

Barn och ungdomars delaktighet

Vägledning för idrottsföreningar framtaget
av Svenska Cheerleadingförbundet



Text: Svenska Cheerleadingförbundet
Foto och grafik: Canva och Indesign

Välkommen som deltagare i en lärgrupp!

Lärgrupp är ett sätt som ni i er förening kan arbeta med kunskapsinhämtning och föreningsutveckling.

Lärgrupper erbjuder en möjlighet att få igång samtal, utbyta erfarenheter och perspektiv, samt att utvecklas tillsammans på ett strukturerat sätt. Detta material riktar sig främst till föreningsstyrelser, men är även användbart för andra organisationsledare inom föreningen, som till exempel sportchef.

För att lärgruppen ska fungera effektivt behöver någon ta på sig rollen som ledare. Ni avgör själva vem det ska vara. Ni kan även få stöd från ert RF-SISU distrikt.



FRÅGA

Det bästa sättet att få igång ett samtal är att ställa frågor.



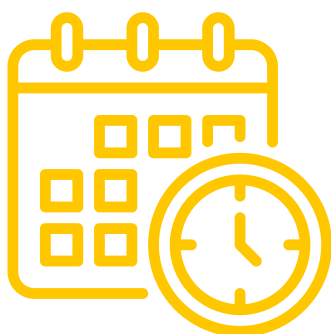
STYRA

Styr så alla kommer till tals. Det skapar aktivitet och engagemang.



LYSSNA

Visa engagemang, uppmärksamhet och intresse när deltagare har ordet.



STRUKTURERA

Strukturerar arbetet och samtalet, så att gruppen kommer framåt och inte fastnar för länge i en fråga.



DÄMPA

Bromsa den eller de som ständigt yttrar sig, som svarar på frågor först eller jämt har en direkt lösning på problemen. Låt alla få möjlighet att tänka och tala.

Inledning

Idrottsrörelsen består till stor del av barn och ungdomar men deras representation i beslutsfattande sammanhang är ofta begränsad. Detta lärgruppsmaterial är framtaget för att stödja föreningar inom cheerleading i arbetet med att stärka ungdomars delaktighet och inflytande i förening.

Barn och ungdomars inflytande är inte bara en fråga om framtiden – det handlar om att bekräfta deras roll som ledare och förändringsskapare i nuet. Att ge ungdomar möjlighet att påverka är avgörande för att stärka deras idrottsidentitet och engagemang. När unga ges möjlighet att delta i beslut som påverkar deras idrott och förening, utvecklas deras självförtroende och ansvarstagande, vilket både stärker individen och bidrar till föreningens långsiktiga utveckling.

Syftet med detta material är att ge inspiration och konkreta verktyg till föreningar som vill skapa förutsättningar för att ungas åsikter och idéer ska få utrymme och påverkan. Materialet innehåller praktiska övningar och aktiviteter som hjälper föreningar att engagera unga på ett meningsfullt sätt, både socialt och organisatoriskt. Målet är att skapa en inkluderande föreningskultur där alla röster värderas och där unga känner sig delaktiga och själva har möjlighet att påverka sin förening.



Vad är ungdomsinflytande?

Svaret kan verka självklart: unga har inflytande. Det kan ske genom ett ungdomsråd, sociala aktiviteter, enkäter eller unga ledamöter i föreningsstyrelsen. För någon annan kan begreppet ha en annan definition. Delaktighet och inflytande är breda begrepp som ofta används men saknar allmän accepterad definition. I detta lärgruppsmaterial definieras delaktighet som en del av demokratibegreppet, med en bred betydelse som inbegriper både inflytande och delaktighet.

I detta material beskriver vi två versioner av delaktighetsbegreppet för att separera olika slag av delaktighet: demokratisk delaktighet och social delaktighet.

Demokratisk delaktighet är att få sin röst hörd och delta i beslut. Demokratisk delaktighet vilar på att ha kunskap kring demokratiska processer och information om beslutet de ska delta i. Ungas demokratiska delaktighet ska därför uppmuntras av vuxna genom att ge information, inspirera unga att uttrycka åsikter och ta ungas perspektiv samt önskemål i anspråk. Inflytande är således nästa led i att vara demokratisk delaktig. Social delaktighet är att vara en del av en gemenskap vilket i svensk idrottsrörelse översätts till "allas rätt att vara med" ur idrottens värdegrund. Att vara inkluderad i föreningslivet och tillhöra en gemenskap bestäms i FN barnkonvention artikel 12 som beskriver barns "rätt att få delta".

Definitioner

Definition av
barn och ungdom
RF stadgar
Barnidrott upp till 12 år
Ungdomsidrott 13-25 år

Demokratiska processer
Aktiviteter och beslutsfattande moment som äger rum i en förening med syfte att involvera medlemmarna och forma föreningens verksamhet. Det inkluderar bland annat deltagande i styrelsens arbete och beslut, valberedningar och årsmöten.



Delaktighet
Delaktighet handlar om processen att barn och ungdomar är involverade och deras åsikter tas tillvara.

Inflytande
Inflytande handlar om att barns åsikter påverkar de beslut som fattas.

Demokratisk delaktighet:
Få sin röst hörd och delta i beslut.

Social delaktighet: Känsla av samhörighet, inkludering och tillhörighet.

Varför är det viktigt?

Detta material har utgått från tesen att viljan till demokratisk delaktighet går i takt med den sociala delaktigheten. Känslan av samhörighet, inkludering och tillhörighet betraktas som drivande faktorer för att vilja engagera sig organisatoriskt och därmed ha demokratisk delaktighet och inflytande. Därför genomsyrar insatser och exempel i lärgruppsmaterialet både demokratisk och social delaktighet.

Varför är ungdomsinflytande viktigt? Stark idrottsidentitet förenas ofta med att personen upplever sig ha ett inflytande över sitt idrottsutövande. Barn och unga med stark idrottsidentitet tenderar att inte sluta idrotta tidigt i sitt liv, utan väljer att fortsätta vara engagerade genom att till exempel göra en elitsatsning eller vara tränare.

I idrottens idédokument *Idrotten Vill* framgår att "idrott ska vara en skola i demokrati". Barn och unga ska ges möjlighet att vara delaktiga i ett demokratiskt sammanhang och det ska finnas utrymme för deras åsikter att lyftas fram. Att ge unga demokratiskt utrymme stärker deras idrottsidentitet och fostrar dem till goda ledare.

Diskussion

Vad gör ni i er förening idag för att öka den sociala och demokratiska delaktigheten för barn och ungdomar?



Öka det unga inflytandet

Betrakta det unga inflytandet som en tillgång. Genom att arbeta med ungt inflytande löpande i föreningen stärker det föreningslivet och medlemmarna. Ofta benämns unga ledare som framtidens ledare. Men de kommer att vara lika mycket ledare vid ung ålder som senare i livet. De är både framtidens ledare - och nutidens ledare. Att ge unga förtroende att göra en förändring och yttra åsikter bidrar till enskilda individers framgång och självförtroende.



Ungdomsinflytande är nästa led i att vara demokratiskt delaktig som ung. Hur föreningen väljer att arbeta med att inkludera unga i de demokratiska processerna är upp till föreningen. Det finns inget rätt eller fel och föreningen vet själv vad som fungerar bäst för just den föreningen.

Vad kan vara ert första steg för att öka ungdomsinflytandet?

Det finns många varianter på hur detta arbete kan utspelas. Föreningen kan arbeta med ungdomsinflytande organisatoriskt exempelvis eller genom social delaktighet som på sikt ger unga mersmak till att engagera sig organisatoriskt. Nedan följer exempel på initiativ en förening kan ta för att öka det unga inflytandet.



Ungdomsråd i förening

Ett ungdomsråd i en förening ger ungdomar ett eget forum att diskutera och lyfta frågor som berör föreningen. Syftet med ett ungdomsråd kan variera. Det kan till exempel vara ett rådgivande organ till föreningsstyrelsen eller ett råd som arrangerar aktiviteter som de unga i föreningen tycker saknas. I en första anblick kan ett ungdomsråd i föreningen ge sken av att ungdomsinflytandet ökar och präglar föreningen på sikt. I en andra anblick kan ungdomsrådet vara en början till ökat ungdomsinflytande men kan vara svårt att underhålla över tid.

För att ungdomsrådet i föreningen ska bli en naturlig plats för unga att vända sig till, fungera som ett rådgivande organ eller arrangera sociala aktiviteter, behöver dess roll och funktion tydliggöras. Föreningsmedlemmar ska veta att det finns, ungdomsrådet ska ha ett uttalat syfte och vara en del av föreningen långsiktigt. Det finns risk för att de första ledamöterna i ett ungdomsråd har engagemang och fyller syftet, men sannolikt kommer ledamöterna behöva bytas ut och nya ledamöter ska in.

Kanske finns det engagerade ungdomar som vill ta större plats och göra förändringar i föreningen.



Diskussion

Hur kan föreningen arbeta för att ungdomsrådet inte ska vila på enskilda ledamöternas engagemang och vilja?



Strategisk plan För ungas delaktighet

För att arbetet med att öka ungdomars delaktighet och inflytande i föreningen ska fortgå och vara lättare att arbeta med kan en strategi vara till god hjälp. Strategin sätter ord på vilken resa föreningen vill göra och vara om ett eller några år. Det hjälper förtroendevalda att landa i beslut som går åt en riktning och gör att arbetet med ungdomsinflytandet blir sakligt.

Samla styrelsen och låt var och en beskriva en målbild kring ungt inflytande. Exempelvis:

Jag vill se fler unga ledamöter i föreningsstyrelsen.

Jag vill se mer ideella krafter i föreningen.

Jag vill att fler väljer att fortsätta träna cheerleading eller stanna kvar i föreningen.

Skriv ner varje målbild på en lapp. Diskutera varje målbild för sig och hur dessa kan öka det unga inflytandet i föreningen. Kanske kommer ni på fler målbilder, skriv ner dem också!

Välj ut 1-3 målbilder föreningen vill se om ett eller några år. Stanna upp vid varje målbild och diskutera vilka utvecklingsresor föreningen behöver göra. Försök att diskutera strategiskt. Nu flödas möjligheter runt ert bord! Punkta gärna ner utvecklingsresorna ni kommer fram till under varje målbild.

Nu har ni gjort en strategi för ungas delaktighet i föreningen. Börja diskutera operativt; vad kan vi göra i föreningen för att uppnå målbilderna? Låt idéerna flöda!

Öka ungdomsinflytande utan ungdomsråd

För många ungdomar kan styrelse, förtroendeuppdrag och ungdomsråd låta ganska tråkigt. En del har en förutfattad mening om vad det innebär och då kan det bli svårt för en förening att hitta ungdomar som vill engagera sig organisatoriskt. Men det finns andra sätt att öka delaktigheten och inflytandet från unga utan att ha ett ungdomsråd eller unga ledamöter i föreningsstyrelsen.



Arrangera ungdomsträff

Ungdomsträff

Arrangera en ungdomsträff varje kvartal, halvår eller år. Låt träffen både vara en utvecklingsträff och möjlighet för föreningens ungdomar att umgås utöver träning och tävling.

Ställ in ett träningstillfälle för att samla ungdomar en kväll för att berätta om styrelsens arbete och målsättningar. Bjud på mat och anordna en rolig aktivitet tillsammans. Kanske kan ett lag eller en träningsgrupp få ansvaret att planera träffen med stöd av styrelsen?

Upplägg

Föreningsstyrelsen förbereder frågor och gruppindelningar. Låt grupperna diskutera gruppvis. Ge grupperna i uppdrag att anteckna ner diskussionens hållpunkter. Grupperna presenterar i helgrupp.

Din roll som förtroendevald är att lyssna aktivt under diskussionerna, besvara frågor och föra egna anteckningar på gruppens diskussion. Lyssna aktivt och visa att du är intresserad.

Tänk på

Det är viktigt att skapa en miljö där alla i gruppen får möjlighet att komma till tals. Skapa gärna en mötesstruktur som bidrar till att alla får ordet, exempelvis genom att gå varvet runt innan någon talar igen. Ett annat sätt är att fråga de som inte sagt så mycket vad de tycker. Betona att allas åsikter är värdefulla



Förberedda frågor

Tid: 1h (30 min diskussion + 30 min presentation)

Förberedelser:

- 3-5 öppna och diskussionsledande frågor
- Dela upp deltagarna i grupper på 3-4 personer med en förtroendevald i varje grupp
- Anteckningspapper och penna

Uppföljning:

Inled nästa styrelsemöte med att sammanfatta diskussionerna och dela era reflektioner. Koppla inspelen till föreningens verksamhetsplan. Finns det något som kan förbättras? Kom det inspel som styrelsen redan jobbar med och har implementerat? Varför har det inte gjort större avtryck på föreningens medlemmar? Återkoppla till deltagarna på träffen om vilka åtgärder styrelsen kommer ta till efter inspelen från träffen. Uppdatera deltagarna så fort något nytt händer.

Exempel på förberedda frågor

Hur tycker ni att föreningen kan bli bättre på att inkludera barn och ungdomar?

Vilka mål skulle ni vilja att föreningen sätter för framtiden, både för er som aktiva och för föreningen som helhet? På vilket sätt kan styrelsen bli bättre på att kommunicera sitt arbete och sina beslut till er?

Hur tror ni att vi kan få fler ungdomar att bli delaktiga i föreningens utveckling och arbete?

Om ni skulle kunna genomföra en förändring i föreningen, vad skulle det vara och varför?



Arranga mötesplatser

Open Space

Tid: 1h (20-30 min diskussion + 20 min gemensam presentation)

Förberedelser:

3-5 A3 papper

Välj ett tema för diskussionerna



Styrelsen förbereder ett tema före träffen. Samla deltagarna i helgrupp och låt gruppdeltagarna välja 3-5 områden inom temat att diskutera. Skriv varje ämne på ett A3-papper och lägg ut på varsitt bord. Därefter börjar Open Space!

Starta tiden och låt deltagarna cirkulera runt bland borden och diskutera. På pappret kan deltagarna skriva ned sina tankar och inspel. När tiden är ute samlas deltagarna i helgrupp och gemensamt summerar utifrån dokumentationen.

Open Space skapar kreativa lösningar och bygger på deltagarnas engagemang. Om deltagare känner att ett tema inte bidrar till samtalet eller lär sig kan en söka sig vidare till ett annat samtal.

Din roll som förtroendevald är att lyssna in under diskussionerna. Byt område med jämna mellanrum. Lyssna till den gemensamma presentationen, ta anteckningar och visa att du är intresserad.



Exempel 1:

Tema: Ungdomsinflytande

Deltagarnas områden:

Inflytande över träning och tävling

Vad är inflytande?

Hur kan vår förening inkludera unga mer?

Exempel 2:

Tema: Träningar

Deltagarnas områden:

Hur skulle vi vilja att våra träningar ser ut framöver?

Hur kan vi öka samhörigheten lagöverskridande?

Vad vill vi göra kommande säsong som gör att vi utvecklas och har ännu mer roligt? (läger, utbyte med annan förening eller tränare).

Vad tycker vi är mest givande och roligt under träningarna? Vad får oss att känna motivation och glädje under träningarna?

De frågor och teman ovan är bara exempel. Byt gärna ut och hitta på egna frågor utifrån och anpassa efter just er förening samt deltagarna.

Uppföljning:

Inled nästa styrelsemöte med att sammanfatta diskussionerna och dela era reflektioner. Koppla inspelen till föreningens verksamhetsplan. Finns det något som kan förbättras? Kom det inspel som styrelsen redan arbetar med och har implementerat? Varför har det inte gjort större avtryck på föreningens medlemmar? Återkoppla till deltagarna på träffen om vilka åtgärder styrelsen kommer ta till efter inspelen från träffen. Uppdatera deltagarna när något nytt händer.



Stöd vid mötesplatser

Vid mötesplatser såsom styrelsemöten, årsmöten eller ungdomsträffar är det bra att tänka igenom hela upplevelsen – från förberedelser till efterarbete. Ett sätt att strukturera arbetet är att se på mötesplatsen utifrån tre faser: före, under och efter. Denna indelning ger en tydlig överblick och kan vara till hjälp för att skapa en inkluderande och positiv upplevelse för deltagarna.

Fas 1: Förberedelse

Fas 2: Under mötesplatsen

Fas 3: Efterarbete

Deltagandet handlar inte enbart om att närvara under själva mötet, utan om att skapa en helhet som gör det lättare och mer meningsfullt för ungdomar att bidra. Beroende på vilken typ av mötesplats det gäller kan olika delar av processen vara mer eller mindre relevanta och det är upp till varje förening att anpassa insatserna efter sina förutsättningar.

Här följer några tips och vägledande idéer att ta hjälp av för att stärka ungdomars upplevelse och delaktighet. Se dem som en inspiration – välj de insatser som passar er bäst och känn friheten att fylla på med egna idéer!

Fas 1: Förberedelse

Gemensam genomgång/förberedelse av handlingar och motioner
Använd lättbegripligt språk i information

Skapa förväntan och engagemang kring mötesplatsen

Uppmuntra vuxna att vara öppna för unga perspektiv och att ge dem utrymme att aktivt delta

Fas 2: Under mötesplatsen

Se över språket. Förklara svåra ord och begrepp vid behov

Gör möten attraktiva genom välkomnande miljö, pauser och fika

Använd ett roterande diskussionsystem där alla, inklusive unga, får ordet regelbundet

Avstämning under mötet för att möta eventuella frågor

Fas 3: Efterarbete

Synliggör hur ungdomarnas deltagande gjort skillnad

Informera om kommande möten och möjligheter till mer engagemang

Tacka och uppmärksamma de som deltog

Gör en utvärdering och förbättra

Fyll gärna på denna listan med era egna förslag.



Årsmötet

Föreningens årsmöte är ett bra tillfälle att engagera unga och låta dem vara delaktiga i föreningens demokratiska processer. Även om årsmötet innehåller en del formalia kan det göras mer tillgängligt genom att följa tipsen på sidan ovan. Genom att välja en mötesordförande som kan leda mötet på ett engagerande och lättstätt sätt skapas en inbjudande atmosfär. Inkludera gärna ungdomar aktivt i mötespunkterna, så att deras röster hörs och de får känna sig delaktiga i beslut som påverkar dem.

Presentera styrelsens verksamhetsinriktning för kommande år och väck diskussion. Kanske kan styrelsen förbereda frågor före årsmötet. Ta emot inspel och förslag från medlemmar och ungdomar. Avsluta årsmötet med att bjuda mötesdeltagarna på mat eller hitta på någon annan rolig aktivitet i samband med mötet.



Grupper på Sociala medier

De allra flesta av Sveriges unga lever ett liv på sociala medier. Det traditionella föreningslivet är inte naturligt för den nya generationen. Här går det att göra mycket för att väcka engagemang och tillhörighet till föreningen och cheerleading.

Skapa en grupp på Instagram eller Facebook

Låt gruppen ha flera syften; påminnelser om anmälan till läger, föreningsinformation, tävlingskalendern, sammanfattningar av möten, styrelsen ställer frågor för att få inspel och väcka diskussion. Syftet är att detta ska bli en naturlig kommunikationskanal mellan föreningens ungdomar och styrelsen.

Kom ihåg att föreningen har ett ansvar för att den digitala miljön är trygg och inkluderande, precis som den fysiska.



Förklara föreningens roll

En röd tråd genom initiativet att öka ungdomars inflytande är att skapa engagemang och tillhörighet. Att känna samhörighet till föreningen och cheerleading är en av de avgörande faktorerna för att unga ska vilja bidra till ett förändringsarbete. Därför måste tillhörighet, engagemang och samhörighet gå hand i hand med delaktighet och inflytande.

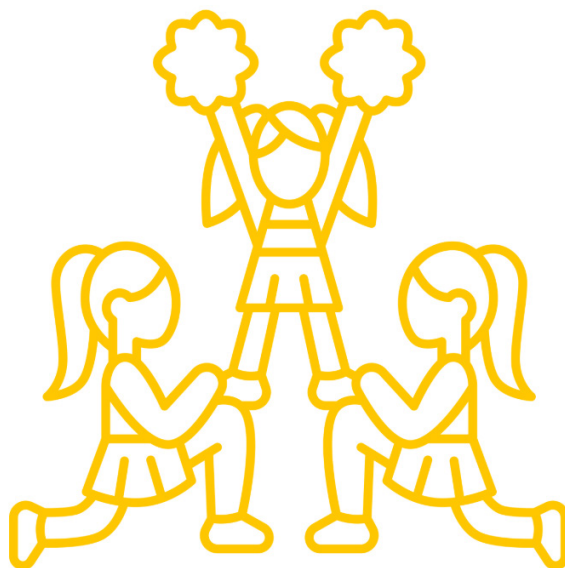
Inled därför aktiviteter med att förklara föreningens roll i utövandet av cheerleading. För många kan föreningen rent organisatoriskt spela en diffus roll trots att det är föreningens medlemmar som besitter makten att göra en förändring.

Laget kanske är den plats där unga vill bidra mest till för att de är där de känner allra mest tillhörighet. För att bredda engagemanget lagöverskridande behöver föreningen erbjuda ytterligare samhörighet. Därför är det viktigt att föreningsträffar; till exempel årsmöten och ungdomsträffar också innehåller sociala aktiviteter såsom att äta mat tillsammans eller bowla.

Diskussion

Skriv ner konkreta åtgärder och aktiviteter som er förening kan göra för att stärka ungdomars känsla av social delaktighet och engagemang, både inom laget och inom föreningen som helhet?

Tänk utifrån de samtal, diskussioner och övningar ni genomfört tidigare.



Din roll som vuxen eller förtroendevald

I idrottens styrande rum är unga inte självklara. Därför har vuxna, som är självklara i styrande rum, ett ansvar att släppa in unga som inte är lika självklara. Detta kan tolkas bokstavligen, att unga ska få ta plats i de styrande rummen. Men det kan också innebära att deras perspektiv tas i beaktande. Beslut som påverkar barn och ungdomar bör alltid utgå från deras bästa, med fokus på trygghet, delaktighet och utveckling. Beslutsprocesser ska inkludera ungas röster och prioritera deras behov och rättigheter.

Försök att bena ut ärendet så långt det går; förbered förklaringar på varför detta påverkar unga och hur ärendets beslut kan resultera i förändringar för unga och föreningen. Lyft detta med föreningens ungdomar genom en ungdomsträff eller sociala medier. Var noga med att förklara varför ungas upplevelser och åsikter är viktiga.

Genom att granska ur ett ungdomsperspektiv och sedan förankra detta med föreningens ungdomar ökar det ungdomliga inflytandet och på sikt engagemanget för cheerledningens frågor. Fler får större förståelse för föreningens roll och vikten av att föreningsformalier fungerar för att huvudsyftet ska kunna bedrivas; cheerledning.

Att vara ledare är ett förtroendeuppdrag, både för vuxna och unga ledare. När det kommer till ungt inflytande har vuxna både ett ansvar i att släppa in ungdomar och ett ansvar att säkerställa att förtroendet förvaltas. Vuxna ledare behöver därför vara tydliga i vad som förväntas av den unga ledaren vad gäller ledarskapet. Här handlar det inte om hur många träningspass eller möten en ung ledare förväntas delta på, utan vilka värderingar föreningen anser att ledaren ska vila sitt ledarskap på. Informera om föreningens och idrottens värdegrund, SCF:s uppförandekod för ledare och var den unga ledaren kan vända sig för stöd eller frågor.

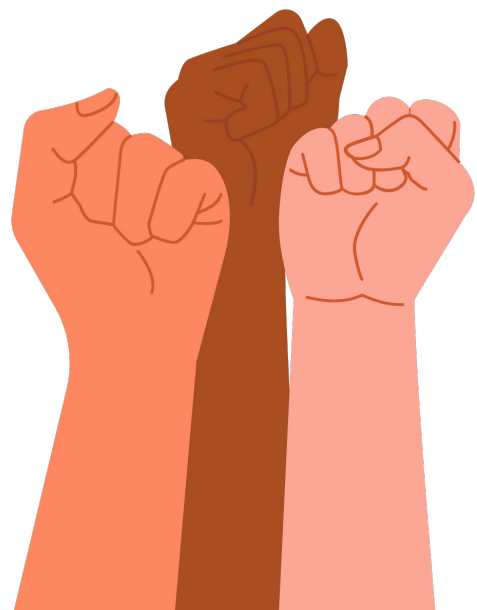


Att vilja vara med och påverka

För att ett ungt inflytande ska föreligga måste viljan av att vara med och påverka finnas. Många unga förenar sitt engagemang för idrott genom att de deltar på träningar och tävlingar. De kanske anser sig ha ett inflytande för att de får delta i ett lag och tränaren ger de aktiva möjlighet att välja träningsmoment. Uppfattningen om att vuxna vet bättre är ofta inte ett resultat av de ungas egna erfarenheter, utan något de har blivit lärda och därför anammat som en självklar sanning.

Forskning visar att viljan att vilja ha inflytande förenas med hur mycket inflytande en person har. En person med mindre inflytande kommer sannolikt inte att anstränga sig för att få mer inflytande - för de vet inte hur det känns att ha inflytande. Medan en person som upplevt mycket inflytande sannolikt kommer sträva efter mer inflytande.

Detta är något att beakta när ungdomar får frågor om föreningsstyrelsens arbete. Kanske kommer unga medlemmar i början inte ha så mycket att säga till om, just för att de inte haft mycket inflytande eller har rätt kunskap för att kunna uttrycka sina åsikter i frågan. Men ju mer en styrelse är mån om att unga ska komma till tals, kommer unga att klättra på trappan för inflytande. De kommer att känna hur det känns att ha inflytande och att deras åsikter spelar roll och gjort förändring.



Tack!

Ni har nu tagit er igenom materialet, bra jobbat!

Stort tack till alla er som engagerat er i diskussioner och reflektioner.

Tack för att ni bidrar till att stärka barn och ungdomars delaktighet och inflytande inom cheerleading.





Svenska Cheerleadingförbundet

Östra Hamngatan 52, 411 09 Göteborg | Tel: 08-50 00 23 70

E-post: scf@cheerleading.se | Hemsida: www.cheerleading.se