

FORENINGER MED FREMTID - NÅR UNGE FÅR PLADS OG INDFLYDELSE

VIDEN OG ANBEFALINGER FRA DANMARKS IDRÆTSFORBUND



SPILLET AF
A.P. MØLLER FONDEN

IDRÆTSFORENINGERNE er Danmarks stærkeste fællesskab, der giver sved på panden og smil på læben hos børn og unge.

Som Danmarks største børne- og ungeorganisation med flere end 900.000 medlemmer under 18 år føler vi i DIF et ansvar for hele tiden at gøre det bedre. Vi skal skabe miljøer, hvor børn og unge udvikler sig og lærer gennem leg, træning, og miljøer de ikke vil undvære.

Vi får de bedst mulige rammer ved at klæde de mange trænere bedre på til at skabe udvikling, sammenhold og trivsel, og give dem redskaberne til at opfange, hvis nogen ikke trives.

Ildrætten skal være et frirum fra præstationspres, og hvor telefonen ikke brænder i lommen. Men vi skal også omfavne udviklingen og skabe gode rammer om esporten, hvor børn kan dele deres passion i fysiske fællesskaber og få pulsen op undervejs.

Sidst men ikke mindst skal vi invitere de unge med ind i beslutningsrummet. Både i foreningen og i DIF. Det er børnene og de unge, der ER fremtidens idræt, og derfor skal de også udforme den.

INDHOLDSFORTEGNELSE.

Indledning.....	4
”Unge deltagelse og demokratiske involvering i foreningsidrætten” – En rapport af Idrættens Analyseinstitut	6
Formål og metode.....	6
Nøgleindsigter.....	7
Anbefalinger til foreninger.....	8
Kendetegn ved foreninger, der lykkes med ungeinvolvering.....	11
Fremtidens Foreningsliv set gennem Unge Øjne	12
Unge ønsker til fremtidens foreningsliv – Retningsgivende fokusområder.....	14

INDLEDNING

Denne folder præsenterer de væsentligste hovedpointer fra to centrale indsigtstudier om unges engagement i foreningsidræt. Målgruppen for de nævnte undersøgelser er unge i alderen 13 til 21 år.

Første del bygger på Idrættens Analyseinstituts kortlægning af unges deltagelse og demokratiske involvering i DIF-foreninger, med fokus på motivation, barrierer og muligheder for reel medbestemmelse. Anden del formidler unges egne ønsker og visioner for fremtidens foreningsliv, indsamlet gennem en landsdækkende workshoprække i samarbejde med Dansk Design Center. Tilsammen giver materialet et nuanceret indblik i, hvordan foreninger kan styrke både tilknytning og demokratisk deltagelse blandt unge med fokus på fleksibilitet, fællesskab, tryghed og medskabelse.



"UNGES DELTAGELSE OG DEMOKRATISKE INVOLVERING I FORENINGSIDRÆTTEN"

-EN RAPPORT AF IDRÆTTENS ANALYSEINSTITUT

FORMÅL OG METODE

Undersøgelsen har til formål at afdække, hvordan unge deltager og engagerer sig i foreningsidrætten, med særligt fokus på deres rolle i det foreningsdemokratiske arbejde. Rapporten består af to hoveddele:

1 KVANTITATIV ANALYSE:
En gennemgang af cirka 6.000 DIF-foreninger med børne- og ungemedlemmer for at identificere karakteristika ved foreninger, der formår at tiltrække og fastholde unge.

2 KVALITATIV UNDERSØGELSE:
Interviews og fokusgrupper med unge foreningsaktive, der giver indsigt i deres motivation, barrierer og oplevelser med medbestemmelse og involvering.

NØGLEINDSIGTER

- **UNGE SOM HJÆLPETRÆNERE:**
Mange unge er hjælpetrænere, men få har reel indflydelse gennem udvalg eller bestyrelser. De unge oplever ofte lav demokratisk selvtillid og føler sig ikke hørt.
- **SOCIALE FÆLLESSKABER ER CENTRALE:**
Foreninger med høj ungdomstilknytning tilbyder ofte sociale arrangementer og et stærkt fællesskab uden for den faste træning. Dette viser sig at være afgørende for fastholdelse.
- **PSEUDOINDDRAGELSE:**
Mange unge oplever, at de bliver "hørt", men uden at få reel indflydelse. Det skaber frustration og mindsker lysten til at engagere sig. Reel inddragelse kræver, at de kan påvirke og se resultatet af deres indsats.
- **ORGANISATORISKE BARRIERER:**
Komplekse beslutningsstrukturer og en voksenstyret kultur hæmmer unges deltagelse. De unge efterspørger en enklere organisering og større fleksibilitet, hvor man nemt kan byde ind og tage ansvar.
- **BEHOV FOR STØTTE OG ROLLEAFKLARING:**
Unge vil gerne inddrages, men det kræver tydelighed om deres rolle og støtte fra voksne, fx i form af mentorer eller sparringspartnere.

ANBEFALINGER TIL FORENINGER

For at styrke unges engagement og fastholde dem i foreningslivet anbefaler rapporten følgende:

- **REEL INDFLYDELSE OG FORENKLET STRUKTUR:**
Skab en kultur, hvor unge ikke blot bliver hørt, men også får faktisk indflydelse. Gør beslutningsgangene mindre komplekse, så det er lettere at bidrage.
- **STYRK STØTTESTRUKTURER:**
Indfør mentorordninger, hvor unge får støtte og sparring i frivillige og ledende roller. Det kan øge deres selvtillid og deltagelse.
- **UNGLEDERUDDANNELSE:**
Udvikling af uddannelsesprogrammer for unge, der ønsker at tage ansvar, kan være en vigtig investering i fremtidens foreningsledere.
- **STÆRKE SOCIALE FÆLLESSKABER:**
Foreninger med høj tilknytning blandt unge arbejder ofte målrettet med at udvikle stærke sociale fællesskaber, f.eks. gennem arrangementer uden for den faste træning, hvor medlemmer mødes på tværs af alder og hold.
- **SKAB FLEKSIBLE OG RUMMELIGE FÆLLESSKABER:**
Fremtidens forening skal rumme både bredde og elite med fokus på deltagelse frem for præstation. Det kræver trænere med inkluderende tilgang og trygge miljøer, hvor man kan deltage uden pres.





KENDETEGN VED FORENINGER, DER LYKKES MED UNGEINVOLVERING

- Proaktiv indsats for at engagere unge.
- Fokus på stærke sociale fællesskaber før, under og efter træning.
- Inkluderende og kompetente trænere.
- Rum for ikke-eliteprægede miljøer.
- Værdier og kultur, der afspejler rummelighed og fællesskab.
- Fleksibilitet i deltagelse og mulighed for at melde til og fra.
- Støtte fra voksne og mulighed for at "løbe med bolden" i projekter og idéer.

Undersøgelsen understreger, at unges engagement i foreningslivet ikke kommer af sig selv. Det kræver en målrettet indsats og et ungdomsvenligt miljø, hvor demokrati og medbestemmelse ikke bare er ord, men noget der mærkes i praksis. Unge ønsker at bidrage, men det kræver, at foreningerne skaber rammer, som både inviterer og understøtter deltagelse. Det handler ikke blot om at få unge med, men om at give dem reelle muligheder for medbestemmelse og ansvar i et trygt, inkluderende og fleksibelt miljø. Foreningens relevans i fremtiden afhænger i høj grad af evnen til at integrere unge som aktive medskabere, ikke kun som deltagere, men som medejere af fællesskabet.

➔ Læs hele rapporten her:



FREMTIDENS FORENINGSLIV SET GENNEM UNGE ØJNE

I samarbejde med Dansk Design Center har Danmarks Idrætsforbund gennemført en workshoprække bestående af fire heldagsworkshops med unge fra hele landet. Formålet har været at undersøge, hvordan unge i alderen 14-21 år forestiller sig fremtidens foreningsliv med fokus på, hvad der skal til, for at de enten fortsætter i eller vælger at melde sig ind foreningerne.

Disse workshops samlede unge med forskellig baggrund og tilknytning til idrætsslivet, på tværs af alder, geografi, sportsgrene og foreningserfaring. Deltagerne kom fra følgende institutioner:

- Idrætshøjskolen i Sønderborg
- Ørestads Gymnasium
- Oure Idrætsefterskole
- DIF's Udviklingsråd for Unge



Institution	Deltagere	Mænd	Kvinder	Har været medlem	Er medlem nu
Idrætshøjskolen i Sønderborg	20	11	9	20	4
Oure Idrætsefterskole	47	26	21	47	8
Ørestads Gymnasium	42	7	35	9	3
DIF's Udviklingsråd for Unge	17	7	10	17	17
I alt	126	51	75	93	32

Det relativt lave antal af betalende medlemmer blandt deltagerne fra Idrætshøjskolen i Sønderborg og Oure Idrætsefterskole kan skyldes, at disse unge grundet deres nuværende ophold ikke er aktive medlemmer i deres tidligere foreninger. Mange af dem må forventes at genoptage eller melde sig ind i foreningerne igen, når deres skoleophold afsluttes.



På de næste sider præsenteres en opsummering af de unges ønsker og drømme for fremtidens foreningsliv. Denne kondensering bygger på de fire heldagsworkshops og er baseret på alt det indsamlede materiale fra dagene, herunder de unges egne nedskrevne idéer, citater samt observationer nedfældet af facilitatorerne.

De unges ønsker peger tydeligt på et behov for fællesskab, frihed, fleksibilitet og mening. Det er ikke længere nok, at aktiviteten er spændende – det sociale miljø, personlig trivsel og reel indflydelse vægtes lige så højt.

Derfor bør det overvejes at udvikle dele af fremtidens foreningstilbud i retning af følgende fokusområder:

1 INKLUDERENDE OG MANGFOLDIGE FÆLLESSKABER

Unge ønsker fællesskaber, hvor alle føler sig velkomne uanset baggrund, evner, økonomi eller identitet. Det er vigtigt, at man kan være sig selv og opleve accept og respekt.

UNGE EFTERSPØRGER:

- Ikke-dømmende og støttende miljøer
- Plads til forskellighed som en styrke
- Sociale relationer og venskaber som en bærende del af fællesskabet

Mulige tiltag: Uddanne trænere, ledere og frivillige i inkluderende praksis og relationel ledelse. Skab lavtærskel-aktiviteter, hvor sociale bånd og tryghed er i fokus.

2 FLEKSIBILITET OG HENSYN TIL UNGES LIVSVILKÅR

Mange unge kæmper med skolepres og et hektisk hverdagsliv. De har brug for foreninger, der tilpasser sig deres rytme og ikke kræver et fast engagement for at være med

UNGE EFTERSPØRGER:

- Mulighed for pauser uden at miste fællesskabet
- Tilbud der tager hensyn til eksamensperioder, fritidsjob og religiøse traditioner (f.eks. Ramadan)
- Drop-in-formater og aktiviteter med lav grad af forpligtelse

Mulige tiltag: Udvikling af fleksible tilbud som hybridaktiviteter, mindre faste forpligtelser og individuel tilpasning af deltagelse.

3 MENING, MOTIVATION OG BALANCE

Foreningslivet skal være meningsfuldt både socialt og personligt. Unge efterlyser fællesskaber, der giver glæde og energi og hvor det ikke kun handler om at præstere.

UNGE EFTERSPØRGER:

- Fokus på personlig udvikling frem for konkurrence
- Træning med plads til fejl og læring
- Balance mellem sport og socialt samvær

Mulige tiltag: Tilbyd valgfrihed i træningsformer og individuelle mål. Skab træning med både socialt samvær og aktivitet, hvor alle niveauer blandes. Klæd trænere på til at skabe et trygt læringsmiljø med fokus på trivsel. Prioritér anerkendelse, engagement og glæde over præstation. Sæt tempoet ned og skab plads til refleksion.

4 MEDBESTEMMELSE OG MEDSKABELSE

Unge ønsker reel indflydelse. De vil være med til at skabe det fællesskab, de deltager i og føle, at deres stemme bliver hørt og taget alvorligt.

UNGE EFTERSPØRGER:

- Åbenhed for deres idéer og feedback
- Mulighed for at planlægge aktiviteter og tage ansvar
- Et ikke-bureaukratisk miljø, hvor dialog og mod er velkomne

Mulige tiltag: Opret ungdomsråd, giv unge plads i beslutningsprocesser, og uddan trænere, ledere og frivillige i samskabelse og facilitering.

5 FÆLLESSKAB PÅ TVÆRS AF ALDER, KULTUR OG INTERESSER

Foreningslivet skal være en platform, hvor mennesker mødes på tværs. Ikke kun indenfor den enkelte klub eller sportsgren, men også mellem generationer og miljøer.

UNGE EFTERSPØRGER:

- Aktiviteter, hvor man mødes på tværs af alder og baggrund
- Samarbejde mellem klubber og sportsgrene
- Inspiration fra sociale medier og moderne fællesskabsformer [Community]

Mulige tiltag: Tænk i fællesskabende events, fællesspisninger, stævner og netværk på tværs. Gør det nemt og sjovt at lære nye mennesker og aktiviteter at kende.

6 ET TRYGT MILJØ UDEN PRÆSTATIONSPRES

Unge føler sig ofte presset i både skole og fritid. De har brug for et pusterum – et sted hvor de ikke måles og vejes, men støttes og løftes.

UNGE EFTERSPØRGER:

- En positiv og anerkendende tone
- Plads til at være nybegynder og fejle
- Trænere og voksne, der skaber tillid og tryghed

Mulige tiltag: Fokusér på trivsel frem for resultater. Vælg ledere og frivillige med blik for det menneskelige – ikke kun det sportslige. Lav flere "hyggehold".

7 NYE FORMATER OG OPLEVELSER UD OVER SPORTEN

Aktiviteten alene er ikke nok – de unge ønsker sociale og fællesskabende oplevelser, som rækker ud over det traditionelle foreningsliv.

UNGE EFTERSPØRGER:

- Fælles spisning, workshops, fælles projekter
- Udflugter, events og anderledes formater
- Traditioner og ritualer, der giver fællesskabet identitet

Mulige tiltag: Skab rammer for sociale aktiviteter og kreative fællesskaber. Gør foreningen til mere end bare et træningssted [Community].

AFSLUTTENDE OPSUMMERING

Unge ønsker et foreningsliv, der er:

- Fleksibelt og tilpasset deres virkelighed
- Inkluderende og mangfoldigt
- Meningsfuldt og socialt
- Trygt og ikke præstationsdrevet
- Åbent for medbestemmelse og initiativ
- Tværgående og fællesskabende på nye måder

"Fremtidens foreningsliv skal være et
fællesskab skabt med unge, for unge,
hvor der er plads til forskellighed,
pauser, udvikling og indflydelse. Et
sted, hvor man bliver set, hørt og har
lyst til at være."

(citater fra en ung workshopdeltager).



SPONSOR AF
A.P. MØLLER FONDEN