnadshavaren/föräldern informerad om att orosanmälan skrivs? ☐ Ja ☐ Nej

Orosanmälan upprättad av

Förnamn		Efternamn	
Arbetsplats		Yrkestitel	
Adress			
Postnummer		Ort	
Telefonnummer		Mobilnummer	
E-postadress			

Beskrivning

Beskriv så utförligt som möjligt anledningen till orosanmälan.

Var befinner sig barnet nu?

☐ Vet ej

Anledning(ar) till anmälan

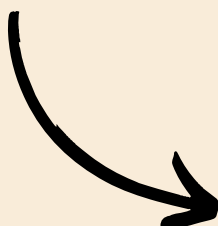
- | | |
|---|--|
| ☐ Abusive Head Trauma | ☐ Kränkning |
| ☐ Barn som har bevittnat eller upplevt våld | ☐ Kvinnlig könsstympning |
| ☐ Barnmisshandel - brott mot barn | ☐ Misshandelsfrakturer |
| ☐ Barnmisshandel genom förfalskning av symtom | ☐ Omsorgssvikt |
| ☐ Fysisk vanvård | ☐ Psykisk försummelse |
| ☐ Fysiskt våld mot barn | ☐ Psykiskt våld |
| ☐ Föräldrar med intellektuell funktionsnedsättning | ☐ Psykologisk omsorgssvikt |
| ☐ Föräldrar med missbruk | ☐ Sexuell exploatering |
| ☐ Föräldrar med psykisk sjukdom | ☐ Sexuella övergrepp mot barn |
| ☐ Hedersrelaterat våld och förtryck | ☐ Våld i hemmet |

Övrig information

Vill du fördjupa dig mer?

Trygga Barnen har inom ramen för Barndom utan baksmälla tagit fram en kortare digital utbildning med konkreta råd om hur man kan upptäcka ett barn som påverkas negativt av en vuxens alkoholkonsumtion.

Scana QR-koden för att komma direkt till den kostnadsfria digitala utbildningen.



Vi erbjuder även skräddarsydda kostnadsfria utbildningar för föreningar. Tveka inte att kontakta oss med en förfrågan.

Kontaktuppgifter



kontakt@tryggabarnen.org



070 477 79 10



www.tryggabarnen.org

TRYGGA
Barnen
DET ANGÅR ALLA

BARNDOM
UTAN BAKSMÄLLA



Avgörande ögonblick

– gör mer för de barn som drabbas av sina föräldrars alkoholproblem

Lita på din mag- och medkänsla

Ofta är det inte en enskild händelse utan flera olika tillfällen och ögonblick som signalerar att ett barn far illa. Lita på din magkänsla, var uppmärksam, vänlig och se till att finnas till för barnet på de sätt du kan. Om barnet berättar för dig, lyssna och fråga om barnet själv har någon idé om hur du bäst kan hjälpa – om det finns något du kan göra eller om det räcker att veta att barnet alltid kan vända sig till dig om det skulle vara något. Ta även ansvar för att följa upp och att hålla kontakten med barnet.

barndomutanbaksmalla.se

BARNDOM UTAN BAKSMÄLLA

BRIS

CHILDHOOD
WORLD CHILDHOOD FOUNDATION
FOUNDED BY H.M. QUEEN SILVIA OF SWEDEN

TRYGGA
Barnen

SYSTEM
BOLAGET

MASKROS
OSBARN

Avgörande ögonblick

– för dig som är ledare
i idrotts- och föreningslivet

Alla barn har rätt till en trygg uppväxt.
Ändå far 320 000 barn illa av sina
föräldrars alkoholkonsumtion.

Du som ledare i idrotts- och
föreningslivet kan vara avgörande för att
ett barn ska få hjälp. Att du som ledare
är viktig är en erfarenhet som många
delar och något som forskning bekräftar.
Ofta nämner barn och unga att just
ledaren, tränaren och andra viktiga
vuxna har haft stor betydelse i deras liv.

I den här foldern har vi samlat råd
för att ge vuxna kunskap, mod och
kontaktvägar så att fler ska agera i mötet
med barnen. Att hjälpa är ofta enklare än
du tror.

Råden är framtagna i samråd med
barnrättsorganisationer och utgår från
barns berättelser om vad de önskar
att andra vuxna gjort. Avsändaren är
Barndom utan baksmälla, ett initiativ
som syftar till att göra skillnad för barn
som far illa av vuxnas drickande.

*Siffran hämtad ur Rapport 185 från Centralförbundet för
alkohol- och narkotikaupplysning, (Stockholm 2019).



Våga vara den som gör något

Utgå inte från att någon med närmare relation till
barnet än du själv redan har agerat på situationen.
Har någon annan redan reagerat och visat omsorg
gör det ingenting. Du som ledare i idrotts- och
föreningslivet ser andra delar av barnets liv och
kanske möter föräldrarna mer än exempelvis
skolan. Våga därför vara den som gör något.



Skapa utrymme för samtal

Det är inte alltid lätt att berätta om hur man har
det hemma. Skapa ett utrymme i tid och plats där
barnet har möjlighet att berätta. Kanske det är en
stund efter aktiviteten då ni kan gå undan eller
stunden innan det att alla samlas.

Tillsammans med barnen kan ni komma överens
om en symbol eller något som de kan visa eller
lämna till dig som vuxen om de vill berätta något
som är hemligt och som de inte vill att de andra
ska få höra.



Du behöver inte lösa allt på en gång

Det som ofta gör störst skillnad för barnet är inte att du försöker lösa allt utan att du finns tillgänglig. Att du frågar hur det är och stannar upp och lyssnar på svaret är viktigt för att barnet ska känna sig sett.



Våga fråga (och fråga igen)

Våga fråga hur barnet har det. Får du inget svar direkt, våga fråga igen. Många barn tycker att det är svårt att berätta med en gång. Det är också mycket vanligt att barn känner skuld för den vuxnes drickande eller vill skydda genom att inte berätta för utomstående hur det egentligen är hemma.



Gör barnet delaktigt

Diskutera direkt med barnet hur hen vill ha det och vilken sorts hjälp som behövs. Gör barnet delaktigt istället för att själv föreslå dina egna lösningar.



Var lugnet i stormen

För många barn som lever i närheten av en vuxen som dricker för mycket är det oförutsägbarheten i tillvaron som skrämmar mest. Du kan göra skillnad bara genom att vara du – en vuxen att lita på. På samma sätt är det viktigt att du behåller ditt lugn när och om barnet väljer att berätta för dig hur hen har det.



Fritiden – ett tryggt sammanhang

Praktiska insatser ska inte underskattas. Du kan göra stor skillnad. Tre förslag som gör skillnad: Är ett barn ofta hungrig? Ha frukt i reserv. När vårdnadshavare har alkoholproblem händer det att barn inte kan komma till sin fritidsaktivitet. Går det att ordna med samåkning? För de barn som kommer utan utrustning kan möjligheten att låna vara det som gör att barnet kan fortsätta med sin fritidsaktivitet.



Förvänta dig inte så mycket tillbaka

Du kan göra skillnad. Även om du inte ser någon direkt förändring: Håll ut och stanna kvar! Det är det viktigaste du kan göra som vuxen.



Ta hjälp om du behöver

Det finns professionellt stöd att få genom både socialtjänsten och organisationer som stöttar barn i utsatta situationer. Du kan vända dig till dem för att få vägledning om du känner oro för ett barn. Du kan också tipsa barnet du oroar dig för om att organisationen finns för dem.

Att känna oro för ett barn är vanligt och som vuxen kan du själv behöva stöd. På nästa sida finner du kontaktuppgifter till organisationer där du kan få stöd både för barnet och för dig som vuxen.

Är det akut, till exempel på natten, ring 112.



Orosanmälan?

Om du är orolig för att ett barn far illa ska du göra en orosanmälan (anonymt om du vill) till socialtjänsten i den kommun där barnet är skrivet. Du anmäler inte vårdnadshavaren utan din oro för hur barnet har det. Det är sedan upp till socialtjänsten att utreda och avgöra om barnet eller familjen behöver stöd. Berätta för barnet att du överväger att göra en orosanmälan och vad som kommer att hända, så att barnet inte upplever att du agerar över barnets huvud. Fortsätt att finnas där för barnet även efter anmälan.

För mer vägledning kring orosanmälan, kontakta gärna Bris vuxentelefon.

Här finns hjälp att få

Följande organisationer är experter på att hjälpa barn och unga vuxna. Till vissa av dem kan även du som vuxen vända dig för att få mer råd kring hur du ska tänka och agera när du misstänker eller vet att ett barn far illa till följd av en vuxens drickande.

Bris – Barnens rätt i samhället Bris är en barnrättsorganisation som stöttar barn, mobiliserar samhället och påverkar beslutsfattare genom att göra barns röster hörda. Bris har en bred stödverksamhet för både barn och vuxna, online, via telefon och i stödgrupper. Bris har också en stödlinje för idrottsledare, där du kan få råd och vägledning om du känner oro för ett barn i din förening. **Bris stödlinje för idrottsledare: 077 - 440 00 42** Bris vuxentelefon – om barn: 0771 50 50 50 w w www.bris.se

Maskrosbarn (barn och ungdomar 13–19 år) Maskrosbarn stöttar barn till föräldrar med missbruk, psykisk sjukdom eller som utsätter dem för våld. Maskrosbarn ger de unga stöd och förutsättningar att bryta destruktiva familjemönster och forma sin egen framtid. w w www.maskrosbarn.org

Trygga Barnen (barn och unga upp till 25 år) Trygga Barnen är en stiftelse med syfte att hjälpa barn och unga som växer upp i hem med missbruk- och beroende-problematik. Trygga Barnen informerar även om barnets rättigheter som anhörig och lyfter deras röster i samhället. Telefon: 070 477 79 10 w w www.tryggabarnen.org

Childhood Childhood verkar för alla barns rätt till en trygg och kärleksfull barndom fri från våld och sexuella övergrepp. Childhood stödjer barn och deras familjer genom sina partnerorganisationer men ger inte rådgivning eller stöd till enskilda personer. www.childhood.se

Systembolaget

Systembolaget är initiativtagare till Barndom utan baksmälla. I Systembolagets samhällsuppdrag ingår att informera om alkoholens risker och skadeverkningar.