

# VARFÖR SLUTAR TJEJER SPELA FOTBOLL?

## ENKÄTEN



GESTRIKLANDS  
FOTBOLLFÖRBUND

AV: JOHANNA LARSSON

# Innehållsförteckning

<b>Inledning</b>	<b>3</b>
<b>Syfte och mål</b>	<b>4</b>
<b>Frågorna vi ställde i enkäten</b>	<b>5</b>
<b>Resultat</b>	<b>6</b>
Vilket år är du född?	6
Varför valde du att sluta spela fotboll?	7
I vilken ålder slutade du spela fotboll?	11
På vilken nivå spelade du när du slutade spela fotboll?	12
Hade föreningen kunnat göra något aktivt för att du skulle fortsätta spela fotboll?	13
Saknade du något som hade behövts?	14
Om ja, vad?	15
Fanns det något som hade kunnat utvecklas i din dåvarande förening? Om ja, vad?	17
Varför började du spela fotboll?	19
Ägnar du dig åt någon fysisk aktivitet idag?	20
Vad för fysisk aktivitet?	21
Har du någon gång känt för att börja spela fotboll igen?	22
Vad har hindrat dig?	23
Vad tror du att föreningarna och förbundet behöver utveckla för att behålla unga tjejer i fotbollen?	25

# Inledning

I början av 2017 gick Gestriklands Fotbollförbund ut med en enkätundersökning till distriktets föreningar och på förbundets olika sociala medier i hopp om att få svar på ”Varför slutar tjejer spela fotboll”? Enkäten var publicerad i lite över en månad men har nu sammanställts.

I det här dokumentet kommer resultatet av enkätundersökningen presenteras.

## **Syfte och mål**

Ambitionen är att utifrån svaren på enkäten kunna avläsa dessa och komma fram till något konkret som förbundet och våra föreningar kan utveckla för att förhindra att unga tjejer slutar spela fotboll.

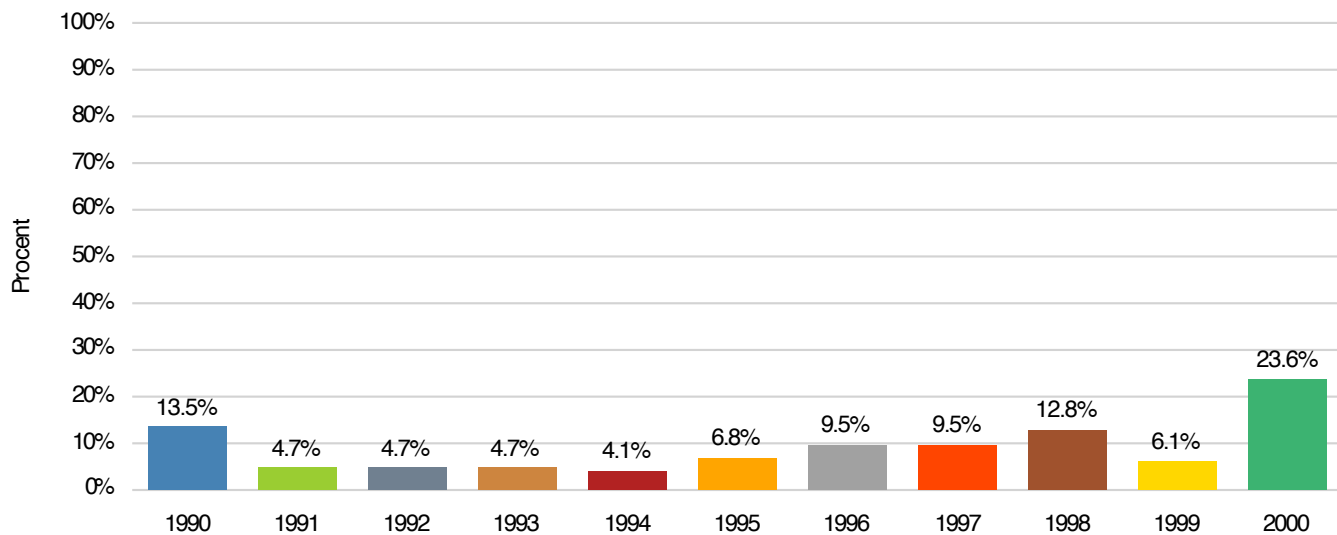
## Frågorna vi ställde i enkäten

I enkäten ställde vi följande frågor:

1. Vilket år är du född?
2. Varför valde du att sluta spela fotboll?
3. I vilken ålder slutade du spela fotboll?
4. På vilken nivå spelade du när du slutade spela fotboll?
5. Hade föreningen kunnat göra något aktivt för att du skulle fortsätta spela fotboll?
6. Saknade du något som hade behövts?
7. Vad i sådana fall?
8. Fanns det något som hade kunnat utvecklats i din dåvarande förening? Om ja, vad?
9. Varför började du spela fotboll?
10. Ägnar du dig åt någon fysisk aktivitet idag?
11. Om ja, vad för fysisk aktivitet?
12. Har du någon gång känt för att börja spela fotboll igen?
13. Om ja, vad har hindrat dig?
14. Vad tror du att föreningarna och förbundet behöver utveckla för att behålla unga tjejer i fotbollen?

# Resultat

## Vilket år är du född?



Namn	Procent
1990	13,5%
1991	4,7%
1992	4,7%
1993	4,7%
1994	4,1%
1995	6,8%
1996	9,5%
1997	9,5%
1998	12,8%
1999	6,1%
2000	23,6%
N	148

N = antal respondenter

## Varför valde du att sluta spela fotboll?

<p><b>MOTIVATIONSBRIST/ TAPPAT INTRESSE/ GLÄDJEN FÖRSVANN</b>  <b>Antal respondenter: 37 st</b></p>	<p><b>Kommentarer:</b> tränare var bara insatta på att toppa laget./ hög press. / kände sig utanför i laget. / trivdes ej med sina tränare och lagkamrater/ andra intressen/ tränarna va inge bra/ hittade inte rätt miljö/ fick ingen hjälp att utvecklas/ tränade helt tiden men fick ingen speltid / va sjuk i ett år och orkade inte komma tillbaka/ för få ville satsa</p>
<p><b>SKADOR</b>  <b>Antal respondenter: 26 st</b></p>	<p><b>Kommentarer:</b> ledsjukdom, knäskada, korsband, menisk, knäskada, knäskada, knäskada som ledde till ätstörning, knäskada, knäproblem, knäna, korsbandsskador, knäproblem, hälproblem, benhinnorna, knäskada, benhinnor,</p>
<p><b>HÖG PRESS/ FÖR SERIÖST</b>  <b>Antal respondenter: 19 st</b></p>	<p><b>Kommentarer:</b>Pressen blev stor och man fick inget tillbaka för all tid man gav / För rädd för att spela med äldre / splittrades ifrån kompisar / ville spela för att det va kul, men gick inte längre / det blev för seriöst / alla krav tog bort glädjen såsom många uppdrag som att stå i kiosken och vara domare på andra matcher/ kände sig dålig/ ville bara spela för att det var kul, det vart för hög press / prestationsångest/ spelade för att det var kul, när man vart äldre blev det för seriöst/ pressen på att vara bäst vart för stor/ man fick ”kriga” sig till en plats i damlaget/ för hög press i damlaget och utvecklingslaget var för dåligt / prestationsångest ledde till psykisk ohälsa/</p>
<p><b>LAGET LADES NER/ BRIST PÅ SPELARE</b>  <b>Antal respondenter: 19 st</b></p>	<p><b>Kommentarer:</b> de bättre spelarna gick till nya klubbar./ laget lade ner och studierna prioriterades efter det. / flicklaget lade ner och ett damlag fanns ej i klubben / tvingades spela med de äldre och det vart för hårt/ fick spela med äldre och då försvann lagandan</p>
<p><b>ANNAN IDROTT</b>  <b>Antal respondenter: 16 st</b></p>	<p><b>Kommentarer:</b> Innebandy, gymnastik, friidrott, hästsport</p>

<p><b>SKOLAN</b> <i>Antal respondenter: 14 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> Brist på tid/ Det blev mer press och ångest i skolan så jag orkade inte spela fotboll samtidigt. / skola, vänner och pojkvän tog över/ svårt att hinna träna på bestämda tider/ gick i fotbollsklass och det vart för mycket/ pressen i skolan tillsammans med pressen i fotbollen blev för stor/ ökade krav ifrån skola och omgivningen</p>
<p><b>DÅLIGA TRÄNARE</b> <i>Antal respondenter: 11 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> började med gymnastik istället. /Tränaren la för mycket press och kommenterade bara felen/ Vi fick en ny tränare (ordförande i klubben), han var hård och envis, han favoriserade sin dotter som spelade i laget, och han delade inte lagets åsikter när de presenterade för honom hur de ville att laget skulle se ut och fungera / fick en ny tränare och då slutade jag att utvecklas, / fick inget förtroende av tränarna/ de satsade bara på att värva spelare utifrån och satsade inte på oss som var där / dåligt ledarskap, tjejerna kom i efterhand gällande plantider, material...vi fick t.ex. ärva killarnas målvaktskläder när de köpte nytt./ utvecklades inte/ tränaren favoriserade spelare/ kände sig inte välkommen av tränarna/ favoriserade sina barn/</p>
<p><b>DÅLIG JARGONG I LAGET</b> <i>Antal respondenter: 9 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> vid uttagningar till damlag och distriktslag blev det som en tävling om vem som va bäst vilket resulterade till att jag inte tyckte det var kul längre. / jag ville inte gå upp i damlaget då de var otrevliga där / de var 30 st i truppen och det vart för mycket tjafs/ jag blev mobbad av tjejerna i laget pga att jag inte hade samma märkeskläder/ mobbning förekom i laget/ kände sig inte välkommen</p>
<p><b>TIDSBRIST</b> <i>Antal respondenter: 9 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> går ihop med "skola" / svårt att anpassa livet efter fotbollen / hann inte umgås med vänner och pojkvän / andra intressen</p>



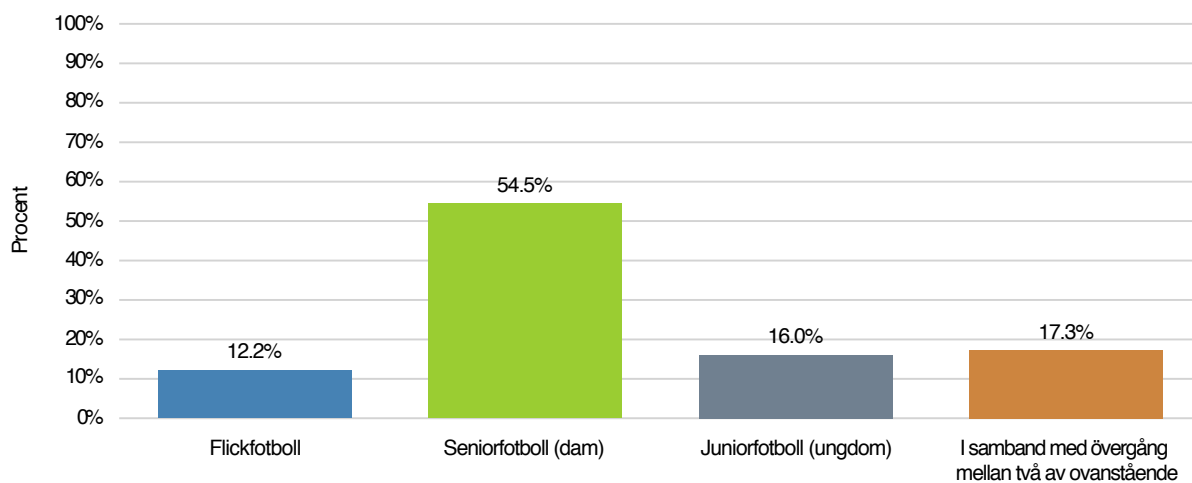
<p><b>BRIST PÅ SJÄLVFÖRTROENDE</b>  <i>Antal respondenter: 8 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: kände sig för dålig. / Fanns inget lag som passade en "lägre nivå"/ bänkades, tappade självförtroende och fick ingen uppmuntran - ledde till depression, / kände sig sämst i laget / fick inget förtroende av ledarna/ kände sig dålig och ouppskattad/</i></p>
<p><b>FLYTT</b>  <i>Antal respondenter: 6 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: orkade inte pendla och vågade inte ta klivet att byta lag</i></p>
<p><b>FLYTT UPP TILL DAMLAG/  IHOPSLAGNING AV FLICK- OCH  DAMLAG</b>  <i>Antal respondenter: 6 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: när flicklagsspelarna tvingades flytta upp till damlaget så prioriterades ändå bara original damlagsspelarna = 20 flicklagsspelare slutade = damlaget lades ner.</i></p>
<p><b>JOBB</b>  <i>Antal respondenter: 4 st</i></p>	
<p><b>ÄTSTÖRNINGAR</b>  <i>Antal respondenter: 3 st</i></p>	
<p><b>MAN KAN INTE GÖRA KARRIÄR  PÅ DAMFOTBOLL</b>  <i>Antal respondenter: 3 st</i></p>	
<p><b>PENGAR</b>  <i>Antal respondenter: 2 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: åkte för långa sträckor utan att få bensinersättning eller skobidrag (spelade på elitnivå) / Ersättningen var nästintill obefintlig i elitfotbollen</i></p>
<p><b>BARN</b>  <i>Antal respondenter: 2 st</i></p>	

<b>DÅLIG KVALITÉ PÅ TRÄNINGARNA</b> <i>Antal respondenter: 1 st</i>	
<b>VÄNNEN SLUTADE</b> <i>Antal respondenter: 1 st</i>	

## I vilken ålder slutade du spela fotboll?

<b>Ålder:</b>	<b>Antal:</b>
12 år	4
13 år	5
14 år	8
15 år	28
16 år	35
17 år	17
18 år	5
19 år	10
20 år	10
21 år	5
22 år	0
23 år	2
24 år	3
25 år	2
25+ år	3
10 - 11 år	2
14 - 15 år	4
15 - 16 år	5
17 - 18 år	1
19 -20 år	1
21 - 22 år	1
22 - 23 år	1

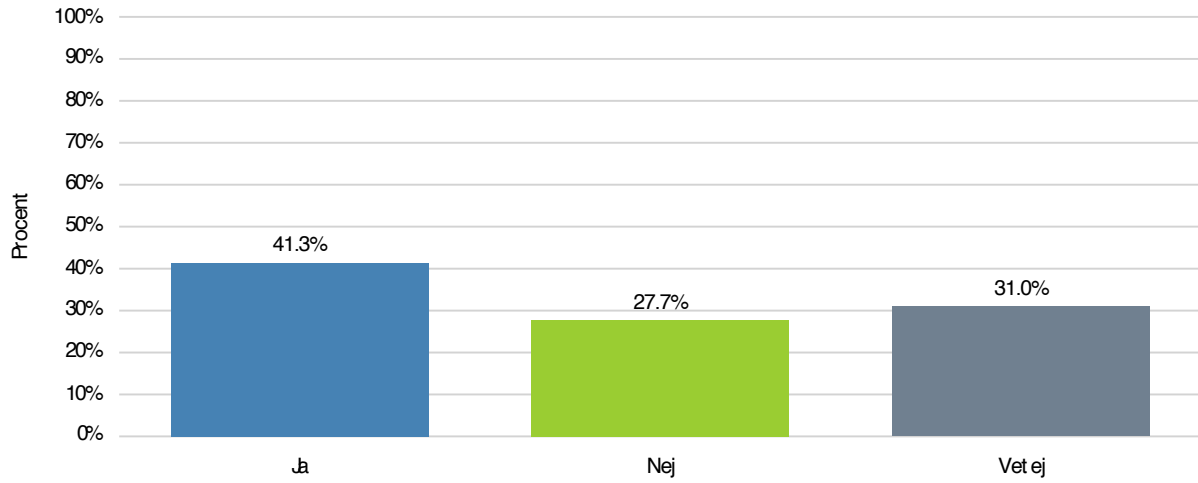
## På vilken nivå spelade du när du slutade spela fotboll?



Namn	Procent
Flickfotboll	12,2%
Seniorfotboll (dam)	54,5%
Juniorfotboll (ungdom)	16,0%
I samband med övergång mellan två av ovanstående	17,3%
N	156

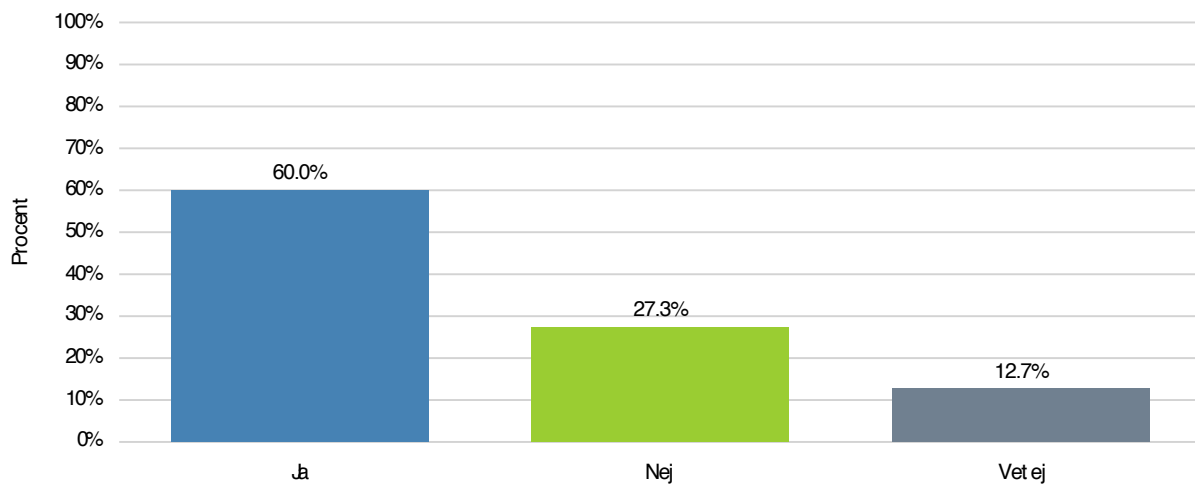
N = antal respondenter

## Hade föreningen kunnat göra något aktivt för att du skulle fortsätta spela fotboll?



Namn	Procent
Ja	41,3%
Nej	27,7%
Vet ej	31,0%
N	155

## Saknade du något som hade behövts?



Namn	Procent
Ja	60,0%
Nej	27,3%
Vet ej	12,7%
N	150

## Om ja, vad?

<b>BÄTTRE TRÄNARE</b> <i>Antal respondenter: 27 st</i>	<i><b>Kommentarer:</b> tränare som är "hårdare" och inte daltar med en för att man är tjej/ mer individuella utvecklingsplaner/ Ingen favorisering/ mer fokus på alla spelare, även de som inte är bäst/ mer förtroende från tränaren/ utbildade tränare som kunde coacha på ett positivt sätt/ en tränare som lyssnar på laget/ tränare som hade brytt sig/ mer peppning och stöd ifrån tränarna/ ingen toppning/ en tränare som ser alla/ mer pedagogiska och skickliga tränare som är trevlig och inte särbehandlar/ en engagerad tränare/ en tränare som tänker på det psykiska välmåendet också/ en tränare med förståelse för att man har skolarbeten också/ ingen förälder som tränare!/<i></i></i>
<b>BÄTTRE SAMMANHÅLLNING I LAGET/ BÄTTRE LAGMORAL</b> <i>Antal respondenter: 10 st</i>	<i><b>Kommentarer:</b> att få komma in i laget/ ett roligt och sammanhållet lag/ någon som tog hand om laget och såg till att gemenskap bildades/ mer respekt gentemot varandra/ mer sammanhållande lag/<i></i></i>
<b>BÄTTRE KVALITET</b> <i>Antal respondenter: 9 st</i>	<i><b>Kommentarer:</b> matchträning/ mer målvaktsträning/ Mer konditionsträning/ en proffsigare inställning med sponsorer osv./ individuella samtal/ mer utvecklande träningar/ högre kvalitet på utvecklingslaget/ detaljerad tidsplan innehållande ens framtida karriär, hur mycket tid som skulle krävas osv./<i></i></i>
<b>MER STÖD</b> <i>Antal respondenter: 8 st</i>	<i><b>Kommentarer:</b> Jag behövde mer stöd för mina ätstörningar/ mer stöd ifrån tränare och lagkamraterna/ att ha någon att prata med och som stöttade en/ någon som hjälpte mig att bli bättre/ individuella samtal/ mer stöd ifrån tränarna/ bättre stöd när det kom till min skada/<i></i></i>
<b>STÖD OCH ENGAGEMANG IFRÅN FÖRENINGEN/KLUBBEN</b> <i>Antal respondenter: 6 st</i>	<i><b>Kommentarer:</b> Tro på damfotbollen i föreningen, även b-laget/ en vilja att ha kvar oss tjejer som skulle bli det nya damlaget/ mer fokus på tjejerna/ mer ordning och reda/ en bättre organisation/ Att bli behandlad på samma sätt som killarna, investera i vår utbildning på samma sätt/ större engagemang på just dam/flickfotbollen hos föreningen/<i></i></i>

<p><b>FLER SPELARE</b>  <i>Antal respondenter: 5 st</i></p>	<p><i><b>Kommentarer:</b> att de stora klubbarna inte urholkar de mindre klubbarna på spelare/ fler spelare till laget/ fler i min egna ålder som spelade/</i></p>
<p><b>MER FÖRSTÅELSE</b>  <i>Antal respondenter: 4 st</i></p>	<p><i><b>Kommentarer:</b> Mer förståelse för att man inte kan närvara 100% på träningar och inte bli ”straffad”/bänkad för detta/ möjligheten att kunna välja jobb och skola framför träningar utan att få ångest/ mer förståelse ifrån ledarna att skolan var lika viktig/</i></p>
<p><b>MER POSITIVITET OCH GLÄDJE</b>  <i>Antal respondenter: 4 st</i></p>	
<p><b>VILJAN ATT SATSA/ MER SERIOSITET</b>  <i>Antal respondenter: 4 st</i></p>	<p><i><b>Kommentarer:</b> seriösare tränare och lagkompisar/ fler och seriösare träningar per vecka/</i></p>
<p><b>ETT PASSANDE LAG</b>  <i>Antal respondenter: 4 st</i></p>	<p><i><b>Kommentarer:</b> ett ”mellanlag”/ ett lag med mer jämlig nivå/ ett damlag/ fler miljöer för olika nivåer/</i></p>
<p><b>ÖVRIGA SVAR:</b>  <i>Antal respondenter: Samtliga &gt;3 st</i></p> <p><b>MER MOTIVATION, BÄTTRE TRÄNINGSTIDER, BÄTTRE REHAB FÖRUTSÄTTNINGAR, EKONOMISK ERSÄTTNING, ENGAGERADE LAGKAMRATER, BÄTTRE SAMARBETE MELLAN A &amp; B LAGET, STRUKTUR, REALISTISKA MÅL, FÖREBILDER, NÅGON SOM SÅG EN OCH VISADE UPPSKATTNING</b></p>	



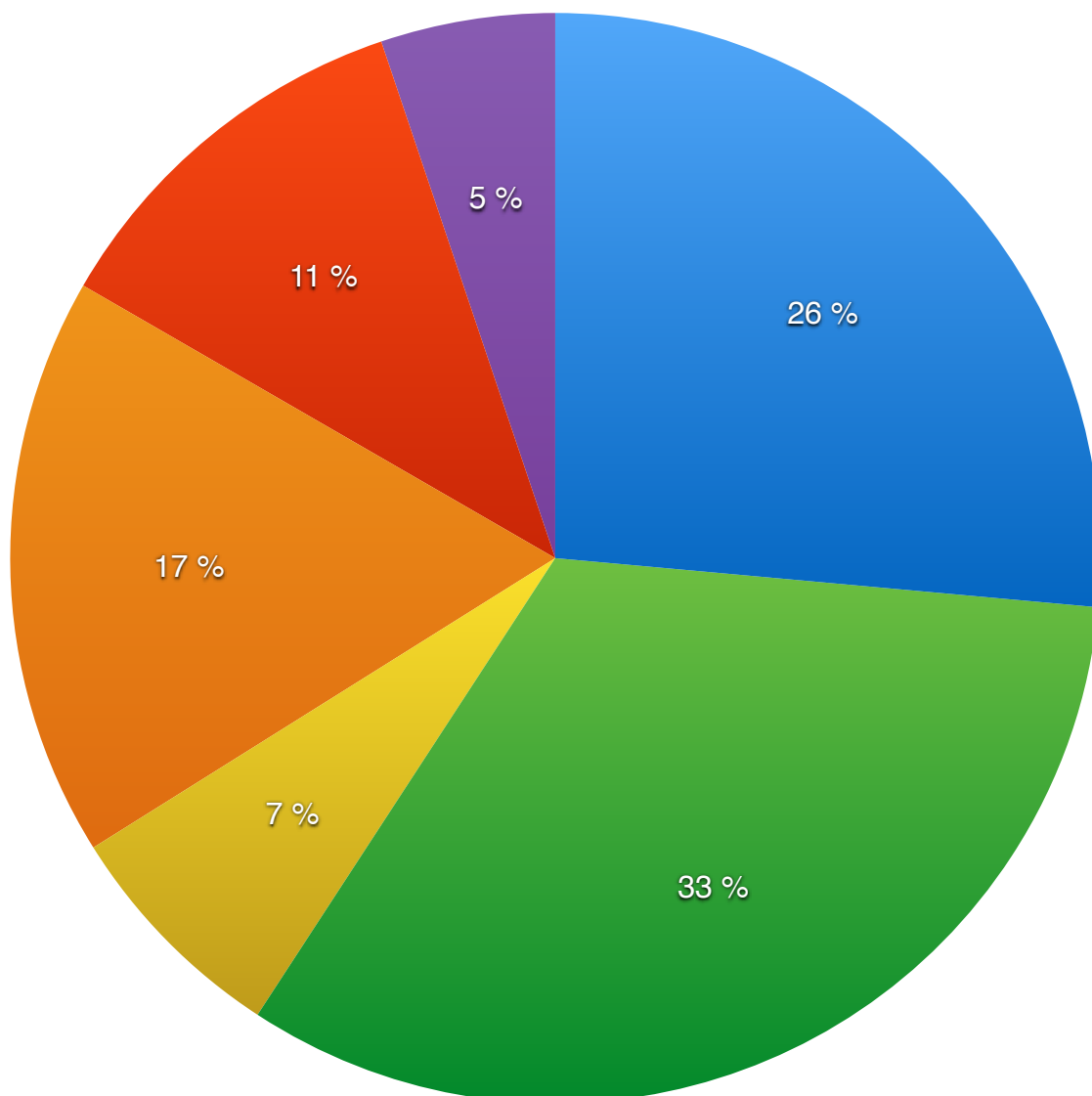
## Fanns det något som hade kunnat utvecklas i din dåvarande förening? Om ja, vad?

<p><b>BÄTTRE TRÄNARE</b>  <i>Antal respondenter: 14 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: mer utbildade tränare/ fler utbildade tränare redan ifrån ungdomsåldern/ ett tydligare ledarskap/ rätt prioriteringar/ mer insikt och uppsyn/ seriösa tränare/ mer uppskattning och respons/ om man som förälder inte kan hantera att vara tränare, så ska man inte vara det/ tränare som va mer aktiva i sina spelare än i laget/ utbildade tränare/ mer fokus på alla spelare, inte bara de bästa/ att låta de mindre bra spelarna spela också/ en aktiv dialog om framtiden för både mig själv och laget/</i></p>
<p><b>NEJ, INGET HADE KUNNA GÖRAS</b>  <i>Antal respondenter: 12 st</i></p>	
<p><b>JÄMSTÄLLDHETEN</b>  <i>Antal respondenter: 8 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: mer jämlikt mellan herr och dam, lika mycket uppmärksamhet/ mer satsning på damlaget/ mindre skillnad på dam/flick och herr/pojk, mer jämställt vad det gäller försäljning och träningstider/ mer stöd och prioritering i damfotbollen, vi kändes oprioriterade/ tidigare träningar/ trots att damlaget låg i högre divisioner så satsades det bara på herrlaget/ Satsa mer på tjejerna!!!/ satsning på damfotbollen och flickfotbollen/</i></p>
<p><b>SAMMANHÅLLNINGEN OCH RESPEKTEN I LAGET</b>  <i>Antal respondenter: 8 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: mer teambuilding inom laget/ jobba på lagandan/mer teamkänsla/ mer positivitet/ gemenskapen och stämningen/</i></p>
<p><b>EKONOMIN</b>  <i>Antal respondenter: 8 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: tagit kontakt med en bra ekonom/ bensinersättning, skobidrag/ Ekonomisk satsning med reklam och sponsring/ en hållbar ekonomi/</i></p>

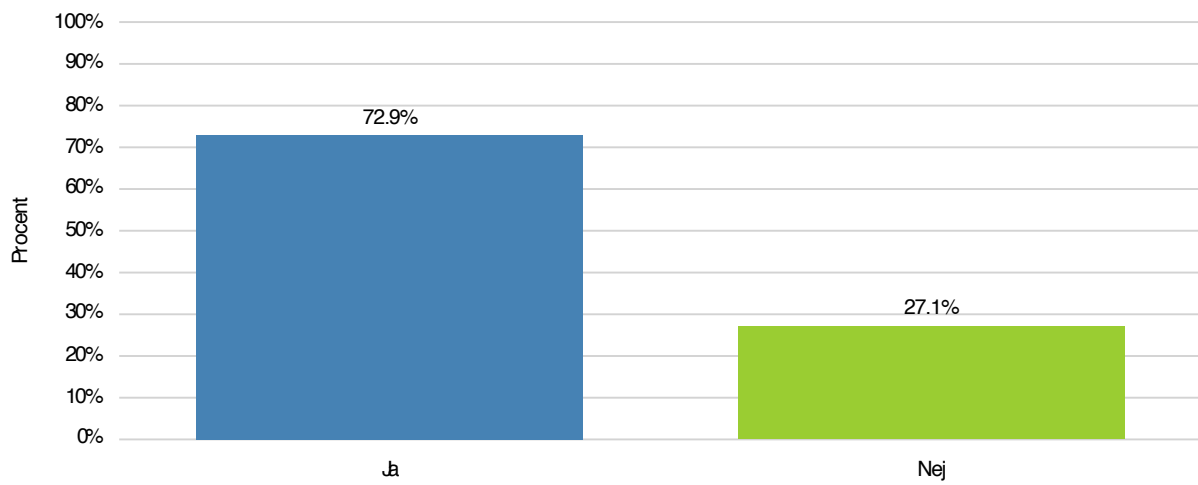
<p><b>SAMARBETEN MELLAN LAGEN</b> <i>Antal respondenter: 6 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: Samarbete mellan a och b lag/ mjukare övergång mellan junior till senior/ en bättre övergång till damlaget/ Bättre samarbete mellan lagen/ bättre övergång ifrån flick till dam/</i></p>
<p><b>MER STÖD</b> <i>Antal respondenter: 6 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: önskning att det hade legat mer fokus på hälsan som helhet, både mentalt och fysiskt/ att alla får lika mycket speltid när man tränar/ utbildning och kunskap i föreningen/ att se alla och att alla räknas utan att konkurrera/ mer stöd och hjälp vad det gäller skador/ Bättre utrustning/</i></p>
<p><b>MER FÖRSTÅELSE OCH LYHÖRDHET</b> <i>Antal respondenter: 5 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: lyssna mer på oss som spelade/ ledningen borde lyssnat mer på spelarna och inte bara på tränarna/ samsynen mellan klubbarna/ förstå att man vill hålla på med fler sporter utan att satsa/</i></p>
<p><b>MER SATSNING</b> <i>Antal respondenter: 4 st</i></p>	<p><i>Kommentarer: delat upp oss till 2 lag/ satsat mer/ göra fler lag/ strängare träningar/</i></p>
<p><b>KLUBBEN/STYRELSEN</b> <i>Antal respondenter: 4st</i></p>	<p><i>Kommentarer: att inte samma gäng sitter i styrelsen varenda år och att man fack reda på möjligheterna till utbildningar, föreläsningar etc genom föreningen/ involvera oss ungdomar mer/ Bättre kommunikation/ mer stöttning till ledarna vad det innebär att leda ett tjejlag/</i></p>
<p><b>VET EJ VAD SOM HADE KUNNAT GÖRAS</b> <i>Antal respondenter: 4 st</i></p>	
<p><b>ÖVRIGA SVAR</b> <i>Antal respondenter: Samtliga &gt;3</i></p> <p><b>STRUKTUR OCH TYDLIGHET, JUNIORFOTBOLLEN, SPELARSAMTAL, FÖRSÖKA BEHÅLLA RUTINERADE SPELARE</b></p>	<p><i>Kommentarer: juniorlag längre (t.ex. tills man är 18 år)/ startat ett större flicklag/</i></p>

## Varför började du spela fotboll?

- Kompisar spelade
- Det var roligt
- Gemenskapen/Lagsport
- Familjen/Naturligt
- Brann för fotbollen
- Träffa nya vänner/umgås med vännerna



## Ägnar du dig åt någon fysisk aktivitet idag?

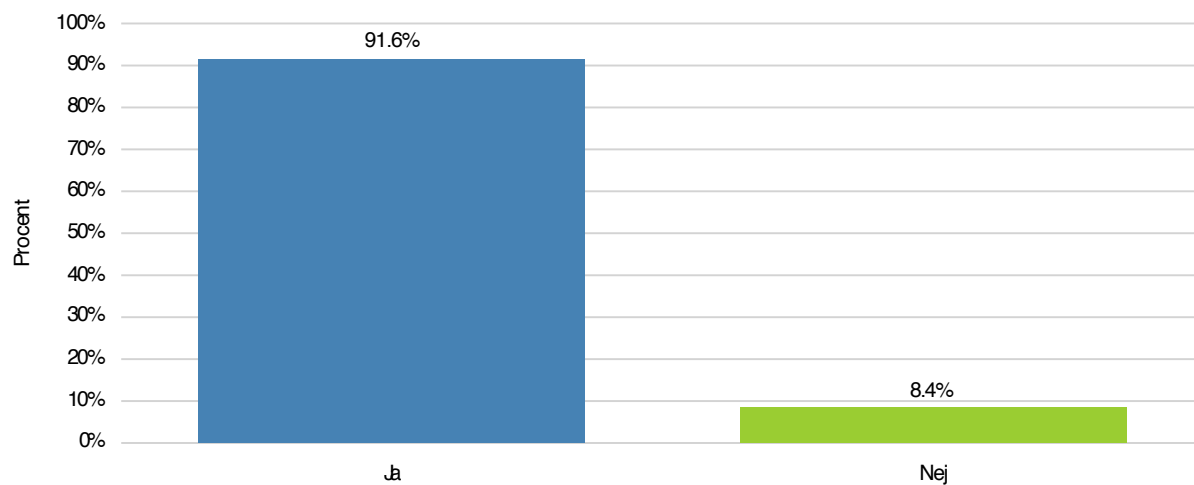


Namn	Procent
Ja	72,9%
Nej	27,1%
N	155

## Vad för fysisk aktivitet?

<b>Gymmar/Styrketräning</b>	<b>65 st</b>
<b>Löpning</b>	<b>34 st</b>
<b>Innebandy</b>	<b>14 st</b>
<b>Ridning</b>	<b>9 st</b>
<b>Gruppträning</b>	<b>8 st</b>
<b>Fotboll</b>	<b>4 st</b>
<b>Crossfit</b>	<b>4 st</b>
<b>Spinning/Cykling</b>	<b>3 st</b>
<b>Simning</b>	<b>3 st</b>
<b>Skidor</b>	<b>3 st</b>
<b>Dans</b>	<b>3 st</b>
<b>Powerwalk/Promenader</b>	<b>2 st</b>
<b>Korp Fotboll</b>	<b>2 st</b>
<b>Kort Innebandy</b>	<b>2 st</b>
<b>Yoga</b>	<b>2 st</b>
<b>Gymnastik</b>	<b>2 st</b>
<b>OCR</b>	<b>2 st</b>
<b>Agility</b>	<b>2 st</b>
<b>Golf</b>	<b>1 st</b>
<b>Hockey</b>	<b>1 st</b>
<b>HockeyBockey</b>	<b>1 st</b>
<b>Thaiboxning</b>	<b>1 st</b>
<b>Poledance</b>	<b>1 st</b>
<b>Surfing</b>	<b>1 st</b>
<b>Kitesurfing</b>	<b>1 st</b>
<b>Segling</b>	<b>1 st</b>
<b>Tennis</b>	<b>1 st</b>
<b>Friidrott</b>	<b>1 st</b>
<b>Klättring</b>	<b>1 st</b>
<b>Basket</b>	<b>1 st</b>

## Har du någon gång känt för att börja spela fotboll igen?



Namn	Procent
Ja	91,6%
Nej	8,4%
N	154

## Vad har hindrat dig?

<p><b>FINNS/VET INGET PASSANDE LAG</b> <i>Antal respondenter: 30 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> Vill inte satsa, vill spela för kul skull/ det är så mycket press och jag vill bara spela för kul skull/ Testade komma tillbaka med tycker det känns svårt att komma in i ett lag som har spelat tillsammans länge/ det är för seriöst, vill bara spela för att det är roligt/ Brist på lag/ Finns inget lag jag vill gå till/ Jag har ej funnit ett lag som känns rätt, och de lagen som gjort det har ej tagit in fler för tillfället/ För dåligt för att platsa i ett lag som satsar, och lag på "min nivå" är för oseriösa/ Vill spela korp men saknar folk/ Vet inte vart jag ska vända mig, är nog på tok för gammal nu (född 83)/ Finns inga lag som känns välkomnande/ Vill inte satsa, vill spela för kul skull/</p>
<p><b>TIDEN</b> <i>Antal respondenter: 27 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> Svårt att hitta tid i och med skola, jobb och andra aktiviteter/ Brist på tid med plugget men planer finns att spela i sommar när jag flyttar hem för sommaren/ Känslan av att ge upp all den fritid man har just nu/ hinner inte satsa på två sporter/</p>
<p><b>OSÄKERHET/VÅGAR INTE</b> <i>Antal respondenter: 19 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> Jag vågar inte, vart vänder jag mig? Finns det något för mig?/ Alla lag kör så seriöst/ Att komma tillbaka och de andra har utvecklats mer än mig/ Jag måste bara ta steget och prova träna igen/ Alla andra är så bra/ Jag har ingen kondition längre/ De lag jag vill tillhöra är alldeles för bra tränade/ Vill inte spela i mitt gamla lag men vågar inte börja i ett nytt./ Törs inte/ För dåligt tränad/ Tror jag är alldeles för dålig nu/ Vågar inte leta mig till ett nytt lag/ har inte konditionen och spelförståelsen/ jag är rädd för att vara för "dålig"/ Rädslan för att bli skadad/ Vill inte skada knät igen/ Svårt att komma in i ett lag när man inte spelat på länge/</p>
<p><b>MOTIVATIONSBRIST/ORKEN</b> <i>Antal respondenter: 18 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> Tappat intresse/ Känner ingen motivation/ Dålig stämning i laget/Otrevliga tjejer i laget jag vill spela i/ Andra intressen/ lång frånvaro ifrån sporten/ känns som jag tappat allt/ Känner ingen glädje längre/ Jag mår ofta psykiskt dålig av det då jag känner mig dålig när jag spelar fotboll/</p>

<p><b>SKADA</b> <i>Antal respondenter: 12 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> mina skador och att jag idag är 24 år/ Reumatisk sjukdom/ Knäskada/ knäskada/ hälproblem/</p>
<p><b>FÖR MYCKET PRESS</b> <i>Antal respondenter: 7 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> För mycket press på att du måste prestera och vara på topp/ Jag tror att det kommer framkalla ångest, press, att man mår dåligt för att man inte är tillräckligt bra/ Det är på en mycket högre nivå nu än vad det var när jag slutade och tror att jag skulle tycka det var jobbigt att gå tillbaka till samma lag/ Känner mig inte tillräckligt bra/ Det blir som något "tvång" och det roliga försvinner/ Vill inte satsa på fotbollen vilket det känns som man bör göra om man fortsätter upp i äldre åldrar/ Vill spela för roligt, men eftersom jag blivit äldre känns det seriösare och att man kommer hamna på bänken varje match/</p>
<p><b>FLYTT</b> <i>Antal respondenter: 7 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> Jag flyttar runt mycket men när jag blir permanent ska jag överväga mellan olika lag/</p>
<p><b>ANNAN IDROTT</b> <i>Antal respondenter: 6 st</i></p>	<p><b>Kommentarer:</b> Gymnastik/ Satsar på löpningen/ Är fortfarande aktiv i innebandy på hög nivå/ Innebandyn tar för mycket tid/ Innebandyn/</p>
<p><b>SKOLAN</b> <i>Antal repondenter: 6 st</i></p>	
<p><b>ÖVRIGA SVAR</b> <i>Antal respondenter: Samtliga &gt;3</i></p> <p><b>ÄTSTÖRNING, FÖR LÅNGT ATT ÅKA, TRÄNARNA, EKONOMIN, SPELARNA I LAGET, DÅLIGA TRÄNINGSTIDERN</b></p>	



## Vad tror du att föreningarna och förbundet behöver utveckla för att behålla unga tjejer i fotbollen?

FÖRENING	FÖRBUND
Lägga lika mycket uppmärksamhet som på killar som tjejer. alla ska få spela.	Jag tycker att förbundet och föreningarna behöver uppmärksamma dam/flickfotbollen mer.
Försöka behålla en realistisk nivå.	Juniorfotbollen, då många tjejer tycker hoppet mellan flick o dam blir för jobbig.
Föreningarna måste se till att variera träningarna, göra de roliga, ha bra träningstider även för tjejer, anordna mer träningsläger...	Ge dom bättre förutsättningar, satsa mer på damfotbollen
Duktiga ledare/tränare (utbildade, se alla..) och mer struktur i föreningarna.	Ha juniorlag/serier längre så man inte kommer upp i damlaget för tidigt. Försöka att inte ha så mycket föräldrar som tränare, mer folk utifrån. och även ha mer utbildade tränare även för damer så det inte blir så mycket onödiga lekträningar.
Jobba mer skadeförebyggande.	Ett samtänk över distriktet där man tar vara på och uppmuntrar alla spelare i alla divisioner.
Ett satsande lag!	Möjlighet till både hög och låg nivå när det gäller lagen i distriktet.
Vara mer accepterande i att man håller på med fler sporter, och inte plocka upp tjejerna i damlaget för tidigt.	Utbilda ledarna i hur det är att träna tjejer.
Mer samarbete mellan flick och damlagen så att det inte är lika läskigt att flyttas upp.	Marknadsföra fotbollen mer genom tex damernas landslag och visa att det går att slå igenom även som tjej. Ta fram kvinnliga förebilder som lyckats.
Ha mycket individuella samtal med spelare och prata mycket om de som finns utanför fotbollen! Ta dit någon som kan inspirera och även berätta att du inte missar något av viktiga utanför!	Uppmärksamma de kvinnliga fotbollsspelarna i Gästrikland för att visa tjejer att de också har ett värde och ett intresse runt sig.
Jobba med självförtroende/självkänsla.	
Skapa laganda, sammanhållning och inte toppa laget.	
Elitsatsning från den största klubben i stan.	
Möjligheten till ett lag som är lagom seriöst för dem som vill spela för att det är kul och inte satsa fullt ut.	
Bidra med mer stöd i form av pengar och utrustning.	
Bättre samarbete klubbarna emellan	
Fokus ska ligga på att varje enskild individ får den träning och de förutsättningar hon behöver. Tjejerna måste känna sig viktiga, precis som killarna. Detta med hjälp av bättre träningsförutsättningar, tider, planer osv.	
Ta bort möjligheten att sponsra enskilda lag i klubben och därmed förmedla all spons jämnt för jämnliska utvecklingsmöjligheter.	



GESTRIKLANDS  
FOTBOLLFÖRBUND