Österś IF - Policyplan

Psykisk ohälsa

Individutvecklande mål i akademi, barn och ungdom.
I en idrottsförening, oavsett nivå eller sport, så är det en väldigt liten del som tar hela klivet upp till en elitverksamhet. Ungdomsverksamhetens största samhällsinsats ligger i de mjuka värdena och inte de sportsliga och vår Värdegrund ligger som grund för detta arbete.

Värdegrunden stipulerar att Österś IF ska bedriva en attraktiv verksamhet, där vi inte bara fostrar och utvecklar fotbollsspelare utan även harmoniska individer. Visma Arena och andra idrottsanläggningar som vi nyttjar ska vara mötesplatser för spänning och gemenskap, där man på lika villkor kan träffas oavsett bakgrund, kön, religion, kultur och sexualitet.

Ett ansvar och en stor utmaning berör psykisk ohälsa hos barn/ungdomar och där idrottsrörelsen gör en stor insats. Förutom att motion generellt motverkar detta så kan vi som idrottsförening göra flera preventiva insatser för att bistå andra samhällsinstanser som bland annat sjukvård och skola.

Inom Österś IF finns följande policys kring förebyggande arbete och åtgärder.

Förebyggande arbete:

- Föreningen skall sprida information om psykisk ohälsa via olika träffar och diskutera ämnet med lagen. Åkomman är idag så bred och via god information så hoppas vi kunna avdramatisera frågan och att spelare eller ledare själva vågar kliva fram vid problem.
- Som stöttning och support till våra tränare så arbetar Öster IF med föräldrar mentorer i varje lag och vars ansvar är att fånga upp gruppens och individens välmående.
- Ledare, tränare, mentorer och andra involverade i vår verksamhet är skyldiga att:
    - Följa det som beskrivs i Värdegrunden - Vi är Öster!
    - Ta del av stöddokumenten Skapa trygga idrottsmiljöer (RF Skapa trygga idrottsmiljöer), dopningspolicys, samt Verksamhetsplan och Riktlinjer.
    - Rapportera till ansvarig blockledare om man misstänker att en spelare inte mår bra och t ex visar tecken på trötthet, uteblir utan skäl till träning, får en beteendeförändring eller på annat sätt agerar annorlunda. Just den psykiska ohälsan handlar mycket om att man ser idrottare förändra sina rutiner.
- Känner man en osäkerhet i hur man bäst löser eventuella problem så skall frågan adresseras till ansvarig akademichef.

Åtgärder:

- Vid misstanke om psykisk ohälsa eller annat problem så bör man direkt samtala med spelaren på ett förtroligt sätt. Ett inledande samtal kan ge en fingervisning om att allt kanske inte står rätt till. Spelarens ålder styr hur vi bör hantera läget och är det en minderårig spelare är det viktigt med ett samtal där vårdnadshavare närvarar. Problem kan vara direkt relaterat till hemförhållanden och är man osäker i hur vi hanterar frågan så kontakta ansvarig Akademichef för rådgivning.
- Är det misstanke om något allvarligt så måste adekvat profession kontaktas. Beroende på ärendets natur så finns skola, sjukvård, BRIS, BUP eller liknande resurser att tillgå.

Psykisk ohälsa kan vara en allvarlig åkomma och Östers IF kan inte ta ansvar för diagnos eller behandling. Föreningen finns som en extra resurs för att larma om eventuella problem samt stötta under rehabilitering om så önskas via fortlöpande samtal.