



Läs upp

Publicerad: 2009-04-02



Foto: Björn Larsson Ask/Scanpix

Barn vill ofta idrotta, men alla kanske inte vill tävla.

Hård press på idrottande barn

Att idrotta ska vara roligt, men alltför många barn känner press från sina föräldrar och tappar intresset efter bara några år.

Intressant nog anser nästan inga föräldrar att de själva sätter press på sina barn, medan närmare hälften tycker att andra föräldrar gör det.

Vart femte idrottande barn mellan 8 och 12 år känner negativ press från sina föräldrar. Det är 45 000 barn. Värst press känner pojkar i 11-12-årsåldern. Uppgifterna kommer från en undersökning som gjorts vid Göteborgs universitet.

Tennis och simning är de idrotter där barnen känner allra störst press.

- Föräldrarna vill hjälpa sina barn att bli bättre och att skjuta lite hårdare, men problemet är att barn inte tänker likadant som vuxna. Barn i yngre åldrar förstår inte skillnaden mellan person och prestation, så kritik mot en prestation upplever barnet som att det är fel på dem, säger trebarnsmamman Titti Werner, som tillsammans med Anneli Wikman som också är idrottsförälder, reagerade på hur det kunde gå till runt barnens idrottsarenor. De skrev boken Vett och etikett för idrottsföräldrar.

De flesta föräldrar är väldigt engagerade i sina barn på ett positivt sätt, menar Titti Werner, som inte vill komma med några pekpinor, utan försöka uppmärksamma föräldrar på den här problematiken.

En orsak till att det kan bli fel när man som förälder bara vill väl, är att barn lever i nuet och inte är så fokuserade på framgång som vuxna är.

- Det är inte så att barn inte vill vinna när de idrottar, men när matchen är slut går de in i nästa lek. Idrotten är en lek bland andra lekar för dem, medan vi föräldrar ska hålla på att analysera och älta i tron att vi ska hjälpa barnen och få dem att bli ännu bättre nästa gång, kommenterar Titti Werner.

Att pressa barnet för mycket kan handla om att försöka få dem att delta fast

Titti och Annelis bästa föräldratips:

- + Barnidrotten ska ske på barnens villkor.
- + Överlämna till tränaren att coacha barnen.
- + Jättebra att föräldrar engagerar sig i barnens fritidsintressen, men det finns många andra uppgifter än att coacha.
- + Engagera er lagom mycket. Uppmuntra, men ställ inga krav på prestation.

Så här vill barnen att föräldrarna beter sig:

- Inte fjanta sig
- Inte sjunga högt
- Inte heja på de andra
- Inte skrika att barnen ska göra mer eller bättre
- Inte skratta om någon gör fel
- Gärna klappa händerna
- Stå tysta
- Hålla koll på kläder
- Källa: Vett & etikett för idrottsföräldrar, av Anneli Wikman och Titti Werner (Svenska Fotbollförbundet).

de inte vill, att inte tycka att de gör bra ifrån sig, att inte ge beröm eller att inte trösta när det går dåligt.

- Det är inte heller ovanligt att föräldrar anmäler barnet till en mer avancerad grupp än det klarar av. Man vill hoppa över ett steg för att det ska gå lite snabbare, säger Titti Werner och fortsätter:

- Gemensamt för de riktigt framgångsrika idrottarna som till exempel flera av våra tennisstjärnor och Karolina Klüft, är att de har haft lagom engagerade föräldrar. Föräldrar som har uppmuntrat deras idrott men inte ställt några krav på prestation.

Det är inte ens säkert att ditt barn vill vara med och tävla. Var lyhörd för det som förälder och försök hitta en klubb där man bedriver en verksamhet där det finns möjlighet att bara vara med och träna.

ANN-CATHRINE JOHANSSON/TT SPEKTRA

© Detta material är skyddat enligt lagen om upphovsrätt.
Eftertryck eller annan kopiering förbjuden.