



# En bra förälder i idrotten

## En bra förälder i idrotten:

- Stöttar sina och andras barn och ungdomar i med- och motgång
- Har insikt om och lever efter samt respekterar föreningens värdegrund och policy
- Låter tränaren sköta träningen
- Läger en bra grund för barnets livsstil, mat, sömn och skola
- Inser att domarna dömer tävlingarna och respekterar domarnas arbete
- Låter tränare ta ut till tävlingar och tester
- Tänker på att man som vuxen och förälder är en viktig förebild

## Föreningens föräldrar

Inom alla idrotter finns det många bra och engagerade föräldrar som jobbar för hela verksamhetens bästa och som inte enbart har sitt eget barn i fokus. Dessa föräldrar är ovärderliga och en nödvändighet för de ideella föreningarnas fortlevnad. Vissa engagerar sig i styrelsen, vissa i olika arbetsgrupper och vissa genom punktinsatser vid t ex tävlingar, uppvisningar och läger. Det finns även föräldrar som enbart har sitt eget barns bästa för ögonen och agerar utifrån det, vilket ibland kan leda till konflikter. Därför är det oerhört viktigt att de vuxna i en förening dels är väl förtrogna med den värdegrund föreningen har beslutat om, dels förstår vikten av att behandla alla barn lika och se till alla barns och ungdomars bästa.

Värdegrunden i en förening baseras lämpligen på policy-dokumenterna "Idrotten Vill" och "Konståkningen Vill", men måste naturligtvis anpassas till resp. förening. Även SISU Idrottsutbildarna har mycket bra material kring just värdegrunds- och trygghetsfrågor, bland annat "Skapa trygga idrottsmiljöer" och "Så blir du världens bästa idrottsförälder". Det finns även kortfilmer framtagna om barns lärande med barnens bästa för ögonen. Läs mer på sisuidrottsutbildarna.se och sisuidrottsbocker.se.

Skulle tvister uppstå i en förening, är det i första hand föreningens styrelse som ska hantera frågan. Om problemet mot förmodan inte går att lösa inom föreningen, är det till sitt SDF föreningen/parterna ska vända sig. Man kan även vända sig till sitt DF (RF:s regionala kontor) och/eller SISU Idrottsutbildarna och be om råd/stöd.

Vad kan  
just du hjälpa ditt  
barns förening  
med?

## Attityder

Flera studier har undersökt föräldrarnas roll i ungdomarnas utövande av idrott. Kanters, Bocarro och Casper (2008) har undersökt om föräldrars attityder och beteende påverkar ungdomarnas känslomässiga reaktioner i samband med idrott.

Enligt resultatet är föräldrarnas upplevelse av sina egna attityder (krav och stöd) till barnens idrottande annorlunda än vad barnen själva upplever. Enligt Kanters, Bocarro och Casper ser inte föräldrarna när deras ökade engagemang övergår till att bli stressande för barnet. Flera ungdomar relaterar sin idrott med negativa känslor då idrotten sätts i samband med krav från föräldrar. Om däremot enbart upplevelsen av den idrott barnen håller på med undersöks, är den relaterad till positiva känslor.

Ungdomars upplevelse av föräldrarnas beteende kan alltså vara en viktig prediktor för ungdomarnas känslomässiga inställning till idrotten.



#skatesweden