

---

## Fotball - mer enn et spill!

---

ARTIKKEL

VAGLUM P

---

**Fotballens tre viktigste sosiale funksjoner for barn og unge er den sosialiserende, den mentalt forebyggende og den sosiale nettverksfunksjonen. I 1981 bestemte Norges Fotballforbund å styrke fotballens sosiale funksjoner gjennom å utvikle en idrett hvor alle barn og unge som ville, skulle få være med og trives. For å få kunnskaper til å gjøre dette på best mulig måte, måtte vi som ble satt til å lede dette arbeidet, også skaffe frem egen kunnskap. Vifant bl.a. at fotballen rekrutterte sosialt sett meget bredt, og at barn med tegn på atferdsforstyrrelser trivdes tildels bedre på fotballbanen enn på andre arenaer. De var ofte blant de beste spillerne, men undervurderte sine faktiskeferdigheter, og falt noe oftere ut. Frafallet var generelt sett lite relatert til ferdighetsnivå, de beste sluttet hvisde mindre gode vennene sluttet. Breddeorienterte måter å organisere spillet på viste seg å øke tilstrømningen. Artikkelen sammenfatter de omfattende reformer som ble gjennomført for å utvikle breddeorientert fotball i 1980-årene, en type fotball som ser ut til å fortsette med full kraft.**

Selv om alle fotballinteressertes oppmerksomhet i disse dager er rettet mot Frankrike og TV-fotballen, var det en morsom utfordring å skrive en sammenfatning av arbeidet som foregikk på 1980-tallet for å styrke de sosiale funksjonene ved fotballen, som er blitt en stadig mer sentral del av barns og unges fritid. For dem betyr de sosiale sidene av fotballaktiviteten minst like mye som de prestasjonsmessige. Og hvordan fotballen utøver sine sosiale funksjoner i vår samfunn, er ikke bare av interesse for idrettslederne, men for oss alle. Jeg vil her vise hvorfor og hvordan Fotballforbundet i 1980-årene arbeidet for å forbedre fotballens sosiale funksjoner for barn og unge i betydelig grad.

Svært mange av Tidsskriftets lesere møter også denne våren barnefotballen som foreldre og ledere. De som var aktive før 1980-tallet, vil bli forundret: Fotball for barn er nå ikke identisk med fotball for voksne! Dette gjelder fotballreglene, størrelsen på lag, baner og baller, turneringsformer, treningsmetoder og lederopplæring.

Fra 1981 la nemlig Norges Fotballforbund helt om - man gikk fra en smalsporet eliteorientert til en breddeorientert barne- og ungdomsfotball. "Alle som vil, skal få være med. Alle skal trives," var bestillingen da Eldar Hansen, Per Omdahl og Nicken Johansen bad meg lede en ny forbundskomite... med dette mandat. Railo &

Ommundsen hadde nettopp påvist stort frafall fra barneidretten (1). I Fotballforbundet var man klar over at selv om fotballspillerne stadig ble yngre, var kulturen på og rundt den store, lokale fotballbanen når niåringer møttes der, til forveksling den samme som nårseniorlag støtte sammen. Overambisjose ledere og foreldre kunne herje fritt, og det var kanskje bare et tidsspørsmål før hele barneidretten ble kompromittert.

Det var særlig tre grunner til at jeg sa ja til å delta i arbeidet med å utvikle breddefotballen:

1. Fotball har vært min store lidenskap fra jeg var liten gutt.
2. Jeg hadde med egne øyne sett at barn med ganske store atferdsavvik kom til fotballen og der fikk både entilknytning til et sosialt nettverk og større suksess enn de ellers ville hatt. Jeg hadde nylig opplevd hvordan foreldre rundt et guttelag aktivt forhindret at en av spillerne skled ut i et stoffmiljø.
3. Jeg så en større mulighet til å få gjort et forebyggende arbeid enn jeg noen gang ville få igjen.

#### VIRKEMIDLENE

Barnefotballen har tre viktige sosiale funksjoner: sosialiseringfunksjonen, den mentalt forebyggende funksjon og den sosiale nettverksfunksjonen (2). Alle disse måtte forbedres dersom fotballen skulle fungere som en god aktivitet for de mange. Fotballforbundets viktigste virkemidler var lov- og regelendringer, utvikling av nye spilleformer, omlegging av leder- og trenerutdanning og holdningskampanjer. Det ville også være nødvendig med ny kunnskap om rekruttering og frafall, om risikobarns fotballaktivitet o.l. Midler fra NAVF, Norges Idrettsforbund og Fotballforbundet gjorde det mulig å gjennomføre i alt tre forskningsprosjekter i samarbeid med Olav Skard, Gunnar Tveit, Thor Grønnerud, Inger Haug, Terje Johannessen og Yngvar Ommundsen. For sistnevnte resulterte dette i endoktorgrad (3).

#### FORSKNINGSRESULTATER

Kort oppsummert hadde de tre forskningsprosjektene følgende kjennetegn:

1. "Deltagerundersøkelsen" (4-8) ble utført i Oslo, Asker, Bærum og Oppegård som en spørreskjemaundersøkelse i et representativt utvalg (n = 2600) av alle aktive fotballspillere mellom ti og 16 år av begge kjønn. 15 spørsmål utgjorde en indeks for risiko for atferdsforstyrrelse.
2. "Frafallsundersøkelsen" (9-12) omfattet et representativt utvalg av spillere fra Deltagerundersøkelsen. De ble intervjuet ved starten av en sesong og ved slutten av neste sesong, også de som hadde sluttet (22%). Målet for atferdsforstyrrelse var basert på 12 spørsmål av typen "vært i kontakt med politiet", "deltatt i alvorlig slagsmål". Målet for nervøs hemning var en indeks av åtte spørsmål om nervøsitet, angst, tristhet, depresjon, hodepine, søvnløshet. Dataanalysen ble begrenset til gutter (n = 229).
3. "Breddefotballundersøkelsen" (13) var et aksjonsforskningsprosjekt hvor 12 klubber fra tre ulike kretser, Rogaland, Fosen og Troms, prøvde ut i alt 15 ulike breddeorienterte eksempeltiltak.

#### HVEM REKRUTTERES TIL FOTBALL?

Sammenliknet med barne- og ungdomsbefolkningen i Oslo generelt kom fotballbarna oftere fra lavere sosiale lag, bodde oftere sammen med begge foreldre, hadde noe oftere skole- og konsentrasjonsproblemer og led noe mer av mistriksel på skolen. Mange hadde tegn på atferdsavvik (f.eks. hadde 15% vært i kontakt med politiet, og 26% hadde deltatt i alvorlighærverk, langt flere blant de eldste). Mange angav også symptomer på nervøse hemninger. Alt i alt fant vi at barnefotballen rekrutterer bredt sosialt, og slett ikke bare blant mors beste barn (6).

## HVORDAN VAR FOTBALLDELTADELSEN OG TRIVSELEN BLANT BARN MED ØKT RISIKO FOR ATFERDSFORSTYRRELSE?

Samlet sett fant vi svært liten forskjell i fotballaktivitet mellom barn med økt risiko for atferdsforstyrrelse og de øvrige. Når det gjaldt ferdigheter, var tendensen heller at flere risikobarn spilte på førstelag. Målvakter og reserver hadde noe høyere risikoskåre, ellers var risikobarna jevnt fordelt på laget (6). Målvakter med mangerisikopoeng hadde størst skadefrekvens (7). Vår konklusjon var at en fjerning av rollen som reserve for barn opptil 14 år, ville komme risikobarna til gode, likeledes f.eks. en mer systematisk målvaktstrening.

Samlet var det også liten forskjell i trivsel innen fotballen mellom risikobarna og de andre. Men viktig var det at flere av dem (61% mot 43%) angav at det var lett å få venner i fotball, og at det var viktigere å være flink i fotball enn i andre ting (38% mot 27%). Vi fant at undersøkelsen støttet våre egne inntrykk: Fotball er en aktivitet der også barn med risiko for atferdsforstyrrelser kan lykkes (6).

## HVORDAN VAR FOTBALLDELTADELSEN FOR SPILLERE MED SYMPTOMER PÅ ATFERDSFORSTYRRELSE ELLER NERVØSHEMNING?

Vi så på dette i et representativt utvalg av guttespillere i alderen 12-14 år (n = 167). De ble delt inn i fire grupper (5): “frisk”, “atferdsforstyrret”, “nervøs” (og hemmet) og “blanding” (av atferdsforstyrrelse og nervøshemning). Atferdsforstyrrelsesgruppen og blandingsgruppen viste seg å skille seg fra de øvrige ved flere familie-, nabolags- og skoleproblemer. Det var ingen forskjell i trivsel med fotball, men noen forskjeller ved andre forhold ved aktiviteten:

1. Guttene med atferdsforstyrrelser spilte noe oftere på førstelag. De syntes oftere det var viktigere å være flink i fotball enn på skolen (34% mot 20%), men hadde samtidig klart lavest selvtillit når det gjaldt egne ferdigheter i fotball (fotballselvtillit). Foreldrene deres var sjeldnere til stede på kamp. Disse guttene syntes sjeldnere enn de andre guttene at trenerne oppmuntret dem. Dette viser at disse hadde liten voksenstøtte i forhold til fotballaktiviteten, og at en offentlig betalt støttekontakt eventuelt kunne fylle dette tomrommet på en viktig måte. Ved en sammenlikning av deres faktiske ferdigheter og deres fotballselvtillit, fant vi også noe viktig: De undervurderte sine ferdigheter, og trengte altså mer aktiv, positiv tilbakemelding.
2. De nervøse, hemmede var sjeldnere på førstelaget. De angav oftere at foreldrene ble skuffet eller lei seg når de gjorde det dårlig, og at de fikk angst i provoserende fotballsituasjoner. Vår vurdering var at mange av disse hadde godt av å delta i et lagspill som stimulerer til utfoldelse, men at de trengte en mer støttende holdning fra foreldrene på sidelinjen.
3. Blandingsgruppen hadde høyest konkurranseangst. De ville oftere være lik treneren (hele 25% bodde med enlig mor). De satset mye på fotball, og hadde gjerne høy mestringsmotivering kombinert med høy frykt for å feile. Etter vår oppfatning trengte disse, som dem med rene atferdsforstyrrelser, i særlig grad trenerne og ledere som oppfatter betydningen av at de kan være støttende identifiseringsfigurer for disse guttene.

## HVILKE GUTTER SLUTTET MED FOTBALL?

Ved siden av lav trivsel var få venner i fotballmiljøet og at venner sluttet av selvstendig betydning for frafall. Det samme var også et dårlig forhold til treneren. Derimot fant vi ikke at guttenes vurdering av foreldrenes engasjement, høy frykt for å feile eller sportsangst, hadde noen selvstendig betydning (4).

De nervøse og hemmede falt ikke oftere ut enn de andre, men det gjorde de med atferdsavvik, særlig de over 14 år. Dessverre gikk de sjelden til annen organisert aktivitet. Atferdsavvikene som sluttet, angav oftere at de hadde problemer i forhold til kamerater, at de sjeldnere fikk spille og at det var for mye prestasjonspress. De andre som sluttet, angav heller at de hadde mistet interessen for fotball, at de måtte prioritere skolen etc. (4). For mangespillere, og uansett psykisk helse, var deres relasjoner til venner avgjørende for om det var gøyalt å være med.

Mange ledere regnet tidligere med at klubben alltid ville beholde de beste spillerne til tross for et visst frafall. Da vi fant at de beste spillerne falt fra nesten like ofte som de nest beste, og at en viktig grunn til at de bestesluttet, var at vennene, som ofte spilte på annet- eller tredjelaget, sluttet (4), laget vi slagordet: "Vil dere holde på de beste spillerne, må dere ta vare på de nest beste, vennene deres!" Dette har flere og flere klubber etter hvert tatt konsekvensen av. Kanskje skaffet vi Drillo et luksusproblem: For mange gode spillere å velge mellom?

Ferdigheter er også viktig, det å være god har betydning for trivsel (8) og derigjennom for frafall. Vi fant at egenvurdert kompetanse har en direkte virkning på frafall. Blant de eldre guttene var egenvurdert kompetanse (sompåvirker fotballselvtillit) viktigere enn faktisk kompetanse (12). Det vil si at ledere og trenere ikke kan være sikre på at de gode spillerne faktisk har høy fotballselvtillit. Som nevnt er dette et særlig viktig problem når det dreier seg om spillerne med atferdsavvik, hvor spriket kan være stort mellom lav fotballselvtillit og gode faktiskeferdigheter. Trenerne kan hjelpe slike spillere til å attribuere nederlag til slikt som mangel på trening eller feiltaktikk, og dermed opprettholde deres fotballselvtillit (9). En generelt viktig måte å ta vare på selvtilliten på er å tone ned alvor ved å spille fotball, og stå for at fotball er lek, moro og en fritidsaktivitet.

Et praktisk viktig funn var at for spillere i 12-14-årsalderen var popularitet og status blant medspillere viktigere enn egenvurdert kompetanse, mens i 14-16-årsalderen var det omvendt (11). Hvis man vil holde på flere slike spillere, må man altså ha et godt treningstilbud i klubben. En del av disse spillerne ønsker å få bekreftet at de blir bedre. For de yngste spillerne er det særlig viktig å utvikle en god gruppefølelse og så langt som mulig sikre at de som spillersammen, også kan være venner ellers.

#### *HADDE BREDDEORIENTERTE FOTBALLTILTAK NOE FOR SEG?*

Dette fikk vi svar på i Breddefotballundersøkelsen, hvor 12 helt vanlige klubber selv fant frem til breddeorienterte tiltak som de ville prøve ut (13): fellestrening for gutter og jenter, grendeserier for organiserte og uorganiserte, interne klubbserier hvor mange får være med, istandsetting av flere ballplasser, turnering uten turneringsvinner, miljøkvelder, rekruttering og skolering av flere foreldre. Tilstrømmingen og trivselen var overraskende stor. På noen steder kom nesten hele skoleklasser med. Det at miniputtene i Troms stortrivdes med en turneringsform der hver kamptelte for seg, førte til at utslagsturneringer og serietabeller ble forbudt i Fotballbundets regelverk. Vi kunne også overfor myndighetene påvise at norske fotballklubber i stor grad påvirket sine nærmiljøer, og at de hadde et stort, ubrukt potensial både for å aktivisere langt flere og for å lage møteplasser og treffsteder i nærmiljøet (13). Dette førte til at både stat og kommuner engasjerte seg, et engasjement som nå er i ferd med å trappes opp ytterligere.

#### *DEN "NYE" BARNE- OG UNGDOMSFOTBALLEN*

Fotball er bl.a. trening i å mestre. Fordi spillet er så fullt av tilfeldigheter, gjør heldigvis de fleste mange "feil" under en kamp. Tapet deles av alle, og alle er med på seieren. Også barn med lav selvtillit kan derfor styrkedenne gjennom fotballen og trives. Avgjørende er at ledernes krav til prestasjoner er tilpasset de aldersmessige forutsetninger og den enkeltes ferdighetsnivå og motivasjon, at det er de unges egen konkurranselyst som får dominere, og at "seier for enhver pris" eller "alt er lov om dommeren ikke ser det" ikke gjelder.

På denne bakgrunn, og med hjelp av vår nye kunnskap, gjorde Fotballforbundet bl.a. følgende forandringer på 1980-tallet:

- Det ble etablert et klart skille mellom barnefotball (under 12 år) og ungdomsfotball (over 12 år), med delvis ulikeregler, konkurranser og treningsformer.
- Barnefotballen spilles på små baner med små mål, slik at spillerne så ofte som mulig kommer i kontakt med ballen. Det er sju spillere på banen, men antall spillere på ett lag er ubegrenset. De kan byttes inn og ut under kampen, ingen reserver. "Topping" av laget er forbudt. Alle på laget skal spille like lenge. Også for å redusere presset fra voksne skal hver kamp telle for seg. Det er ingen turneringsvinner, ingen serietabeller.
- For å redusere leder- og foreldrepresset ytterligere kjørte vi flere landsomfattende kampanjer for tilskuervett. Motto: Fotball er gøyalt - ikke mas!
- Ungdomsfotballen spilles på vanlige fotballbaner, med lag med 11 eller sju spillere. Sjuerfotballen er viktig på steder der det er få unge. Reglene er stort sett som i voksenfotballen, men det legges stor vekt på kampformer som fremmer møter mellom jevnbyrdige motstandere. Da får alle lag noe suksess. I alderen 12-14 år byttes spillere både inn og ut under kamp, og ingen er reserver. Straffesparkkonkurranser er forbudt for barn under 14 år, for å unngå at enkeltspillere blir syndebukker i en alder hvor dette er vanskelig å takle.
- Fotballforbundet har nedlagt et omfattende arbeid for å revidere leder- og trenerutdanningen med relasjon til barn og unge.

#### HVORDAN HAR REKRUTTERINGEN UTVIKLET SEG?

Innføringen av den "nye" barne- og ungdomsfotballen gikk naturligvis ikke bare enkelt og greit. På forbunds- og krets nivå ble man relativt raskt enige om å satse skikkelig etter breddeprinsippene, og der fortsetter dette arbeidet med full styrke. Ute i den enkelte klubb var det mange foreldre og ledere som syntes det var helt galt f.eks. ikke å toppe lag allerede fra åtte års alder. I noen klubber går nok den diskusjonen på foreldremøtene ennå, men ganske snart tok det store flertall av foreldre og ledere imot de nye ideene, og de fleste klubber har senere forholdt seg lojalt til de nye regler og ordninger. En viss variasjon vil det være i hvor mye den enkelte klubb bruker bredde tilnærmingen fullt ut for å sikre rekruttering og holde på spillere. Men foreldre skal vite at de kan kreve for sine barn at man følger Fotballforbundets retningslinjer.

Rekrutteringen til de aldersbestemte klasser i fotball har vært konstant økende gjennom 1980-årene og fortsetter i 90-årene. I 1982 var det 10700 lag i aldersgruppen under 18 år, i 1996 var dette økt til 17400 lag. Selv om man korrigerer for at en større andel enn før er sjuerlag, er dette en betydelig økning som også illustrerer den store leder- og treneroppgaven Fotballforbundets klubber har påtatt seg. Økningen av lag har først og fremst kommet i aldersgruppen 7-12 år, men f.eks. i aldersgruppen av 16 år gamle gutter utgjorde fotballspillerne 17% av årskullet i 1989 og 27% i 1997. I aldersgruppen 8-11 år utgjorde i 1997 fotballspillende gutter 59% av årskullene og fotballspillende jenter 18%. I aldersgruppen 12-15 år er jentenes andel enda større: nesten 25%. (Alle disse data er fra MMI.) Dette illustrerer både den store tilstrømningen til fotball, men også hvor bredt sosialt den favner. Selv om vi ikke har noen ny epidemiologisk undersøkelse, er det sannsynlig at denne økningen også omfatter barn med risiko for atferdsforstyrrelser.

Det største frafallsproblemet ser man i dag blant voksne over 19 år, og delvis blant de eldste ungdommene (17-18 år). Plassen tillater ikke å drøfte årsakene her. Men Fotballforbundet prøver å møte dette med å lage nye former for aktivitet, f.eks. kan en

klubb tilby spillere å velge mellom lag som bare spiller kamper, lag som trener en gang i ukeni tillegg, lag som trener flere ganger i uken og lag som satser på ferdighetsmessig fremgang.

#### KONKLUSJON

Fotballaktiviteten hos barn og unge har viktige sosiale funksjoner. God kvalitet på disse kommer ikke av seg selv. Fordi denne aktiviteten nå har så stor oppslutning, er det viktig at Fotballforbundet fortsatt tar sitt ansvar for barn og unges utvikling alvorlig. Breddeorienteringen har ført til økt tilstrømming, høyst sannsynlig også blant marginale barn og unge. Mulighetene for et forebyggende arbeid i forhold til barn og unge med atferdsforstyrrelser er klart tilstede (14). Det er derfor klokt av myndighetene å legge forholdene til rette for at klubbene skal ha nok ledere og store nok arealer. Og hjelpeapparatet for barn og unge med atferdsproblemer bør utnytte maksimalt fordelene ved at mange barn med slike problemer er ganske gode i fotball, men trenger voksen oppfølging. Tilknytning for disse unge til et lag og en klubb innebærer også en forankring til en sosial struktur som de kanskje mangler. For innvandrerbarn vil også tilknytning til et fotballag øke integreringen i nabolaget. Breddeorienteringen innen fotballen på 1980-tallet har åpenbart ikke forhindret at vi får et økende antall talentfulle spillere i voksenalderen. Drillos kan derfor godt seessom toppen på en breddeorientert fotballaktivitet der alle får være med og ha det gøyalt.

---

Publisert: 10. juni 1998. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 11. juli 2026.