



Nuorten välisen seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisy urheiluseuroissa

Valmentajat voivat käyttää tätä ohjetta, kun haluavat ennaltaehkäistä seksuaalista häirintää ryhmässään tai joukkueessaan. Nämä askeleet on hyvä käydä läpi myös, jos ryhmässä on esiintynyt seksuaalista häirintää.

1. Kertaa ryhmän/joukkueen käyttäytymissäännöt

Jokainen kausi kannattaa aloittaa asettamalla selkeät odotukset ja käyttäytymissäännöt. Käyttäytymiseen liittyviä odotuksia läpikäydessä valmentajien on hyvä myös kertoa, minkälainen käyttäytyminen ei ole hyväksyttävää. Valmentajan on tärkeä muistuttaa, että seksuaalista häirintää ei hyväksytä.

2. Anna urheilijoille tietoa seksuaalisesta häirinnästä

Käsittele seksuaalista häirintää koko joukkueen tai ryhmän kesken. Käy läpi, mitä seksuaalinen häirintä on, häirinnän vaikutukset ja vahvista urheilijoiden keinoja puuttua häirintätilanteisiin.

Mitä seksuaalinen häirintä on?

- Seksuaalinen häirintä on ei-toivottua käytöstä, jolla loukataan toisen seksuaalista itsemääräämisoikeutta tai koskemattomuutta.
- Seksuaalisella häirinnällä on yhtymäkohtia kiusaamiseen.
- Seksuaalisen häirinnän kohteeksi voi joutua kuka vaan; tytöt, pojat, muun sukupuoliset ja transihmiset.
- Seksuaalisella häirinnällä luodaan usein uhkaava, nöyryyttävä tai ahdistava ilmapiiri.
- Seksuaalista häirintää esiintyy kaikissa urheilulajeissa ja kaikilla tasoilla

Esimerkkejä seksuaalisesta häirinnästä

- epäasialliset seksuaaliset puheet, esimerkiksi vitsit, vartaloa tai intiimiä yksityiselämää koskevat seksuaaliväritteiset huomautukset tai kysymykset



- seksuaalisesti vihjailevat eleet tai ilmeet, esimerkiksi itsetyydytystä tai yhdyntää kuvaavien eleiden esittäminen
- epäasialliset seksuaaliset sisällöt eri sosiaalisen median kanavissa, WhatsApp-, Snapchat- yms. viestit, tekstiviestit, sähköpostit, puhelinsoitot
- yhdyntää tai muita seksuaalisia tekoja koskevat ehdotukset tai vaatimukset

Yllä mainitut esimerkit ovat rikoksia, jos ne kohdistuvat alle 16-vuotiaaseen. Toisen luvaton koskeminen intiimialueille, kuten peppuun, reisiin, rintoihin tai sukuelintenalueelle voi täyttää rikoksen tunnusmerkit riippumatta siitä, minkä ikäinen kohde on.

Nuorten kanssa voi käydä läpi [Et ole yksin-hankkeen nettisivuilta löytyvän visan](#), jonka avulla on helppo pohtia seksuaaliseen häirintään liittyviä teemoja.

Seksuaalisen häirinnän ja flirttailun eroja

Häirintä

- On toimintaa, jossa loukataan toisen ihmisen seksuaalista itsemääräämisoikeutta
- On yksipuolista
- Ei perustu suostumukseen
- Sitä ei saa loppumaan, vaikka pyytäisi toista lopettamaan
- Tuntuu häirinnän kohteesta pahalta

Flirtti

- On vuorovaikutusta, jossa osoitetaan romanttista tai seksuaalista huomiota toista ihmistä kohtaan
- On vastavuoroista
- Molemmat ovat antaneet siihen suostumuksensa ilmein, elein tai sanoin
- Sen voi kumpikin lopettaa halutessaan
- Tuntuu mukavalta

Hyvän ja huonon kosketuksen eroja

Huono kosketus

- hämmentää, pelottaa, vihastuttaa
- uhkaavaa, painostavaa, suostuttelevaa, pakottavaa
- ei lopu pyydettyäessä
- satuttaa fyysisesti tai henkisesti
- kosketuksesta tekee mieli lähteä pois

Hyvä kosketus

- tuntuu hyvältä ja miellyttävältä
- kosketuksesta jää hyvä mieli
- loppuu viimeistään, kun sen itse haluaa loppuvan
- on molemminpuolista

3. Mitä seksuaalisesta häirinnästä voi seurata?

Häirinnän tekijä

- kurinpidolliset toimenpiteet seuran toimesta
- kyseessä voi olla rikos, jolloin poliisin tehtävä on tutkia asiaa ja kuulustella epäiltyä
- poliisi voi tutkia seksuaalista häirintää esim. kunnianloukkauksena, pahoinpitelynä, seksuaalisena ahdisteluna, tai seksuaalisena hyväksikäyttönä
- häpeän ja syyllisyyden tunteet sekä ulkopuolisuuden tunne teon tultua ilmi

Häirinnän kohde

- pelko, nöyryytys, ahdistus, neuvottomuus, syyllisyys, häpeä, itsesyytös
- vaikeus luottaa muihin ihmisiin, ulkopuolisuuden kokemus
- vaikeudet ja pelko osallistua harjoituksiin

Harrastusympäristö

- ryhmän tai joukkueen yhtenäisyys kärsii, jos otetaan puolia puolesta tai vastaan seksuaaliseen häirintään liittyen
- poissaolot harjoituksista
- muiden syyllisyys ja paha olo siitä, etteivät osanneet auttaa tai puuttua
- pelko siitä, että seksuaalinen häirintä kohdistuu itseen jatkossa

4. Vahvista urheilijoiden keinoja puuttua näkemäänsä tai kokemaansa häirintään

Seksuaalista häirintää mahdollistaa sivustaseuraamisen kulttuuri, jolloin kukaan ympärillä olijakaan ei puutu häirintään. Muistuta, että on aikuisen vastuulla viimekädessä puuttua.

Vaihtoehto 1: Kohtaa häiritsijä ja kerro aikuiselle

Mieti yhdessä urheilijoiden kanssa, mitä häiritsijälle voisi sanoa, jos näkee jotakin toista seksuaalisesti häirittävän.

- "Tuo ei ole ok."



- "Ymmärrätkö, että se mitä teet/sanot, on tosi loukkaavaa?"
- "Kenellekään ei saa puhua noin."

Vaihtoehto 2: Keskeytä tilanne ja auta häirinnän kohdetta poistumaan paikalta ja kerro aikuiselle

- Jos häiritsijän suora kohtaaminen ei tunnu turvalliselta, poistu paikalta ja kerro aikuiselle, esimerkiksi valmentajalle, näkemästäsi seksuaalisesta häirinnästä. Älä jää seuraamaan sivusta seksuaalista häirintää tai nauramaan sille.
- Sano häiritsijälle ja muille sivustaseuraajille, ettet hyväksy seksuaalista häirintää. Kannusta myös muita lähtemään pois tilanteesta ja kertomaan valmentajalle tapahtuneesta.
- Voit auttaa seksuaalisen häirinnän kohdetta poistumaan paikalta. Kysy häirinnän kohteelta, haluaako hän tulla mukaasi. Voit pyytää muita sivustaseuraajia olemaan tukenasi.
 - "Tuo ei ole mielestäni kivaa. Mennään pois ja pyydetään XX meidän mukaan?"
 - "Hei, XX minulla on sinulle asiaa. Voitko tulla minun mukaan?"

Vaihtoehto 3: puhu häirinnän kohteelle yksityisesti ja kerro aikuiselle

- Tarjoudu kertomaan seksuaalisesta häirinnästä yhdessä häirityn kanssa valmentajalle tai muulle aikuiselle.
- Sano, ettei seksuaalinen häirintä ole hänen vikansa.

Vaihtoehto 4: Kerro valmentajalle tai muulle luotettavalle aikuiselle

- Vastuu seksuaaliseen häirintään puuttumisessa on aina aikuisella. Kannusta urheilijoita kertomaan, jos he näkevät tai kokevat seksuaalista häirintää. Kerro, kenelle he voivat asiasta kertoa.

Mitä voi tehdä, jos itse kohtaa seksuaalista häirintää?

- Sinulla on aina oikeus poistua tilanteesta sanomatta sanaakaan tai pyytämättä siihen keneltäkään lupaa.
- Sano häiritsijälle, että hänen käyttäytymisensä on loukkaavaa tai epämiellyttävää ja että hänen pitää lopettaa.



- Muista, ettet syytä häirinnästä itseäsi, vaikka et pystyisikään puolustautumaan! Kerro häirinnästä luotettavalle aikuiselle ja vaadi, että asialle tehdään jotain.

5. Valmentaja on osana luomassa seksuaalisen häirinnän vastaista ilmapiiriä

Valmentaja voi vaikuttaa seksuaalisen häirinnän vastaisen ilmapiirin luomiseen harrastuksessa päivittäisillä teoilla ja sanoilla.

- Vältä stereotyyppisiä kuvauksia sukupuolesta, kuten "tyttöjen/poikien lajit", "heittää palloa kuin tyttö", "käyttäytyy kuin poika".
- Puhu sukupuolineutraalisti. "Voitte pyytää perhettä, ystäviä ja tyttö- tai poikaystäviä/seurustelukumppaneita katsomaan esitystä, kilpailua tai ottelua."
- Kysy lapsilta tai nuorilta lupa, kun kosket heihin. Kerro, miksi kosket esimerkiksi avustaessa. Vahvistat näin heidän oikeuttaan omaan kehoonsa ja rajoihin.
- Puutu aina loukkaavaan kielenkäyttöön sukupuoleen ja seksuaalisuuteen liittyen. Passiiviset asenteet, sivusta seuraaminen, kieltäminen tai hiljaisuus luovat vaikutelmaa uhrille, että seksuaalinen häirintä on hyväksyttävää.
- Älä kysele tai vitsaile urheilijoiden intiimielämästä. Pidättäydy kaikista seksuaalisista kommenteista tai vitseistä.
- Pyri luomaan avoin ilmapiiri. Kerro, että urheilijat voivat kertoa kokemastaan häirinnästä luottamuksellisesti. Uurit voivat pysyä hiljaa seksuaalisesta häirinnästä säilyttääkseen asemansa joukkueessa tai säilyttääkseen yksityisyytensä.
- Pyri puhumaan urheilijoista aina kunnioittavasti. Kohtele urheilijoita kokonaisuutena. Älä esineellistä urheilijoita tai kommentoi heidän painoaan, murrosiän kehitystä/kehittymättömyyttä tai lihaksiaan.

Lähteet:

Ei meidän koulussa. <http://www.eimeidankoulussa.fi/>

https://www.ouka.fi/documents/64277/104164/Seksuaalinen_hairinta.pdf/725a79ad-78ff-49b5-8285-909bce86a5b4

Safeguarding athletes from harassment and abuse in sport IOC Toolkit for IFs and NOCs