

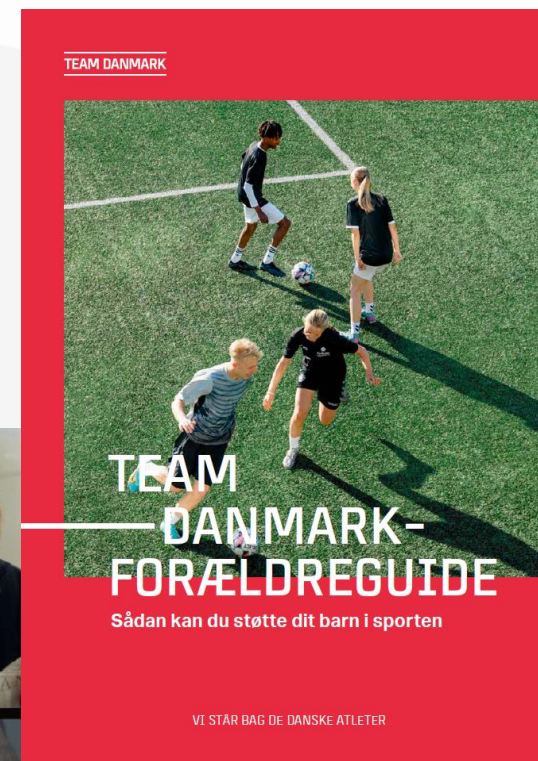
**DET GODE
FORÆLDRESAMARBEJDE**
- FORÆLDRE SOM EN AKTIV RESSOURCE

GYMDANMARK ÅRSMØDE
15. NOVEMBER 2025

DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

TEAM DANMARK FORÆLDREGUIDE DIF IDRÆTSFORÆLDRE

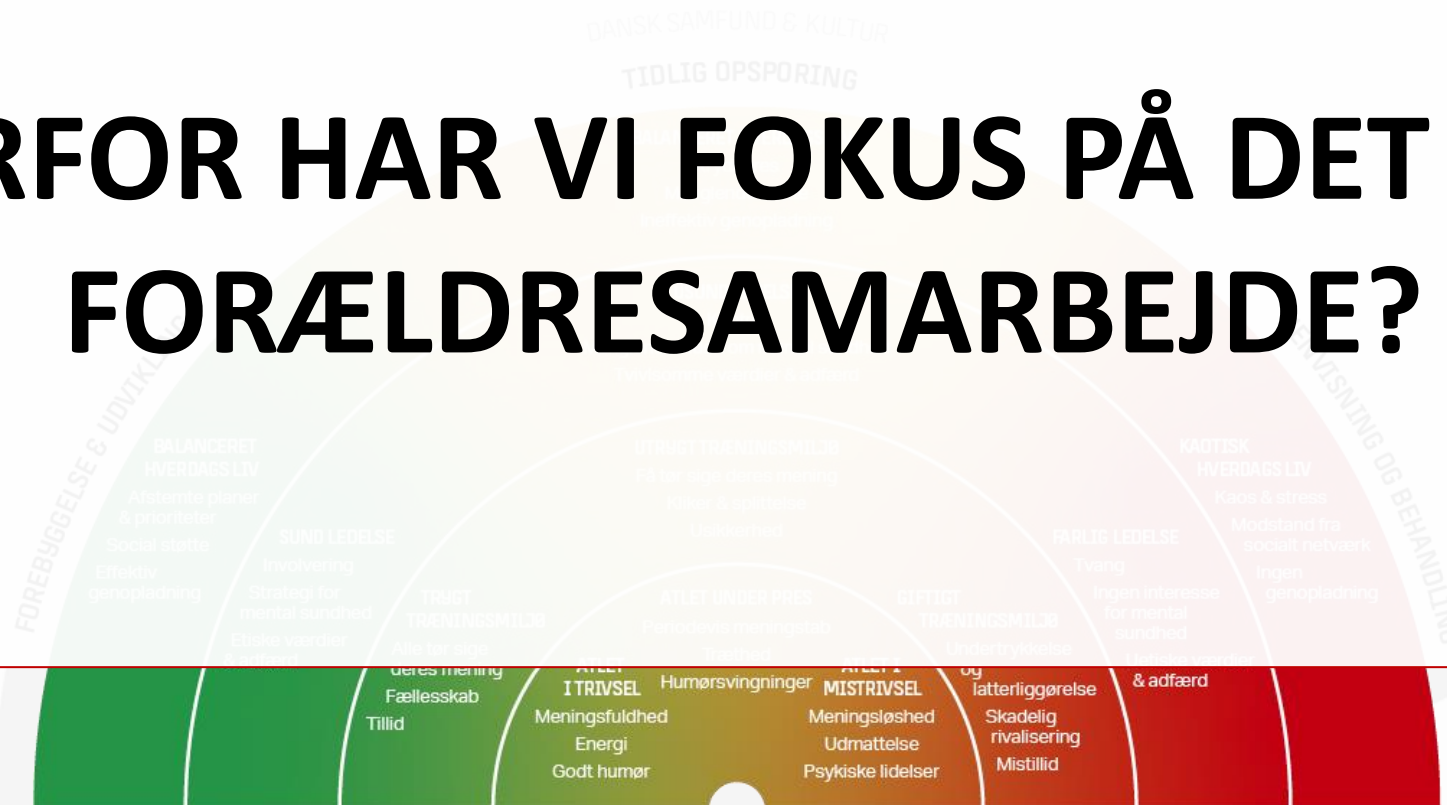
*Hvilke forældretyper fylder
Jeres træningshverdag?*



DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

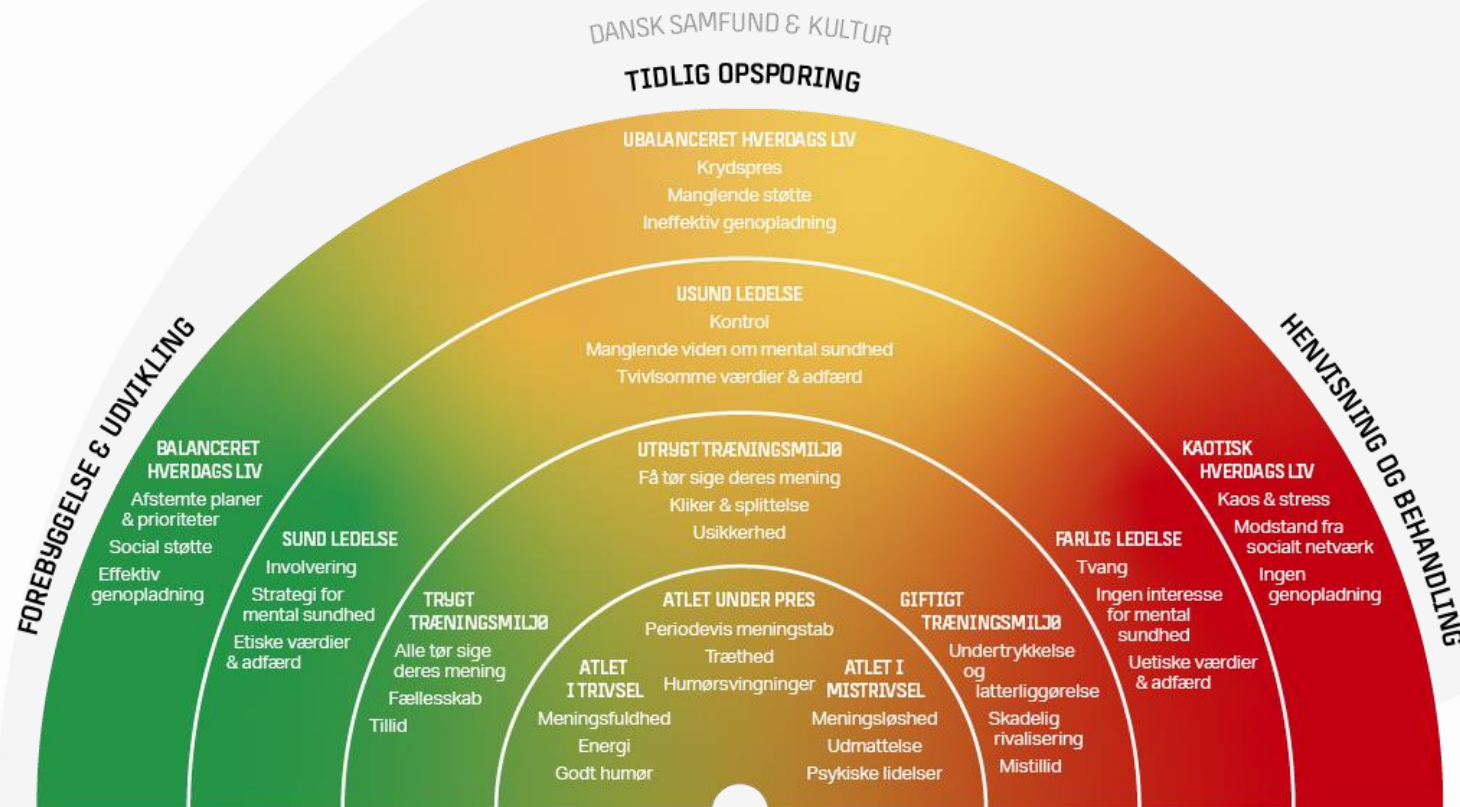
Det gode forældresamarbejde handler om
mere end støtte og bidrag til foreningen

HVORFOR HAR VI FOKUS PÅ DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE?



DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

Det gode forældresamarbejde handler om mere end støtte og bidrag til foreningen



DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

Hvilken forældre har vi med at gøre?

Bredde vs. Konkurrence

- I træningshallen
- I konkurrence/opvisningshallen

Alder, køn m.fl.

Hvad fylder hos forældrene?

Det givende vs. det udfordrende

DET GIVENDE	DET UDFORDRENDE
• At se dit barn have det sjovt og nyde fysisk aktivitet. • At se dit barn udvikle sig som person og som udøver. • At se dit barn præstere og nå sine mål. • At se alle de kompetencer dit barn lærer, som han/hun kan bruge i sporten, men også i livet generelt. • At se dit barn komme igennem udfordringer og efterfølgende opnå personlig succes. • At se dit barn få venner og udvikle et socialt netværk. • At se dit barn blive en rollemodel. • At se dit barn få en masse oplevelser og evt. rejser. • At møde andre forældre og udvikle nye venskaber. • At hjælpe dit barn til at udvikle en fysisk sund levestil. • At dele en aktivitet med dit barn og styrke jeres forhold. • At have en fælles familieaktivitet.	• At se dit barns skuffelse efter resultater, selektion, skader osv. • At tale med dit barn efter svære eller skuffende præstationer. • At finde ud af, hvordan du bedst kan hjælpe dit barn til at nyde sporten og samtidig yde sit bedste. • At rumme og kontrollere dine egne følelser til konkurrencer. • At udvikle og fastholde en relation med trænere og andre forældre. • At træffe beslutninger i forhold til balancen mellem skole og sport. • At bekymre sig om skader og langsigtet sundhed. • At administrere de økonomiske og tidsmæssige forpligtelser forbundet med sport. • At have mindre tid til din partner eller resten af familien. • At forstå, hvordan dit barns sportsrejse ændre sig over tid.

Hvilke udfordringer oplever I med forældrene?

DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

FORVENTNINGSAFSTEMNING

I TRÆNERTEAMET

- Jeres mål/vision for holdet
- Rollefordeling
- Som team er I som udgangspunkt enige, selv når I er uenige

FORVENTNINGSAFSTEMNING

MED FORÆLDRENE

- Hvad kan forældrene forvente af jer
- Hvad forventer I af forældrene

Tænk over; hvad er det for et signal vi sender til forældre

- I vores tøjvalg
- I vores adfærd over for børnene
- I vores kommunikation

DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

FORÆLDRE SOM STØTTE

Praktisk støtte = forældrene som en aktiv ressource

Emotionel støtte = hjælp forældrene til at forstå barnets følelser

Informerende støtte = få forældrene til at forstå jeres sport

- Inviter forældrene ind i jeres "Arena"
- Få dem til at forstå jeres mål for holdet
- Rollemodeller



DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

FORÆLDRE SOM STØTTE

Giv forældrene indsigt i jeres arbejde ↔ Vis forståelse for hverdagen ved siden af sporten

Et godt samarbejde kommer af en god relation, men sker ikke altid uden gnidninger

TING FORÆLDRE GØR, DER KAN SKABE FRUSTRATION HOS TRÆNERE

- Viser manglende viden om sportens regler.
- Kræver for meget af trænerens tid.
- Kontakter træneren midt i træning eller når træneren har fridag og f.eks. er sammen med sin familie.
- Har for overdrevne forventninger på barnets vegne.
- Lægger for meget pres på barnet ved konkurrencer. F.eks. at italesætte resultater og lægge resultater op på Facebook.
- Underkendelse af trænerens autoritet ved at give tekniske og taktiske input under træning og/eller konkurrence, der modsiger trænerens ønsker.
- Når forældre kun har øje for deres eget barn og ikke holdet/klubben.

TING TRÆNERE GØR, DER KAN SKABE FRUSTRATION HOS FORÆLDRE

- Forskelsbehandling f.eks. i form af tekniske rettelser, opmærksomhed og spilletid.
- Når der i træningen ikke prioriteres tid til læring og sjov.
- Manglende forberedelse og/eller tilstedeværelse til træning.
- Dårlige organisatoriske evner.
- Forstår ikke eller tager ikke højde for barnets individuelle udvikling, sportsligt og særligt som menneske.
- Dårlig eller begrænset kommunikation om, hvordan det står til og hvad der skal ske fremadrettet.
- Manglende respekt eller forståelse for din rolle som forælder.

DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

FORÆLDRE SOM STØTTE

Giv forældrene en forståelse og indsigt i jeres arbejde og miljø

Et g

Hvad mener I som trænere, at forældre kan gøre mere af, for at understøtte holdets og foreningens arbejde?

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• familie.• Har for overdrevne forventninger på barnets vegne.• Lægger for meget pres på barnet ved konkurrencer. F.eks. at italesætte resultater og lægge resultater op på Facebook.• Underkendelse af trænerens autoritet ved at give tekniske og taktiske input under træning og/eller konkurrence, der modsiger trænerens ønsker.• Når forældre kun har øje for deres eget barn og ikke holdet/klubben. | <ul style="list-style-type: none">• Manglende forberedelse og/eller tilstedeværelse til træning.• Dårlige organisatoriske evner.• Forstår ikke eller tager ikke højde for barnets individuelle udvikling, sportsligt og særligt som menneske.• Dårlig eller begrænset kommunikation om, hvordan det står til og hvad der skal ske fremadrettet.• Manglende respekt eller forståelse for din rolle som forælder. |
|---|---|

DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

FORÆLDRE SOM STØTTE

Praktisk støtte = forældrene som en aktiv ressource

Emotionel støtte = hjælp forældrene til at forstå
barnets følelser

Informerende støtte = få forældrene til at forstå jeres
sport



DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

FORÆLDRE SOM STØTTE

Praktisk støtte = forældrene som en aktiv ressource

Emotionel støtte = hjælp forældrene til at forstå barnets følelser

Informerende støtte = få forældrene til at forstå jeres sport



DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

Forældrene som praktisk støtte –
hvordan?

- ✓ Sa
 - ✓ Ba
 - ko
 - ✓ Tø
 - ✓ Fri
 - ✓ Sp
 - ✓ Og mange flere
- Reflekter over hvor I synes forældre kan
være den bedste praktiske støtte for
holdet – og måske også foreningen**

DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

Forældrene som praktisk støtte – hvordan?

- ✓ Samkørsel
- ✓ Bagning/madlavning ved konkurrencer/opvisninger/weekendtræninger
- ✓ Tøjvask
- ✓ Frivillig ved foreningsarrangementer
- ✓ Sponsorudvalg
- ✓ Og mange flere

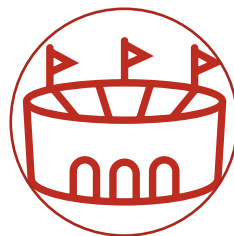


DET GODE FORÆLDRESAMARBEJDE



Forventnings- afstemning

- Værdier
- Spilleregler
- Kommunikation



Invitér forældrene ind

- Mål og
træningskultur
- Forstå sporten



Den bedste støtte

- Ræk ud
- Anerkend



Kend jeres forældre



HVAD VIL I TAGE MED UD I HALLERNE?

*Hvordan ønsker/tænker i det gode
forældresamarbejde skal se ud fremover?*

DER GODE FORÆLDRESAMARBEJDE

TAK FOR I DAG!



Nathalie Rove Jakobsen

Foreningskonsulent

2027 2888

nrj@gymdanmark.dk