

Kjære lagleder!

Aller først – tusen takk for at du gir av din tid for å skape fotballglede for barn og unge!

I dag driver flertallet av ungdom en eller annen form for trening på fritiden, blant annet fotball. **Som trener og voksenperson har du en unik mulighet til å utgjøre en forskjell for ungdom.** Det man lærer på fotballbanen og innad i laget, tar man gjerne med seg ellers i hverdagen også.



"Generasjon prestasjon"

Det skjer mye i ungdomstida; man kommer i puberteten, får karakterer, blir forelska. Mange skifter skole eller flytter for å gå på videregående. Med alt dette følger det forventninger.

I dag er ungdom eksperter på å stille høye krav. Til hverandre og omgivelsene, men kanskje først og fremst til seg selv. Krav om å prestere i fag, utseende, idrett og vennegjengen.

Visste du at...

- 22 % av ungdom i Nordland er mye plaget av ensomhet?
- 12 % har ingen fortrolige venner?
- 1 av 10 barn og unge i Nordland opplever å bli mobbet jevnlig?
- 1 av 3 mellom 13 og 17 år føler seg plaget av mange bekymringer i hverdagen og følelsen av at "alt er et slit"?
- 80 % av ungdom trener minst én gang i uka, og 60 % er aktive i idrettslag?
- Ca halvparten av 13-åringer som trener i idrettslag slutter når de fyller 16 år. 60 % av de slutter fordi det blir for mye alvor, fokus på resultater og kritikk fra trener og medspillere.

(Kilde: Ungdata.no, NOVA)

Organisert idrett tilbyr samhold, mestringsfølelse, samspill og tilhørighet. Samtidig ser vi at det i mange idretter stilles store krav til ungdommen. Det kan være krav om å prestere, ha det rette utstyret eller tidsbruk.

I forbindelse med årets Stopp Volden Cup ønsker vi i Røde Kors å fortelle ungdommene at **de er gode nok**. Resultater på skolebenken og på fotballbanen skal og kan ikke definere ens verdi som enkeltmenneske. **Vi ønsker åpenhet rundt press og følelsen av å ikke strekke til, og vil formidle at man ikke trenger å være best i alt for å være "god nok".**

Vi håper du ønsker å ta opp temaet med laget ditt. For å hjelpe deg i gang har vi laget et forslag til snakkepunkter dere kan ta opp under garderobepraten i løpet av turneringa og senere i fotballåret.

Tar du utfordringen, lagleder?

