

FORÆLDRE

KLUB FIDUSEN



Om Klubfidusen

Dit barns fodboldklub har valgt at arbejde med Klubfidusen. Klubfidusen er en trivselsindsats, der kombinerer viden om børns trivsel og viden fra fodboldverdenen, og som er udarbejdet af Mary Fonden, Red Barnet, DBU og TrygFonden.

Indsatsen ligger i tråd med DBU's Holdninger og handlinger om at skabe trivsel og består bl.a. af konkrete træningsaktiviteter.

Målet med Klubfidusen er at skabe en klubkultur med høj tolerance, hvor alle respekterer hinanden, taler ordentligt til hinanden og hjælper hinanden – så fodboldklubben er et rart sted at være. Uanset hvor godt man spiller fodbold.

HVORDAN MÆRKER MIT BARN, AT KLUBBEN ARBEJDER MED KLUBFIDUSEN?

Helt konkret vil dit barn deltage i træningsøvelser og -aktiviteter, der støtter op om holdånden og fællesskabet. Spørg dit barns træner,

hvis du vil vide mere om de enkelte aktiviteter. Målet er, at dit barn (og resten af holdet) føler sig tryk, respekteret og velkommen i klubben. Du kan læse mere på klubfidusen.dk.

HVORFOR KLUBFIDUSEN?

Langt de fleste børn er glade for at tage til træning uge efter uge, men hvert fjerde barn i 3.-5. klasse har oplevet at blive drillet, mobbet eller holdt udenfor af de andre børn, når de var til fritidsaktiviteter som fx fodbold. Og mere end hvert ottende barn har på et tidspunkt valgt helt at droppe fritidsaktiviteten, fordi de ikke trivedes. Blandt disse børns forældre kender mindre end halvdelen til børnenes mistrivsel.*

KLUBFIDUSEN ER BASERET PÅ FIRE GRUNDTVÆRDIER

1. TOLERANCE

Bliver alle behandlet ligeværdigt?
Bliver forskelligheder set som en styrke frem for noget negativt?

2. RESPEKT

Respekterer alle hinanden?
Tager de hensyn?
Er der plads til at være anderledes?

3. OMSORG

Hjælper alle hinanden?
Interesserer børnene sig for hinanden?

4. MOD

Tør børnene sige fra og markere deres grænser? Og tør de reagere, hvis nogen bliver behandlet uretfærdigt?

*Undersøgelsen er foretaget af Center for Ungdomsstudier for Mary Fonden og Red Barnet, "Når fodbold ikke er et frirum..." i Grube & Østergaard: Børneliv version 2.0, CUR, 2013.



Din rolle som forælder

Forældre er vigtige medspillere, når der skal skabes trivsel og en positiv kultur. Som forælder er du rollemodel for dit barn – så du er med til at påvirke den måde, dit barn er sammen med sine holdkammerater på.

Overordnet kan du være med til at skabe trivsel ved at vise med dine ord og handlinger, hvordan du mener, man behandler andre mennesker med respekt. Når dit barn ser, at du hjælper og støtter andre og taler respektfuldt om de andre børn og voksne, er du med til at skabe en god stemning på holdet og i klubben. Du kan være med til at fokusere på fællesskabet og det sjove ved at gå til fodbold ved at spørge til, om træningen eller kampen har været sjov og spændende, i stedet for kun at spørge til resultatet.

Se de fem tips til forældre på næste side.

GIV TRÆNEREN OG HOLDET EN HÅND MED

Når du påtager dig nogle af de praktiske opgaver, viser du samtidig børnene, at det er vigtigt at tage del i fællesskabet, og at du bakker op om det. Vær fx med til at lave en kørselsordning til ude-kampene. Vær opmærksom på, at de børn, hvis forældre ikke kan køre, også skal inviteres med i kørselsordningen. Børnene bør ikke selv vælge, hvem de vil køre sammen med – akkurat som de heller ikke bør inddele hold til træning.

Når du er synlig i klubben, lærer du også træneren at kende. Hvis I kender hinanden og er vant til at snakke sammen om de gode oplevelser, så er det også lettere at tale sammen, hvis der opstår problemer mellem børnene. Dit barns og de øvrige børns trivsel afhænger bl.a. af dit og de andre forældres samarbejde med træneren.

FORSLAG TIL KØRSELSORDNING

- Ved kørsel til kamp samles alle spillere og træneren på et aftalt mødested.
- Forældrene skiftes til at køre med tre-fire børn ad gangen.
- Træneren fordeler spillerne i bilerne (og sørger for at skifte grupperinger fx en gang om måneden).
- Man kører med de samme hjem.

5 forældretips

1. Mød op til træning og kamp

Dit barn sætter pris på, at du viser dit engagement. Måske kan du hjælpe med noget praktisk, fx at fylde vanddunke, køre til kampe eller bage en kage til holdet. Trænere træner børnene frivilligt og vil blive glade for din hjælp. Ved at være til stede får du også indblik i spillernes og trænernes måde at tale sammen på, relationerne på holdet, og hvad der egentlig foregår til træning. Bak op om klubben. Uden forældrestøtte – ingen fodboldklub.

3. Respekter de beslutninger, som trænere og dommer træffer

Vær positiv og støttende over for trænere og se dommeren som en vejleder. Hvis du er uenig med trænere eller dommeren, så tag en snak med dem efter kampen.

5. Tal med dit barn om oplevelsen efter træning og kamp

Spørg dit barn, om træningen eller kampen var spændende og sjov – undgå at fokusere på resultatet. Vær lydhør over for udfordringer på holdet og sørg for at opmuntre dit barn til at sige fra og til at støtte og forsvare kammerater.

2. Skab god stemning på sidelinjen

Hold dig på sidelinjen i god afstand til trænere og spillere. Negative kommentarer om andre børn og voksne bliver let til modvilje mod de pågældende personer. Drop tilråbene og de gode råd til spillerne – forældre hjælper bedst ved at lade børnene finde deres egne løsninger. Husk, det er dit barn, der spiller fodbold – ikke dig.

4. Bak op om fællesskabet

Sig fx hej til de børn og voksne, du og dit barn møder, når I kommer til træning. Vis, at du interesserer dig for, hvem holdkammeraterne er ved at prøve at huske deres navne. På den måde viser du dit barn, at man skal være positiv og åben over for alle. Sørg for rigtigt og fornuftigt udstyr – overdriv ikke. Det vigtigste for dit barn er at møde kammerater, have det sjovt og spille fodbold.

FORÆLDRE



FRA HOLD TIL SAMMENHOLD

Klubfidusen gør det let for jeres klub at arbejde med trivsel. Gennem aktiviteter, træningsøvelser og træneruddannelse samles klubben om at skabe en kultur, hvor alle føler sig velkommen. Klubfidusen er baseret på viden om børns trivsel, fodboldfaglighed og gode råd og erfaringer fra fodboldtrænere. Indsatsen er udviklet af Mary Fonden, Red Barnet, DBU og TrygFonden og udspringer af et fælles ønske om at sikre børns trivsel i fritiden.