

PROJEKTBEKRIVELSE

Gode idrætsmiljøer for piger - redskaber til at forstå, udvikle, udfordre og fastholde



"Jeg gør altid mit bedste, men jeg synes aldrig, det er godt nok!"

1. BAGGRUND FOR PROJEKTET

Piger er anderledes end drenge...

... det er der ikke så meget nyt i. Men hvad betyder forskellene til daglig, når man skal have piger til både at trives og udvikle sig i præstationsmiljøer?

Gennem tidligere projekter har vi på CUR (Center for Ungdomsstudier) arbejdet med at få konkretiseret, hvordan piger reagerer anderledes end drenge og hvorfor.

Vi ser nogle grundlæggende typiske træk hos pigerne, som bl.a. er, at:

- Pigerne ofte er mere perfektionistiske og kritiske over for sig selv.
- Pigerne er meget afhængige og påvirkelige af fællesskabet og vennerne omkring dem.
- Pigerne i høj grad har brug for at få anerkendelse og at blive bekræftet i de ting, de laver.

”Altså, man har da sådan lidt nogle tanker om, at man godt kan presse sig selv lidt mere – altid til det yderste. Man bliver nødt til at presse sig selv til det yderste for at få det til at fungere ...”

Fodboldspiller, 16 år

Disse træk giver nogle grundlæggende udfordringer for pigerne, når de skal fungere i en præstationsarena som idrætten, hvilket bl.a. kan vise sig ved, at:

- pigerne synes, at intet er godt nok. De bliver aldrig helt tilfredse med den opgave, de er i gang med.
- pigerne er deres egen hårdeste kritiker. De driver sig selv til grænsen og har svært ved at give sig selv fri.
- pigerne har svært ved at finde balancen mellem at skulle præstere og markere sig selv – og samtidig ikke skille sig ud fra fællesskabet.

Samtidig ser vi også, at sport har et stort potentiale til at udvikle unge og flytte pigerne fra disse typiske pigetræk, således at de udvikler værdifulde kompetencer, der kan overføres fra sporten til andre livsarenaer. Disse kompetencer kan være at:

- blive mere selvbevidst og klogere på sig selv.
- blive mere robust og kunne håndtere modgang.
- blive mere målrettet og udvikle evnen til at arbejde mod langsigtede mål.
- blive mere modig og turde at gå egne veje.
- blive mere selvstændig og ansvarfuld.
- udvikle et stærkere selvværd.

Vi søger ny viden om piger i præstationsmiljøerne

Men vi mangler at komme tættere på en forståelse af piger, der har valgt idrætten til for at blive klædt på til at handle kvalificeret over for disse piger i idrætsmiljøerne.

Vi mangler konkret viden om:

- Hvordan er pigernes hverdag? Hvordan prioriterer de i deres hverdag?
- Hvad motiverer dem i sporten? Hvorfor vælger de sporten til?
- Hvad kan gøre, at de vælger sporten fra?
- Hvordan trives de i sporten, skolen og generelt?
- Hvad og hvilke relationer betyder noget for dem i deres hverdag?
- Og ikke mindst, hvad vi kan gøre for at skabe større trivsel i idrætsmiljøerne og fastholde pigerne?

Fremadrettet er målet, at vi bliver bedre til at udvikle meningsgivende og udfordrende idrætsmiljøer for piger.

2. PROJEKTETS GRUNDPILLER

Visionen med projektet

- At pigerne oplever glæde og trivsel ved at investere tid i idrætten.
- At pigerne holder fast i idrætten i længere tid.
- At pigerne bliver bevidste om hvilke kompetencer, de udvikler gennem deres idrætsdeltagelse, og hvordan disse kompetencer kan overføres til andre livsarenaer.

Projektets mission

- At skabe forståelse og accept af, at det kræver en bevidst og målrettet indsats at udvikle idrætsmiljøer, der fastholder pigerne i idræt.
- At udvikle, afprøve og formidle konkrete værktøjer, der i højere grad gør trænere, ledere, forældre, og de andre betydende relationer omkring pigerne i stand til at udvikle positivt stimulerende idrætsmiljøer for pigerne.

Undersøgelsesgruppen

- Unge piger, der befinder sig omkring springet fra folkeskole til ungdomsuddannelse. Dvs. alderen fra cirka 15-18 år.
- Det handler om piger på alle niveauer. Dvs. både elite- og breddeudøvere.
- Projektet arbejder med piger fra 10 forskellige sportsgrene og i to træningsmiljøer fra hver sportsgren. Dvs., at i alt 20 piger er en central del af projektet.
- Pigerne og deres miljøer følges i cirka to år med henblik på at generere viden omkring, hvordan pigernes oplevelse af hverdagen med skole, sport, veninder osv. udvikler sig over tid, og specielt i den svære overgang fra folkeskole til ungdomsuddannelse.

Vidensindsamling

- Projektperioden strækker sig fra september 2016 til marts 2019.
- Der foretages en spørgeskemaundersøgelse blandt ca. 1000 piger fra 10 idrætsgrene. Her spørges der ind til trivsel, udfordringer i hverdagen, motivation for sporten, drømme for fremtiden mm.
- De to piger fra hver sportsgren følges over to år med løbende observationer, videooptagelser og med kvalitative interviews af pigerne, deres forældre, trænere m.fl.
- Der er knyttet en styringsgruppe til projektet, der er med til at sparre og målrette projektet. I gruppen sidder repræsentanter fra forbund og DIF.
- Der laves workshops undervejs i projektforløbet med vidensdeling, feedback og sparring.

Undersøgelsesmiljøer

- Fodbold
- Håndbold
- Volleyball
- Svømning
- Badminton
- Atletik
- Kano og kajak
- Taekwondo
- Cheerleading
- Gymnastik

Projektets slutprodukter

- Kortere videospots, der sætter fokus på de mest fremtrædende udfordringer og tendenser for piger i idræt.
- Input til forbundenes træneruddannelse og en særlig 'pige-guide' til trænere.
- Workshop-koncepter til brug i både klubber, skoler, forbund mm.

Alt materialet kan findes og downloades frit fra CUR's hjemmeside: www.cur.nu.

Projektet kan følges med løbende opdateringer på facebookside: 'Gode idrætsmiljøer for piger'.

3. PROJEKTMEDARBEJDERE

- Projektet er **støttet af Nordea-fonden**.
- Projektet er forankret i **Center for Ungdomsstudier (CUR)**, der er et forsknings- og udviklingscenter, der beskæftiger sig med ungdomskultur, værdier og foreningsliv.
- **Projektleder** er Søren Østergaard, Centerleder, ph.d. og med erfaring med styring af forskningsbaserede udviklingsprojekter
soren@cur.nu / 23304189
- **Projektansvarlig** er Stephanie Jensen, netop færdiguddannet cand.scient. i idræt og psykologi med speciale i "Unge elitepiger i et præstationssamfund" ved Aarhus Universitet.
stephanie@cur.nu / 23638292
- **Projektmedarbejder** er Christina Jakobsen, cand.scient.soc med speciale i ungdom og sundhedsopfattelse ved Aalborg Universitet, og formand for cheerleading-udvalget i Dansk Amerikansk Fodbold Forbund.
christina@cur.nu / 60763391

Venlige hilsener fra

Søren Østergaard, Christina Jakobsen og Stephanie Jensen