



# SAMMENFATNING

---

# FORVENTNINGER OG UDFORDRINGER

Blandt forældre til idrætsaktive børn i mødet med foreningslivet



## INTRO

DIF udgav i juni 2023 rapporten FORVENTNINGER OG UDFORDRINGER BLANDT FORÆLDRE TIL IDRÆTSAKTIVE BØRN I MØDET MED FORENINGSLIVET. Rapporten baserer sig på svar fra mere end 2500 forældre til børn i alderen 0-12 år, som spiller fodbold eller håndbold, går til gymnastik, svømning eller ridning eller svinger en ketcher i en af landets tennis- eller badmintonklubber.

Afsættet for undersøgelsen er en oplevelse af manglende viden om forældrenes overvejelser og erfaringer i forbindelse med deres børns deltagelse i foreningsidrætten. Hvilke forventninger har de på deres børns og egne vegne? Hvad udfordrer dem? Har de lyst til at hjælpe til, men ved ikke helt, hvordan de kommer i gang?

Når det er vigtigt at vide mere om, hvordan forældrene oplever mødet med foreningslivet, er det bl.a. fordi, vi fra undersøgelser ved, at engagerede og positivt støttende forældre er helt centrale i forhold til, at børn oplever glæde ved sporten, samt at de bliver ved med at være en del af foreningslivet.

I dette sammendrag præsenterer vi undersøgelsens vigtigste pointer og kommer med en række anbefalinger til de trænere og ledere, der hver eneste uge i praksis arbejder med at udvikle samarbejdet med forældrene.

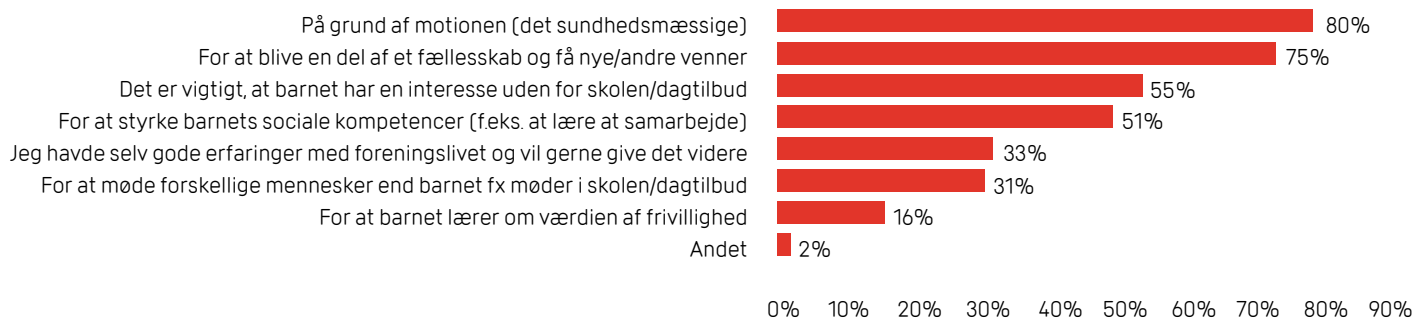
Hele undersøgelsen: FORVENTNINGER OG UDFORDRINGER BLANDT FORÆLDRE TIL IDRÆTSAKTIVE BØRN I MØDET MED FORENINGSLIVET kan downloades på DIF's hjemmeside ([www.dif.dk/idraetsforaeldre](http://www.dif.dk/idraetsforaeldre)).

God læselyst!

## DET HANDLER OM MEGET MERE END BEVÆGELSE...

Forældres betydning for, at børn kommer i gang med at dyrke idræt, er – især for de mindste børn – ret oplagt og veldokumenteret. Spørgsmålet er, hvad der er "vigtigt" for forældrene, når de vælger at sende deres børn ned i den lokale idrætsforening.

I en stadig mere stillesiddende børnekultur har forældrene et ønske om, at deres børn er en del af en kultur, hvor bevægelse er omdrejningspunktet. Som det fremgår af figur 1, er der dog også andre faktorer, der har betydning for, at forældrene vælger, at deres børn skal være en del af foreningsidrætten:



Figur 1: Hvorfor er det vigtigt for dig, at dit barn dyrker idræt i en idrætsforening?

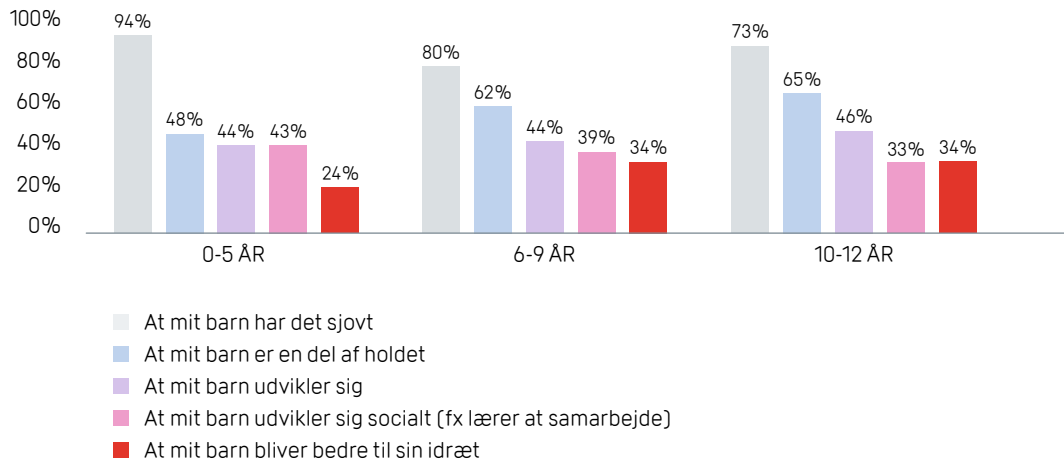
At børn bliver en del af foreningsidrætten er for en stor gruppe af forældre et værdibaseret og ideologisk valg, hvor det ikke kun handler om bevægelse, motorik og færdigheder. Det er også et bevidst tilvalg af arenaer, hvor

forældrene har en klar forventning om, at barnet bliver en del af et fællesskab, får nye venner og får styrket sine sociale kompetencer.



## DET SKAL VÆRE SJOVT!

At det ikke kun handler om selve aktiviteten, viser sig også, når man ser på, hvilke forventninger forældre har til deres børns udbytte af deltagelse i foreningsidrætten:



Figur 2: Hvad er de primære forventninger, du har til, hvad dit barn får ud af sin idrætsdeltagelse? – Top 5.

I lighed med andre undersøgelser peger forældrene på, at det skal være "sjovt", hvilket ikke handler om, at deres børn skal gå grinende fra træning, men snarere handler om helhedsindtrykket

af aktiviteten: At aktiviteten i sig selv er spændende og udfordrende, at barnet føler sig tryk og som en del af et anerkendende fællesskab, samt at barnet oplever at blive dygtigere til sin idræt.

## MEN DET SKAL IKKE BARE VÆRE SJOVT!

I takt med at børnene bliver ældre, har forældrene også en forventning om, at deres børn bliver en del af et fællesskab, tilegner sig evnen til at tage ansvar og at kunne samarbejde, samt at de bliver dygtigere til den pågældende idræt.

Hvad man som forælder forventer sig af deltagelsen i foreningsidrætten, sætter denne mor til en 11-årig badmintonspiller ord på:

*"Jeg har en forventning om, at der er nogle gode trænere. At de gør sig umage. Noget af det, der er vigtigst for mig, uanset hvad de laver, er, at de har det sjovt. At det ikke skal blive for seriøst, og at de går død i det, men at de dybest set kommer hjem fra næsten hver træning og siger: "jeg har haft det sjovt i dag", "jeg har lavet noget, som jeg synes, var fedt". Så kan jeg godt lide, at foreningerne har det sociale element, altså laver noget fællesspisning, klubfest, nytårsbanko eller hvad der nu er, men så man har nogle sociale tiltag, som gør, at man også kommer i klubben, hvor sporten ikke er det primære, men hvor man også laver noget andet sammen".*

**(Mor, søn 11 år, badminton)**

For denne mor og det store flertal af forældre er foreningsidrætten ikke kun bevægelse og høj puls, men reelt også en dannelsesarena, hvor børnene tilegner sig kompetencer, der også kan anvendes uden for idrætten.



### Til overvejelse:

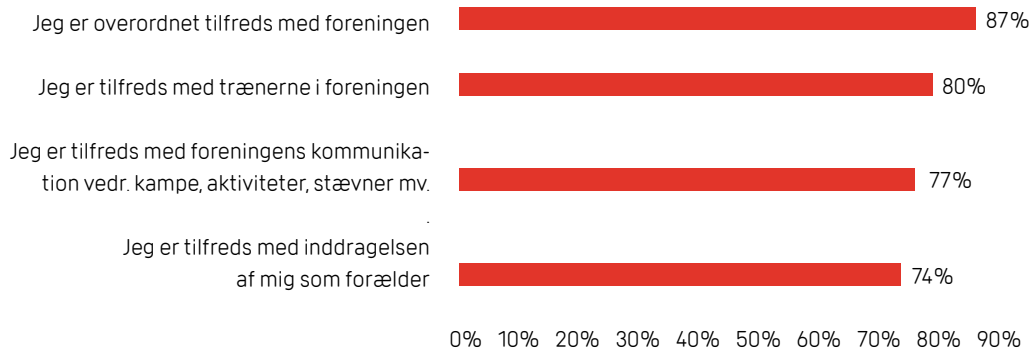
Hvor meget har du som træner/I som forening fokus på at "sælge" foreningsidrætten som meget mere end blot en bevægelsesarena, men også som en arena, hvor man tilegner sig feks. relationelle færdigheder?





## HØJ GRAD AF FORÆLDRETILFREDSHED, MEN...

Forældrene har mange forventninger til deres børns deltagelse i foreningslivet – og noget tyder på, at foreningslivet i vid udstrækning lever op til disse forventninger:



Figur 3: I hvor høj grad er du tilfreds med foreningen?

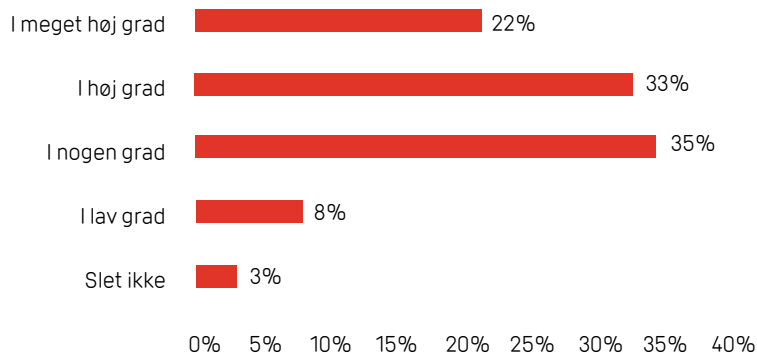
Ni ud af ti forældre er helt overordnet tilfredse med det foreningstilbud, deres barn er en del af, og en næsten lige så stor andel er tilfredse med trænerne, foreningens kommunikation og foreningens inddragelse af dem som forældre.

At den store gruppe af forældre er tilfredse med foreningstilbuddet, betyder dog ikke, at de ikke også kan føle sig udfordrede i mødet med foreningskulturen.

## TILMELDING TIL KAMP, KAGEORDNING OG AFBUD TIL TRÆNING

### Kender forældrene til kulturen i den forening, som deres barn er medlem af?

Der kan være mange nye "koder", der skal afkodes, når ens barn bliver en del af foreningsidrætten, men for flertallet af forældre forekommer mødet med foreningskulturen ikke at være det helt store problem:



*Figur 4: Føler du, at du ved, hvordan kulturen generelt er i den sport, dit barn dyrker?*

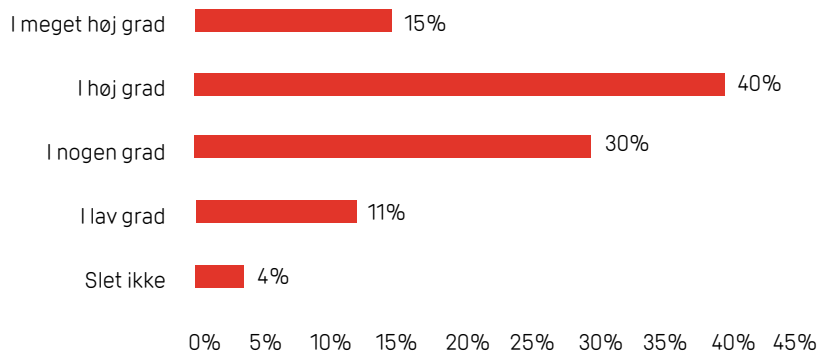
Lidt mere end halvdelen (55%) af forældrene føler, at de i meget høj eller høj grad kan afkode kulturen i deres børns idrætsforening. Svaret på spørgsmålet hænger dog i vid udstrækning sammen med, om man som forældre selv har foreningserfaring: 18 procent flere forældre med foreningserfaring sammenlignet med forældre uden foreningserfaring oplever i meget høj eller høj grad at vide, hvordan kulturen i sporten er. Ikke overraskende har det også en positiv effekt på ens oplevelse af at kende til kulturen i sporten, hvis man har dyrket sporten selv. Vi ser således, at 23 procentpoint

flere forældre, der har dyrket samme sport, som barnet går til, oplever at kende til kulturen. Derudover ses en naturlig tendens til, at kulturen er nemmere at "gennemskue", jo længere tid barnet har været i foreningen. Omvendt betyder det, at næsten halvdelen af forældrene ser ud til at være udfordrede i forhold til foreningskulturen: Mere end hver tredje forælder (35%) har kun i nogen grad kendskab til kulturen i sporten, og lidt mere end hver tiende forælder (11%) svarer, at de kun i lav grad eller slet ikke har kendskab til kulturen i barnets sport.



## HAR FORÆLDRENE STYR PÅ FORENINGENS FORVENTNINGER TIL DEM?

Det er det samme billede, der tegner sig, når forældrene bliver bedt om at forholde sig til, om de er fortrolige med foreningens forventninger til dem som forældre til et foreningsaktivt barn:



Figur 5: Føler du, at du ved, hvad foreningen forventer af dig som forælder?

Lidt mere end halvdelen [55%] af forældrene angiver, at de i meget høj grad eller i høj grad ved, hvad foreningen forventer af dem. De resterende 45% er dog mere usikre. Mere end hver 7. forælder [15%] føler, at de i lav grad eller slet ikke ved, hvad foreningen forventer af dem som forælder til et barn i foreningen. Her ser vi, at forældrenes egen foreningserfaring samt antallet af år, barnet

har været aktiv i foreningen, har indflydelse på forældrenes følelse af at vide, hvad foreningen forventer af dem. De "foreningserfarne" forældre ved, hvad foreningen forventer af dem, og det bliver nemmere at "gennemskue", hvad foreningen forventer af én som forælder, jo længere tid barnet har været i foreningen.



## FORÆLDRENE FØLER SIG OGSÅ PRESSEDE, SÅ DER ER BRUG FOR EN FORVENTNINGSAFSTEMNING OG KLAR KOMMUNIKATION

Presset på de frivillige i foreningslivet er stort, men det samme gør sig gældende i forhold til en ret stor gruppe af forældre. I undersøgelsen er vi stødt på en gruppe af forældre, der angiver, at de ikke mener, at foreningen kan forvente, at man som forælder skal deltage aktivt i det omfang, foreningen lægger op til. Det er langt fra alle, der har tid og/eller lyst til at engagere sig i de forskellige opgaver. Denne mor udtrykker det på følgende måde:

*"Jeg synes, der mangler klare informationer om, hvordan man som forældre automatisk også bliver et medlem/ressource i foreningen i det øjeblik, man melder sit barn ind. Jeg synes, den frivillighed, som foreninger forventer, mangler afstemning med forældre. Jeg kan sagtens se, at frivillighed er under massivt pres, da ingen har tid eller overskud til at hjælpe og faktisk være frivillige. Det er ikke kun foreningslivet, der lider under manglende frivillighed, men en generel tendens. Jeg kan som mor til tre børn kun være enig i, at det er virkelig svært at nå at være en aktiv medspiller i skolen, frivillig kraft i flere forskellige foreninger, være til stede i egen familie og have et arbejde".*

### **(Mor til 11-årig badmintonspiller)**

Én af de pointer, der fremhæves blandt denne gruppe af "pressede" forældre, er, at hvis de skal engagere sig i frivillige opgaver, så kræver det som minimum, at foreningen – i god tid! - er tydelig omkring, hvad der forventes af dem – herunder, at der er klar kommunikation omkring indholdet af frivillige opgaver. Men det er ikke kun de forældre, for hvem mængden af frivillige opgaver synes uoverskuelige at finde tid til i hverdagen, der ytrer et ønske om, at foreningerne er tydelige omkring deres forventninger til forældrene og de opgaver, de mangler hjælp til.



### Det er et generelt ønske blandt forældrene, der i undersøgelsen bl.a. foreslår følgende:

- **En velkomstvideo**, som introducerer til foreningen, forventninger til foreningen samt behovet for frivillighed.
- **Et særligt fokus** på at byde de forældre, som ikke er fortrolige med foreningslivet, velkommen.
- **Opgaver skal ikke bare italesættes** – de skal også vises i praksis – hvordan skifter man ud til stævner, hvordan foregår tidtagning osv. – og gerne som en "føl-ordning", hvor man kan følge en mere erfaren "frivillig".
- **Tydeligt afgrænsede opgaver**, som kommunikeres ud i god tid, vil være en effektiv strategi for foreningerne i forhold til at gøre det nemmere for forældrene at få erfaringer med frivillighed.
- **Et årshjul**, som man modtager i starten af sæsonen, der viser de større arrangementer, der er i sæsonen, og som indeholder de konkrete opgaver, der er behov for hjælp til.



Se hjælp til årshjulet i "powerpoint til forældremødet", introduktionsvideer og meget mere i materialeuniverset på [dif.dk/idraetsforældre](http://dif.dk/idraetsforældre)



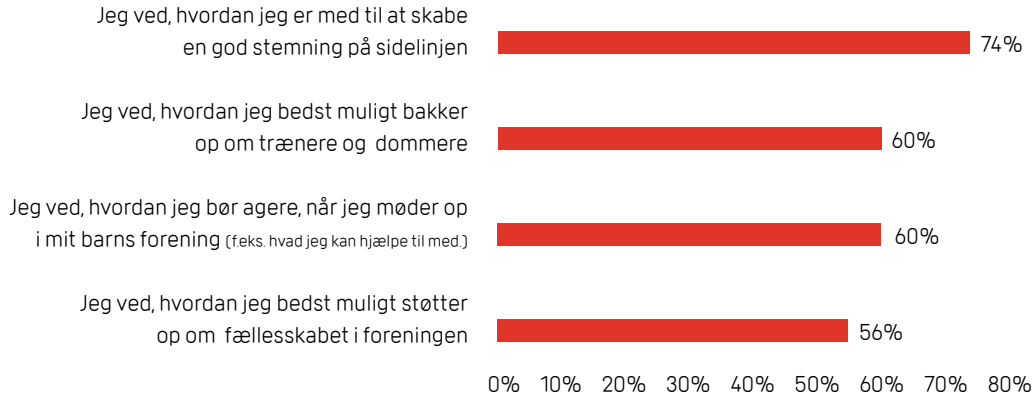
#### Til overvejelse:

- Vi kan ikke tage for givet, at forældrene er fortrolige med foreningskulturen! Nogle har aldrig været en del af den, og for andre ligger deres erfaringer med foreningslivet måske 20-25 år tilbage i tiden. Hvad gør du som træner/I som forening i forhold til at introducere nye forældre til "kulturen" og forældreforventninger i jeres forening?



## FORÆLDRENE VED GODT, HVORDAN MAN AGERER PÅ SIDELINJEN!

Der er mange historier omkring forældres opførsel i forbindelse med træning, kampe og stævner, men undersøgelsen indikerer, at den store gruppe af forældre er helt med på, hvordan man agerer i forbindelse med deres børns deltagelse i foreningslivet:



Figur 6: I hvor høj grad er du enig i nedenstående udsagn?

Det store flertal af forældre ved godt, hvordan man opfører sig i forbindelse med kampe: At man ikke kommenterer på dommerne, og at man bakker op omkring trænerne og hjælper til med ad hoc opgaver, hvis man bliver bedt om det. De er således fortrolige med det, man kunne kalde den

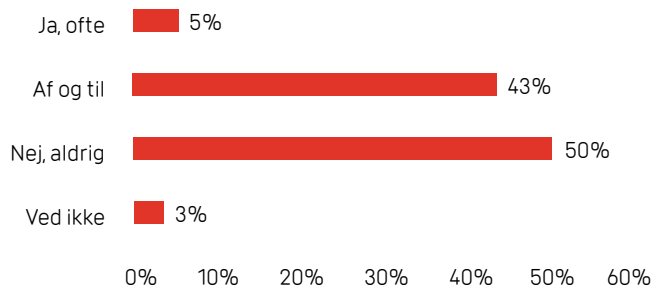
”konkrete adfærd” i forbindelse med deres børns idrætsdeltagelse. Derimod er de mere udfordrede i forhold til, hvordan de bedst muligt støtter op om fællesskabet i foreningen, hvilket kun 56% af forældrene er enige i at vide, hvordan de i praksis skal gøre.



## DE KØRER, SNAKKER OG SAMLER OP, NÅR DET ER NØDVENDIGT

### forældrenes engagement i deres børns foreningsliv

Forældre er chauffører, de spørger ind til træning og kampe, og de fungerer som mentalcoaches, når der er brug for støtte i svære perioder. Men på et punkt er der en stor gruppe af forældre, der føler sig udfordrede – nemlig i forhold til mere generelt at støtte deres børn i deres idrætsdeltagelse:



Figur 7: Oplever du, at det kan være svært at vide, hvordan du bedst støtter dit barn i hans/hendes idrætsdeltagelse?

Næsten halvdelen af forældrene (48%) i spørgeskemaundersøgelsen oplever, at det ofte eller af og til kan være svært at vide, hvordan de bedst støtter deres barn i dets idrætsdeltagelse. De angiver i vid udstrækning manglende viden omkring, hvordan man i praksis støtter sit barn. Næppe overraskende

er der en overvægt af forældre uden foreningserfaring i denne gruppe. Ligesom på andre områder ønsker forældrene, at deres børn lykkes, og de efterspørger derfor sparring fra foreningen i forhold til, hvordan de bedst støtter deres barn.



### Til overvejelse:

Hvad gør du som træner/I som forening i forhold til at klæde "jeres" forældre på til opgaven med at støtte deres barn i forbindelse med idrætsdeltagelse, herunder hvad man kan snakke med barnet om efter træning eller kamp/stævne?



## DEN STORE GRUPPE AF FORÆLDRE VIL GERNE ENGAGERE SIG

Betydningen af "støttende forældre" er ret veldokumenteret. Forældrenes støtte medvirker til at give børn større glæde ved sporten, at børn anser sporten som en vigtigere del af deres liv, og det mindsker risikoen for, at de stopper til den pågældende sport.

I den sammenhæng er det afgørende, at vi er opmærksomme på den ret store gruppe af forældre til de ca. 550.000 udøvere i alderen 0-12 år, som føler sig udfordrede, når det handler om f.eks.:

- At kunne navigere kompetent i foreningskulturen (46%)
- At kunne afkode foreningens forventninger til dem som forældre (45%)
- At vide, hvordan de bakker op om fællesskabet i foreningen (44%)
- At støtte deres børn i deres idrætsdeltagelse (48%)

Arbejdet med at klæde forældre på til opgaven med at være positivt støttende idrætsforældre er dermed et vigtigt fokusområde i forhold til, at det enkelte barn grundlægger en livslang passion for bevægelse og foreningsliv.



## I FORLÆNGELSE AF DETTE GIVER RAPPORTEN EN RÆKKE ANBEFALINGER:

### **1 Forældrene er vigtige samarbejdspartnere, som skal klædes på til opgaven!**

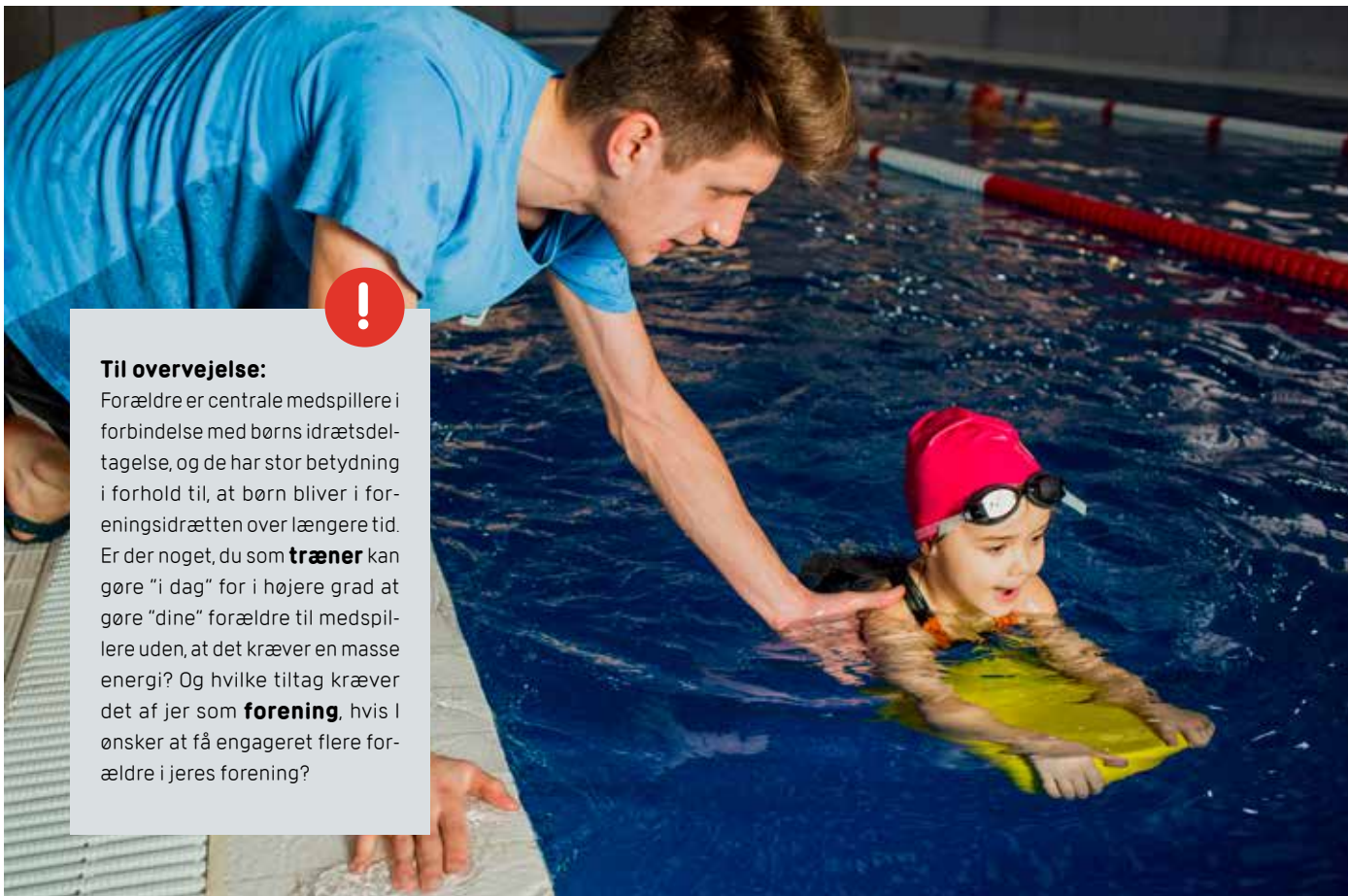
Fortællingen om forældrene som "overambitiøse forældre, der kun har fokus på deres egne børn", holder ikke i mødet med virkeligheden. Det helt store flertal af forældre har en værdibaseret tilgang til deres børns idrætsdeltagelse, er realistiske omkring deres egne børns evner, og de har stor respekt for frivillighed. De har IKKE ambitioner om, at deres børn bliver professionelle atleter, men i stedet ambitioner om, at deres børn bliver en del af en arena, hvor de har det sjovt, er trygge og udvikler sig. De er centrale samarbejdspartnere, som skal klædes på til opgaven!

### **2 Tænk i en introduktion til det at være idrætsforælder - især målrettet forældre uden foreningserfaring**

Forældrene vil gerne lykkes som forældre - også i forhold til det at være idrætsforældre. Undersøgelsen tegner et billede af forældre, der positivt spørger efter information og viden, der gør, at de forstår kulturen og kan støtte deres børn i forbindelse med idrætsdeltagelsen. Tænk i lokale formater, der klæder forældre på til opgaven – og husk løbende at gentage fortællingen – det kræver lang tid at skabe nye kulturer....

### **3 Forældre vil gerne engagere sig - men det kræver, at de bliver spurgt og helst i god tid!**

Undersøgelsen indikerer, at den store gruppe af forældre gerne vil engagere sig, hvis de bliver spurgt, men at opgaven ikke skal være i morgen. De efterspørger årshjul, information i god tid, at opgaven kan udføres, når de alligevel er der, lige såvel som de efterspørger opgaver, som afspejler deres kompetencer. For det er ikke kun i forhold til deres børn, at det er vigtigt, at de lykkes – det er også vigtigt for forældrene selv at lykkes, og derfor skal man ikke være dommer, hvis man ikke kender reglerne!



### Til overvejelse:

Forældre er centrale medspillere i forbindelse med børns idrætsdeltagelse, og de har stor betydning i forhold til, at børn bliver i foreningsidrætten over længere tid. Er der noget, du som **træner** kan gøre "i dag" for i højere grad at gøre "dine" forældre til medspillere uden, at det kræver en masse energi? Og hvilke tiltag kræver det af jer som **forening**, hvis I ønsker at få engageret flere forældre i jeres forening?



**Udgiver © Danmarks Idrætsforbund, september 2023**

Danmarks Idrætsforbund  
Brøndby Stadion 20  
2605 Brøndby  
[www.dif.dk](http://www.dif.dk)

**Tekst:** Center for Ungdomsstudier (CUR)