

# Årgang 00/01

# Giver klar besked

Spørgeskemaundersøgelse  
fra januar 2022

Senior – tid til  
at give tilbage  
til håndbolden  
eller til at  
stoppe

**Udgiver**

Amanda Böttcher Pørksen i samarbejde med  
Ayse Kosar Larsen  
Center for Ungdomsstudier  
Steenwinkelsvej 19, 1966 Frederiksberg  
DanskHåndbold  
Udviklingsafdelingen

**Produktion**

Bording Danmark A/S

**Udgivet**

2024

1. oplag

# Indhold

INDLEDNING.....	4
BAGGRUND.....	5
Til håndbold-Danmark.....	5
METODE OG VALG.....	6
Elektronisk spørgeskema.....	6
Behandling af resultater.....	6
Fejlkilder.....	6
BESVARELSER (HVEM, HVAD OG HVOR).....	7
Aktive spillere.....	7
HÅNDBOLDERFARING.....	8
NIVEAU.....	9
TRÆNINGSMÆNGDE.....	10
KLUBBENS SPILLERE.....	11
TRÆNERENS INDVIRKNING PÅ MOTIVATIONEN FOR FORTSAT AT GÅ TIL HÅNDBOLD.....	12
Andre fritidsinteresser.....	13
Oplevet Tidsforbrug.....	14
HÅNDBOLD KONTRA LEKTIER OG ARBEJDE.....	15
HÅNDBOLD OG 'STRESS'.....	17
Hensyn til øvrige aktiviteter i hverdagen.....	18
TILFREDSHEDSBAROMETER, JANUAR 2022.....	19
Tilegnede kompetencer.....	21
Frivillig, træner eller leder.....	22
Overvejelser om at stoppe til håndbold.....	23
Hvilke overvejelser har spillerne om at stoppe.....	23
ANBEFALINGER.....	25
BILAG.....	26

# Indledning

Denne rapport bygger på et elektronisk spørgeskema, som blev udsendt i januar 2022. Rapporten sammenfatter til sidst pointer og anbefalinger, som retter sig mod forskellige modtagergrupper. Rapporten er nummer 15 i rækken af delrapporter, som i første omgang løb frem til sommeren 2018. Projektet er sidenhen blev forlænget, så man følger skiftet til ulige årgange og spillernes overgang til senior. Overblik over alle delrapporterne i tabellen nedenfor.

**Tabel 1 – oversigt over alle delrapporter på årgang 00/01**

<b>Livsfase: 13-15 år – udskoling (U14-U16)</b>	
Juni 2015	Opbrudsperioden - viden og anbefalinger
Oktober 2015	Hverdagsliv og ungdomsliv for en ung håndboldspiller
Marts 2016	Sæsonafslutning – Tilbageblik på sæsonen og tanker om fremtiden
Juni 2016	Opbrudsperioden – Tid til dine tanker om klubskifte og karrierestop
Oktober 2016	Tidsforbrug – Balancegangen mellem skole, venner, familie og fritid
Marts 2017	Håndbold er tidskrævende og kan skabe udfordringer
<b>Livsfase: 16-18 år – ungdomsuddannelser (2. års U16-U18)</b>	
Juni 2017	Opbrudsperioden – Efterskoleoplevelser og holdfællesskabstanke
Oktober 2017	Prioriteringer og balance mellem håndbold, fritids- og skoleliv
Marts 2018	Sæsonafslutning – Efterskoletanker og klubsifter i sæsonen
Juni 2018	Opbrudsperioden – Mod ungdomsuddannelse og holdfællesskabstanke
November 2018	Ungdomsuddannelse og en travl hverdag – Hvor meget kan håndbold fylde?
Marts 2019	Sæsonafslutning – Det bedste ved håndbold og årsager til stop
<b>Livsfase: 19-24 år – videregående uddannelser + evt. sabbatår</b>	
November 2019	Opbrudsperiode – overgang fra lige til ulige årgange
Juni 2020	Opbrudsperiode – overgang fra ungdom til senior
Januar 2022	Senior – tid til at give tilbage til håndbolden eller til at stoppe

# Baggrund

“Årgang 00/01 giver klar besked” er en del af Knæk Kurven projektet, som blev afsluttet i 2018. Siden er arbejdet med undersøgelsen fortsat i Dansk Håndbolds udviklingsafdeling og ligger nu under projektet Rigtig, sjov håndbold. Vi følger årgangene 2000 og 2001, som bevæger sig gennem ungdomsspillerårene i den periode, hvor de to årgange er på efterskole og kommer hjem igen og gennem deres sidste år som ungdomsspillere og mødet med seniorhåndbolden.

Formålet med “Årgang 00/01 giver klar besked” projektet er at indsamle faktuel viden fra vores unge medlemmer. DanskHåndbold ønsker at lytte til de unge og få viden om, hvordan de oplever det at gå til håndbold – hvad er godt, og hvad er skidt? Ved at spørge de unge direkte kan DanskHåndbold handle ud fra konkret viden og undgå at handle ud fra “hvad vi tror, de unge synes”.

DanskHåndbold ønsker at klarlægge, hvilke tendenser, der er blandt vores unge spillere, og at se sporten fra deres vinkel. På baggrund af dette ønsker DanskHåndbold at gøre håndboldproduktet til de unge skarpere, så flere bliver i sporten.

## Til håndbold-Danmark

Formålet med denne rapport, og med de tidligere og de følgende rapporter, er at viderebringe den viden, som er opnået gennem besvarelserne til de relevante målgrupper. Håndbold-Danmark består af rigtig mange forskellige personer, som alle har indflydelse på spillernes oplevelse af håndboldproduktet. Der er derfor samlet en række anbefalinger sidst i rapporten til følgende målgrupper:

- Medspillere
- Trænere
- Klub
- DanskHåndbold



# Metode og valg

## Elektronisk spørgeskema

Projektet følger vores aktive spillere i årgang 2000 og 2001, der har modtaget elektroniske spørgeskemaer fra 2015 til 2022. Spørgeskemaet er sendt direkte til spillernes mailadresser med besvarelse i januar 2022.

## Behandling af resultater

Alle besvarelser registreres i programmet Analyzer. I alt har 774 gennemført hele spørgeskemaet, og derudover har vi valgt af inkludere 7 respondenter, som har besvaret dele af spørgeskemaet. Dem har vi valgt at inkludere, da det primært er faktabaserede spørgsmål, som de har besvaret, såsom hvor mange spillere, der er på deres hold osv.

Det endelige datamateriale består således af en samlet population på 781, hvoraf 7 respondenter bidrager med delvise besvarelser. Der er af denne population 91, som ikke spiller håndbold for tiden, men vi har valgt at inkludere dem i denne undersøgelse, ligesom i de forrige undersøgelser, da det kun er for tiden, at de ikke spiller håndbold.

Vi har frasorteret 6 respondenter ud fra følgende kriterier for et mere pålideligt svar:

- 6 respondenter, der havde svaret, at de var forældre, trænere eller andet – og dermed ikke spillere fra årgang 2000 eller 2001.

## Fejlkilder

Der er 91 respondenter, som ikke spiller håndbold for tiden. Vi ved ikke, hvor længe de ikke har spillet håndbold. Deres besvarelser er måske derfor ikke helt så aktuelle, som dem der aktivt træner håndbold, hvilket kan være med til at skævvride resultaterne en smule.

# Besvarelser (hvem, hvad og hvor)

Tabellen viser antallet af besvarelser for henholdsvis piger og drenge i årgangene 2000 og 2001. Der er en overvægt af piger (65 %), som har besvaret spørgeskemaet, men dette afspejler godt den samlede population, hvor flere piger end drenge i årgang 2000 og 2001 spiller håndbold. I den geografiske fordeling er der 188 spillere, som ikke har kendskab til, hvilket distrikt, region eller kreds, de hører til. Der er i alt 781 besvarelser fra spillere fordelt over hele landet. Det er flere end i de to forrige rapporter, men i de tidligere år har der været flere endnu.

## Aktive spillere

Nedenstående tabel viser udviklingen af antal aktive spillere i Dansk Håndbold fra sæson 2014/2015 til sæson 2022/2023. Tallene nedenfor rummer alle de spillere, som minimum én gang i sæsonen har optrådt på et holdkort.

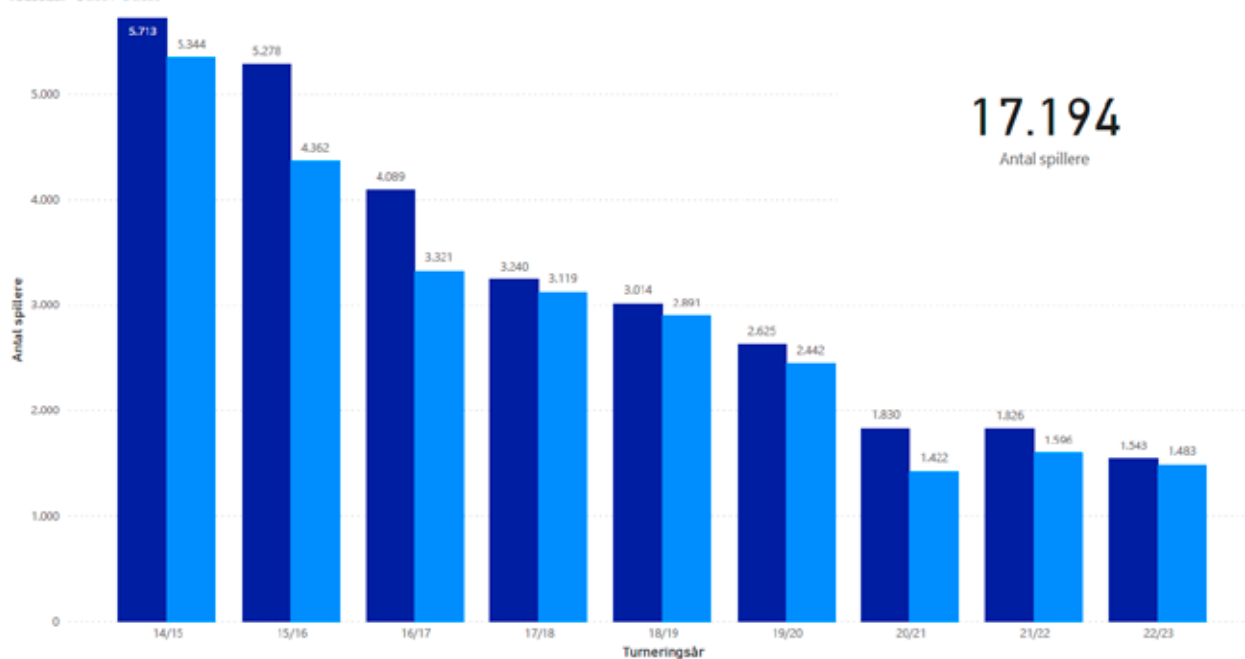
Tablet 1: Overblik over respondenterne

Geografisk fordeling	Piger 2001	Piger 2000	Drenge 2001	Drenge 2000	Total
JHF	129	93	75	53	350
FHF	28	21	13	20	82
HRØ	41	52	37	31	161
Ved ikke	83	62	23	20	188
Total	281	228	148	124	781

Tablet 2 – Aktive spillere i turneringsår fra sæson 14/15 til sæson 22/23 fordelt på årgange.

Antal spillere efter Turneringsår og Fødselsår

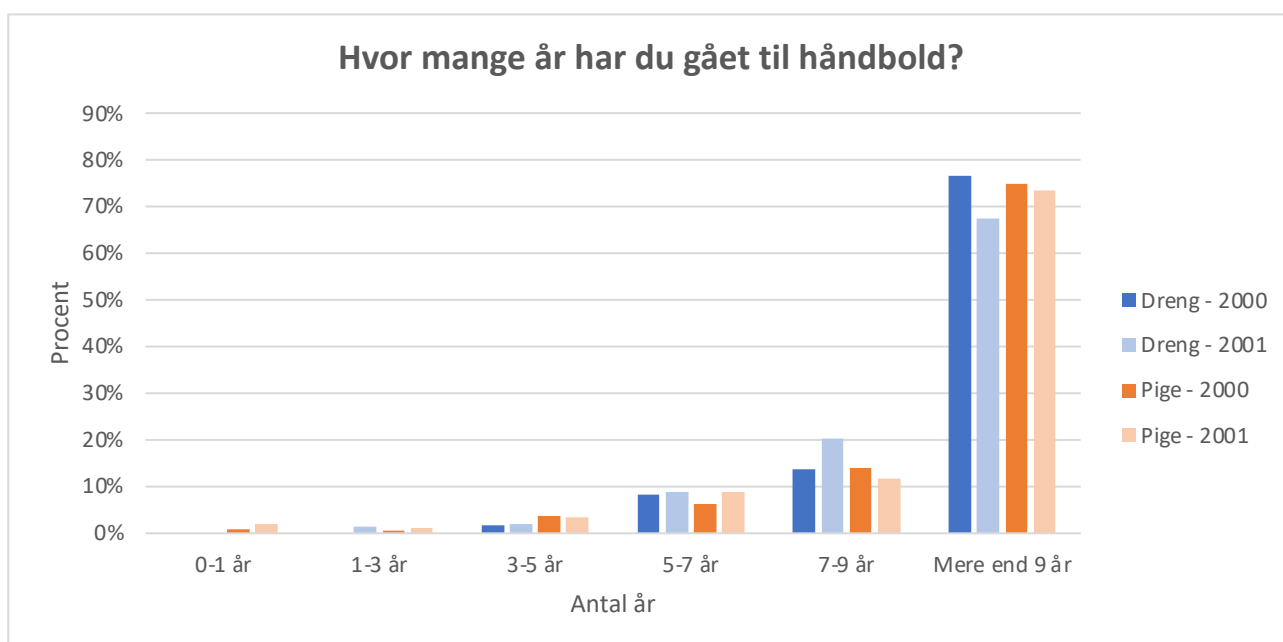
Fødselsår ● 2001 ● 2000



# Håndbolderfaring

95 % af spillerne på tværs af køn og alder, som har deltaget i denne rapport, har gået til håndbold i fem år eller mere. Størstedelen (73 %) har tilmeldt gået til håndbold i 9 år eller mere. Størstedelen er således startet til håndbold som børn. De resterende 5 % har mindre end 5 års erfaring, hvilket hænger godt sammen med, at klubberne sjældent aktivt rekrutterer spillere til ungdomsrækkerne (U14 til U18) og senior.

**Figur 1: Hvor mange år har du gået til håndbold**

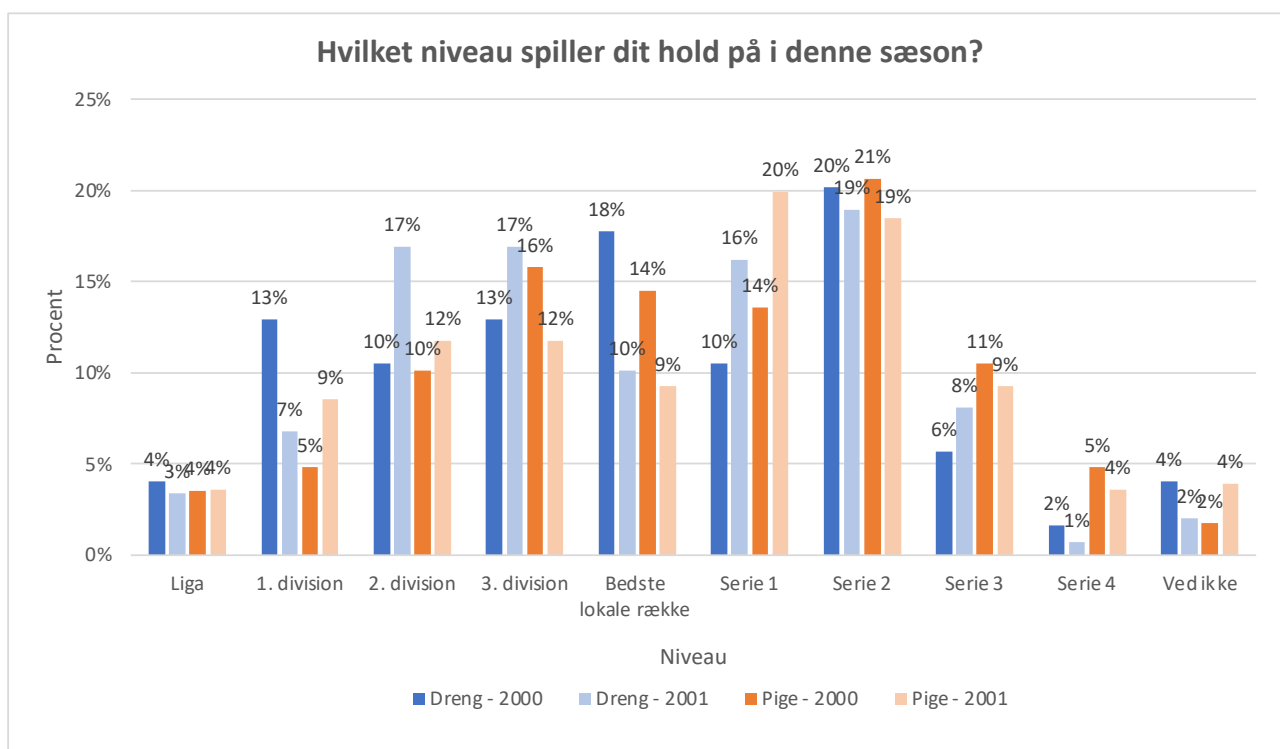




# Niveau

Spillerne er blevet spurgt om, hvilket niveau deres hold spiller på i denne sæson. De har kunne vælge mellem forskellige niveauer. Den bedste lokale række er fx Jyllandsserien, Fynsserien el. Kvalifikationsrækken.

**Figur 2: Håndboldrække**



Spillerne spiller på flere forskellige niveauer på tværs af årgang og køn. Der er dog på tværs af køn og årgang flest, der spiller serie 2 (20 %). Drengene spiller generelt i højere rækker end pigerne, men på tværs af køn og årgang er der 4 %, der spiller Liga. Der er ingen nævneværdige tendenser i forhold til årgangene. Det giver ikke mening at sammenligne med niveauet fra forrige rapport, da spillerne både spillede ungdom og senior på dette tidspunkt, men sammenligner vi alligevel med dem, der spillede senior i juni 2020, så minder fordelingen om hinanden, men meget naturligt er der nu flere fra årgang 2001 i de højere rækker, da de nu alle er blevet seniorspillere.

I nedenstående ses et overblik over hvilke rækker drengene og pigerne fra årgang 2000 og 2001 primært spiller i:

**Drengene fra årgang 2000** spiller primært i serie 2 (20 %), den bedste lokale række (18 %) og i 1. division og 3. division (13 %).

**Drengene fra årgang 2001** spiller primært i serie 2 (19 %), 2.- og 3. division (17 %) og serie 1 (16 %).

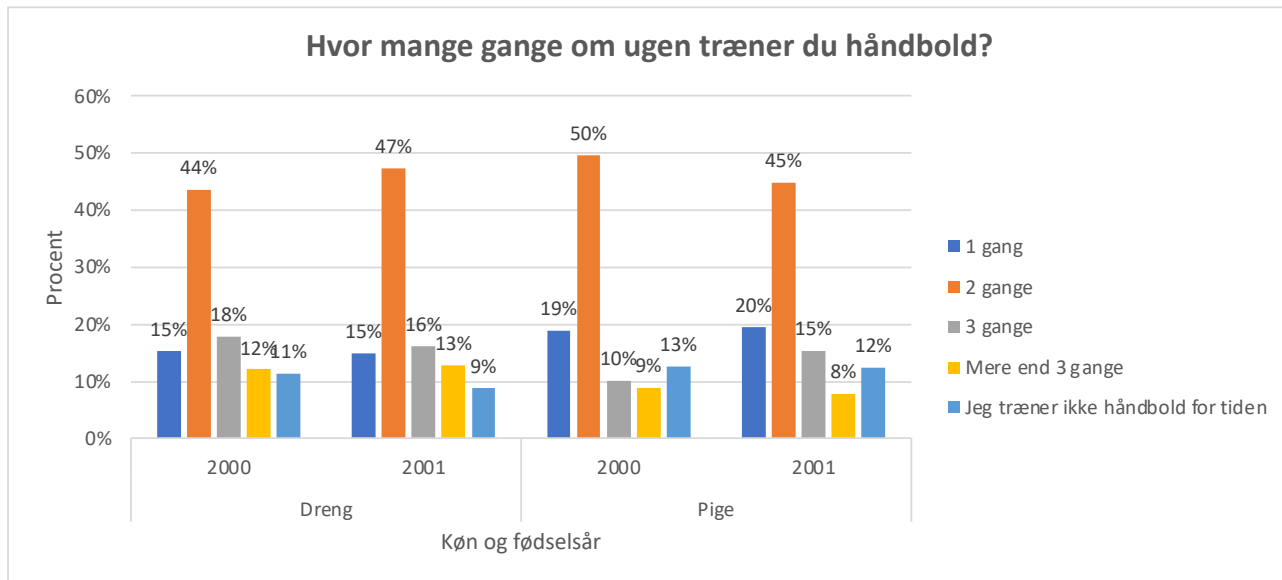
**Pigerne fra årgang 2000** spiller primært i serie 2 (21 %), 3. division (16 %), og den bedste lokale række og serie 1 (14 %).

**Pigerne fra årgang 2001** spiller primært i serie 1 (20 %), serie 2 (19 %), og 2. division og 3. division (12 %).

# Træningsmængde

Spillerne er blevet spurgt om, hvor mange gange om ugen de træner håndbold.

**Figur 3: Træningsmængde**



Det er ligesom i de forrige rapporter på tværs af køn og årgang mest hyppigt at træne to gange om ugen. Samtidig med at der stadig er lidt flere drenge, som træner mere end to gange om ugen end piger. Det hænger godt sammen med, at der er flere drenge, der har angivet, at de spiller på et højt niveau end piger.

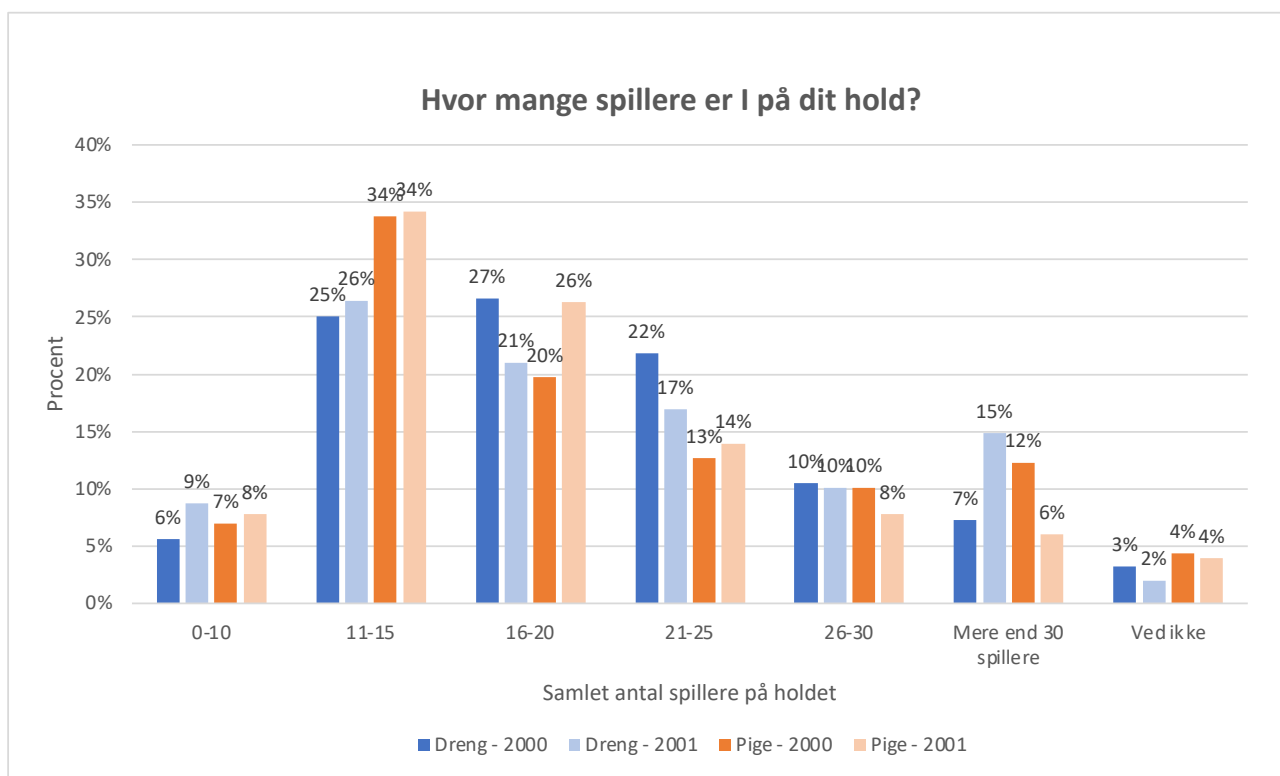
Der er sammenlignet med forrige rapport fra juni 2020 flere spillere, der træner en eller to gange om ugen. Der er især sket et markant fald i drenge, der træner mere end to gange om ugen, men generelt er der på tværs af køn og årgang færre, der træner mere end to gange om ugen end i juni 2020. Andelen der ikke træner håndbold for tiden er generelt også faldet.

Vi kan dog ikke sammenligne tallene direkte, da vi ikke er sikre på, at det er de samme personer, som deltager. Der er bl.a. flere respondenter med i denne undersøgelse end i juni 2020.

# Klubbens spillere

Spillerne er nu i gang med sæson 2021/22 – både når det kommer til træning og turnering. De to årgange spiller nu senior. Der er her blevet spurgt ind til, hvor mange spillere de selv oplever, at der er på deres hold. Der er 538, der har besvaret spørgsmålet.

**Figur 4: Antal spillere på holdet**



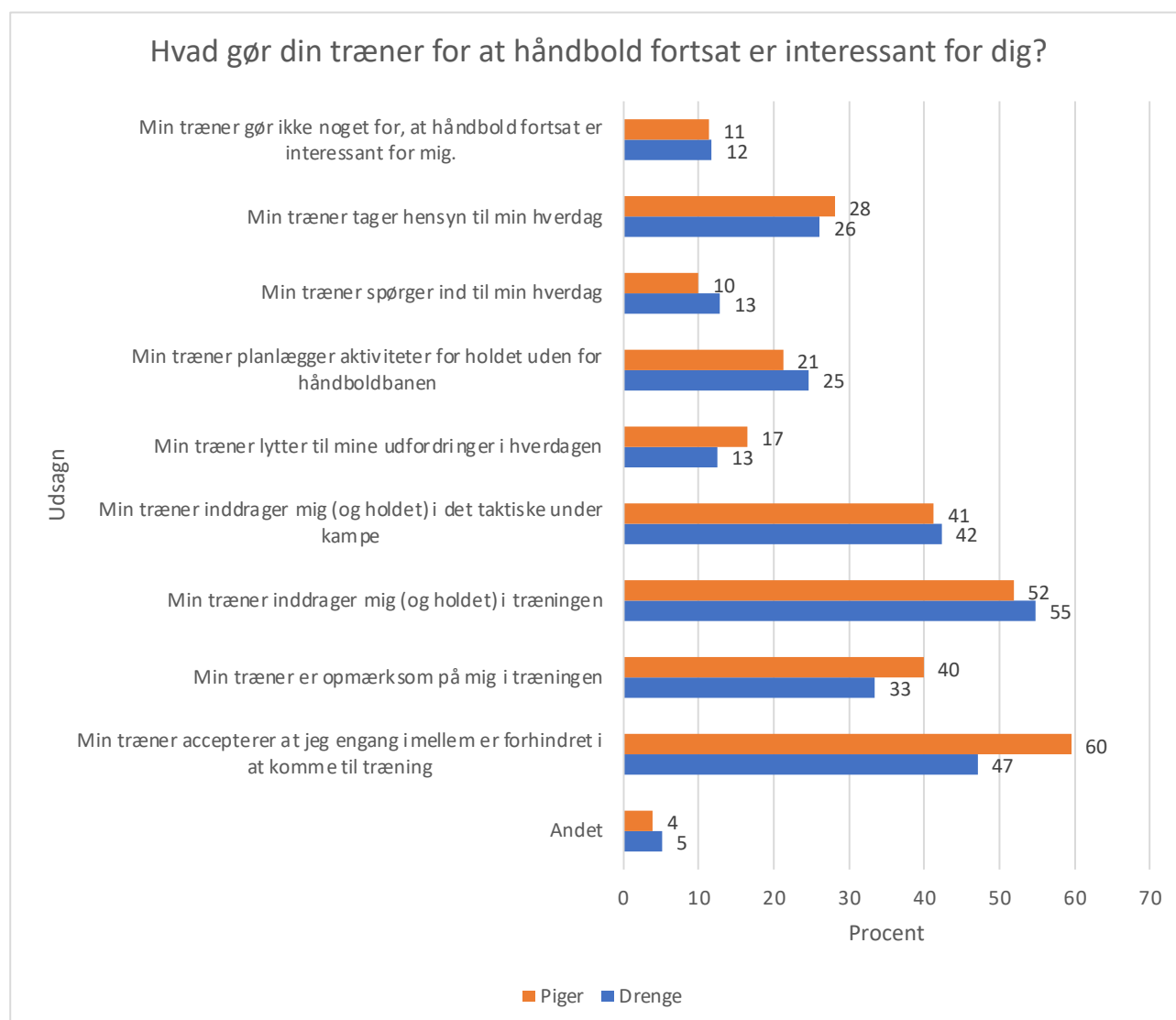
Det er, som i de forrige rapporter, mest hyppigt at være en del af et hold på 11-15 spillere. Samtidig med at tendensen fortsat er, at flere drenge end piger spiller på et hold med flere end 15 spillere. Det ser dog ud til, at der er lidt færre end i de forrige rapporter, som spiller på et hold med 0-10 spillere. Det er svært at sige noget med sikkerhed om hvorfor, men måske nogle af holdene med få spillere er gået i opløsning eller er blevet nedlagt. Der er i hvert fald ikke den store udvikling i spillere, der vurderer, at de er mellem 11-15 spillere nu sammenlignet med juni 2020, så det tyder ikke på, at det er fordi, der er blevet rekrutteret flere spillere til disse hold.

# Trænerens indvirkning på motivationen for fortsat at gå til håndbold

I dette underafsnit skal vi se nærmere på, hvad trænerne gør for at gøre håndbold interessant for spillerne i årgang 2000 og 2001. De er blevet spurgt 'Hvad gør din træner for, at håndbold fortsat er interessant for dig?'. De har haft en række svarmuligheder at vælge imellem, samt haft mulighed for at tilføje besvarelser i fritekst, hvis de ikke har fundet svarmulighederne fuldt dækkende.

Langt størstedelen af spillerne oplever, at deres træner gør noget for at håndbold fortsat er interessant for dem. Der er dog lidt flere end i forrige rapport fra juni 2020, som oplever, at deres træner ikke gør noget for at håndbold fortsat er interessant. Det gælder 11 % af pigerne og 12 % af drengene. Det vil sige, at flere oplever, at deres træner ikke gør noget for at håndbold fortsat er interessant.

**Figur 5: Trænerens arbejde med motivation**



Der er flere spillere end i juni 2020, som oplever, at deres træner accepterer, at spillerne en gang imellem er forhindret i at komme til træning, men lidt færre, der oplever, at deres træner tager hensyn til deres hverdag. Derudover er der færre, som oplever, at deres træner lytter til deres udfordringer i hverdagen, og færre der oplever, at deres træner spørger ind til deres hverdag. Derudover er der især færre drenge, der oplever, at deres træner er opmærksom på dem i træningen. Der er dog flere på tværs af køn, som oplever, at de i højere grad bliver inddraget i det taktiske.

Det ser på den måde ud til, at de trænere, som træner senior, agerer en smule anderledes end de trænere, som træner ungdom. Størstedelen af spillerne oplever dog stadig, at trænerne har positiv indvirkning på deres motivation for at gå til håndbold.

## Andre fritidsinteresser

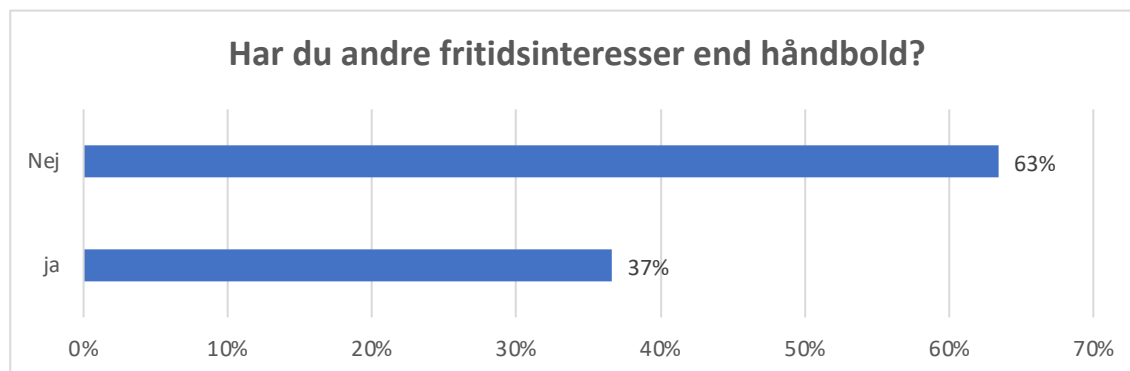
Spillerne er blevet spurgt, om de har andre fritidsinteresser udover håndbold.

Der er 63 %, som ikke har andre fritidsinteresser, og 37 % der har andre fritidsinteresser. Det er færre end i juni 2020, hvor 47 % angav, at de havde andre fritidsinteresser, men resultatet er i tråd med i november 2019.

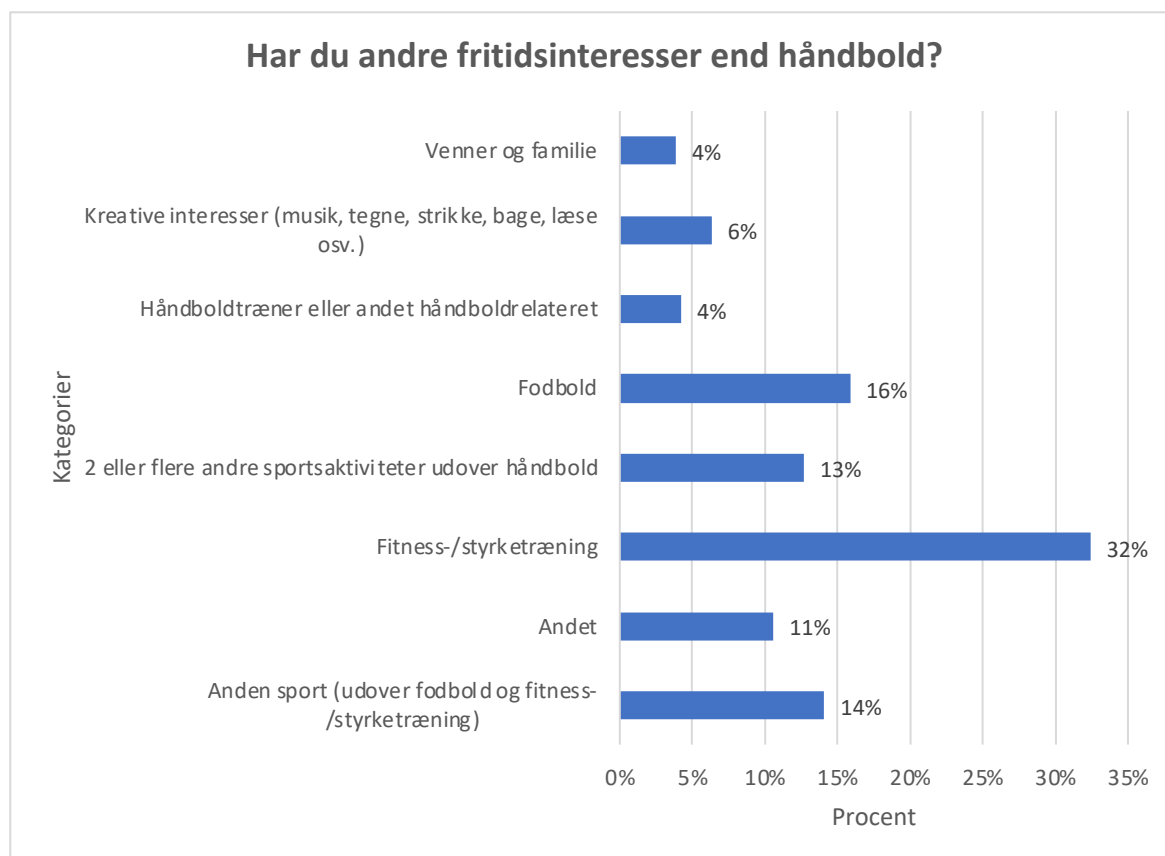
## Typen af fritidsinteresser

I denne undersøgelse er spillerne også blevet spurgt om, hvilke andre fritidsinteresser de har udover håndbolden. De har kunne vælge mellem forskellige kategorier.

Figur 6: Andre fritidsinteresser



**Figur 7: Fritidsinteresser**



Spillerne har flere forskellige fritidsinteresser udover håndbolden, men mange angiver især andre former for fysisk aktivitet. Dette er i overensstemmelse med rapporten fra juni 2020, hvor størstedelen har andre fysiske aktiviteter som fritidsinteresser.

Som noget nyt er der blevet spurgt ind til, om spillerne er håndboldtræner eller andet håndboldrelateret. Det svarer 4 %, at de er.

### Oplevet Tidsforbrug

Spillerne er blevet spurgt om, hvordan de oplever deres samlede tidsforbrug på håndbold. Herunder tælles både tid på træning (både fysisk og haltræning) og kampe samt transport i forbindelse med disse ting.

**Figur 8: Samlede tidsforbrug på håndbold**

Langt størstedelen i alle målgrupper oplever, at deres samlede tidsforbrug på håndbold er tilpas. Samlet set er det omkring 70 %, hvilket dog er færre end i juni 2020, hvor det var 80 %.

Derudover er der sammenlignet med juni 2020 samlet set færre, der synes, at deres tidsforbrug er for lavt, mens der er flere, som synes, at det er for højt. Der er generelt flere piger end drenge, der oplever at de har et for højt tidsforbrug, mens der er lidt flere drenge end piger, som oplever, at deres tidsforbrug er for lavt.

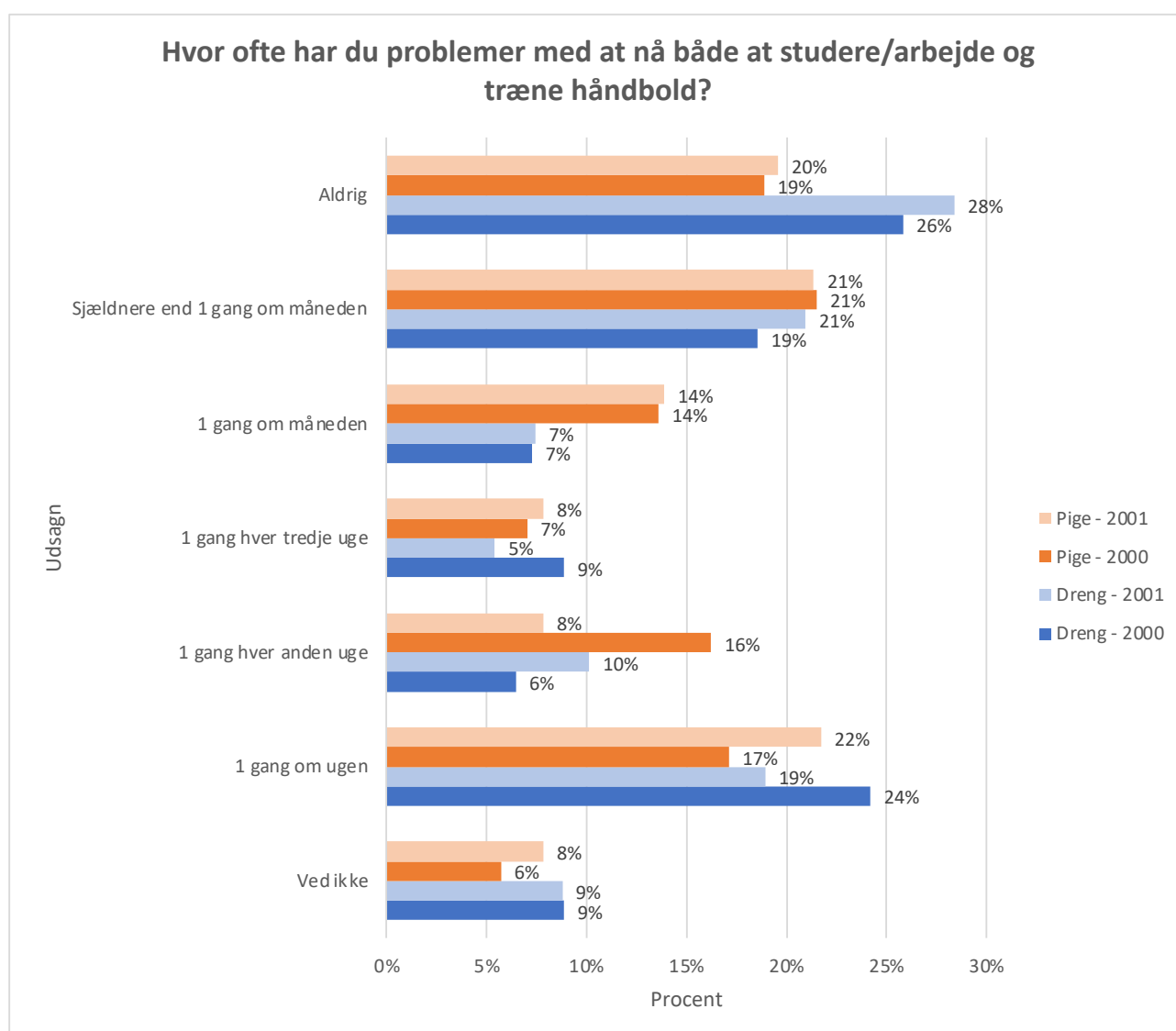
Det er interessant, at der er flere end i juni 2020, som synes, at træningsmængden er for høj, da forrige afsnit om træningsmængde viste, at spillerne overordnet set træner færre gange om ugen nu end i juni 2020.

# Håndbold kontra lektier og arbejde

Herunder ses det, hvor ofte spillerne fordelt på køn og årgang oplever, at det er svært at nå at lave lektier/gå på arbejde og samtidig træne håndbold. Der er 781 spillere, der har besvaret spørgsmålet.

Der er 20 % af pigerne og 21 % af drengene, der på ugebasis har problemer med at nå både at studere/gå på arbejde og træne håndbold. Det er lidt færre end i juni 2020, hvor det var henholdsvis 26 %

Figur 9: Lektier/arbejde og håndbold



I de tidligere rapporter er der i opsamlingen blevet skelnet mellem at have problemer på ugebasis og hver tredje uge eller mindre. I denne rapport har man modsat de tidligere kunne svare "ved ikke", men ikke kunne svare "alle dage med håndbold".

af pigerne og 24 % af drengene. Det er i denne rapport primært pigerne fra årgang 2001 og drengene fra årgang 2000, der oplever problemer på ugentlig basis.

Derudover er der på tværs af kønnene 61 %, der højst oplever problemer med at nå det hele hver tredje uge eller mindre. Det er lidt færre end i juni 2020. Det har til gengæld også været muligt at svare "ved ikke" i dette spørgeskema, hvilket kan være en del af forklaringen, da mellem 6-9 % har valgt denne kategori.

I rapporten fra juni 2020 var der en tendens til, at spillerne fra årgang 2001 i højere grad end spillerne fra årgang 2000 havde problemer med at nå det hele. Denne tendens er udlignet, og der er stort set ingen forskelle på tværs af årgangene. Det hænger formentlig sammen med, at spillerne fra årgang 2001 nu også er færdige med deres ungdomsuddannelse, hvorfor de to årgange nu igen i højere grad befinder sig det samme sted i livet ift. uddannelse og job.





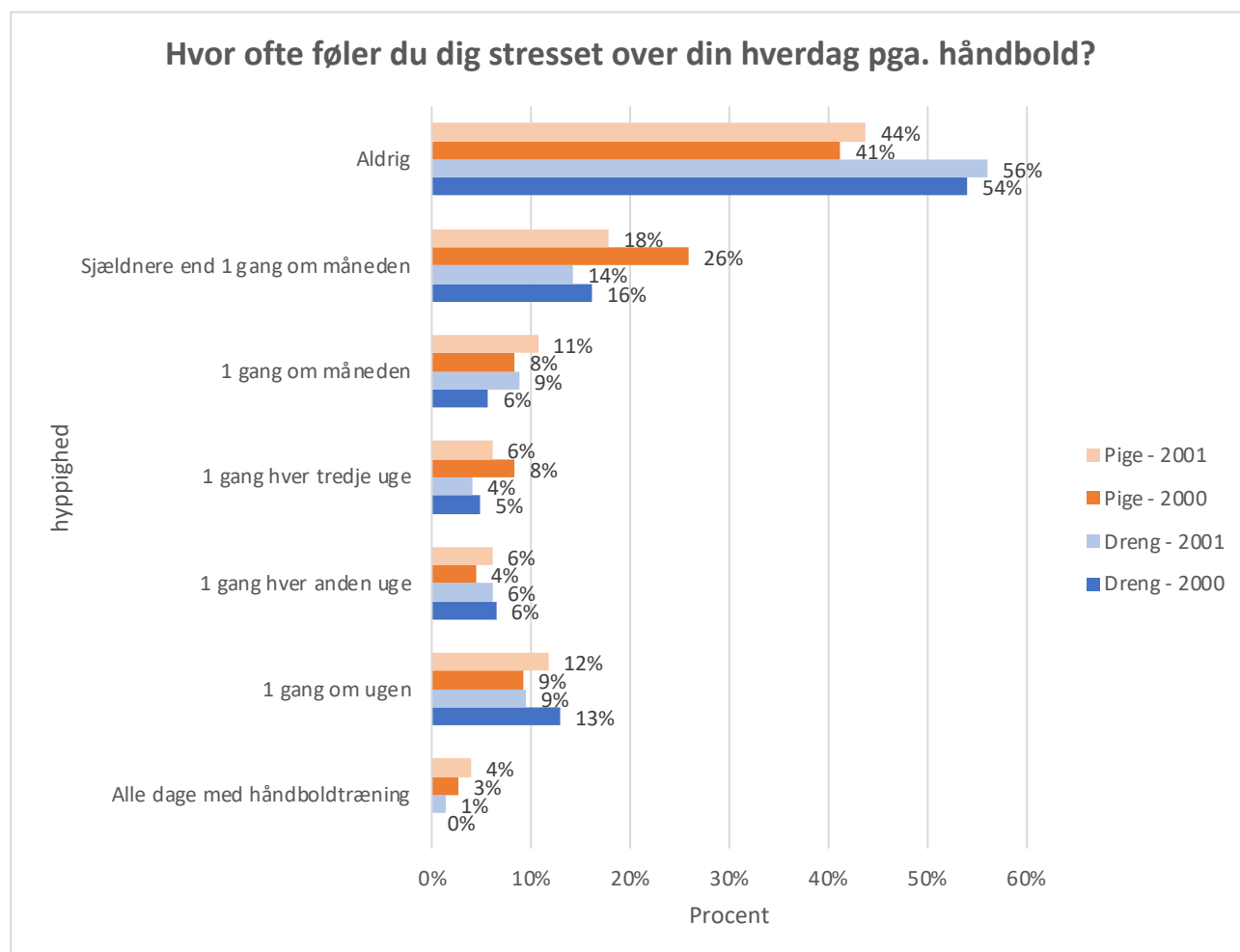
# Håndbold og 'stress'

I dette underafsnit skal vi se nærmere på spillerenes oplevelse af stress i forbindelse med deres håndbold. De er blevet spurgt, hvor ofte de føler sig stressede i hverdagen pga. håndbold. Vi har ikke defineret stressbetegnelsen for spillerne, så det er ud fra deres egen forståelse af ordet, at de har besvaret spørgsmålet.

Her ses forskellene på tværs af køn, mens det i bilag 2 også er muligt at se forskellene mellem årgangene.

I de forrige rapporter er der i opsamlingen blevet skelnet mellem at føle sig stresset mindst én gang om ugen og sjældnere end én gang om måneden. I denne undersøgelse føler 64 % af pigerne og 70 % af drengene sig stresset sjældnere end én gang om måneden over deres hverdag pga. håndbold. Det er flere end i juni 2020, hvor det var 55 % af pigerne og 69 % af drengene. Det ser således ud til, at især pigerne er blevet mindre stresset over deres hverdag med håndbold. Der er ingen nævneværdige forskelle på tværs af årgangene.

**Figur 10: Stress på grund af håndbold**



Der er 12 % af drengene og 14 % af pigerne, der føler sig stresset over deres hverdag pga. håndbold mindst én gang om ugen. Det er det samme niveau af drenge som i juni 2020, mens andelen af piger, som føler sig stresset, er faldet med 3 procentpoint. Det er ligesom i de forrige rapporter fortsat en lavere andel, end dem der har problemer med at nå studere/arbejde og håndbold.

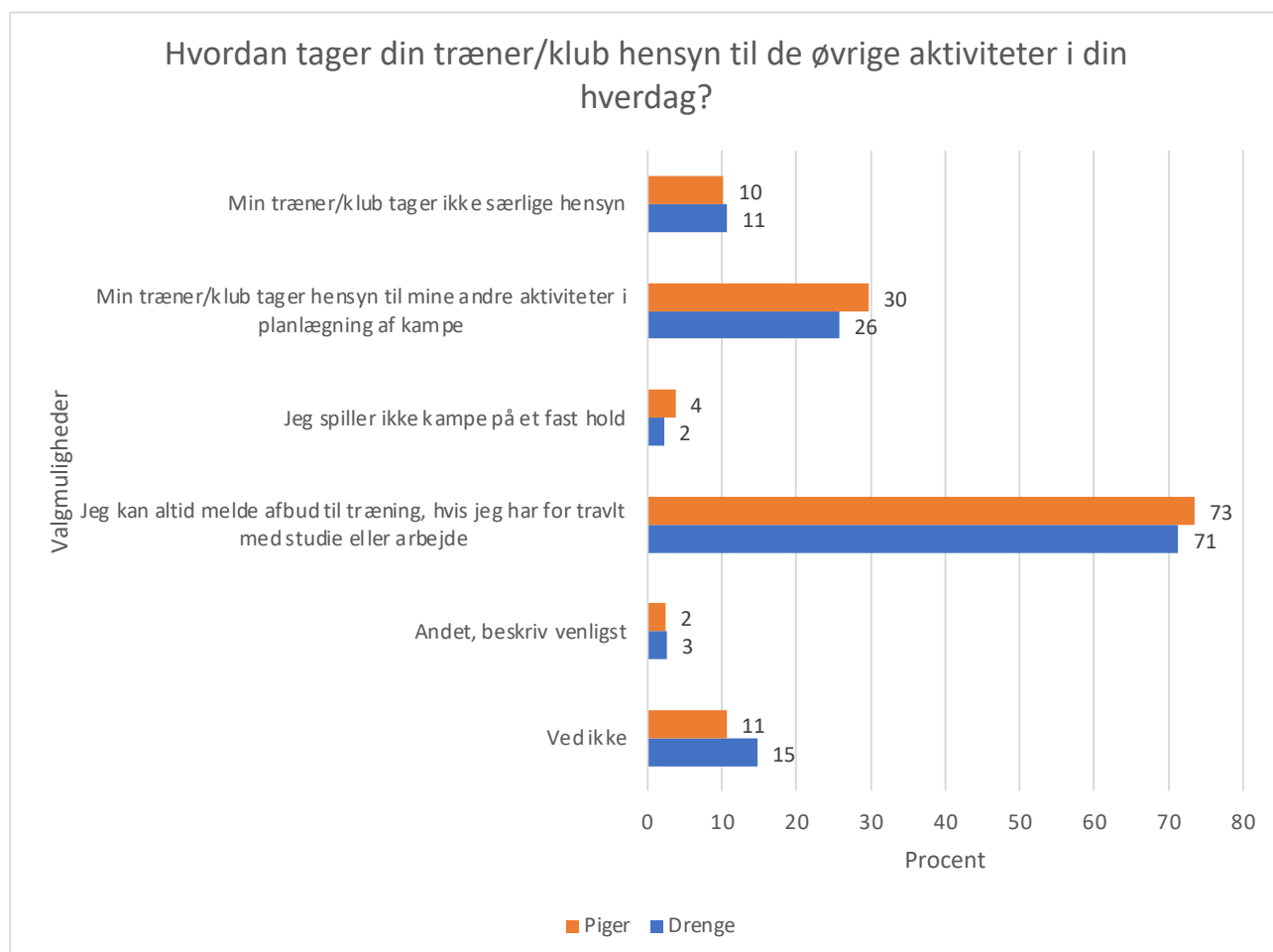
### Hensyn til øvrige aktiviteter i hverdagen

I dette sidste underafsnit ser vi nærmere på, hvordan spillerne oplever at træneren/klubben tager hensyn til spillernes øvrige aktiviteter i deres hverdag. Spillerne har haft mulighed for at vælge flere svar.

Som i forrige rapport fra juni 2020 har størstedelen af spillerne (omkring 72 %) på tværs af køn svaret, at de altid kan melde afbud til træning, hvis de har for travlt med studie eller arbejde. Derudover har 30 % af pigerne og 26 % af drengene svaret, at deres træner/klub tager hensyn til andre aktiviteter i deres planlægning af kampe. Det er langt flere end i de to forrige rapporter.

Der er samtidig lidt færre, som slet ikke oplever, at deres træner/klub tager særlige hensyn. Det gælder 10 % af pigerne og 11 % af drengene. Desuden er der 11 % af pigerne og 15 % af drengene, som ikke ved om deres træner/klub tager hensyn til øvrige aktiviteter, så ligesom vi foreslog det i forrige rapport, så kan træner/klubber arbejde med at forbedre dialogen med spillerne om, hvilke behov de har samt arbejde med at italesætte, hvilke hensyn de tager til spillernes hverdag.

**Figur 11: Træneren og klubbens hensyn til andre aktiviteter**

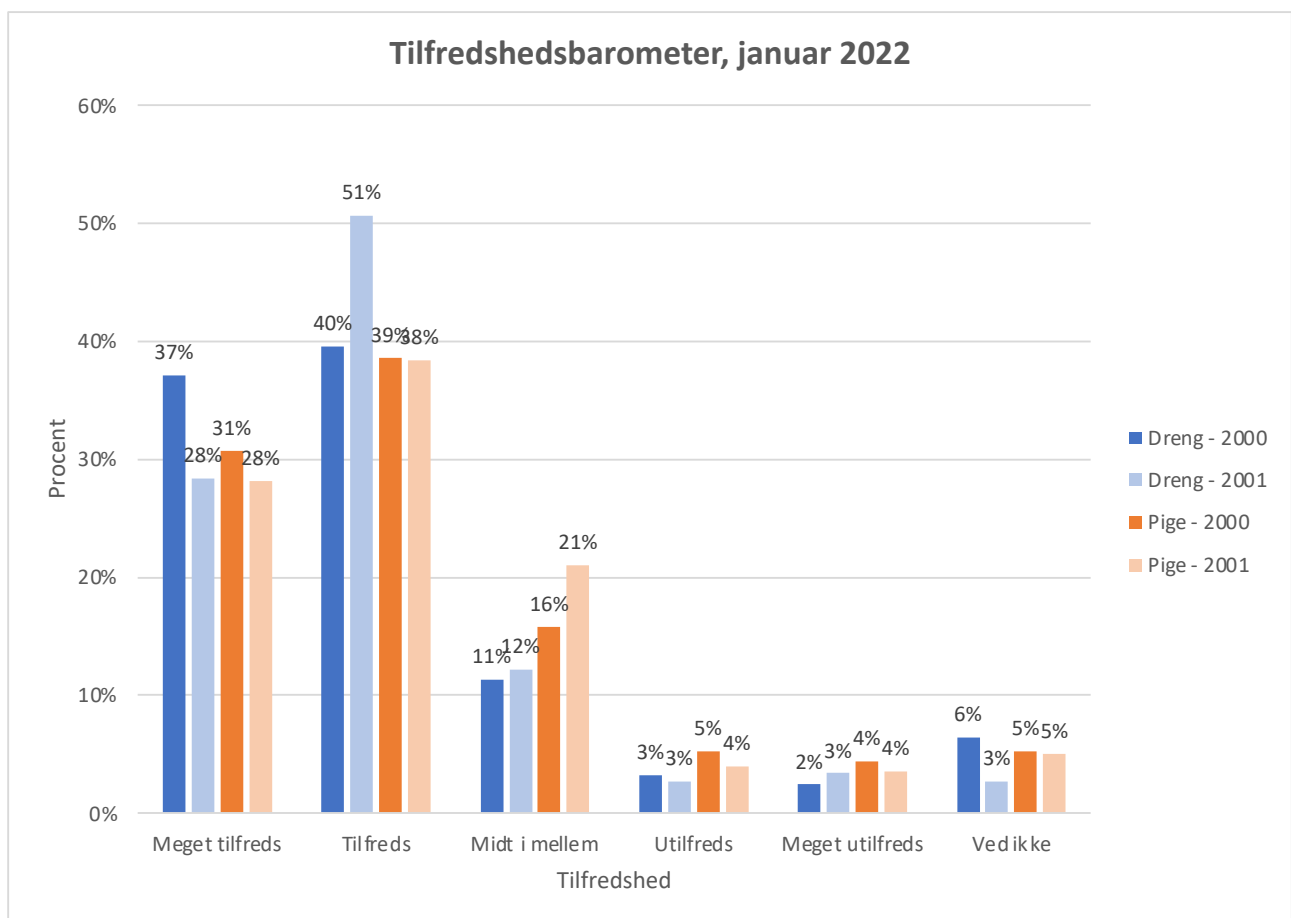


# Tilfredshedsbarometer, januar 2022

Tilfredshedsbarometeret er overordnet positivt, da 71 % på tværs af køn og årgang enten er tilfredse eller meget tilfredse med at spille håndbold.

Samlet er der 8 %, som enten er utilfredse eller meget utilfredse. Dette tal er identisk med juni 2020 og er relativt lavt sammenlignet med tidligere rapporter. Der er stort set ingen forskelle på tværs

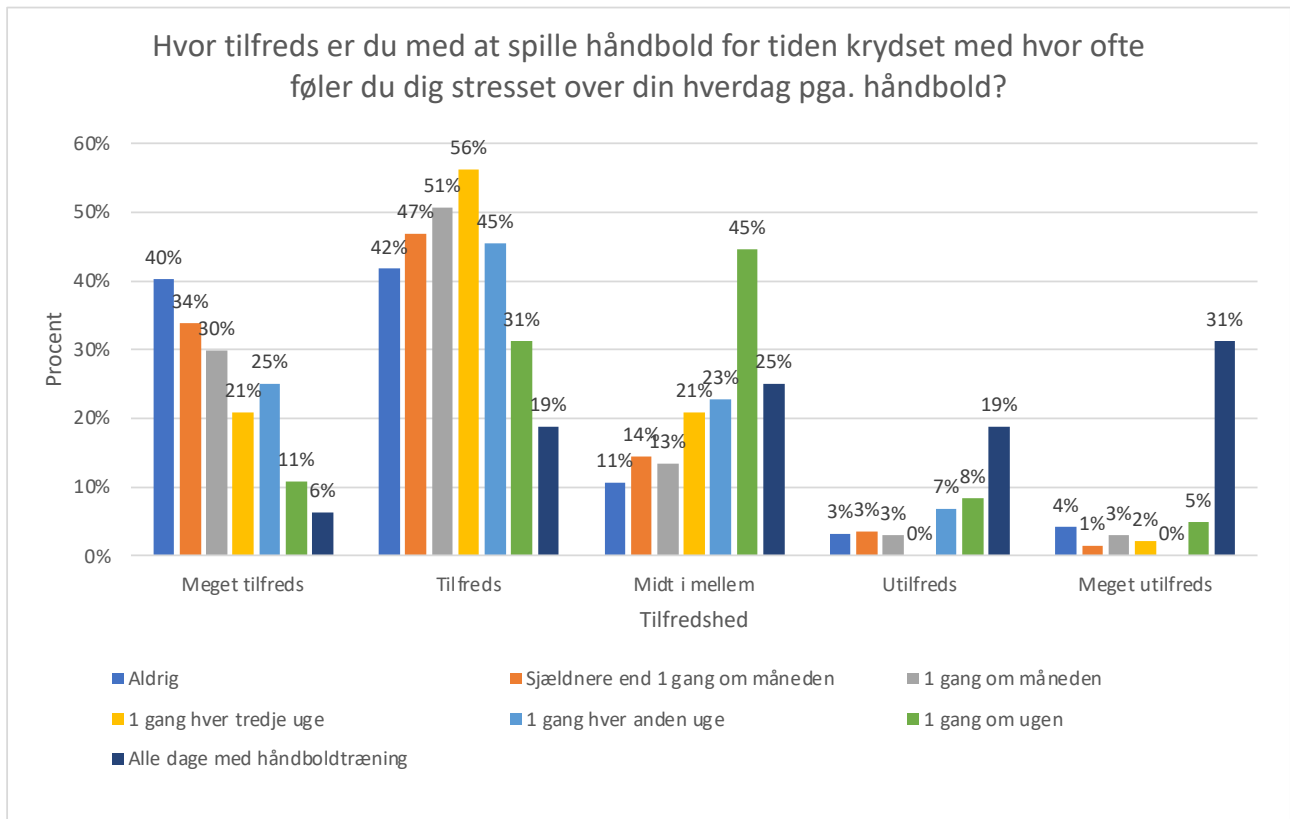
Figur 12: Tilfredshedsbarometer januar 2022



Tilfredsheden er således stort set på niveau med målingen fra juni 2020, hvor 70 % var tilfredse. Der er dog sket en halvering i andelen af drenge fra årgang 2001, som er meget tilfredse. I den tidligere rapport var de den mest tilfredse målgruppe med 41 %, som var meget tilfredse. Drengene er dog fortsat generelt lidt mere tilfredse end pigerne.

af køn og årgang, men krydser man med, hvor ofte spillerne føler sig stressede over deres hverdag pga. håndbold, så ses det, at jo mindre stresset man er, jo mere tilfreds er man og omvendt. Især er de spillere, som er stresset mindst en gang om ugen utilfredse. Den samme tendens ses ift. dem, der har problemer med at nå at studere/arbejde og træne håndbold.

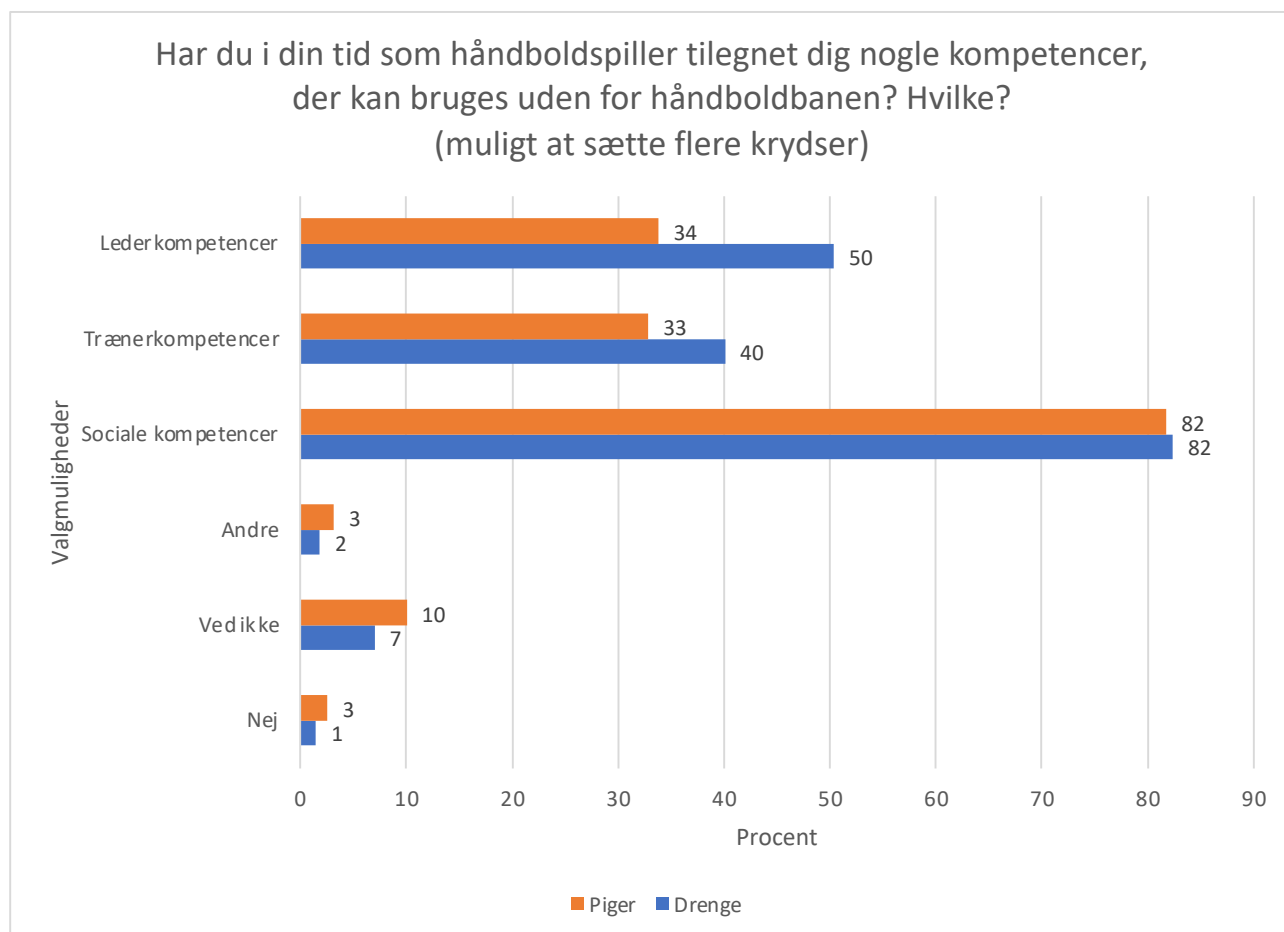
**Figur 13: Tilfredshedsbarometer januar 2022 krydset med hvor ofte føler du dig stresset over din hverdag pga. håndbold**



## Tilegnede kompetencer

Spillerne er blevet spurgt, om de i deres tid som håndboldspiller har tilegnet sig nogle kompetencer, der kan bruges uden for håndboldbanen. Der har været forskellige valgmuligheder, og de har haft mulighed for at sætte flere krydser. Spillerne har dog ikke selv haft mulighed for at uddybe, hvilke andre kompetencer de har tilegnet sig.

Figur 14: Tilegnede kompetencer

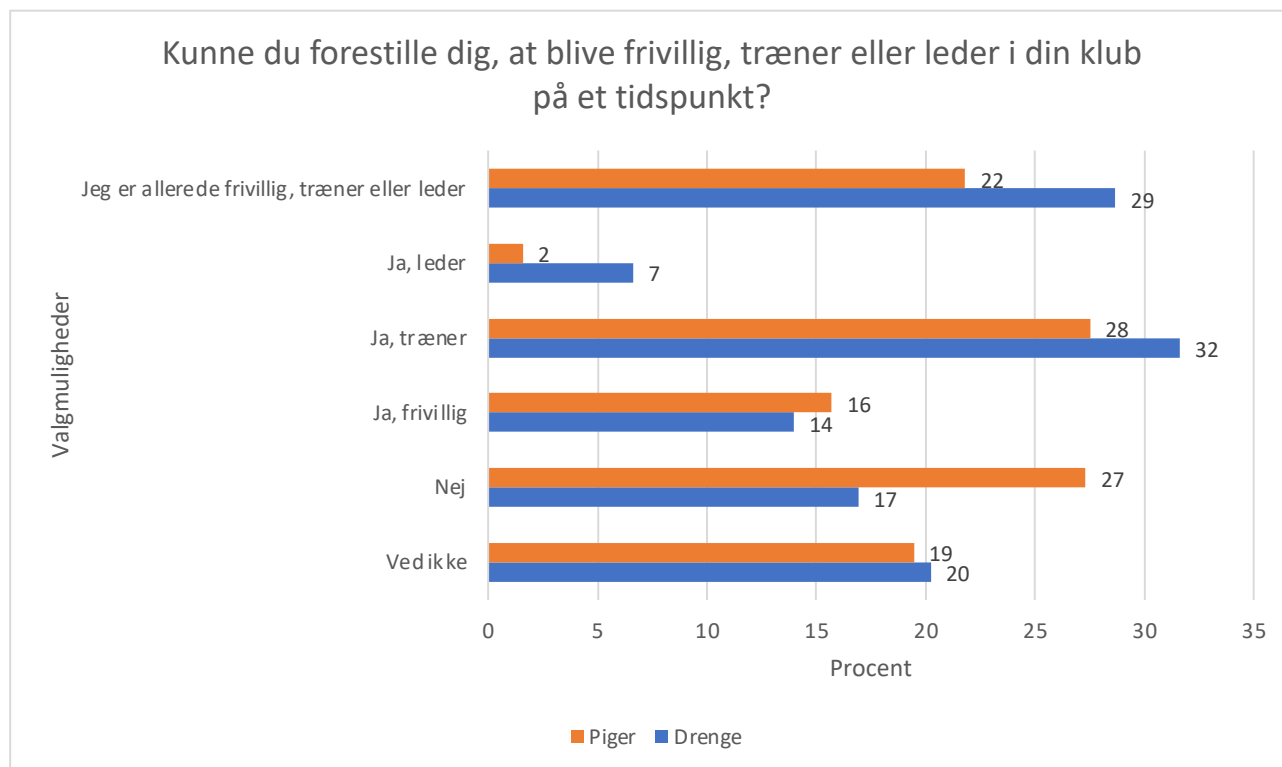


Der er meget få (1-3%), som ikke mener, at de har tilegnet sig nogle kompetencer, der kan bruges uden for håndboldbanen. 82% har på tværs af køn tilegnet sig sociale kompetencer. Derudover har omkring en tredjedel af pigerne tilegnet sig lederkompetencer og trænerkompetencer, mens 50% af drengene har tilegnet sig lederkompetencer og 40% trænerkompetencer. Der er således samlet set flere drenge, der svarer, at de har tilegnet sig kompetencer end piger. Der er få, som har svaret andre kompetencer eller ved ikke.

## Frivillig, træner eller leder

Spillerne er blevet spurgt, om de kunne forestille sig at blive frivillig, træner eller leder i deres klub på et tidspunkt.

Figur 15: Frivillig, træner eller leder



Der er 22 % af pigerne og 29 % af drengene, som allerede er frivillig, træner eller leder i deres klub. Derudover er der henholdsvis 28 % af pigerne og 32 % af drengene, som kunne forestille sig at blive træner i deres klub på et tidspunkt, mens 16 % af pigerne og 14 % af drengene kunne forestille sig at blive frivillig. Der er relativt få, der kunne forestille sig at blive leder især blandt pigerne.

Der er generelt flere drenge, der er frivillige, trænere eller ledere, og der er også flere drenge end piger, som kunne forestille sig at blive det på et tidspunkt. Vi kan ikke ud fra disse data sige noget mere om, hvorfor det forholder sig sådan, men det kunne handle om den generelle mangel på rollemodeller af kvindelige trænere og ledere i idrætten, mens drengene i højere grad har rollemodeller, som de kan spejle sig i.

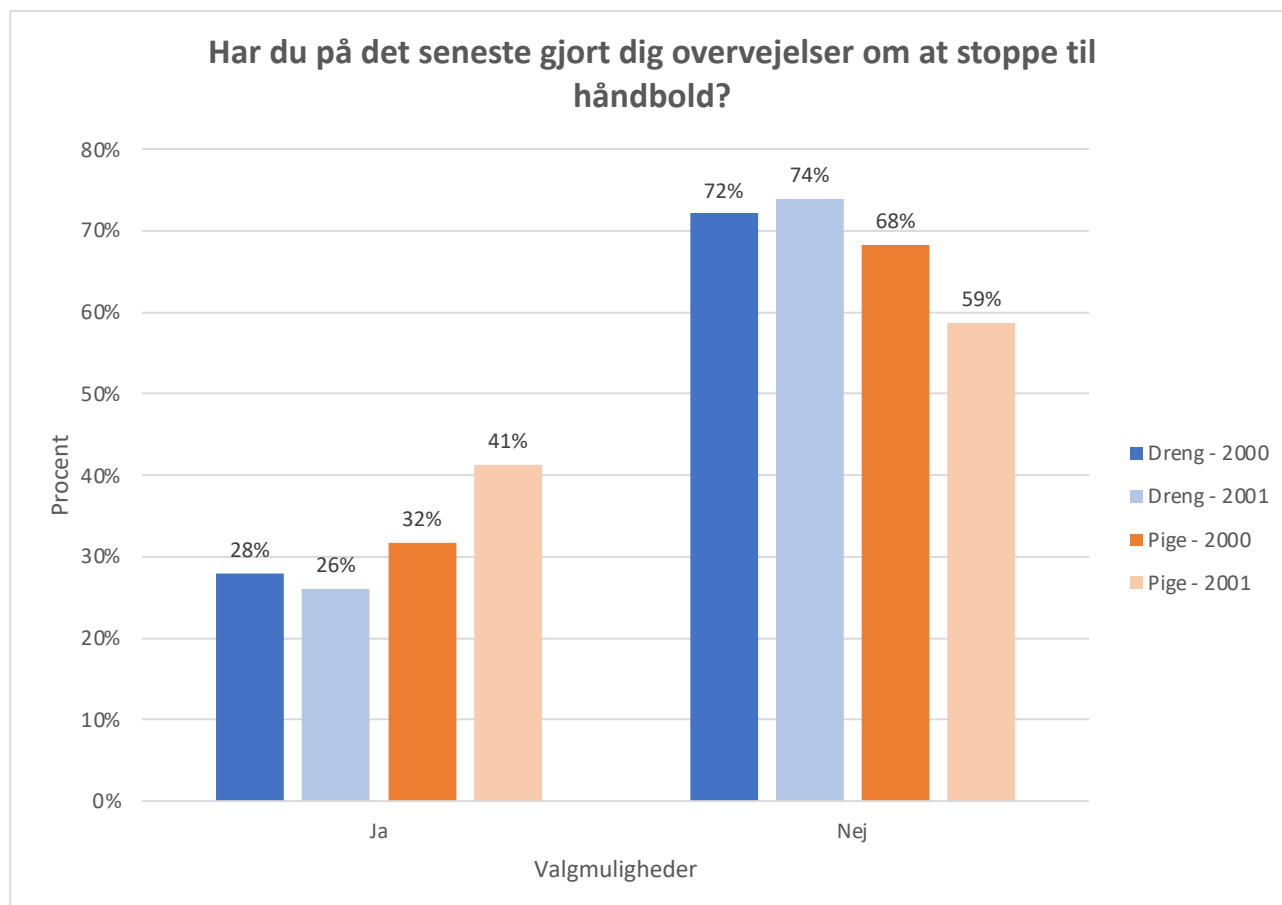
Der er 27 % af pigerne, der ikke kunne forestille sig at blive frivillig, træner eller leder og 17 % af drengene. Desuden er der omkring 20 % på tværs af køn, som ikke ved det.

Der er således allerede omkring en fjerdedel af spillerne, som er frivillige, trænere eller ledere, men baseret på, at omkring 50 % på tværs af køn overvejer at blive enten frivillig, træner eller leder på et tidspunkt, så ligger der et potentiale for klubberne i at række ud og rekruttere spillerne fra årgang 2000 og 2001 som enten frivillige, trænere eller ledere.

## Overvejelser om at stoppe til håndbold

Spillerne er blevet spurgt, om de på det seneste har overvejet at stoppe til håndbold.

Figur 16: overvejelser om at stoppe



Størstedelen har ikke på det seneste gjort sig overvejelser om at stoppe til håndbold, men der er alligevel samlet set 33 %, der på det seneste har overvejet at stoppe. Der er flere piger end drenge, som har overvejet at stoppe, og især pigerne fra årgang 2001 springer i øjnene, hvor 41 % på det seneste har overvejet at stoppe. Drengene fra årgang 2001 er derimod den målgruppe, hvor færrest har overvejet at stoppe.

### Hvilke overvejelser har spillerne om at stoppe

Spillerne har kunne kommentere på ovenstående spørgsmål. Det er dog overvejende piger, som har valgt at uddybe, så svarene er i højere grad repræsentative for pigerne end drengene.



Deres kommentarer har vi kategoriseret i tematikker efter hvilke svar, der hyppigst er gået igen. Spillerne kommentarer handlede primært om, hvilke årsager der har været til, at de har overvejet at stoppe. Derfor har vi lavet en liste med de tematikker, som har fået spillerne til at overveje at stoppe til håndbold:

- Skader eller frygt for skader
- Manglende tid / andre prioriteter bl.a. studie og arbejde
- Meget transporttid til og fra træning og kampe mv.
- Flytning og efterfølgende problemer med at finde en ny klub / udfordringer ved at starte i en ny klub – det er svært at komme ind som ny som voksen.
- Venner stopper / der er få spillere tilbage på holdet / der er ikke længere noget hold i klubben/ lokalt
- Rejser / sabbatår
- Mistet motivationen / lysten
- Utilfredshed med træneren / utilfredshed med manglede spilletid / kedelig træning / favoriseringer af spillere/hold
- Covid-19 pandemien – sygdom og de håndboldmæssige konsekvenser, som pandemien har haft såsom aflysninger og et efterfølgende presset kampprogram mm.
- Et dårligt socialt miljø / stort fokus på præstation
- Stress / angst





# Anbefalinger

I de følgende afsnit er der givet en række anbefalinger og holdninger til, hvad personer i de forskellige målgrupper kan gøre sig af overvejelser, og hvordan de bør forholde sig til spillerne og spillerens oplevelser, forventninger og fritidsliv generelt.

- 1) Medspillere
- 2) Træner
- 3) Klub
- 4) DanskHåndbold

## Medspillere:

- 1) Afstem ambitioner – forskelligt ambitionsniveau blandt spillerne. Det giver irritation begge veje, hvis ting bliver taget for seriøst og omvendt.
- 2) Bidrag til det gode træningsmiljø – hyg dig med håndbold og gør dit bedste
- 3) Engager dig i at afvikle sociale arrangementer

## Træner:

- 1) Spørg ind og lyt til spillerne og deres behov og ambitioner
- 2) Forventningsafstem med spillerne individuelt
- 3) Vær opmærksom på at spillerne på tværs af køn primært motiveres af at træningen er sjov og udfordrende – mindsk fokus på præstation og giv alle lige spilletid
- 4) Spillerne ønsker fællesskabet og god motion – skab gode rammer for motion i fællesskabet
- 5) Brug tid på skadesforebyggende træning, og vær opmærksom på at hjælpe spillere som bliver skadet

## Klub:

- 1) Prioriter spillere og hold uanset niveau – flere føler sig nedprioriteret ift. andre hold
- 2) Styrk fællesskabet i klubben og afhold flere sociale aktiviteter såsom fællesspisning, fester mv.
- 3) Hold kontakten med spillere der bliver skadet – involver dem i klublivet, så de ikke mister kontakten med klubben og håndbolden
- 4) Arbejd med den gode velkomst af seniorspillere – det gælder især spillere, som er flyttet til byen for bl.a. at studere/arbejde, som har brug for et netværk
- 5) Arbejd med diversiteten af trænere og ledere

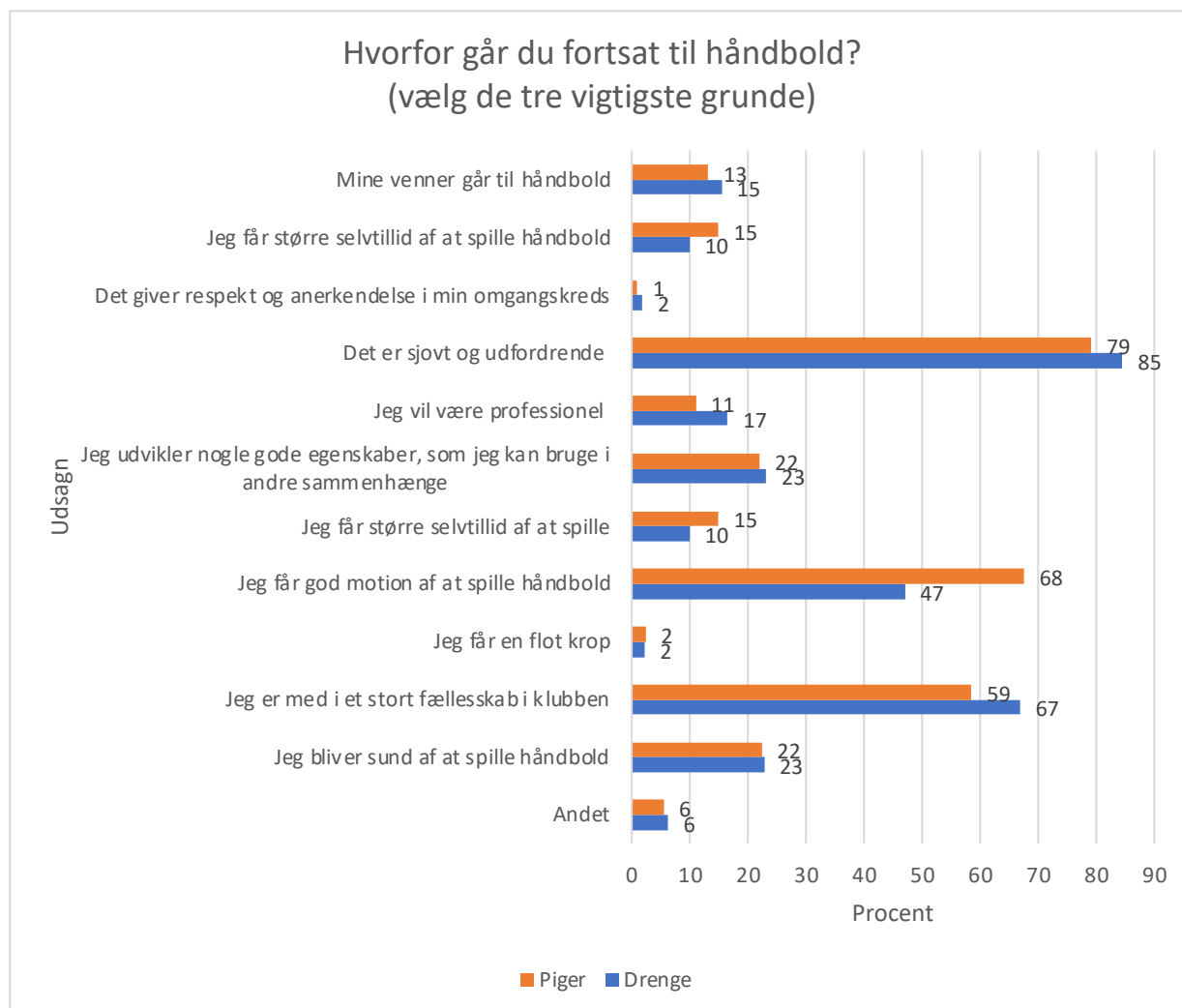
## DanskHåndbold:

- 1) Sørg så vidt muligt for korte afstande mellem turneringskampe. Spillerne har ikke tiden/lysten til at bruge lang tid på transport
- 2) Sørg for gode tilbud til dem, der vil mere og til dem, som gerne bare vil spille og have det sjovt.
- 3) Arbejd med repræsentationen af piger og kvinder som trænere og ledere

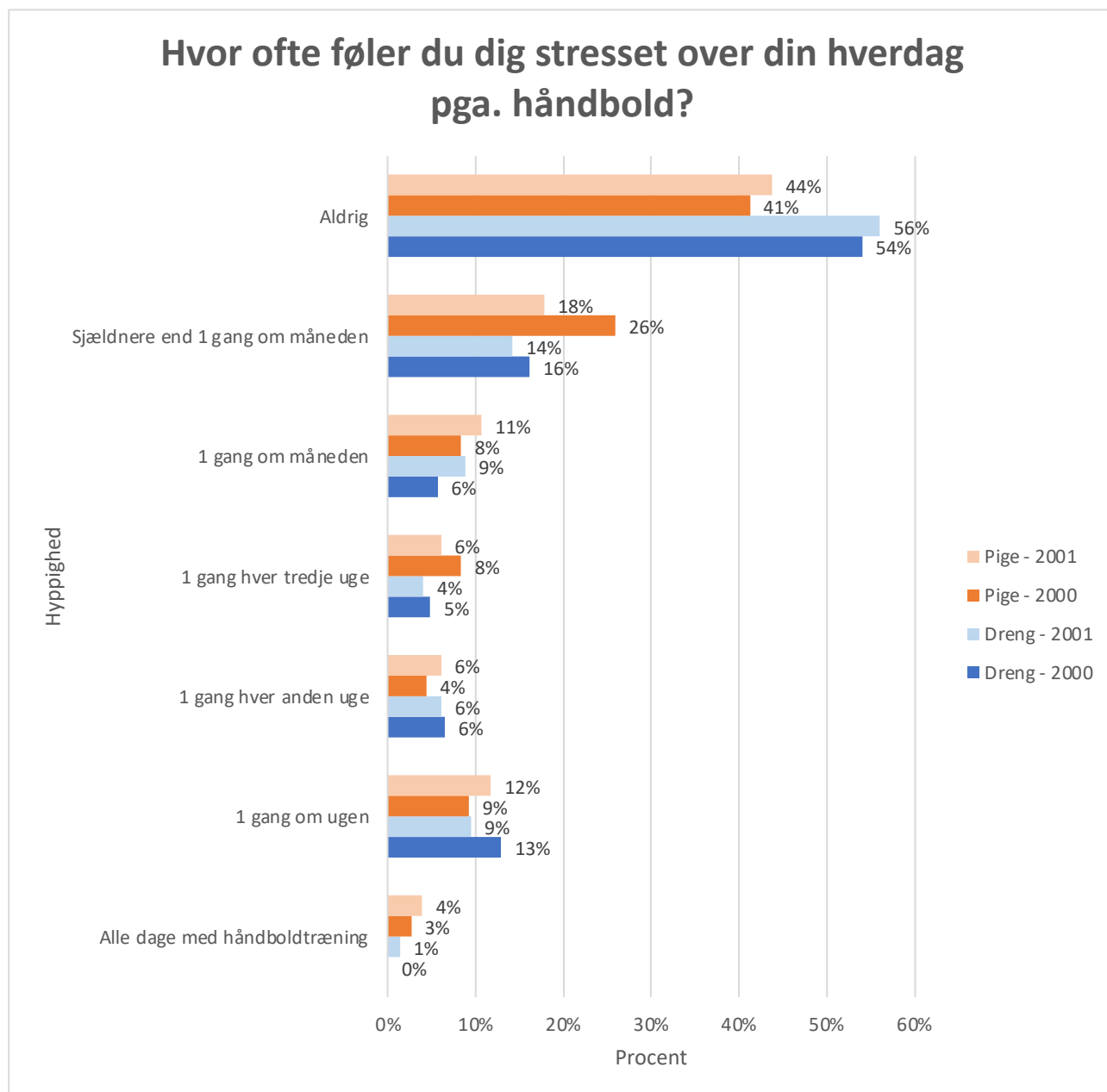


# Bilag

## 1. Grunde til at gå til håndbold (køn)



## 2. Stresset over hverdag med håndbold (køn og årgang)



DanskHåndbold  
Idrættens Hus  
Brøndby Stadion 13  
2605 Brøndby

