

# Floorballfællesskaber som potentielle trivselskilder

v. Ayse Kosar Larsen, Center for Ungdomsstudier



[www.cur.nu](http://www.cur.nu)




**Ayse Kosar Larsen**  
**Sociolog, centerchef**  
**Center for Ungdomsstudier**



Ambitioner på analoge fællesskabers vegne:  
øverum for livsduelighed

Deltagelsesgrad og kvalitet:  
differentierede trivselschancer

De betydningsfulde voksne:  
intentionelle fællesskabsledere



**Vi må finjustere  
praksis for at  
forløse fritidslivets  
potentialer bedre –  
for flere**



## Dørtrinnet til (fritids-)fællesskaber: hvad virker for hvem?

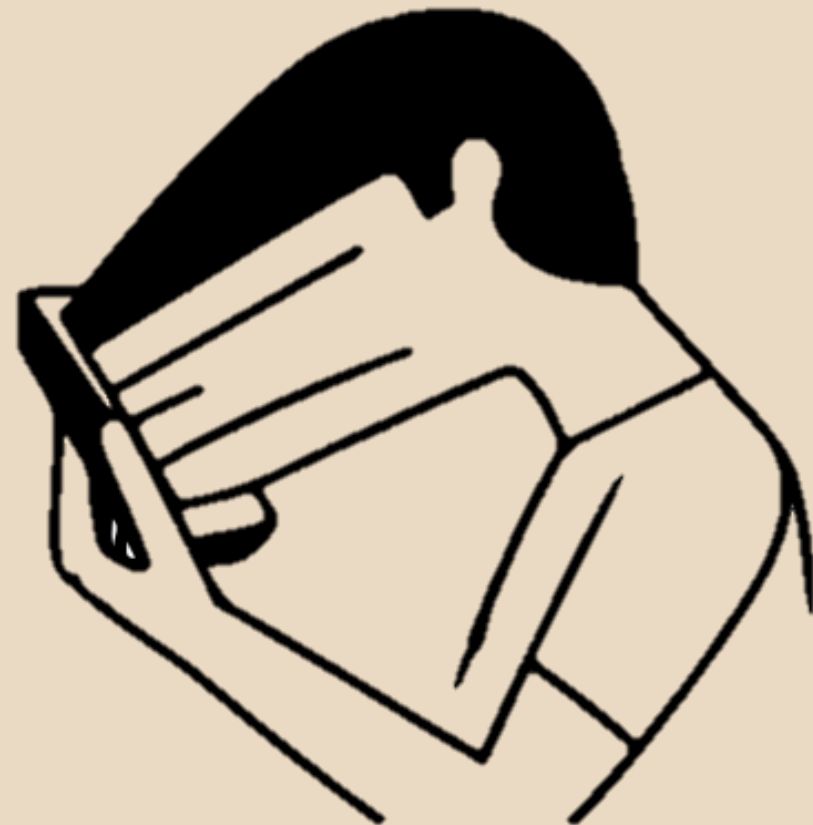
Fællesskaber kan være  
næringskilde til mental trivsel, men  
"fællesskaber" er ikke magiske

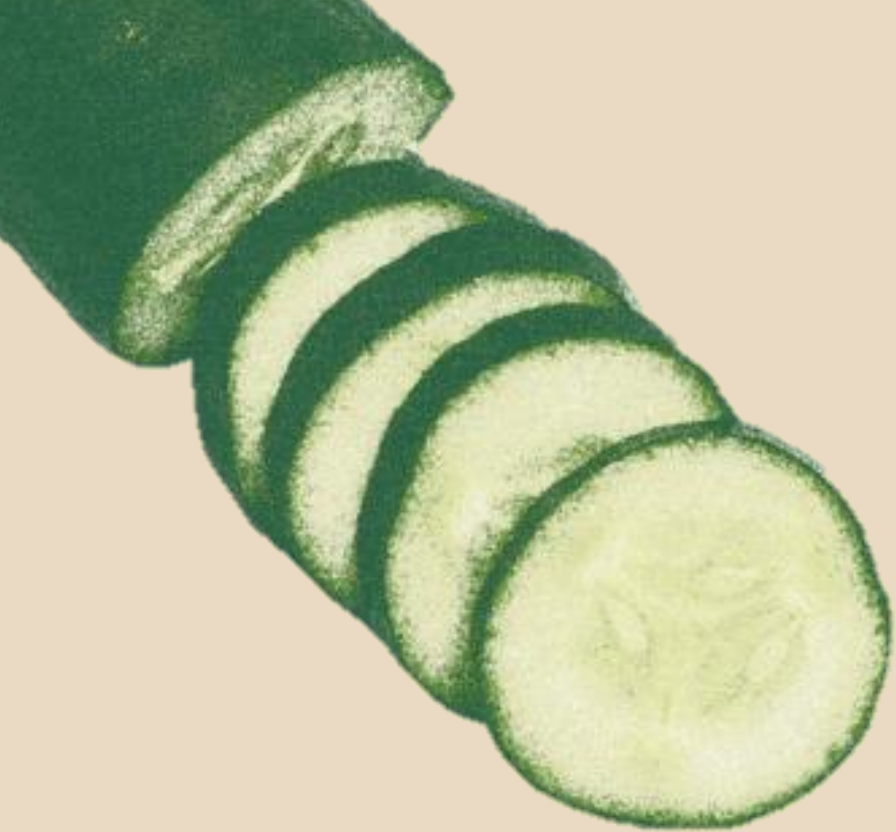
De, der trives bedst, har det  
fedest i det organiserede fritidsliv



# Selvtillid omkring: at vise empati, at sige fra og at samarbejde

(SDU: Danskernes fritidsvaner, 7.-9. kl.)





At udfordre af snævre  
præstationskrav: et pusterum i  
en accelrationspræget samtid

**”Mor spiser ikke kartofler... det feder, siger hun, og hun er tyndere end mig”**



**Vigtige, betydningsfulde voksne i et børne- og ungdomsliv med færre sekundære voksne**

**Forældre som vigtig samarbejdspartnere – de er mere på og mere oplyste end nogensinde: og så er du på den, hvis ressourcerne er knappe!**

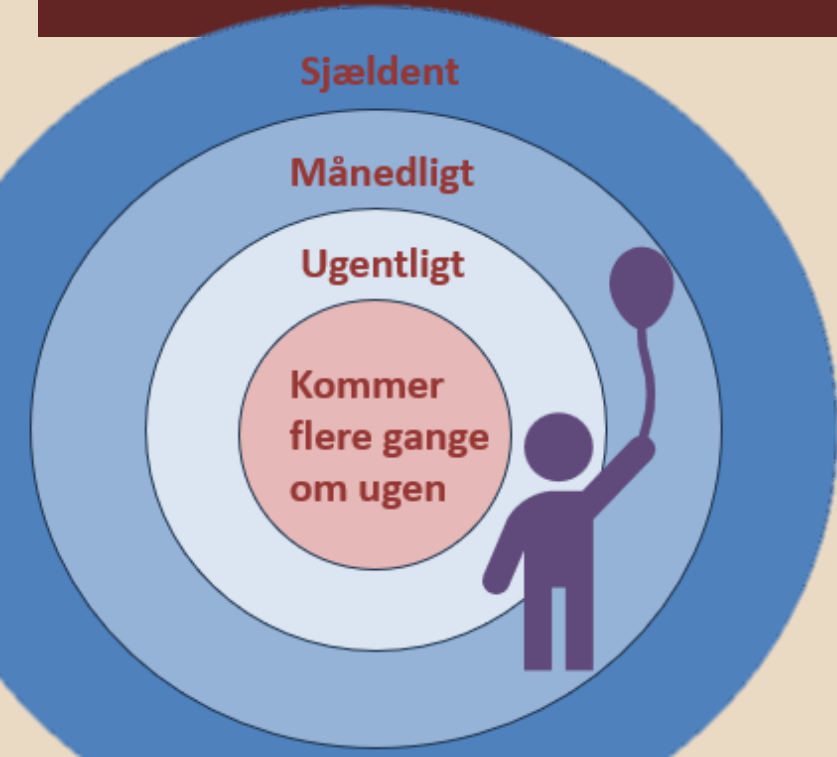
”Blå boller... der var ikke noget alligevel”



Et øve- og erfaringsrum for  
rammesat medinddragelse



Nysgerrige voksne:  
Hvad er på spil?  
Deltagelsesmod og  
motivation over tid



”Hvad rager det dig med  
mine snørrebånd?”

”Jeg får ondt i maven, når vi  
bagtaler vores veninde...”

”Det er sådan nogle som  
jer, vi har brug for”

Fællesskabskulturer med  
opsøgende tilgang til de  
”vigtige samtaler”



## PRØVE NOGET NYT

### BAGGRUND

Når vi lærer noget nyt, skabes der nye stier i hjernen – der i begyndelsen kan føles ujævne og svære at finde rundt på. Med øvelse og gentagelse bliver de stier stærkere og mere tydelige. Derfor er det vigtigt at normalisere, at det er helt naturligt, at noget føles svært i starten – og at det bliver lettere med tid og træning. Det kan styrke både motivation, vedholdenhed og mindske præstationspres. Formålet med spørgsmålene er at styrke refleksion over, at det at øve sig kan skabe nye stier – og give unge et sprog for, hvordan man bygger mentale strategier til at håndtere svære eller nye situationer.



### SPØRGSMÅL

1.

Hvad betyder det, at noget er akavet eller pinligt?  
Giv gerne et eksempel.



### SPØRGSMÅL

2.

Kan noget der er akavet godt vise sig at blive til noget positivt?  
Fx. at man prøver noget nyt og lykkes med det, eller man tager mod til sig og snakker med nogen, man ikke kender.



### SPØRGSMÅL

3.

Hvordan kan du bruge noget af det, som I laver her på holdet andre steder, så det ikke opleves lige så akavet?



Fællesskaberne synes at bestå af små  
vennegrupper og bliver derved mere  
”lukkede”

– det gør det sværere at komme ind

Orientering mod eksisterende venskaber  
fremfor potentielle nye relationer  
(og venner)

”Man skal være dygtig, når man starter til noget nyt... ellers kommer man til at se dum ud”

Frygten for ikke at ”lykkes” –  
forforståelser og sociale  
overdrivelser



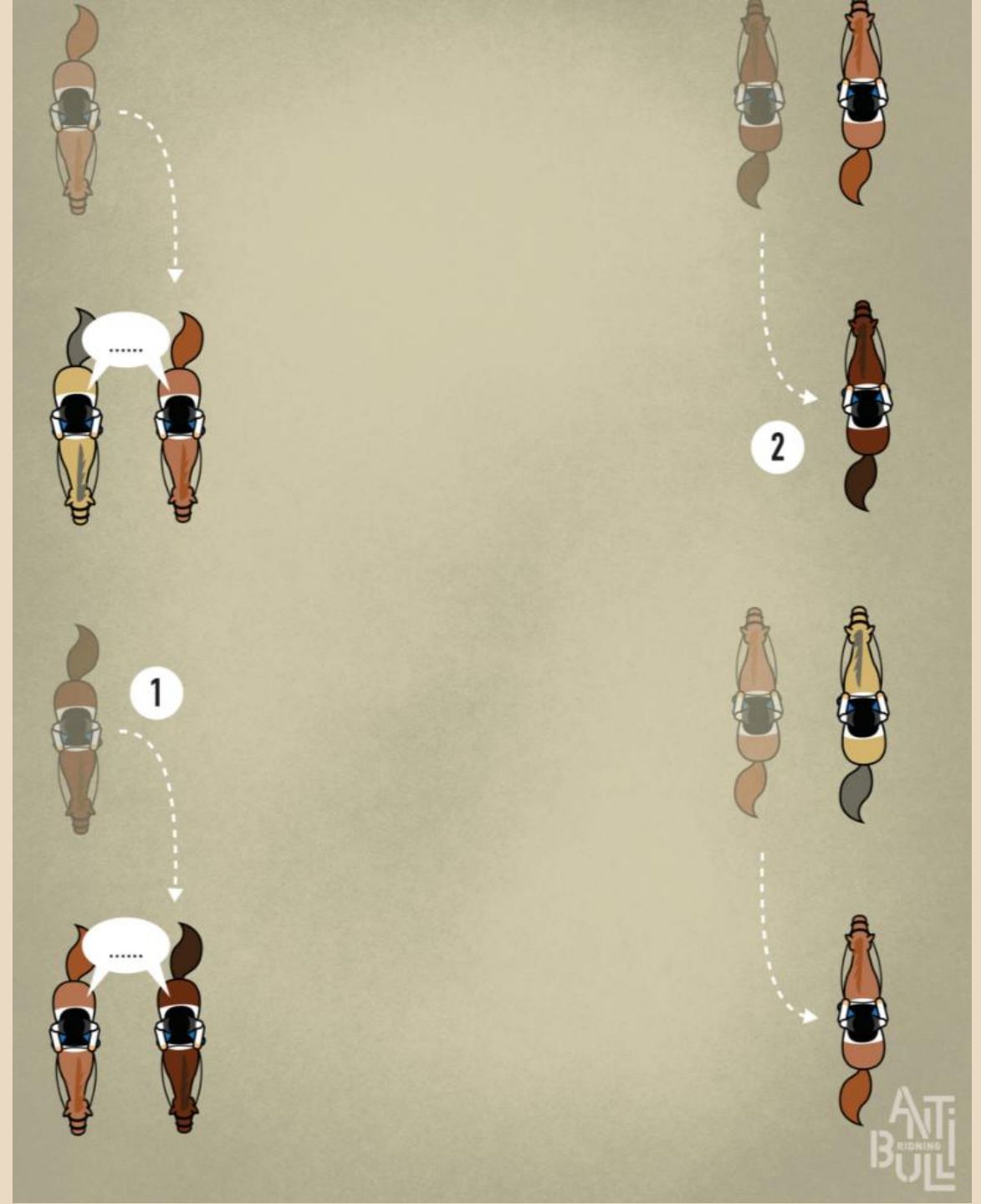
# Potentiale for et fritidsliv, hvor man får relationer og venskaber på tværs

(alder, køn, skoler, klasser, interesser)



”OMG, vi har begge en bror!”

Fællesskabsledere, der tager ansvar for trivselschancer og relationer på tværs: med ”rammesat samvær” og ”intentionel sjov”



**Spilleren ved dørtrinnet:**

**Tør jeg? Hvem griber mig? Social sixpack (Psykologiske overvejelser)**

**Hvordan og hvor? Transport, økonomi  
forpligtiget deltagelse (strukturelle betingelser)**

**Hvad tager man på, hvordan gør man?  
Hvad siger man? (kulturelle kapitaler)**

**Har jeg overskud? Dårlige erfaringer, der  
giver ondt i maven? (emotionelle forudsætninger)**

# Hvordan får vi flere med i sporten (og flere til at blive i sporten)?

Spørgsmålet er ikke kun: Hvordan skaber vi de bedste spillere?  
Hvor mange går til ”noget”?

Men også:

**Hvordan skaber vi de bedste oplevelser for flest muligt?**

**Får vi forløst potentialerne for livsarena for livsduelighed og fællesskabsoplevelser?**

Det handler om idræt for alle (flere) – ved at bygge understøttede trygge miljøer, hvor både udvikling, fællesskab og glæde er i centrum.

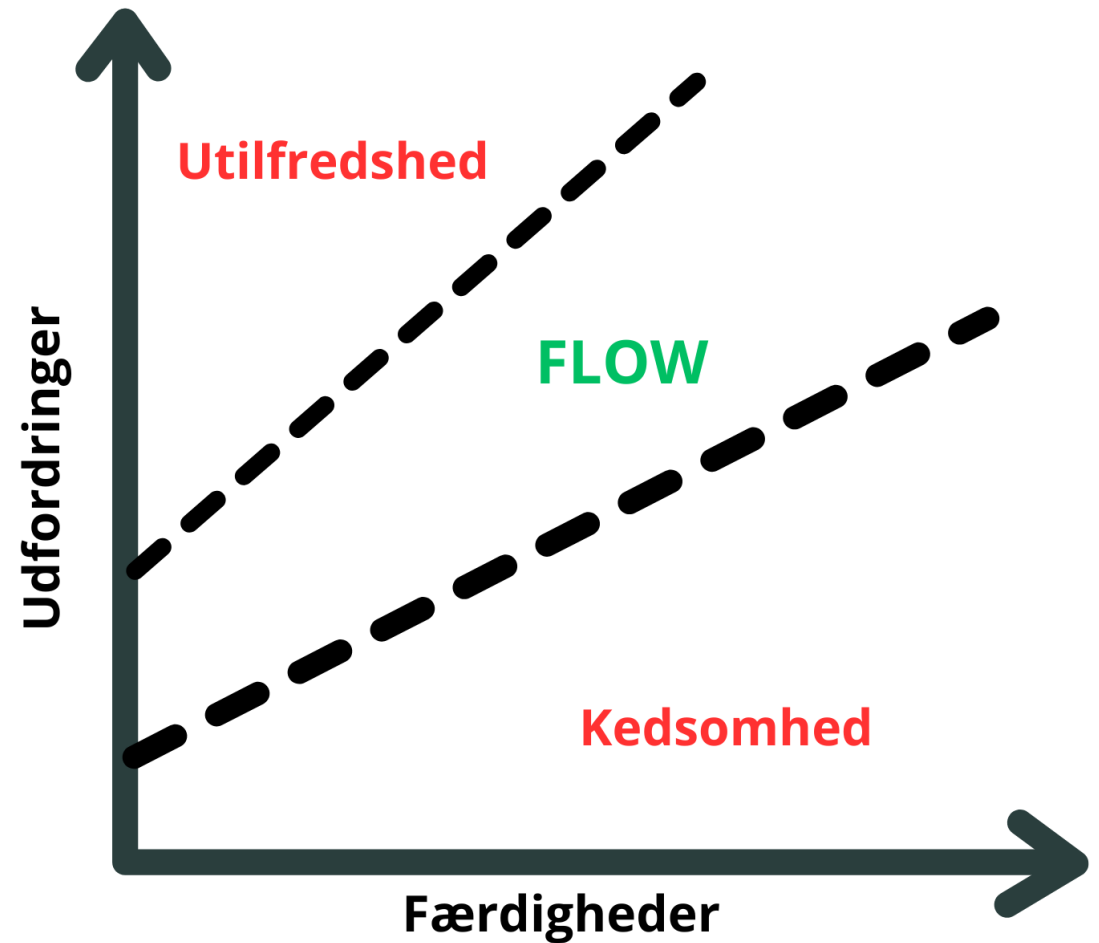
**Vi skal ikke sænke ambitionerne.  
Det handler om at udvide forståelsen af succes.**

**Vi skal ikke gøre det besværligt at være træner.  
Vi skal gøre det nemmere at være en god  
betydningsfuld voksen.**

# Aktivitetsledelse

Kompetenceudvikling og succesoplevelser

"Flow er at være fuldstændig involveret i en aktivitet for aktivitetens skyld. Egoet forsvinder. Tiden flyver. Enhver handling, bevægelse og tanke følger uundgåeligt den forrige - ligesom at spille jazz"



## Spilletid er en faktor!

Når unge sidder meget på bænken, kan det hurtigt opleves som:

- “Jeg er ikke vigtig”
- “Jeg bidrager ikke”
- “Jeg er ikke god nok til at være her”

Hvis børn og unge oplever:

- tryghed
- relationer
- udvikling
- mestring
- glæde

...så kommer motivationen ofte af sig selv.

**Mange børn og unge stopper ikke nødvendigvis, fordi de ikke kan lide sporten. De stopper, fordi de ikke føler sig som en del af fællesskabet**

**Hvad signalerer vi er vigtigt? at vinde næste kamp?**

Eller også:

- at udvikle mennesker
- skabe deltagelse
- bygge motivation
- vedligeholde lysten til idræt
- det sociale liv før og efter træning

# På kanten af fællesskabet

– enten udenfor eller i en mindre fed position over længere tid  
(fokus på rekruttering men også vedligehold af motivation)

## Anbefaling

**Opsøgende sekundære voksne, der tager ansvar**

Det kræver en bredere opmærksomhed:

- Hvem bliver sjældent nævnt?
- Hvem får mindst feedback?
- Hvem står ofte alene?
- Hvem er på vej væk?

**Fra mavefornemmelser til systematisk praksis**

# Anbefaling

## Understøttelse af fællesskabet - kontinuerligt

De ældre oplever i mindre grad samtaler om gode kammeratskab, legende øvelser der skaber grin på tværs af eksisterende venskaber, ros for godt kammeratskab, gode relationer til trænere mv. Vi slipper understøttelsen af fællesskabskulturer der, hvor de mister motivationen og for alvor begynder at frafalde.

# Anbefaling

## Præstationsfrigørende greb

Snævre præstationskrav kan skabe et miljø, hvor børn og unge tidligt føler:

- at de bliver vurderet konstant
- at fejl er farlige
- at deres værdi afhænger af niveau og resultater

**Læringsproces frem for kun resultater**

**Øverum for at turde fejle**

**Differentieret udvikling i forskellige tempi**

**Værdi uafhængigt af kampresultater**

**Ros for godt kammeratskab og ikke kun "flot mål"**

# Understøttelse af fællesskabet - kontinuerligt

De ældre oplever i mindre grad samtaler om gode kammeratskab, legende øvelser der skaber grin på tværs af eksisterende venskaber, ros for godt kammeratskab, gode relationer til trænere mv. Vi slipper understøttelsen af fællesskabskulturer der, hvor de mister motivationen og for alvor begynder at frafalde.

**Fra godt værtskab til godt medværtskab:  
Fællesskabskulturer med ansvar for  
hinandens trivselschancer**



**Anbefaling**

## **Det stærke faglige sprog**

**Floorball rummer et særligt potentiale i en samtid, hvor flere børn og unge oplever trivselsudfordringer.**

Det er en hurtig, social og tilgængelig sport, som mange kan være med i – uanset niveau, alder og baggrund.

**Det skaber muligheder og forpligtiger. I kan noget særligt og med finjustering af praksis, kan I skabe vigtige livsarena for livsduelighed, bevægelsesglæde og gode fællesskaber for flere.**

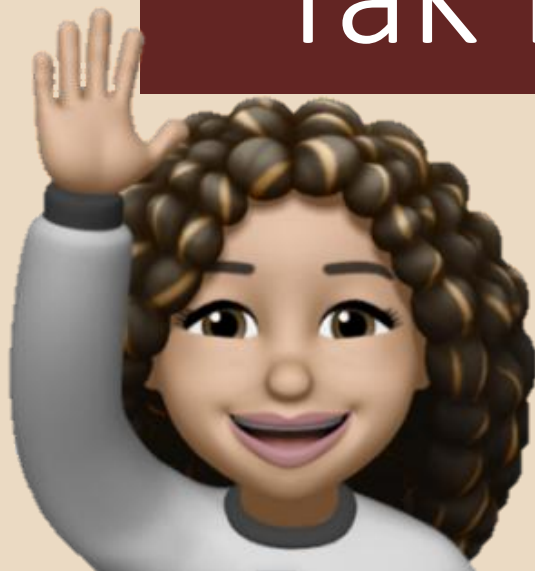


**Anbefaling**

Det handler ikke kun om,  
**om man går til noget**

men især om,  
**hvordan man går til noget**

# Tak fordi, jeg må lege med i dag



Ayse Kosar Larsen,  
ayse@cur.nu

## CUR: Et praksisnært videnscenter med ambitioner for unges livschancer

- Vi **medierer** de unges stemmer (forskning/undersøgelser/oplæg/debat)
- Evalueringsorienterede **virknings- og følgestudier**
- **Konkrete ungeinitiativer**, der skaber bedre betingelser for trivsel og dannelse
- Kurser og **kompetenceudvikling**, primært praktikere (sekundære voksne)
- Databaseret afsæt for **viderekvalificering** af tilbud (målinger)

