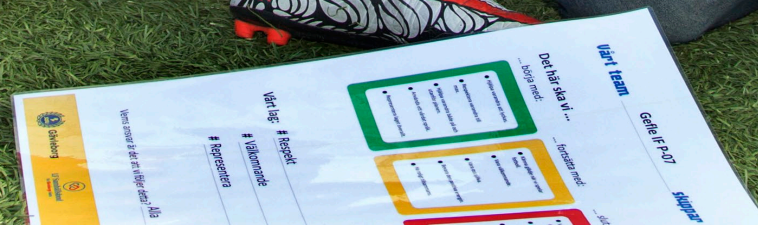


#skippaattityden



Gävleborg

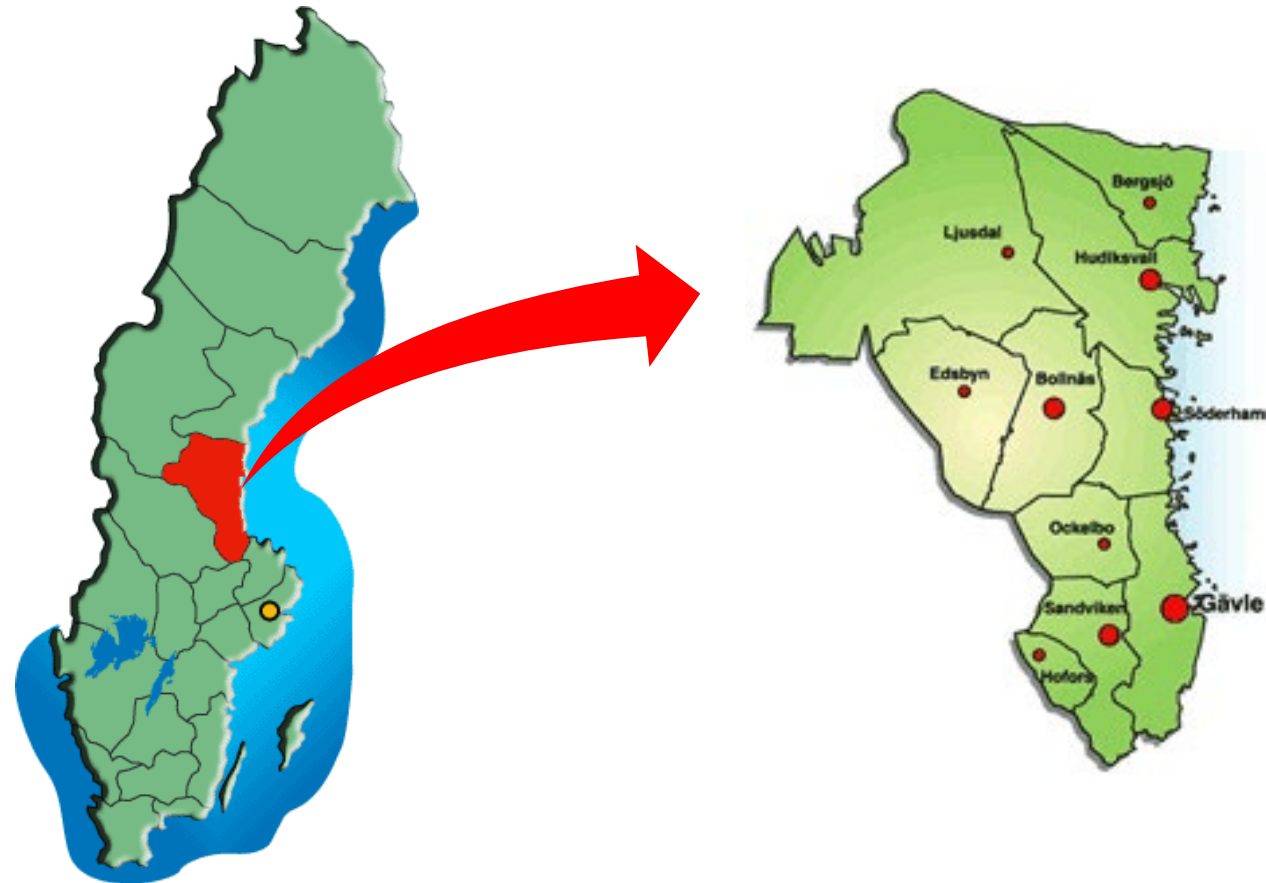


Antal idrottsföreningar

Ca. 20.000 st
idrottsföreningar

Antal medlemmar
ca. 3,3 miljoner

Ca 650.000
ideella ledare



Ca. 850 st.
idrottsföreningar

Ca. 115.000
medlemmar

Ca 26.000
ideella ledare



Bakgrund till #skippaattityden

- Idrotten delar samhällets utmaningar
- Utvecklingsresorna
- Att möta ungdomar på deras "planhalva"



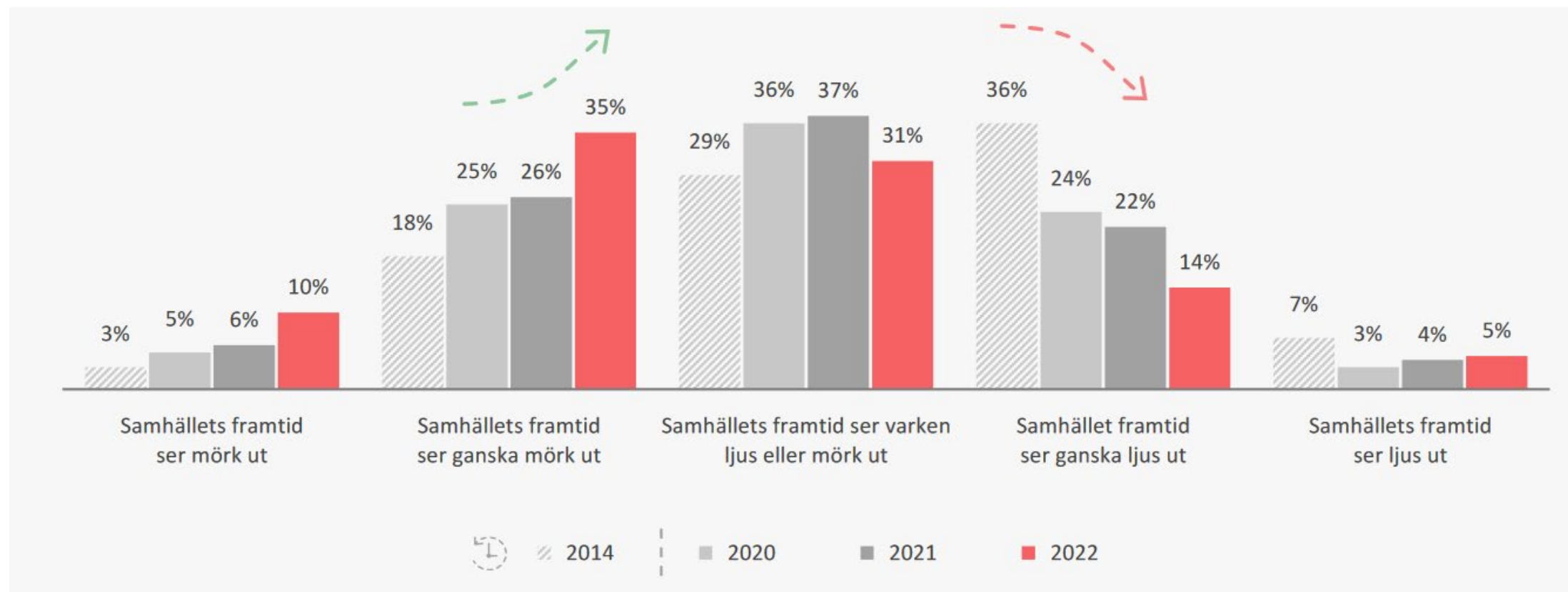
ATT PASSA IN!

- Våga vara dig själv
- Du kan vara på olika sätt
- Vara en del av laget utan att känna att man måste vara någon annan
- Delar saker tillsammans
- Plats där man stärker
- Påverkar samhället i stort
- Inte dumförklara varandra

Spegel, spegel på väggen där?

- *"Det är så mycket man ska klara av. Vänner, mammas humör, läxor, en svensklärare som hatar mig, att det ligger kommentarer om mig på nätet, att jag är ful, att jag inte vet vad jag ska bli.*
- *Det måste ha varit annat för mamma och pappa. Dom levde i en helt annan tid. Hur svårt kan det ha varit för dom? Dom var säkert helt perfekta och satt hela dagarna med varsin kotte och var nöjda."*

Spontant, hur ser du på framtiden?





#skippaattityden

Tillfälle 1: "Lära känna"

Syfte - Att bli tryggare som grupp och att lära känna varandra på ett djupare plan. Att ställa frågor och skapa diskussioner som dom normalt inte har.

Upplägg – Introduktion/Presentation (Ledaren) → Övning (Gruppen) → Koppla ihop/Följdfrågor (Ledaren/Gruppen)

Övning – Intervju 2 & 2

Tillfälle 2: "Stå upp och ta ställning"

Syfte - Att träna på att stå för sin åsikt. Få gruppen att förstå att om vi blundar och inte säger ifrån när dåliga uttryck eller beteenden förekommer så kan det normaliseras och bli ok i en grupp.

Upplägg – Återkoppla till Träff 1 (Ledaren) → Övning (Gruppen) → Sammanfattning/Reflektioner (Ledaren/Gruppen)

Övning – Stå upp och ta ställning (Åsiktskort)

Grönt = Stämmer helt

Gult = Tveksamt/ibland

Rött = Stämmer inte alls

#skippaattityden

Tillfälle 3: "Känna efter"

Syfte -Att diskutera frågor där deltagarna behöver både tänka och känna efter. Frågor som är kopplade till miljön i deras träningsgrupp och det klimat dom vill skapa framåt.

Upplägg - Återkoppla till Träff 1 & 2 (Ledaren) → Övning (Gruppen) → Sammanfattning/Reflektioner (Ledaren/Gruppen)

Övning – Gruppdiskussioner i mindre grupper

Tillfälle 4: "Vi gör varandra bättre"

Syfte - Att konkretisera de diskussioner som genomförts under träff 1-3 och knyta ihop säcken. Gruppen ska nu gå från ord till handling och skapa en plansch med vad dom kommit fram till.

Upplägg – Återkoppla/Repetera Träff 1-3 (Ledaren) → Övning (Gruppen) → Diskussion i helgrupp (Ledaren/Gruppen)

Övning – Gruppdiskussioner i mindre grupper



Vårt team Gefle IF P-07

Det här ska vi ...

... börja med:

- Respekt, varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till

... fortsätta med:

- Respektera varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till

... sluta med:

- Respektera varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till

Vårt lag: # Respekt
Välkommande
Representera

Vems ansvar är det att vi följer detta? Alla

Gävleborg

skippa attityden!

Vårt team Gefle IF P-07

Det här ska vi ...

... börja med:

- Respekt, varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till

... fortsätta med:

- Respektera varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till

... sluta med:

- Respektera varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till
- Respektera varandra till

Vårt lag: # Respekt
Välkommande
Representera

Vems ansvar är det att vi följer detta? Alla

Gävleborg

skippa attityden!

**Ju fler "likes" jag
får på instagram
desto mer populär
är jag**



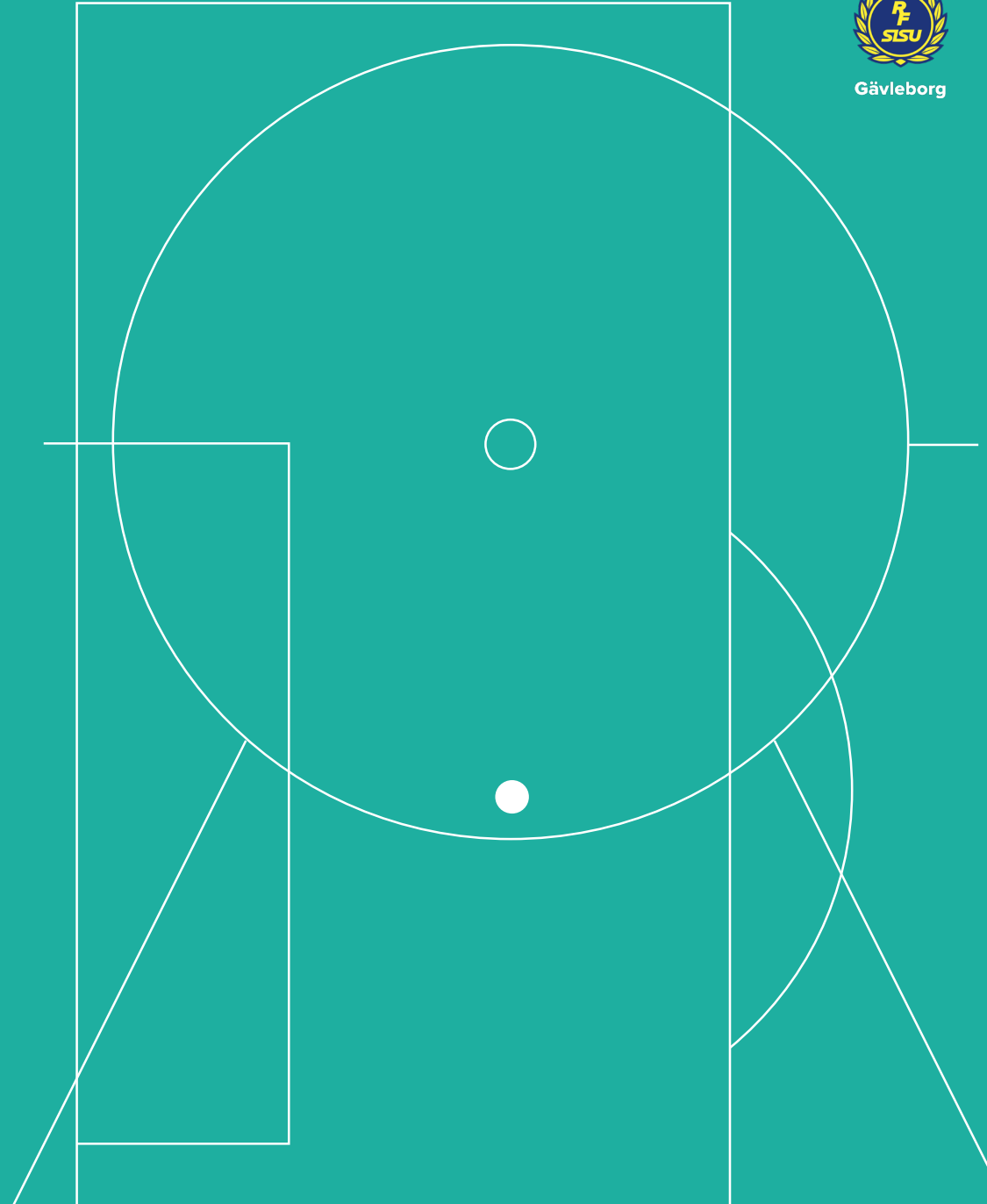
Gävleborg

Spelaren

”– När vi satt första gången och fick prata om vad vi tyckte var bra eller dåligt. Det var skönt att allt kom fram liksom.”

Ledaren

– Tyvärr är det ju så att man oftast pratar om sådana här saker just när det hänt något i laget. Så bara det att man pratar om attityder är ju bra, att man lyfter upp det. Det är ett arbete som öppnar ögonen kan jag säga. Det blir en medvetenhet kring de här frågorna, säger han.



Att inte vara sin prestation

Psykologi

Prestation

Fysiologi

Self



Framgångsfaktorer

- Enkelheten.
- Att någon utomstående kommer och lyfter dessa viktiga frågor – Ideella ledare
- Cirka 200 lag/grupper har genomfört konceptet.



Varför idrott?

