

Så tycker Sveriges ledare, tränare och föräldrar 2017

En undersökning av och för Fotbollsföräldrar – på initiativ av SJ och SvFF för att hylla och inspirera alla eldsjälar inom barn- ungdomsfotbollen.

SJ Fotbollsföräldrar





SJ Fotbollsföräldrar



Bakom den här undersökningen står Fotbollsföräldrars initiativtagare SJ och SvFF.

Målet med undersökningen har varit att:

- 1) Ta reda på hur livet för fotbollsföräldrar* är på och runt planen
 - 2) Samla in tips och nyttiga erfarenheter som kan inspirera dig som ledare, tränare och förälder till att skapa en ännu roligare och mer meningsfull tillvaro för våra fotbolls barn- och ungdomar.
- På längre sikt hoppas vi bidra till att fler tränare och ledare stannar kvar inom fotbollen. För dig som vill diskutera eller ta del av mer spännande inspiration finns vi på [Facebook.com/fotbollsforaldrar](https://www.facebook.com/fotbollsforaldrar).

För att nominera någon du tycker förtjänar att hyllas som
Årets Fotbollsförälder på Fotbollsgalan i Globen,
gå in på [fotbollsforaldrar.se](https://www.fotbollsforaldrar.se)

(*ledare, tränare och föräldrar)

Tränarens viktigaste bidrag till barn och ungdomar?

Vi frågade vad ni tycker är viktigast att lära ut: Delaktighet och engagemang, sammanhållning och god stämning, motivation, Fair Play och bra uppförande eller spelarnas utveckling? Av era svar framstod att samtliga delar är mycket viktiga.

Så här tycker Sveriges ledare och tränare:

- 1 Fair Play och bra uppförande.
- 2 Sammanhållning och stämning i laget.
- 3 Delaktighet och engagemang.
- 4 Fotbollskunnande och spelarnas utveckling.
- 5 Motivation.

Och så här tycker föräldrarna:

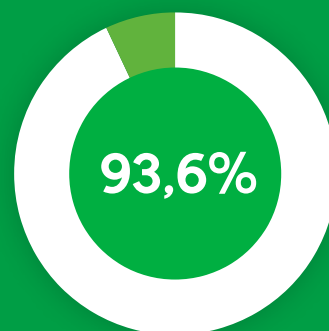
- 1 Fair Play och bra uppförande.
- 2 Delaktighet och engagemang.
- 3 Sammanhållning och stämning i laget.
- 4 Motivation.
- 5 Fotbollskunnande och spelarnas utveckling.

...Men vilket område är lättast, respektive svårast, att lära ut?

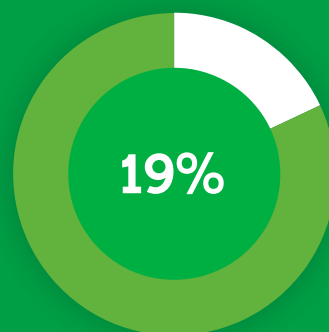
Att lära ut Fair Play och bra uppförande är ni många tränare och ledare som behärskar. Det svåraste är att bidra till ett ökat fotbollskunnande. Så här ser en inbördes ordning ut, med de områden landets ledare och tränare anser sig behärska bäst, överst:

- ① Lära ut bra uppförande och Fair Play.
- ② Skapa sammanhållning och bra stämning i laget.
- ③ Skapa delaktighet och engagemang.
- ④ Motivera spelarna.
- ⑤ Skapa ökat fotbollskunnande hos spelarna och laget.

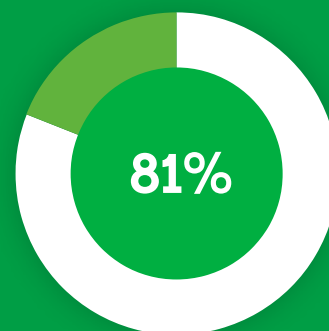
Visste du att:



93,6% anser att de är duktiga på att lära ut bra uppförande och Fair Play.



19% tycker att det ibland är knepigt att motivera sina spelare.



81% anser sig vara duktiga på att skapa delaktighet och engagemang.

Att se barnens glädje är en ledares starkaste drivkraft.

När man får rangordna vad som är mest givande i rollen som tränare/ledare tycker de allra flesta att barnens glädje och utveckling är mest givande.

1

Att se barnens glädje.

2

Att se barnens utveckling.

3

Att få vara del av en gemenskap.

4

Att utvecklas som tränare och ledare.

5

Att få bidra till föreningslivet.

6

Att få fortsätta verka inom sitt fotbollsintresse.



Hur viktigt är det att alla får spela lika mycket och att barnen utvecklas som fotbollsspelare?

Enligt föräldrar är det viktigast att alla får spela lika mycket och att laget utvecklas och mår bra. De med lite äldre barn tycker också det är viktigt att barnen utvecklas som fotbollsspelare. För de som har yngre barn är glädje viktigare än utveckling.

Andel som tycker det är ganska-mycket viktigt att alla får spela lika mycket:

Föräldrar till barn 6-9 år:

69%

Föräldrar till barn 10-12 år:

76%

Föräldrar till barn 13-16 år:

62%

Andel som tycker det är ganska-mycket viktigt att barnen utvecklas som fotbollsspelare:

Föräldrar till barn 6-9 år:

52%

Föräldrar till barn 10-12 år:

60%

Föräldrar till barn 13-16 år:

71%

Andel som tycker det är ganska-mycket viktigt med lagets utveckling och välmående:

Föräldrar till barn 6-9 år:

75%

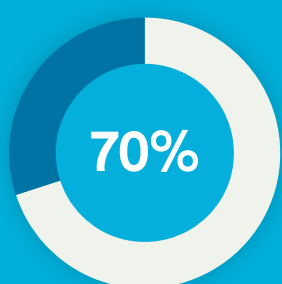
Föräldrar till barn 10-12 år:

89%

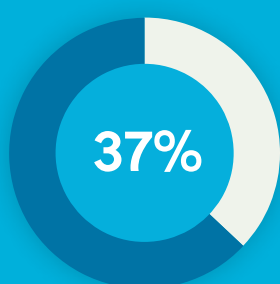
Föräldrar till barn 13-16 år:

84%

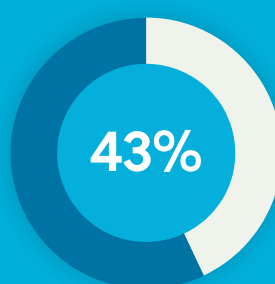
Föräldrarna anser sig i stor utsträckning vara delaktiga i laget, men tränarna håller inte helt med.



70% av föräldrarna känner sig delaktiga i sitt barns lag, 12,8% gör inte det.



37% av tränarna upplever att föräldrarna är delaktiga och engagerade, och 25,4% tycker inte det.

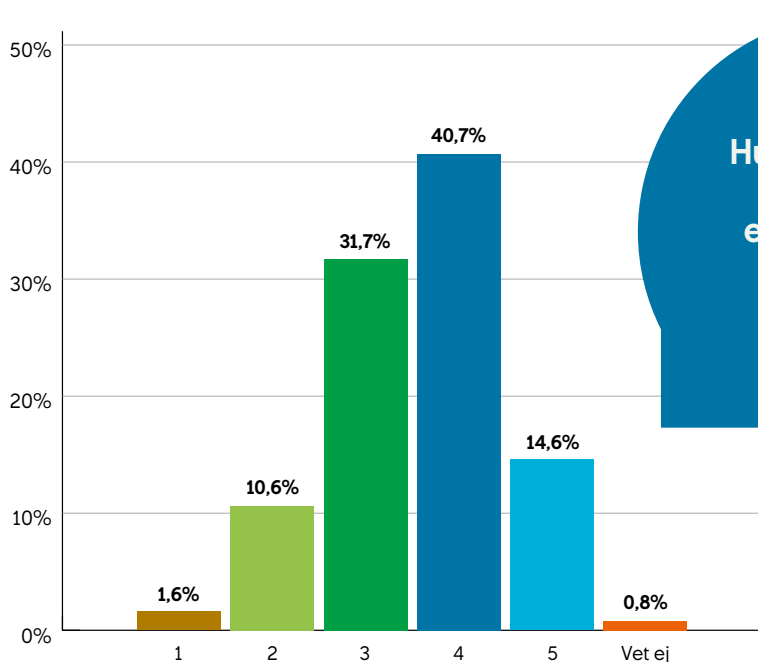


43% av tränarna eller ledarna upplever att de får stöd från föräldrarna.



59% upplever att de får stöd från föreningen.

I de flesta fall upplever tränarna föräldrarnas engagemang som positivt.



Hur upplever du föräldrarnas engagemang?

1 = Mycket negativt,
5 = Mycket positivt.

55,3% av tränarna upplever överlag föräldrarnas engagemang som positivt. Bara 12,2% upplever det som negativt.

Så, hur gör du för att engagera föräldrar på ett bra sätt?

En majoritet av landets barn- och ungdomstränare upplever föräldrars engagemang som positivt. Ni är många som tipsat om hur man kan få föräldrar engagerade, eller mer engagerade på ett positivt sätt. Här har vi samlat några av svaren.



“Ger dem möjlighet att vara delaktiga. Information kommunikation och tillgänglighet. Be om hjälp kring laget, lagaktiviteten, cuper etc. Ge feedback och starta dialog tidigt om det är något som inte känns bra eller någon händelse”

“Möten, fika sista torsdagen i månaden, föräldrarmatcher, presentationer kring hur vi ser föräldrarnas roll, de är med och hjälper till i övningar då och då”

“Ha samlingar inför varje säsong, pratar bara om det positiva och förklarar vikten av att föräldrar är närvarande och stöttande. Se till att de ser alla barn och inte bara sitt eget. Då får barnen extra mycket stöttning och ännu mera trygghet att vara just den dom är. Vi umgås även vid sidan av många av föräldrarna”

“Vi provar nu föreningsföräldrar, typ som klassföräldrar. Där vi har delat in alla föräldrar i 4 grupper och behöver vi hjälp så går vi ut i grupperna och ber om hjälp”

“Vi har skrivit samman ett dokument med hur vi tillsammans vill agera inom laget och hur vi vill uppfattas av andra lag. Till exempel bidrar föräldrar med glada hejarop när det egna laget och det andra gör något bra och vi klagat inte heller på domaren utan ger gärna beröm när hen gjort en bra match”

“Första läget är att skapa en bra dialog och därefter bygga på en förförståelse för betydelsen av deras delaktighet”

”Jag tycker att föräldrar har ett stort ansvar här.”

Mohammed Al-Hakim | Fotbollsdomare

De kan till exempel försöka att se till så att även alla föräldrar är inkluderade i laget. Många gånger blir det så att föräldrarna skapar grupperingar utanför planen vilket i sin tur påverkar barnen på plan. Föräldrar ska ha ett öppet och positivt tänk.

Experten
tipsar



Så tycker föräldrarna:

Tid och respekt för befintliga tränare är vanliga hinder för ett fördjupat föräldraengagemang.

Av de föräldrar som inte känner sig delaktiga idag är det faktiskt 20% som skulle vilja vara mer delaktiga. Så varför är man då inte mer involverad? Tiden är ett vanligt hinder, men även att man anser att det redan finns andra som är engagerade.

Som förälder kan man alltid vara delaktig vid sidan av planen. Vi frågade föräldrarna hur de gör för att stötta och skapa god stämning:

“Kommer på matcher och föräldramöten, pratar med mitt barn om träningar, kompisar mm. Hejar på alla i laget och applåderar all fin fotboll, vinster och Fair Play oavsett om det är mitt lag eller motståndarna.”

“Vara med på matcher/cuper och heja i med- och motgång. Även kolla på träningar. Ställa upp vid samåkning. Vara delaktig vid till exempel lottförsäljningar. Hälsa på barn och föräldrar då man ses. Även tränare o ledare.”

“Vara närvarande på samtliga matcher, heja fram laget, berömma bra prestationer, skoja och skämta med tjejerna.”

“Är med på i princip alla träningar och matcher. Pratar hemma mycket om att vara schysst mot varandra och motståndarlag. Är en ”motvikt” till att fotbollen är viktigast, säger ifrån till tränare och är öppen inför andra föräldrar . Ibland är kompisar viktigare. Lusten måste ALLTID finnas!!”

Vad hindrar dig som förälder från att vara mer delaktig?

“Tid och en ihopslagning av två lag gör att det tar ett tag både för ungdomar och föräldrar att hitta sin roll”.

“Jag vill inte gå in på tränarnas områden. Men jag försöker vara aktiv i föreningen”.

“Tiden.. Har två söner som spelar i olika klubbar och är ensamstående”.

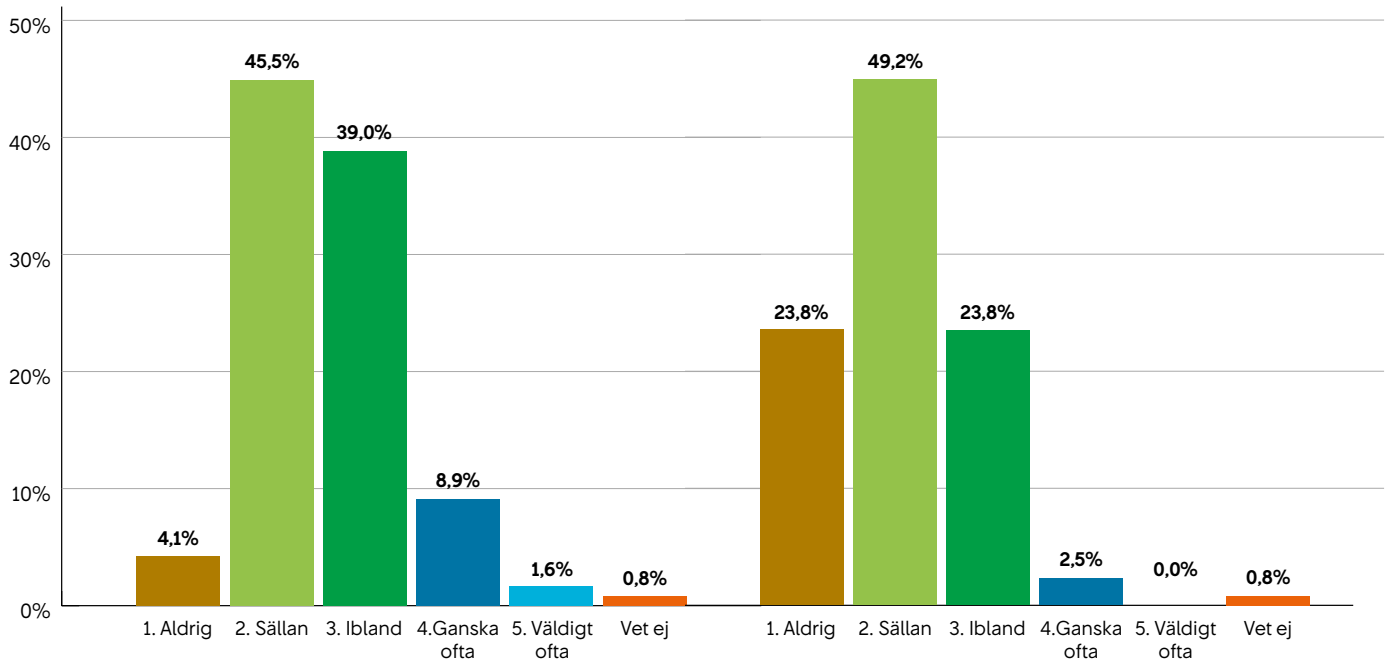
“Vill inte trampa på tränarnas tår, men vi har ett bra samarbete”.

“Svårt att få kontakt”.





Konflikter och utanförskap uppstår. Men hur ofta? Och hur löser man dem?



Hur ofta har du varit med om att det har uppstått konflikter inom laget?

Har du varit med om att någon av barnen i ditt lag har hamnat utanför gruppen?

Hur kan ledare och tränare hantera konflikter inom laget?

Johan Fallby | idrottspsykolog

Jag tycker att arbetet i vardagen är det viktiga. Om det uppstår konflikter eller man tycker olika är det lättare om det finns en miljö där man faktiskt kan ta upp konflikterna och prata på ett snyggt sätt. Det gäller att barnen är vana vid att prata om saker och ting och att man inte dömer när någon har en åsikt utan ställa frågor som "hur tänker du där? Kan du förklara mer?". Det gör att man får större förståelse för varandra och lär sig att kommunicera på ett bra sätt. Så håll kommunikationsfanan högt! Våga ta upp saker lugnt och metodiskt när det har lugnat ner sig.



...Så här löser ni utanförskap eller en konflikt i laget.

“Jag pratar om det både med barnen och föräldrarna ... försöker hitta olika övningar för att visa att vi är bra på olika saker och gärna övningar där vi alla får skratta t.ex. Stafett/ Hinderbana mot eller med föräldrar”.

“Vi pratar om det. Vi hjälper killarna att få sätta ord på tankar och åsikter, samt belyser att alla är viktiga, alla behövs och alla får vara med.”

“Pratar med barnen om det. Vissa grundläggande saker bestämmer vi ledare. Andra saker bestämmer vi gemensamt.”

“Tar tag i det direkt, tror det är det enda sättet. Sedan försöker jag i alla fall en gång i månaden prata om respekt för varandra domare och motståndare, så dom får det inpräntat.”

“Jag försöker prata med spelaren som är utanför och grupperar spelaren med andra spelare som är mer tillmötesgående. Men den här frågan är väldigt bred och beror helt på vilka personer som är inblandade.”

“Försöker påpeka att konflikter inte leder någon vart nu spelar vi fotboll. Utanförskap försöker man hitta praktiska lösningar som att para ihop barn som passar ihop.”

”I grunden handlar det om att träna på att ha respekt för varandra. ”

Daniel Ekvall | idrottspsykolog SvFF

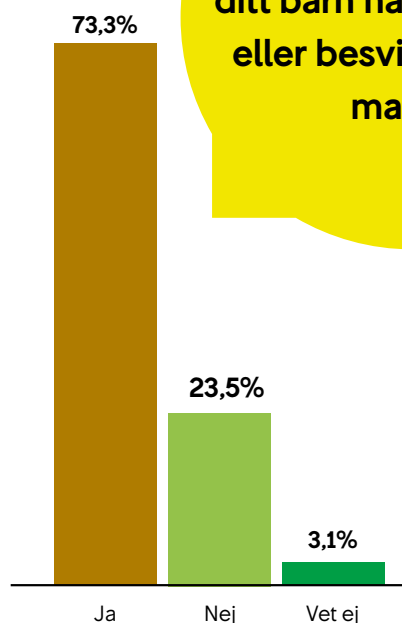
Jag tycker att det viktigaste är att arbeta förebyggande med utanförskap och konflikter. Det kan man göra genom att medvetet arbeta med lagets sammanhållning, relationer och skapa en miljö där alla känner sig delaktiga i gruppen. I grunden handlar det om att träna på att ha respekt för varandra. När det gäller kommunikation och att visa respekt är ledare och föräldrar självklart viktiga som förebilder.



Experten
tipsar

Det händer att barn blir ledsna på planen....

73,3% av föräldrarna har upplevt att deras barn har varit ledset eller besviket efter en match.



Har du upplevt att ditt barn har varit ledset eller besviket efter en match?

”Jag tycker att det är viktigt att man som ledare normaliserar alla känslor”

Daniel Ekvall | idrottspsykolog SvFF

Jag tycker att det är viktigt att man som ledare visar empati, förståelse och normaliserar alla känslor. Att man visar att det är okej att vara ledsen.

Sedan är det viktigt att ta reda på varför barnet är ledset. Om ett barn blivit retat eller känner sig utanför måste man genast ta tag i det och diskutera respekt och hur man bör bete sig mot varandra i ett lag. Är barnet ledset för att man förlorat matchen kan man istället försöka få barnet att fokusera på något bra som hände i matchen eller någon annan händelse som muntrar upp. Försök helt enkelt att skingra barnets tankar lite.



Experten tipsar

Hur gör du för att stötta ledsna barn?

Öppna svar från föräldrarna:

“Förklarar att det är en del av sporten och livet. Man kan och behöver inte alltid gå vinnande ur allt för att lyckas i livet”.

“Ha en dialog om vad som var bra och vad som kan utvecklas. Vad hon kan göra som individ och även vad laget kan förbättra. Om det är något hon tycker att laget behöver träna mer på - ta upp det med tränarna.”

“Låter honom vara besviken en stund men lyfter sedan fram allt som var bra. Påminner om att det blir så i fotboll, ibland förlorar man och det är okej man kan bara göra sitt bästa”.

“Min son är inte pratbar förrän ett par timmar efter en förlust. Han blir inte så mycket besviken över själva förlusten. Utan laginsatsen. Om inte alla kämpar och gör sitt bästa. Också väldigt höga krav på sig själv. Vi försöker analysera, väga bra mot dåligt osv”.

“Uppmuntrar det han har gjort bra och att det viktiga inte är resultatet utan att de hade kul. Säger att det är ok att vara besviken och få vara ledsen över det men att det är viktigt att kunna släppa det och gå vidare.”

Och några tips från ledarna eller tränarna:

“Samtalar enskilt vid lämpligt tillfälle t ex efter nästkommande träning eller tidigare om så behövs. Beror lite på hur det tar sig uttryck. Att ogilla förlust tycker jag är bra, signalerar enligt mig att man vill något och bryr sig, men man får naturligtvis inte säga/göra vad som helst för det. Man tackar domare och motståndare efter matchen. Man lägger inte skulden på enskilda spelare utan ”vi vinner, vi förlorar” är mottot. Kan även tas upp i utv.samtal och då ha som en förbättringspotential som man följer upp.”

“Pratar ibland med barnet enskilt och ibland allmänt i lagen och ber barnen vara konstruktiva i hur dom tycker man ska göra och hur man kan vända på en förlust till något positivt.”

“Pratar alltid oavsett resultat om prestation. Går alltid hitta mycket positivt oavsett resultat.”

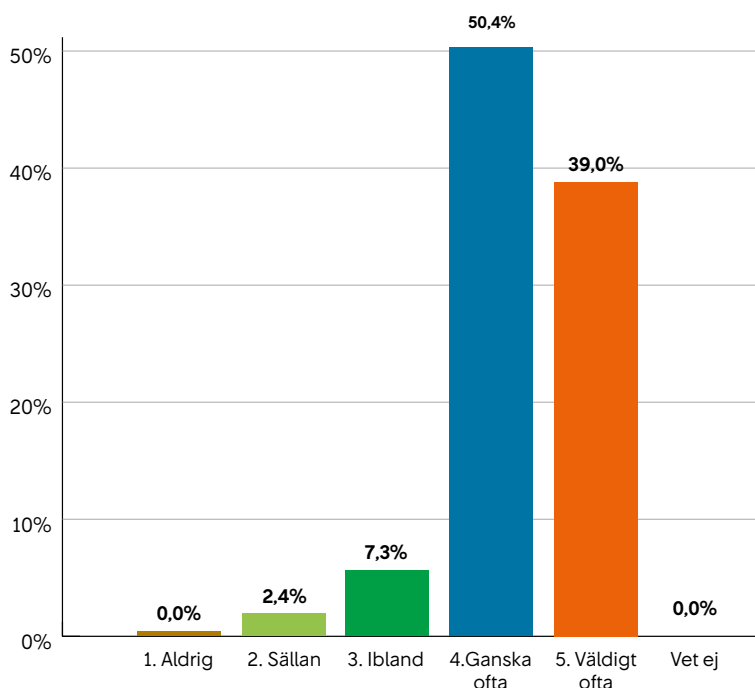
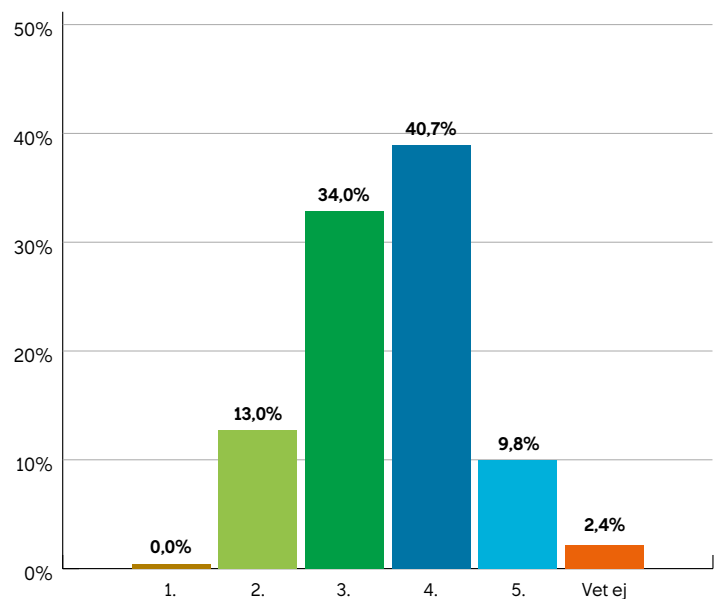
“Vi har inte riktigt det problemet. Vi har förlorat ganska mycket så alla är vana vid det. Problemet är istället att vissa tappar självförtroendet och deppar. Jag försöker peppa och förklara att det kommer att vända så småningom.”

Hur väl efterföljs Fair Play inom barn- och ungdomsfotbollen?

50,5% av tränarna och ledarna upplever att Fair Play generellt följs på ett bra sätt inom barn- och ungdomsfotbollen och 89,4% säger att de ofta pratar med barnen om hur de ska uppföra sig på planen.

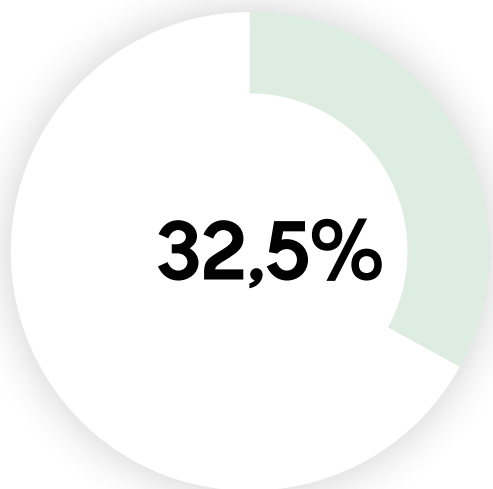
Hur upplever du att man följer Fair Play inom barn- och ungdomsfotbollen generellt?

1 = Inte alls,
5 = väldigt väl

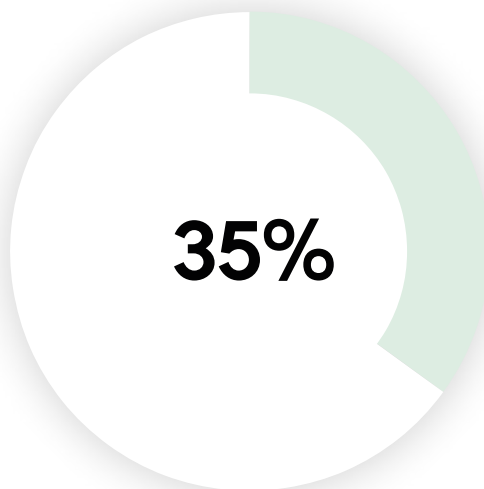


Hur ofta pratar du med ditt lag om hur man ska bete sig på planen?

Det hör inte till vanligheterna, men händer ibland att både spelare och föräldrar uppträder olämpligt.



32,5% av tränarna upplever att spelare ibland betar sig olämpligt vid match.



35% av tränarna upplever att föräldrar ibland betar sig olämpligt vid match.

Hur kan tränare och ledare prata med sitt lag om Fair Play?

Lisa Ek | tränare, före detta fotbollsproffs och expertkommentator

Det är viktigt att prata med sitt lag om Fair Play men det är ännu viktigare att visa vad Fair Play är. Om man inte som ledare visar vägen och alltid föregår med gott exempel spelar det ingen roll hur mycket man pratar om Fair Play. Jag tycker att det är viktigt att alltid ha en god samtalsstön med spelarna, de andra ledarna och föräldrar, även de i det andra laget. Under matcher när det kan bli lite hetsigare kan man till och med uppmuntra spelarna i motståndarlaget om de gör någonting bra.

Experten
tipsar



Vilken är den största utmaningen i rollen som tränare/ledare och hur hanterar du det?

Ni är många som berättat om era största utmaningar som ledare och tränare, men också många som gett fina och matnyttiga tips om hur ni hanterar era utmaningar. Här har vi samlat några av alla svar.

Tyck gärna till på facebook.com/fotbollsforaldrar



Experten
tipsar



Hur ska tränare göra för att hinna se varje enskild spelare?

Lisa Ek | tränare, före detta fotbollsproffs och expertkommentator

Jag brukar se till att man är flera ledare på plats och före träning delar vi upp laget mellan oss så att jag till exempel har ansvar för att se fem av spelarna. Då tar jag hela träningen och bara fokuserar på dem. Jag matar dem med feedback och uppmuntrande ord. Mina kollegor har liknande ansvar för fem andra. Så vi minskar gruppen och på så sätt har vi tid att se fler mycket mer.



“Att spelare är på olika nivåer. Jag försöker att både nivåindela och blanda för att verksamheten inte ska vara helt och hållet slumpartad”.

“Största utmaningen är föräldrarna att få dem engagerade, intresserade... få deras förståelse för oss som jobbar ideellt, vi ledare gör vårt bästa ofta med små resurser och med stor egen insats. Det jag har gjort är att föräldrarna är med på träningar som hjälptränare”.

“Att få alla att ha roligt och vilja fortsätta med idrott. En klapp på axeln, nämna alla med ditt namn och ge positiv feedback till alla under träningen”.

“Att hitta deltagare och hitta en bra nivå på träningar då lag på landsbygden tenderar bli för uppdelade ex. För stort spann på åldrar i samma lag. Vi jobbar mycket med sammanhållning, prata, prata, prata om allt! Då inte bara inom fotbollen”.

“Få alla och känna sig delaktiga och duktiga utan grupperingar detta är rätt tufft då vi i vårt lag har blandade killar och tjejer i åldrarna 04-07 så det är stor skillnad i vår trupp på kunnande och intresse.

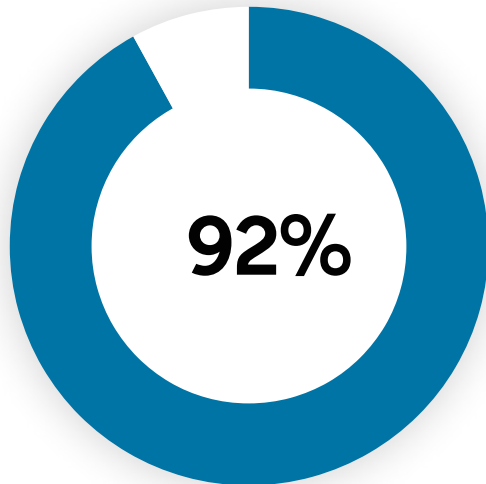
“Åsikter från föräldrar som kanske inte vet hur fotboll fungerar rent taktisk, spelmässigt och att vi som tränare faktiskt är människor som gör det ideellt utan ersättning, och bara vill deras barn det bästa”.

“Behålla tjejerna kvar i fotbollens värld så länge som möjligt. Skapa trivsel och glädje till detta. Även försöka fånga presumtiva ledare”.

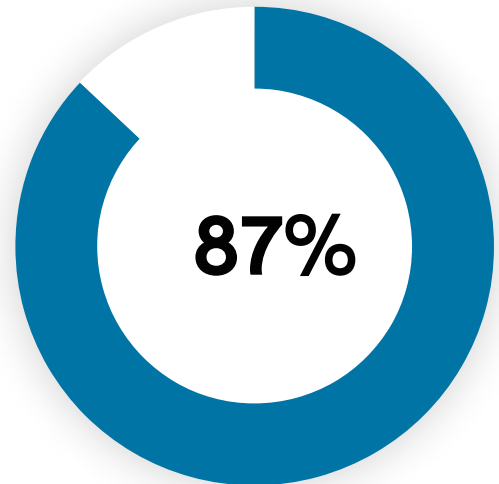
“Att försöka förstå hur barnen verkligen känner sig och inte bara tolka dem efter deras prestationer. Varför gör han inte sitt bästa och anstränger sig? Eller gör han det fast jag inte ser det? Samt att skapa en utmaning för alla och samtidigt se alla”.

“Att få alla att känna sig sedd gör vi i ledarteamet genom att t ex dela in våra ca 30 tioåringar i fyra olika grupper på träningen. Med ca 6-8 barn i gruppen hinner man utveckla dem individuellt, återkoppla individuellt”.

Hur trivs de ledare och tränare som svarat på vår undersökning?



92% säger att deras engagemang inom barn- och ungdomsfotbollen ger glädje. 49,6% säger att det ger största möjliga glädje.



87% av tränarna eller ledarna känner sig behövda. 61,8% känner sig sedda. 14,7% känner sig ensamma.



Hur länge tror du att du fortsätter som tränare?

Totalt tror sig 37% fortsätta som tränare/ledare i mer än fem år. 38% i mindre än fem år. 24% vet inte hur länge de kommer fortsätta.

Av de som tränar barn i åldrarna 6-9 år tror sig

47%

fortsätta i fem år eller mer.

Av de som tränar barn i åldrarna 10-12 år tror sig

43%

fortsätta i fem år eller mer.

Av de som tränar barn i åldrarna 13-16 år tror sig

24%

fortsätta i fem år eller mer.

”Berätta att du uppskattar det engagemang som tränarna lägger på barnens idrott.”

Daniel Ekvall | idrottspsykolog SvFF

Det enklaste är att berätta att man uppskattar det engagemang som tränarna lägger ner på barnens idrott, att man helt enkelt berömmar tränarna för den insats de gör. Dessutom tycker jag att man kan fråga tränarna om de behöver någon extra hjälp runt träningarna. Kanske genom att samla in bollar, ha koll på tiden eller hålla ordning och reda på barnen.

Experten
tipsar



Om undersökningen:

Bakom undersökningen står Fotbollsföräldrar som är ett samarbete mellan SJ och Svenska Fotbollförbundet. Undersökningen har genomförts av Passion Lab och har distribuerats som en digital enkät i maj-juni 2017. Syftet har varit att utifrån olika frågeställningar kopplade till tränares, ledares och föräldrars vardag bidra med inspiration och lärdomar. Av totalt 301 respondenter har 40,8% en roll som ledare eller tränare inom ungdomsfotbollen. 54,8% är föräldrar till barn som spelar fotboll men utan att ha en roll som ledare eller tränare, vilka har utgjort undersökningens två huvudsakliga baser.

Av de svarande är:

89,9%
mellan 31-50 år

36%
män

62,2%
kvinnor

Av de tränare eller ledare som svarade är 26% verksamma i åldersgruppen 6-9 år, 35,8% 10-12 år, 34,1% 13-16 år.

Av föräldrarna som inte har en ledar- eller tränarroll har 17,6% barn som är 6-9 år, 40,6% 10-12 år, och 33,9% 13-16 år.

Förutom Dalslands Fotbollförbund finns respondenter från samtliga av Svenska Fotbollförbundets distrikt.

SJ Fotbollsföräldrar

