



## FÖRELÄSNING

# MED EN KLUMP I MAGEN

Utanförskap och mobbning finns varje sig vi vill eller ej. Ibland synligt men ibland sker det i det dolda. Inte alla berättar om sina upplevelser utan väljer kanske att bara sluta.

Att uppmärksamma hur vi är mot varandra, både fysiskt och digitalt, och hur det påverkar inte bara en enskild person utan hela gruppen är ett stort steg i riktning mot en mer glädjefyllt och givande träning.

Om det finns motsättningar, utanförskap och mobbning i gruppen så kommer detta att ha en negativ påverkan på *hela* gruppen. Ingen mår bra av att kränkningar pågår och ingen kan ställas utanför. Fundera tex på hur den som är utsatt upplever dem i gruppen som är tysta och inte säger ifrån. För en utsatt person är tystnad det samma som att man håller med.

Med den här föreläsningen får ni som ledare en chans att förstå hur mobbning och kränkningar påverkar och vad ni tillsammans kan göra åt det. Att arbeta med mobbning när den finns är svårt men att arbeta förebyggande är enklare och givande. Låt Jesper hjälpa er att hitta nycklar till ett friskt och tryggt utövande med barnen i en glädjefyllt miljö. Först då kan vi börja nosa på riktig framgång.

**Vänta inte tills mobbningen är ett faktum – den uppförsbacken är allt för brant.**

## OM JESPER SVENSSON

Jesper Svensson har arbetat med frågor som rör mobbning och kränkande behandling sen 2005 och har bland annat fått sin utbildning av Stiftelsen Friends. Han har många tusen timmar framför publik, både barn och vuxna.

En av idrottens viktigare uppgifter är att förmedla glädje. Utan den blir varken utövare eller tränare långvarig. Ingen vill gå till träningen med en klump i magen.



### KOSTNAD

3.000,-  
+ RESA

### TID

1,5 – 2 TIMMAR

### MAX ANTAL

CA 30 PERSONER

### BOKA EN UTBILDNING

Kontakta din förenings idrottskonsulent eller receptionen på idrottens hus: 019-17 55 00