

Dialogduk – utskriftsanvisningar

4	3	2	1
8	7	6	5

12	11	10	9
16	15	14	13

4	3	2	1
8	7	6	5

folkhälsan 

INOM IDROT

För trygga relationer

DIALOGDUK

4	3	2	1
8	7	6	5

4	3	2	1
8	7	6	5

4	3	2	1
8	7	6	5

HANDLEDNING

Dialogduk för idrottsföreningar

Vad är en dialogduk?

Folkhälsans dialogduk för idrottsföreningar erbjuder föreningsverksamma en möjlighet att föra ett bra samtal om värderingarna i föreningen. Att arbeta med dialogduken är en metod som skapar stora möjligheter till interaktion mellan medlemmar. Resultatet är beroende av aktivt deltagande där alla känner ett gemensamt ansvar för processen. Dialogduken handlar om de värderingar och det klimat som föreningen vill utveckla och stå upp för. I arbetet med dialogduken är målsättningen att samtala kring värderingar och göra de ord som en värdegrund står för till konkreta handlingar i föreningen. Vad betyder värdegrunden i det praktiska arbetet? Hur syns den i vardagen i föreningen?

Att föra en dialog är att lyhört lyssna, samtala och dela erfarenheter och idéer. Dialogen är ett förhållningssätt som utgår från ömsesidig respekt.

Arbetet utgår från en duk med tydliga uppgifter och frågor. Grupper på ca 4–6 personer samlas kring duken. Uppgifterna på duken är placerade så att alla i gruppen på ett naturligt sätt kommer att få instruera och göra anteckningar. Anteckningarna från dialogduken kan sammanställas och utgöra underlag för fortsatt arbete i idrottsföreningen.

Viktigt att tänka på

Målgrupp	Föreningens styrelse eller storgruppsmöten med föreningsaktiva.
Gruppens storlek och sammansättning	4–6 personer per grupp. Om en del av syftet är att få ihop föreningen till en helhet rekommenderar vi att gruppernas sammansättning är brokig; olika grupptillhörigheter, åldrar, tid i organisationen, kön m.m. Syftet kan också vara att sammansvetsa en mindre grupp och då är det viktigt att just de arbetar tillsammans.
Rummet	Sitt gärna kring mindre bord som är lämpliga för gruppstorleken. Om det är flera grupper kan man med fördel arbeta i skilda rum.
Tiden	Reservera gott om tid, cirka två timmar rekommenderas. Ange starttid och sluttid. Påminn gruppen om tiden med jämna mellanrum. Fördela tiden så att gruppen hinner besvara alla frågor. Håll gärna en kort paus.
Ta med	Föreningens värdegrund om en sådan finns.
Delaktighet	En grundläggande poäng med att arbeta med dialogduken är att alla gruppmedlemmar aktivt deltar i arbetet. Kom ihåg att värdegrunden i idrottsföreningen ska diskuteras också med aktiva utövare och föräldrar.

Lycka till med arbetet!

Kontakta gärna Folkhälsan om du har frågor kring arbetet med dialogduken.

Du hittar kontaktuppgifterna på www.folkhalsan.fi/tryggidrott.

Du kan också skriva till tryggidrott@folkhalsan.fi.

4	3	2	1
8	7	6	5

HANDLING 3

A. Vad behöver vi göra nu?

B. Hur ska vi göra det?

C. Vem/vilka ska göra det?

D. Tidsplan och uppföljning

4	3	2	1
8	7	6	5

HANDLING 2

A. Vad behöver vi göra nu?

B. Hur ska vi göra det?

C. Vem/vilka ska göra det?

D. Tidsplan och uppföljning

4	3	2	1
8	7	6	5

HANDLING 1

A. Vad behöver vi göra nu?

B. Hur ska vi göra det?

C. Vem/vilka ska göra det?

D. Tidsplan och uppföljning

12	11	10	9
16	15	14	13

Finlands idrotts värdegrund

1. Alla har lika möjlighet till idrott och rörelse

Alla som vill, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön och sexuell läggning samt fysiska förutsättningar får vara med i föreningsdriven verksamhet.

2. Ansvar för fostran

Vi är alla fostrare och ska fungera som goda förebilder. Vi ger barnen och ungdomarna tid att växa och utvecklas inom idrotten enligt deras egna förutsättningar. Det måste finnas tillräckligt med tid för ett liv utanför idrott och tävling. Vi uppmuntrar till goda levnadsvanor.

3. Främja hälsa, trygghet och välmående

Mobbning, diskriminering, kränkningar, fysiskt och psykiskt våld och trakasserier hör inte till idrotten – inte ens som humor.

4. Ärlighet och rättvisa

Vi bemöter alla jämlikt och rättvist. Beslut som fattas ska förberedas, höras och förankras ansvarsfullt. Alla ska ha tillgång till de spelregler som lagts upp inom föreningen.

12	11	10	9
16	15	14	13

5. Respekt för naturen och strävan efter hållbar utveckling
 Vi är en del av naturen och tar ansvar för att den hålls ren. Vi rekommenderar samäkning, promenader och cykling till träning, match och tävling. Vi återanvänder i mån av möjlighet utrustning och material.

Vi läser igenom Finlands Idrotts värdegrund och föreningsens eventuella egna. Vi samtalat om vilka tankar som väcks när vi läser den/dem och vi speglar också dem med våra egna viktiga värdeord från ruta fyra. Har vi tänkt lika? Saknas någon del i det vi diskuterat tidigare?
 Vi kan lägga till ytterligare värdeord i ruta fyra om vi vill.

**5. FINLANDS IDROTTS
 VÄRDEGRUND**

**RELATIONER
 DROTT**

12	11	10	9
16	15	14	13

VÄRDERING

En värdering är en uppfattning om vad som är värdefullt. Med en gemensam värdegrund menas de grundläggande värderingar organisationen har formulerat och som man beslutat att ska gälla i verksamheten.

4. VÅR EGEN VÄRDEGRUND

Vi läser texten i den gula rutan nedan.
Vi har pratat om hur vi vill att vår förening blir omtalad. Vi listar och funderar tillsammans över vilka värdeord vi vill att ska ligga som grund för verksamheten för att vi ska få höra det här sägas om oss. Vi definierar också vad orden betyder för oss i praktiken.

FÖR TRYGGA INOM I

12	11	10	9
16	15	14	13

DIALOGDUK

för idrottsföreningar

3. HUR VILL VI BLI OMTALADE?

Det finns många som är intresserade av vad vi som förening gör och vad vi står för, t.ex. våra ledare, våra aktiva, föräldrar, kommunen, sponsorer m.fl. Vad vill vi att de ska säga om oss?

a) Nu ska vi fylla i pratbubblor med uttalanden som vi önskar höra om föreningen. Vi skriver också ner vem som uttalar sig.

b) Om vi blir omtalade på det här sättet, vilka effekter kan det få för vår förening?



7. NÄSTA STEG – KONKRETA HANDLINGAR

Vi har nu påbörjat arbetet med föreningens värdegrund. Nu ska vi ta fram en handlingsplan för det fortsatta konkreta arbetet med värdegrunden. Hur ska värdegrunden synliggöras i verksamheten?

- Vad behöver vi göra? (initiativ/aktiviteter)
- Hur ska vi göra det?
- Vem/vilka ansvarar?
- Tidsplan och uppföljning

Använd gärna underlag på baksidan av dialogduken.

6. EXEMPEL UR VARDAGEN

Vi tänker först individuellt och berättar sedan för varandra

- om en situation/händelse då jag upplevde att jag inom föreningens verksamhet levde upp till våra värdeord.
- om en situation/händelse då jag upplevde att jag inom föreningens verksamhet inte levde upp till våra värdeord.

12	11	10	9
16	15	14	13

ringar och den verksamhet som vi i vår
t aktivt driva utvecklingen framåt är att
på så sätt öka medvetenheten om vilka

8. AVSLUTANDE REFLEKTION

Vi går laget runt och berättar hur vi
tycker att arbetet och samtalen med
dialogduken fungerat.

12	11	10	9
16	15	14	13

Den här dialogduken behandlar de värde
förening vill utveckla och stå för. Ett sätt
föra ett bra samtal om de här frågorna om
vi är och i framtiden vill vara.

1. DIALOG ÄR ATT TÄNKA TILLSAMMANS

Vi kommer överens om gemensamma spelregler som
gäller medan vi arbetar med dialogduken. Det här
hjälp oss att föra ett bra samtal.



12	11	10	9
16	15	14	13

2. VARFÖR VALDE JAG ATT ENGAGERA MIG?

Vi berättar turvis för varandra om varför vi valt att engagera oss i föreningens verksamhet, vilket vårt första intryck var och något om varför vi valt att stanna kvar.