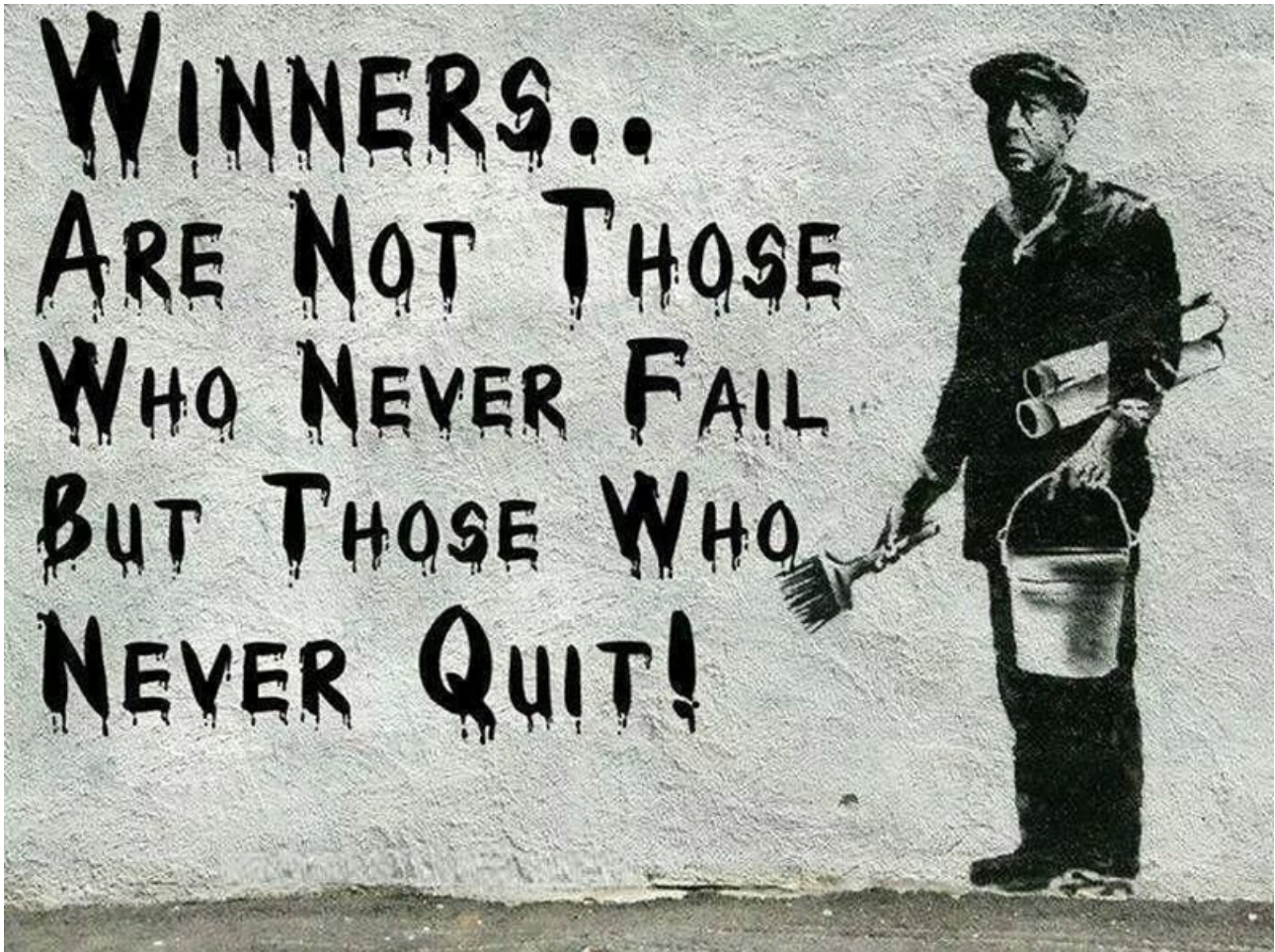


Perspektiver på betydningen af arbejdet med modstandskraft i dansk eliteungdomsfodbold



UEFA P-uddannelse Jan. 2018 – Aug. 2019

Opgave udarbejdet af: Mike Brogård Tullberg

Vejleder: Uffe Pedersen

DBU Pro-træner

Afleveringsdato: 15/5-2019

Indholdsfortegnelse

Forord	5
Indledning	7
Hypotese	8
Begrundelse for valg af problemformulering	8
Problemformulering	9
Afgrænsning	9
Metode	10
Opgavens opbygning	10
Definition på modstandskraft	11
Min definition på modstandskraft	12
Mine deldefinitioner på modstandskraft til arbejdet med det i det daglige	13
Hvorfor er erfaring med modgang så vigtig?	14
AAB, transition og modstandskraft	15
"Super Champions, Champions and Almosts"	16
"What it takes"	16
Kulturen, samfundet og dens påvirkning	17
Foredrag Prof. Dr. Ansgar Thiel	17
"Helikopter forældre"	18
Nikolaj Bonde Korsgaard, sportspsykolog	19
Spørgsmål omkring samfund og kultur	19
Samfundet og dets betydning for nutidens unge ifølge Nikolaj Bonde Korsgaard:	19
Sammenfatning af samfundet og kulturen i de to lande	22
Interviews, analyse og besøg i tyske og danske klubber	23
Spørgsmål til klubberne	23
Norbert Elgert, U19 træner FC Schalke 04	25
Norbert Elgert og modstandskraft	25
Det kan jeg tage ud af det i forhold til arbejdet med modstandskraft	28
Kevin Ameskamp, administrativ leder Fortuna Düsseldorf	29
Kevin Ameskamp og modstandskraft	29
Det kan jeg tage ud af det i forhold til arbejdet med modstandskraft	33
Jan Laursen, Sportsdirektør FC Nordsjælland	33
Jan Laursen og modstandskraft	34
Det kan jeg tage ud af det i forhold til arbejdet med modstandskraft	36
Søren Bjerg, A+ træner FC Midtjylland	37
Søren Bjerg og modstandskraft	37

<i>Det kan jeg tage ud af det i forhold til arbejdet med modstandskraft</i>	39
Konklusion på samtalerne i klubberne	39
<i>Selektionen</i>	39
<i>Arbejdet med modstandskraft i det daglige</i>	40
Akademi / Kostskole	42
<i>Hessel Gods Fodboldkostskole</i>	42
<i>Dagligdagen på en fodboldkostskole</i>	43
<i>Hvad kunne Hessel Gods Fodboldkostskole?</i>	44
<i>Min egen tid på Hessel Gods Fodboldkostskole</i>	44
<i>Jonas Damborg</i>	45
<i>Jonas Damborg om Hessel Gods Fodboldkostskole</i>	46
<i>Kasper Vinding</i>	47
<i>Kasper Vinding om Hessel Gods Fodboldkostskole</i>	47
<i>Implementering på Akademi</i>	48
"Enhver drengs drøm"	48
<i>Søren Svane Hansen</i>	49
<i>Hvad kan man udlede af "Enhver drengs drøm"</i>	49
<i>Det kan jeg tage ud af det i forhold til arbejdet med modstandskraft</i>	50
Arbejdet med modstandskraft og robusthed internt i klubben	51
Ungdomselite: Model for arbejdet med modstandskraft (Udtryk):	52
<i>Gennemgang af model</i>	53
<i>U10-U12 – Mod</i>	53
<i>U13-U15 – Mod og modstand</i>	54
<i>U17-U19 – Mod, Modstand og uretfærdighed</i>	55
Eksempel på en spillers progression i arbejdet med modstandskraft	57
Konklusion	61
<i>Modstand og vigtigheden af dens tilstedeværelse</i>	61
<i>Samfundets udvikling og kulturens betydning</i>	62
<i>Hvor og hvordan kan der sættes ind i arbejdet med modstandskraft</i>	63
<i>Selvstændighed</i>	63
<i>Forældreområdet og ledelsesstil</i>	64
<i>Arbejdet med modstandskraft i praksis</i>	65
<i>Mod, Modstand og Uretfærdighed</i>	65
Perspektivering	67
Litteraturliste	69
<i>Bøger:</i>	69
<i>Artikler:</i>	69
<i>Film:</i>	69

Bilag 1	70
<i>Ungdoms elite: Model for arbejdet med modstandskraft (Udtryk):</i>	70
Bilag 2	71
<i>Spørgsmål til klubberne</i>	71

Forord

Jeg håber på at denne opgave kan bidrage til at sætte endnu større fokus på betydningen af arbejdet med modstandskraft i eliteungdomsfodbold. Det er min intention ikke kun at skabe fokus på dette område, men også at berøre mulige metoder som fremover kan benyttes af mig selv og mine kollegaer i vores arbejde med ungdomseliten og unge seniorspillere.

Jeg er 33 år og har en professionel spillerkarriere bag mig i lande som Italien, Skotland, Tyskland og Danmark. Jeg har som træner arbejdet med elitefodboldspillere på ungdomsniveau på årgangene U19-U23 i seks år, deraf de første fem i Tyskland. Jeg er nu ansat i Vendsyssel FF som assistenttræner i Superligaen. Fra sommeren 2019 skal jeg være cheftræner for Borussia Dortmunds U23 hold. Jeg er født 25/12/1985, og hvis jeg spillede i dag, ville jeg være det der bliver kaldt "future spiller". Dette er noget der er ret væsentligt for, hvorfor jeg i dag i en alder af 33 år sidder og skriver denne opgave. Dengang jeg selv spillede fodbold var jeg nemlig altid den yngste, og derved biologisk set også helt naturligt tit den mindste. Dette gjorde at jeg altid har måttet kæmpe mig igennem tingene i ungdomsrækkerne og aldrig nogensinde har prøvet at være i blandt de bedste. Jeg har prøvet at blive valgt fra til de bedste U-hold flere gange, og er flere gange blevet stillet spørgsmålet "hvorfor tager du det så seriøst, du bliver jo aldrig til noget?". Jeg er dog vokset op i et hjem med en mor der var tidligere professionel håndboldspiller og en søster der også dyrkede håndbold på eliteplan, så det at opgive ens drøm fordi tingene ikke går som man ønsker det, det fandtes ikke i mit hoved. Jeg har derfor altid elsket udfordringer og aldrig set det som noget negativt at skulle arbejde hårdere og bedre end andre for at opnå det samme. Jeg har måttet tage mange slag og har måttet rejse mig igen, men det har været med til at give mig nogle fantastiske oplevelser i fodboldens verden.

Da jeg stoppede som fodboldspiller grundet skader i en alder af 25 år, var jeg så heldig at kunne fortsætte i fodboldens verden som elite ungdomstræner i Tyskland på U23 og senere U19 niveau. Dette skærpede min interesse for det mentale og hvilken betydning det egentlig har, da jeg kunne se der var forskel på de spillere jeg løb og havde med at gøre i Tyskland og det jeg selv havde oplevet i Danmark. Jeg begyndte at snakke med danske trænerkollegaer om betydningen af robusthed og modstandskraft i forhold til det at slå igennem på landsplan, men også hvis man skulle blive solgt til en international klub og skulle have en chance for at klare sig uden for Danmarks grænser. Min

interesse for denne opgave tager afsæt i min opvækst og min efterfølgende trænerkarriere i Tyskland. I min opvækst så jeg på tættest hold at mange af mine jævnaldrende måtte tage til takke med at spille på et lavere niveau end deres talent berettigede dem til, fordi de efter at have mødt modgang kastede håndklædet i ringen. I mine første år som træner i Tyskland blev jeg opmærksom på, at de spillere jeg løb og trænede, virkede til at have en anden modstandskraft sammenlignet med det jeg kendte fra Danmark.

Jeg blev endnu mere fascineret af dette område i forbindelse med min trænergerning, da jeg i sommeren 2017 blev ansat som cheftrener for AGF's U19 hold. Jeg blev hver dag konfronteret med min ledelsesstil og måden jeg gjorde tingene på, fordi jeg havde med en anden slags gruppe af unge mennesker at gøre end jeg var vant til. En af hovedårsagerne til at jeg sagde ja til mit nuværende job i Vendsyssel FF var, at truppen var meget ung og jeg kunne arbejde videre med en masse unge mennesker. De bliver udfordret mentalt i Superligaen hver dag og skal om nogen have en stor modstandskraft og robusthed for at tackle det der møder dem. En vanvittig hård superligasæson er i gang, hvilket for de fleste af de unges spilleres vedkommende er noget de stifter bekendtskab med for første gang.

For at kunne få et fornuftigt produkt ud af denne opgave, vil jeg benytte mig af den ekspertviden som findes hos mine kollegaer i fodboldverdenen, fagfolk i forhold til kulturen i Danmark og i Tyskland samt finde inspiration i diverse undersøgelser.

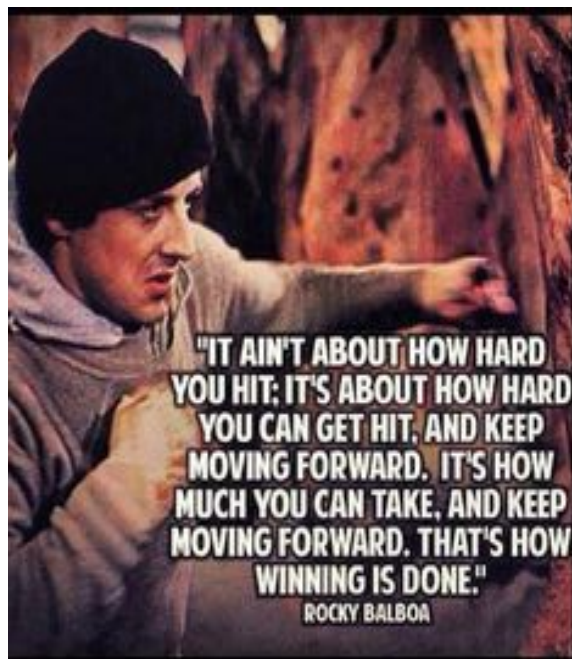
Mit mål med denne opgave er at klargøre hvordan man i Danmark kan gøre vores unge spillere mere modstandskraftige og om dette overhovedet er muligt.

Jeg vil gerne takke sportpsykolog Nicolaj Bonde Korsgaard som har været en god sparringspartner og inspirationskilde under hele forløbet omkring denne opgave.

Indledning

"Det handler ikke om hvor hårdt du kan slå: Det handler om hvor hårdt du kan blive slået og blive ved med at bevæge dig fremad. Det handler om hvor meget du kan tage og blive ved med at bevæge dig fremad. Det er sådan man skaber vindere" ("*Rocky Balboa*" af Sylvester Stallone, 2006)

Dette citat fra boksefilmen "*Rocky Balboa*" er et godt billede på hvad modstandskraft handler om. Kan vores unge generation af eliteungdomsfodboldspillere håndtere de slag der kommer og blive ved med at bevæge sig i den rigtige retning? Er de robuste nok til ikke at give op når det gør ondt og de møder modgang?



Jeg har ikke svaret, men med min livserfaring og mit arbejde med den danske ungdomselite kan jeg have min tvivl. Mister vi i virkeligheden nogle af vores største talenter på vejen op igennem systemet på grund af at de ikke har den nødvendige modstandskraft? Eller kommer det først til udtryk, når de eventuelt ikke slår igennem som seniorspillere i ind- eller udland?

Helle Hedegaard Hein, cand.merc. og forsker, beskriver i bogen "*Når talent forpligter*" hvordan flere unge sportsudøvere, herunder fodboldspillere, vælger at stoppe når de møder præstationsmiljøet:

"Vi ved eksempelvis at en del talentfulde sportsudøvere, også mange fodboldspillere, indstiller karrieren tidligt, og før de bliver professionelle, ofte fordi de møder præstationsmiljøet, som er meget målstyret, og så mister de legen og kærligheden til spillet. Træningen bliver meningsløs for dem – og tabet af talent tydeligt".

(Davidsen/Hedegaard Hein 2017)

I et elitært miljø hvor det handler om at blive og forblive den bedste er det altafgørende at det enkelte individ også har robustheden til at befinde sig i dette. Ellers sker der lige præcis det som Helle Hedegaard Hein beskriver, nemlig at de giver op.

Hypotese

Modstandskraft er noget der bliver udviklet over tid. Hvis et individ ikke er vant til at møde modgang og engang imellem at skulle forholde sig til udfordringer, så kan man heller ikke forvente at dette individ har den store modstandskraft. Hjernens er en muskel som skal trænes ligesom alt andet, og hvis den ikke bliver trænet i at kunne modstå modgang, så vil der også være en større chance for at hjernen siger fra og giver op når modgangen begynder at indtræffe.

Arbejdet med vores spillere og introduktionen på det bevidste og ubevidste plan til det at møde modgang i mindre og større grad for at skabe en vis form for modstandskraft, skal starte hos de yngre årgange. Det skal være en del af den pakke, de skal have været igennem i deres uddannelse som ungdomsspillere i eliteklubber.

Begrundelse for valg af problemformulering

Min begrundelse for valg af tema i opgaven har en naturlig sammenhæng til ovenstående overvejelser. Jeg har en stor interesse for hvordan vi kan påvirke vores bedste unge spillere til at få en større modstandskraft og robusthed.

Jeg vil i min opgave prøve at gå i dybden med denne tematik. Jeg vil reflektere over de erfaringer jeg har gjort i Tyskland og i Danmark. Jeg bestræber igennem berøringen med dygtige fagfolk fra begge lande at få en større forståelse og viden for begrebet, men også at kunne udvikle nogle metoder jeg selv og mine kolleger kan anvende i fremtiden.

Problemformulering

- Hvordan kan modstandskraft defineres og hvad er værdien af en fælles forståelse af begrebet?
- Hvorfor er erfaring og berøring med modgang vigtig?
- Hvad betyder kulturen og samfundet i Tyskland kontra Danmark for den modstandskraft som vores unge spillere har?
- Hvilke områder kan vi sætte ind på internt i klubben for at fremhæve mere modstandskraft og robusthed?
- Hvordan skal vi forholde os til forældrene i forhold til arbejdet med spillernes mentale tilstand derunder modstandskraft?

Afgrænsning

Jeg har valgt at tage udgangspunkt i Tyskland og Danmark. Jeg har kendskab til begge lande og for at kunne gå i dybden med denne opgave har jeg valgt kun at forholde mig til de to lande. Derfor er mine klubbesøg også indskrænket til disse lande og jeg har valgt at have mit fokus på fire klubber og diverse fagpersoner. Jeg vil forholde mig til hvilke konkrete ting der kan arbejdes med internt i klubben og eksternt i spillernes liv i forhold til arbejdet med dette tema. Det eksterne liv spillerne fører, inddrager mange ting. Jeg vil have mit fokus på forældrene, da de har den største indflydelse på spillerne. Jeg har fravalgt at diskutere agenternes rolle, da jeg mener deres rolle er relativ ubetydelig i forhold til arbejdet med modstandskraft. Der er flere tematikker som kunne være berørt i denne opgave, f.eks. kunne flere lande og kulturer have været inddraget for at få en endnu større forståelse for hvordan andre eliteungdomsspillere bliver præget af samfundet og ledelsesstilen i klubberne, men jeg har af hensyn til opgavens omfang valgt ikke at inddrage disse i opgaven.

Metode

Metoden til denne opgave tager udgangspunkt i indsamling af kvalitativ data i form af interviews med trænere/ledere/spillere og jeg vil herudover inddrage eksperter som forskere og psykologer som kan sætte samfundets betydning for opgavens tema i relief. Sammen med litteraturlæsning vil den viden jeg kommer i besiddelse af danne baggrund for konkrete metoder hvormed man kan arbejde og påvirke tematikken i opgaven.

Opgavens opbygning

Det er vigtigt for min opgave at der bliver en klar definition på min forståelse af begrebet modstandskraft. Det første afsnit indeholder derfor min forståelse af dette begreb som jeg vil perspektivere på. Derefter vil jeg gennemgå hvilken betydning og rolle kulturen spiller i forhold til modstandskraften hos spillerne. Her vil mit fokus være på den danske kontra den tyske kultur. Efterfølgende vil jeg kommentere og analysere det data jeg har fået gennem mine interviews, for at kunne konkludere hvilke områder jeg mener der kan sættes ind på internt og eksternt. I den sidste del af opgaven vil jeg kigge på hvilke udfordringer eventuelle tiltag og nye arbejdsindsatser vil give.

Definition på modstandskraft

Det er vigtigt for mig at få en klar definition på hvordan jeg vælger at definere modstandskraft og robusthed, da der er mange floskler omkring disse begreber, der endvidere tit er svært forståelige. For at lykkes med dette og for at gøre min definition så kort og præcis som mulig, har jeg brugt psykolog Nikolaj Bonde Korsgaard. Nikolaj Korsgaard har i mange år arbejdet i fodboldens verden, hvor han har været tilknyttet flere superligaklubber og ungdomslandshold. Min primære inspiration til en klar definition har jeg fundet i to artikler omhandlende begrebet "mental toughness", nemlig "Mental Toughness in Soccer: A Behavioral Analysis" af Diment (2014) og "What it takes: perceptions of mental toughness and its development in an English Premier League Soccer Academy" af Cook, Crust, Littlewood, Nesti og Collinson (2014). I artiklen "Mental Toughness in Soccer: A Behavioral Analysis", der specifikt omhandler mental robusthed i fodbold, har Coulter, Mallett og Gucciardi skabt deres definition på begrebet 'mental toughness'. Den lyder:

"Mental robusthed er tilstedeværelsen af nogle eller alle, af de oplevelses-baserede og nedarvede værdier, holdninger, følelser, tankemønstre og adfærdsformer, der har indflydelse på den måde, som individet møder, responderer og fortolker både negative og positive former for pres, udfordringer og modgang, i jagten på konstant at opfylde sine mål"

(Coulter/Mallett/Gucciardi citeret i Demant (2014): 318, oversat af Nicolai Korsgaard)

I mit interview med Nicolai Bonde Korsgaard sætter han sine ord på det for ham essentielle i denne definition:

"Man kan have noget mental robusthed, ikke alle har alle de stærke værdier, fortolkningsmønstre osv. Det er både noget man udvikler gennem oplevelser og erfaringer, samt noget der er nedarvet. Det vil sige det ligger i generne og arvmassen. En del af personligheden kommer også ud fra forældrenes træk, ligesom et barns IQ typisk vil ligge midt mellem forældrenes IQ. Mental robusthed er både interessant når man oplever noget positivt såvel som noget negativt. Nogle mangler eksempelvis mental robusthed, når den første store succes kommer, og man enten bliver selvfed og/eller skræmt af de forøgede forventninger. Mental robusthed involverer både ens måde at tænke og føle på, men har også stor indvirkning på vores adfærd – altså vores konkrete handlinger, når vi står i pres eller modgang".

I forhold til det jeg gerne vil gå i dybden med, nemlig modstandskraft og robusthed, dækker begrebet mental toughness for bredt. Derfor har jeg valgt at konkretisere det yderligere, og har også taget udgangspunkt i en undersøgelse der blev lavet på John Moores University i Liverpool i 2014 af Cook, Crust, Littlewood, Nesti og Collinson. Undersøgelsen tager også udgangspunkt i mental toughness, de har dog valgt at dele dette op i fire underbegreber (se Cook et al. 2014: 335). Cook et

al. undersøger arbejdet med det mentale på ungdomsniveau, og hvad det kræver for ungdomsspillere hvis de skal kunne klare springet fra akademierne i England til Premier League. Faktum er, at langt størstedelen af akademispillerne i undersøgelsen aldrig fik en professionel kontrakt. I artiklen "What it takes": perceptions of mental toughness and its development in an English Premier League Soccer Academy" beskriver Cook et al. (2014) blandt andet hvordan de igennem interviews med otte ansatte i en af Englands største klubber, alle med en tilknytning til akademispillerne, forsøger at indramme det de forstår ved mentalt stærke spillere. De interviewede ansatte havde en erfaring på mellem 6-27 år på det højeste niveau.

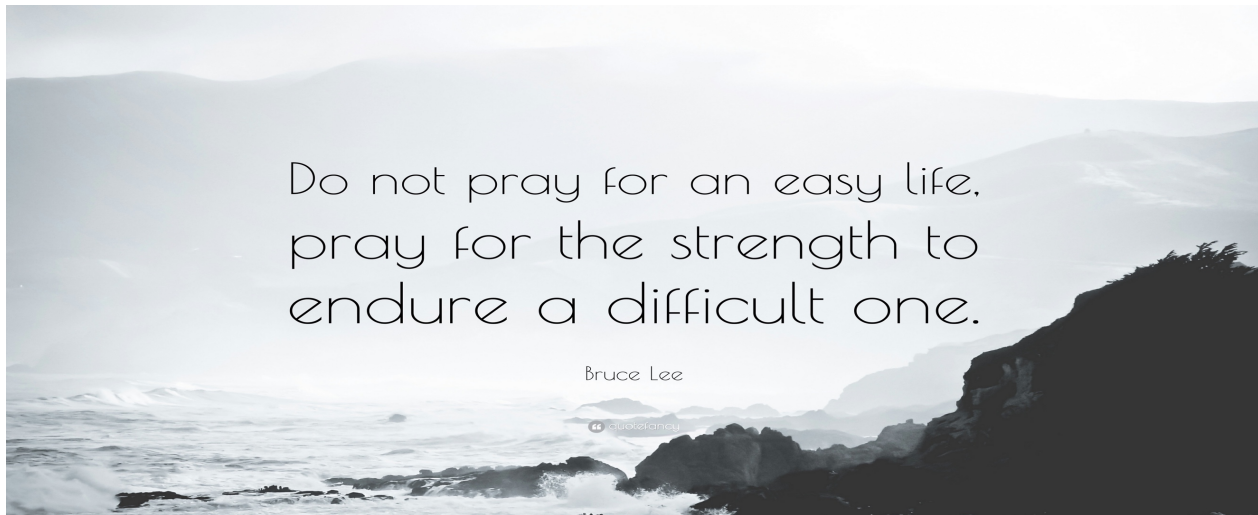
De fire overordnede begreber de tager udgangspunkt i er (se Cook et al. 2014: 335):

- Konkurrenceevne med sig selv og andre
- Mindset
- Modstandskraft
- Personligt ansvar

Jeg har som sagt valgt at tage udgangspunkt i modstandskraften, som jeg sætter mit fokus på i opgaven. For at gøre min definition helt klar, har jeg brugt deres definitioner som inspiration, og lavet min egen præcise og korte beskrivelse ved det jeg forstår som modstandskraft.

Min definition på modstandskraft

"Modstandskraft indebærer evnen til at kunne håndtere kritik positivt og tage ved lære med et positivt mindset. Når tingene bliver uoverskuelige kræves det at du er vedholdende og aldrig giver op. Når det bliver fysisk hårdt skal du kunne blive ved med at presse dig selv, selvom hovedet siger stop. Du skal have modet til at konfrontere udfordringer, og have en ekstrem tro på du nok skal lykkes".



Mine deldefinitioner på modstandskraft til arbejdet med det i det daglige

For at kunne arbejde med modstandskraft i klubberne og gøre det anvendeligt i det daglige arbejde, har jeg inddelt det i nogle kategorier. Inddelingen i kategorier gør det nemmere at navigere i, når man arbejder med dele af begrebet modstandskraft.

Kategorierne er:

- **Tage kritik til sig og blive ved med at slå tilbage**
 - ➔ Reagere positivt efter fejl
 - ➔ Tage ved lære og slå tilbage efter modgang
- **Det kan godt være det virker uoverskueligt men du giver ikke op**
 - ➔ Vedholdenhed gør, at du nægter at give op.
- **Et stærkt ønske om at ville overleve**
 - ➔ Skal være villig til at presse sig selv igennem smerte og træthed.
- **Rejs dig op når der bliver talt over dig (boksning)**
 - ➔ Konfronter udfordringer
 - ➔ Mod

- **Føler sig ikke intimideret af nogen**
 - ➔ Har en ekstrem tro på at man nok skal lykkes
og er ikke bange for noget eller nogen

Hvorfor er erfaring med modgang så vigtig?

Der er skrevet og sagt utrolig meget om manglende modstandskraft hos ungdomseliten i dansk fodbold i mange år. Især i transitionsfasen fra ungdomsspiller til seniorspiller bliver der talt om manglende modstandskraft til at håndtere nederlag. Det er vigtigt for klubberne at kunne skabe "egne" spillere, da det er billigere end at købe dem færdige udefra, og det potentielt kan indbringe penge, hvis der sker et salg. En ting er at klare den modstand der sker i transitionsfasen herhjemme i Danmark, et langt større chok kan forekomme når den første modgang indtræffer når danske spillere ender i udlandet.

Det første store skridt i en ung dansk spillers fodboldkarriere er ofte transitionsfasen fra ungdom til senior. Det er ofte også i denne fase at unge danske spillere bliver udsat for modgang for første gang. Nogle er så "heldige" at omstændighederne vil det sådan at de oplever modgang tidligere, som jeg har været inde på jeg selv var, andre går igennem ungdomsårene uden at skulle forholde sig til modgang.

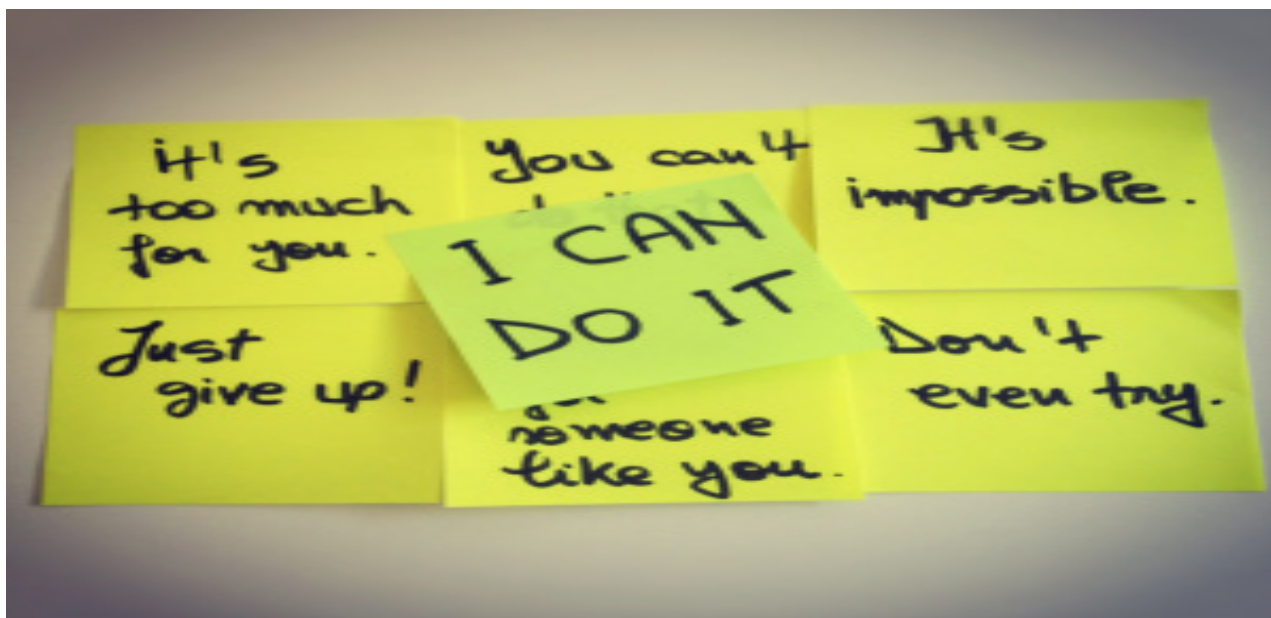
I en undersøgelse der er lavet omkring transitionen og barrierer i denne bliver modstandskraft berørt af tre danske studerende fra Aalborg universitet. Jeg synes den giver et godt billede på, hvorfor modgang potentielt kan være udslagsgivende i forhold til at lykkes. De har lavet en fyldestgørende undersøgelse i superligaklubben AAB omkring tematikken transition. Denne undersøgelse giver klare tilkendegivelser på, at de involverede rater modstandskraft som noget af det vigtigste i transitionsfasen. (se Rosenkilde/Christiansen/Rossing 2018)

AAB, transition og modstandskraft

"Alle respondenter nævner, at erfaring med modgang i ungdomsårene er en vigtig ressource at have i overgangen fra junior til senior. Det kan blandt andet illustreres ved, at de fire spillere, som enten stadig var i førsteholds- truppen ved dataindsamling, eller spillede på et højere niveau i udlandet, alle oplevede modgang i deres ungdomsår "

(Rosenkilde/Christiansen/Rossing 2018: 9)

I undersøgelsen er der både spillere involveret som har klaret springet til seniorfodbold og spillere som ikke slog igennem. I interviewdelen af undersøgelsen med spillerne hvor de reflekterer over transitionsfasen er der en generel enighed om at modstand op igennem ungdomsrækkerne er vitalt, når man kommer op og skal face modgang som senior. En af de spillere der havde en vellykket transition kigger tilbage på sine ungdomsår og udtaler følgende:



"Øh op og ned. Kan man vist godt sige det. Altså jeg startede jo, da jeg var 8. Så spillede jeg på alle U12, - U13, - og U14 førsteholdende, og det gik rigtig godt, fra U13, - U14, og U15 og så da vi kom op på U17, der gik det lidt ned af. Jeg var stadigvæk meget lille. Jeg var ikke så fysisk, som nogle af de andre og så, ja der var flere gange, jeg tænkte over måske at stoppe, fordi der var så hård konkurrence, men jeg blev ved med at knokle hårdt og så i mit 2. år på U17, der gik det op ad igen. Og så udviklede jeg mig rigtig meget. Der tog det bare fart"

(Rosenkilde/Christiansen/Rossing 2018: 10)

Spilleren, der stadig er i klubben da undersøgelsen bliver lavet, påpeger at han brugte den modgang han oplevede i ungdomssystemet til at klare overgangen til førsteholdet ved at arbejde endnu hårdere. En anden spiller som ikke havde en vellykket transition tilskriver manglende modgang som udslagsgivende for at det ikke lykkedes:

"Lidt som en dans på roser, altså det. Ungdomsårene, når jeg tænker tilbage til dem, så har det måske været den bedste tid i min fodboldkarriere indtil nu. Fordi at, jeg for det første, så oplevede man ikke det pres, som var, dengang man var seniorspiller, for det andet, så var jeg samtlige år, fra jeg var 13 til jeg blev 18, vil jeg betegne mig selv som værende blandt de bedste på alle holdene op gennem ungdomsårene "

(Rosenkilde/Christiansen/Rossing 2018: 10)

Flere andre undersøgelser understreger disse pointer, blandt andet bliver det berørt i artiklerne "Super Champions, Champions and Almosts" af Collins, MacNamara og McCarthy (2016) og "What it takes" af Cook et al. (2014).

"Super Champions, Champions and Almosts"

En engelsk undersøgelse ved navn "Super Champions, Champions and Almosts" understøtter hvor vigtig modgang er i al slags sport. 54 sportsudøvere blev interviewet og artiklen påpeger at erfaring med modgang er favorabelt for at en udøver kan udvikle sig til en verdensklasseatlet. En ting der også falder i øjnene i denne undersøgelse er, at den konkluderer at selve modgangen er vigtig, men det er måden som forskellige udøvere reagerer på modgangen som er endnu vigtigere. Artiklen argumenterer for at man gennem samtaler med udøverne fandt ud af at verdensklasse atleter kan differentieres fra lavere præsterende atleter ud fra den måde de reagerer på modgang. (se Collins/MacNamara/McCarthy 2016)

"What it takes"

Det bliver beskrevet i artiklen "What it takes" hvordan undersøgelser har vist at spillere med en stor mental styrke er bedre til at håndtere stress, og flere af deltagerne i undersøgelsen giver udtryk for at de ser modstandskraft som en af de vigtigste faktorer i det at være mentalt stærk. Flere deltagere deler også den holdning, at spillere med en stor modstandskraft er mere udholdende, når udfordringer virker overvældende. (se Cook et al. 2014)

En deltager udtaler:

"Vi ser spillere som laver en del fejl som udvikler en modstandskraft og kommer tilbage ugen efter uden

det har påvirket dem. Jeg tror at ud af disse kategorier eller eksempler som vi tager udgangspunkt i når vi snakker mental styrke at det for mig især en egenskab til at komme igennem modgang som er noget særligt”.

(Cook et al. 2014: 338)

En anden deltager udtaler:

”De har en personlighedskarakter som indeholder vrede, smerte og frustration men accepterer at de skal bevise sig selv igen og igen. Jeg tror det kræver en del ydmyghed. Når du ikke får det du føler du fortjener men stadig er villig til at arbejde ligeså hårdt uden at klage og skabe problemer”.

(Cook et al. 2014: 338)

I denne opgave vil min definition på modstandskraft danne baggrund for mine interviews og udviklede metoder til at arbejde med begrebet.

Kulturen, samfundet og dens påvirkning

Jeg har som nævnt i indledningen i denne opgave en klar fornemmelse af hvordan kulturen og samfundet kan påvirke de unge generationer. For at få en større indsigt i kulturen og samfundet både i Tyskland og Danmark så det ikke kun er baseret på egen livserfaring, har jeg inddraget et foredrag jeg har deltaget i fra en tysk professor ved navn Dr. Ansgar Thiel (som jeg også refererede til i min DBU A opgave) samt et interview med sportspsykolog Nikolaj Bonde Korsgaard.

Foredrag Prof. Dr. Ansgar Thiel

Dr. Ansgar Thiel er professor og har speciale i social- og sportsvidenskab. Han er direktør for sportsvidenskab på Eberhard Karls Universitet Tübingen i Tyskland. I forbindelse med en talentkongres i tysk fodbold, der blev afholdt for de største talentcentre i landet, holdt han et foredrag om samfundet og dets påvirkning på de unge, hvor han blandt andet kommer ind på begrebet ”helikopter forældre”.



”Helikopter forældre”

Dr. Ansgar Thiel forklarer at for 20-30 år siden voksede de unge sådan op, at mange af de ting de beskæftigede sig med foregik i og omkring hjemmet. Hvis man spillede fodbold kunne man tit gøre det på vejen eller tæt på hjemmet. Det samme gjaldt andre ting som at lære at spille et instrument eller andre sportsgrene. Udviklingen er sådan at alt bliver centraliseret. Dette gælder især på elite niveau. Vi er kommet dertil, at man skal et bestemt sted hen hvis man vil gå til mange ting. Alting er blevet centraliseret ligesom små øer der ligger rundt omkring. Derudover er de unges hverdag også blevet meget skematiseret, fordi de skal nå en masse ting. Det er derfor nødvendigt at få en kæmpe opbakning hjemmefra. Det betyder at forældre tit er nødt til at hente og bringe deres børn til alting. Det har den betydning at, hvor vi før i tiden tit havde unge der klarede sig selv, er de nu i langt større grad afhængige af forældrene. Det betyder så på den lange bane at børnene føler sig som midtpunkt, hvilket er helt naturligt, fordi alt er tilrettelagt efter dem. Det kan have den effekt at de bliver meget egocentrerede og kun kan se sig selv, og at de kan blive forvante med at alle står på pinde for dem.

Udviklingen går også i retning af at vi får færre og færre børn. I Tyskland får en kvinde i gennemsnit i 2013 1,3 barn. Den udvikling set i sammenhæng med at mange forældre er højt uddannede er også med til at skabe børn der føler sig som verdens navle. Jo færre børn, jo mere fokus på det enkelte barn. Endvidere er det bevist, at forældre med en høj uddannelse har en tendens til at opdrage deres børn til at have en selvopfattelse af, at de er verdens navle. Dette sker på baggrund af den enorme opmærksomhed de får og den måde de bliver pushet på af forældrene for at opnå det mest mulige i deres liv. Dette kan både være arbejdsmæssigt og sport.

Dr. Ansgar Thiel siger at hvis man vil være topatlet skal man være villig til at kvæle sig selv! Folk der altid er vant til at blive båret frem og ikke har mødt modgang, kan have meget svært ved dette.

***Nikolaj Bonde Korsgaard,
sportspsykolog***

Nikolaj Bonde Korsgaard har en stor viden om talentmiljøerne, da han har sin daglige gang i klubberne AGF og Esbjerg og har en fortid i DBU. Han har sit eget firma, Momentum, hvor han arbejder individuelt med flere danske talenter.



I forbindelse med mit interview med Nikolaj Bonde Korsgaard tog vores snak omkring samfundet og kulturen i Danmark udgangspunkt i følgende spørgsmål.

Spørgsmål omkring samfund og kultur

- Hvad kendetegner generation x, millenials etc.?
- Hvor meget kan man rykke modstandskraft gennem miljøpåvirkning og talentudvikling?
- Hvad bliver vigtigt for talentudviklere i fremtiden i forhold til deres praksis i udviklingen af modstandskraft?
- Hvad burde klubber og forbund være mere opmærksomme på fremover?

Samfundet og dets betydning for nutidens unge ifølge Nikolaj Bonde Korsgaard:

- De børn og unge der er vokset op i det samfund og den kultur vi har nu, er nogle unge mennesker som er vokset op med sociale medier og teknologi tæt inde på kroppen.
- De har for nogles vedkommende leget mindre fysisk/mindre vildt, da de har haft nogle andre fritidsinteresser.
- De har et stort fokus på hvordan de selv fremstår. Dette er noget man selvfølgelig altid udvikler, men noget der i højere grad gør sig gældende for nutidens unge.

- De er vokset op i institutioner som børnehaver og skoler hvor den pædagogiske praksis har nogle meget feminine værdier i forhold til det man ser i fodboldmiljøerne. Det kan være udfordrende for nogle af spillerne at de bliver konfronteret med denne forskel.
- Det er en generation som er vokset op med forældre som føler at udviklingen går utroligt hurtigt og det kan gøre nogle forældre lidt usikre på fremtiden og hvordan deres barn kommer til at klare sig. De tænker over hvad de selv kan gøre for deres børn, for at de kommer til at klare sig så godt som muligt. Det giver sig udslag i en opdragelse af børnene som kan blive overbeskyttende og det er i den forbindelse man blandt andet bruger prædikatet "curlingforældre". Det har blandt andet den konsekvens, at den selvstændighed vi har brug for at udvikle som mennesker og i endnu højere grad i sportens verden, kan blive hæmmet eller forsinket.
- Det er en generation som har gode muligheder for underholdning og forskellige aktiviteter. Dette medfører en mentalitet af at man bare kan finde på noget andet at lave, hvis man er nysgerrig på fritidslivet eller midlertidigt er blevet træt af noget man er i.
- De orienterer sig mod deres jævnaldrende, hvor tidligere generationer søgte deres anerkendelse og accept af ældre personer.
- Generelt set er det nogle unge mennesker som godt kan virke følsomme i forhold til kritik. De kan godt have en ungdommelig usikkerhed på om de er gode nok og om de kommer til at klare sig godt nok. Der kan kritik godt virke "farligt", da det kan være et tegn på at der er noget der ikke er gjort godt nok, og derfor forsøger man at holde det på afstand.

Nikolaj Bonde Korsgaard mener, at det er muligt at påvirke et psykologisk konstrukt som modstandskraft i det rigtige miljø. Det skal dog ses i et større billede. Mennesker er disponeret ud fra vores genetiske arvmasse, vores personlighedstræk og intelligenskvotient, hvilket alt sammen er noget vi er blevet givet med af vores forældre. Vi bliver dog også i høj grad moduleret af de miljøer vi indgår i, den opdragelse vi får, den skolegang vi får og den træning vi modtager. Så det er muligt at påvirke i de rigtige miljøer, og der har klubber med akademier en fordel, da de har langt mere tid sammen og derfor kan sætte spillerne i mange forskellige typer af ønskede situationer for at påvirke dem.

I forhold til definitionen i denne opgave på modstandskraft og de underpunkter der er sat op for at skabe en mulighed for bedre at kunne gå ind og arbejde med modstandskraft mere konkret, mener Nikolaj Bonde Korsgaard at der er et punkt der udskiller sig. Punktet "et stærkt ønske om at ville overleve, og skulle være villig til at presse sig selv igennem smerte og træthed" er i forhold til de andre punkter meget fysisk baseret. Fysisk smerte er meget subjektiv og den samme smerte kan variere ekstremt meget fra person til person, så det er svært at ændre det store på. En ting der nemmere kan arbejdes med er, når tingene ikke går som man havde håbet på; det vil sige hvis man selv har lavet fejl, hvis man modtager kritik for noget eller er inde i en periode hvor tingene ikke rigtig lykkes. Det handler et eller andet sted om, hvordan man møder livet. Disse ting er grundbestanddele af livet. Alle kommer på den ene eller anden måde til at fejle og kommer til at blive udsat for kritik og modstand, og det er muligt at arbejde med hvordan man modtager og reagerer på dette. Noget der er meget væsentligt for en fodboldspiller og måske især i transitionsfasen er ikke at føle sig intimideret af præstationssituationer eller af andre. Angst eller det at være intimideret kan deles op i to kategorier. Den ene slags angst kan være hæftet på et personlighedstræk hvor du er meget ængstelig og nervøs, og den er svær at gøre en masse ved. Den anden, som er mere udbredt, nemlig at du har angst i en specifik situation, er noget nemmere at arbejde med, da du kan lære at regulere den mentalt og fysiologisk, så du ikke føler dig hæmmet.

Nikolaj Bonde Korsgaard mener, at det generelt er vigtigt for nutidens og fremtidens talentudviklere at man ser positivt og interesseret på de unge mennesker vi kommer til at arbejde med. Man bliver nødt til at forstå, at de unge mennesker er vokset op på en anden måde end tidligere tiders generationer. Vi skal bruge tid på at tilpasse vores talentudvikling til fremtidens unge.

Det er vigtigt at forholde sig til forældreområdet. Generelt har der været en opfattelse af at forældre har været vigtige, at vi ikke kan slippe for dem og at de er en ressource, MEN at vi godt kunne tænke os at slippe for dem. Der er for mange steder man ikke er helt afklaret med hvad man egentlig vil med forældrene. Det er vigtigt at man som klub bliver helt afklaret omkring dette lige meget hvilken vej man så vælger at gå i forhold til dette område.

Sammenfatning af samfundet og kulturen i de to lande

Det skinner igennem og er tydeligt at samfundet og kulturen i begge lande er med til at forme unge mennesker, som er vant til at få mange ting serveret og i mindre grad er vant til at klare tingene selv. Dr. Ansgar Thiel betegner forældrene som værende ”helikopter forældre” og Nikolaj Bonde Korsgaard ”curling forældre”, hvilket er to forskellige udtryk for at forældrene gør alt i deres magt for at fjerne sten på vejen for deres børn. Jeg synes at Nikolaj Bonde Korsgaard har fat i det rigtige når han siger, at vi bliver nødt til at acceptere at de unge mennesker er vokset op på en anden måde end tidligere tiders generationer, og dette bliver vi nødt til at se positivt og interesseret på. I arbejdet med modstandskraft vil det blandt andet sige at man skal overveje ens holdning til forældreområdet og inddragelse af disse i endnu højere grad.

Jeg har i mit trænervirke i Tyskland og i Danmark fornemmet stor forskel på kulturen og måden man gør tingene på i de to lande. Dette kan ikke forklares når man kigger på Dr. Ansgar Thiels overordnede beretning om det tyske samfund, da det ligner meget det som Nikolaj Bonde Korsgaard også beskriver i Danmark. Blandt andet derfor besluttede jeg at min studietur skulle gå til Tyskland, så jeg kunne få afdækket dette område som interesserer mig meget.

Interviews, analyse og besøg i tyske og danske klubber

I forbindelse med mine klubbesøg i Fortuna Düsseldorf, Schalke 04, FC Nordsjælland og FC Midtjylland har jeg i mine interviews brugt samme skabelon for at ensrette samtalen. De besøgte klubber er endvidere blevet bedt om at forholde sig til hvor de ser de største udfordringer i arbejdet med spillerne, i forhold til de kategorier jeg har opstillet til at overskueliggøre arbejdet med modstandskraft i det daglige.

Spørgsmål til klubberne

Jeg har valgt at kategorisere spørgsmålene, der inddeles i før – under – efter transition. Således er der spørgsmål til hvad klubberne kigger efter i selektion, hvordan de forsøger at påvirke mens de har spilleren, og hvad de synes der kendetegner spillere, der lykkes med transition til højt senior-niveau. Generelt vil jeg gerne vide hvad de interviewede mener, at kulturen har af betydning.

Her er mine spørgsmål til stabsmedlemmer i klubberne:

- Hvad ser I efter (mentalt) i selektionen af talenter til Jeres bedste ungdomshold?
 - Er der bestemte reaktioner i bestemte spilsituationer I lægger vægt på?
 - Er der bestemte kendetegn hos forældrene I holder øje med, eller står af på?
 - Hvilke personlighedsmæssige træk er I særligt begejstrede for?
- Hvordan forsøger I at udvikle modstandskraft hos det unge talent?
 - Hvilke helt konkrete tiltag gør I brug af?
 - Hvilke stabsmedlemmer påvirker modstandskraften hos den unge?
 - Hvem har ellers indflydelse på den unges modstandskraft?
 - Hvilken del af modstandskraft oplever I er sværest at arbejde med?
 - Hvordan ser I høj og lav grad af modstandskraft komme til udtryk i transitionsfasen?
 - Hvordan forholder I jer, når et stort (tek-tak-fys) talent mangler modstandskraft?
 - Hvordan forholder I jer til forældrepåvirkning og samarbejde med skole i forhold til modstandskraft?

- Hvad kendetegner Jeres succesfulde transitioner, hvor unge spillere kommer ud med modstandskraft?
 - Hvad kendetegner de spillere, der kommer igennem transition?
 - Hvad ser I hos de spillere, der opnår stor videre succes i karriereforløbet?
- Hvordan bruger I fysisk, teknisk eller taktisk træning til at udvikle mental modstandskraft?
- Hvor struktureret/målbart versus intuitivt/mavefornemmelse arbejder I med i vurderingen og udviklingen af modstandskraft?
- Hvor har I de største udfordringer i forhold til de kategorier jeg har stillet op?

Tage kritik til sig og blive ved med at slå tilbage

- ➔ Reagere positivt efter fejl
- ➔ Tage ved lære og slå tilbage efter modgang

Det kan godt være det virker uoverskueligt men du giver ikke op

- ➔ Vedholdenhed gør at du nægter at give op.

Et stærkt ønske om at ville overleve

- ➔ Skal være villig til at presse sig selv igennem smerte og træthed.

Rejs dig op når der bliver talt over dig (boksning)

- ➔ Konfronter udfordringer
- ➔ Mod

Føler sig ikke intimideret af nogen

- ➔ Har en ekstremt tro på at man nok skal lykkedes og er ikke bange for noget eller nogen

Norbert Elgert, U19 træner FC Schalke 04

Norbert Elgert har siden start 90'erne været træner i mindre tyske klubber i og omkring Ruhr-området. I 1996 blev han ansat som U19 træner i Schalke 04 og har været i det job siden, kun afbrudt af en periode hvor han var



assistent på 1. holdet i Bundesligaen. Han er legendarisk i Tyskland og nyder stor respekt alle steder for sit arbejde. Han har været med til at udvikle et væld af verdensstjerner og er flere gange blevet sat i forbindelse med store jobs. Han har dog viet sin trænerkarriere til Schalkes U19 hold.

Norbert Elgert og modstandskraft

Generelt er Norbert Elgerts holdning til modstandskraften hos en spiller, at størstedelen af den pakke han får med mentale redskaber, derunder modstandskraft, bliver udviklet uden for klubben. Den periode hvor der sker den største prægning er i de første seks til syv år af livet. Norbert Elgert beskriver et interessant billede man kan sætte på et ungt talent og hans mentale egenskab, herunder modstandskraft, hvis man forestiller sig at talentet står i en døråbning. Talentet har fået ham hen i åbningen af døren, men det er hans mentale egenskaber, som f.eks. modstandskraft, som skal få ham hele vejen igennem døråbningen.

Schalke 04 tror på kontinuitet når det gælder trænerbesætningen på de ældste årgange, noget der kommer spillerne til gode i forhold til arbejdet med at overvinde forhindringer og modstand. De tror på at den enkelte træner har brug for noget erfaring og viden omkring begrebet for at kunne arbejde med det. Norbert Elgert arbejder med modstandskraft på sin egen måde, og her indgår en høj konsekvens. Der bliver forlangt af spillerne at de hver eneste dag træner på 100% for at blive så gode som mulige, med den viden at man godt ved at alle kan have en dårlig dag og ingen er perfekte. Hvis der bliver slækket på det, er der en konsekvens for alle. Leroy Sane, nuværende Manchester City spiller, beskriver stadig den dag i dag, at noget af det vigtigste for hans karriere var, da Norbert

Elgert i en U19 Bundesligakamp valgte at tage ham ud efter 25 minutter, selvom han allerede på daværende tidspunkt var en fast bestanddel af Schalke 04 1. holds træning. Grunden var, at Norbert Elgert ikke følte Leroy ydede 100% for at hjælpe klub, hold og egen person, og det havde en konsekvens. Denne konsekvens oplevede jeg også komme til udtryk på min studietur til Tyskland, hvor jeg blandt andet var inde og se en U19 Youth League kamp mellem Schalke 04 og Lokomotiv Moskva. Kampen havde ingen betydning for Schalke 04, da de ikke kunne gå videre. Efter ca. 30 minutters spil kommer Lokomotiv Moskva foran og to minutter efter bliver den involverede forsvarsspiller fra Schalke 04, deres normale anfører, taget ud. I mit interview med Norbert Elgert bliver jeg bekræftet i, at det var en konsekvens af en handling på banen som gjorde at han blev taget ud. Forklaringen var, at spilleren flere gange havde fået at vide at man ikke lavede glidende tacklinger i eget felt, og da det var en glidende tackling der udløste det straffespark der blev scoret på, var Norbert Elgert med sine egne ord "nødt til at hjælpe spilleren". Norbert Elgert gør meget ud af at han ikke gør dette for at vise at han er chefen eller for at gøre spilleren "lille". Det er en hjælp til spilleren og en måde at lede på i forhold til det at forberede ham på en professionel karriere.

I Schalke 04 diskuterer de meget hvad "kongevejen" for et ungt talent er. Det er flere gange sket at spillere er blevet sorteret fra i Schalke 04 for derefter at udvise stor modstandskraft i en mindre klub, da de har fået et stort nederlag men var i stand til at komme sig over det. For Norbert Elgert er det vigtigt at de unge spillere forstår, at det er få talenter der bliver professionelle fodboldspillere. Alt det man lærer i et elitemiljø og det man får med sig i skolen, hvis man formår at gøre begge ting, kan dog hjælpe en senere hen. "Kongevejen" for Schalke 04 er at uddanne vindere af livet og derfor er det vigtigt at spillerne forstår, at selv hvis de ikke lykkes i fodbold, så står de med en ballast hvor de har mange kompetencer med i rygsækken. Én af disse er evnen til at kunne håndtere modstand, noget som kan komme dem til gode i deres arbejdsliv. Noget der er vigtigt for at kunne overkomme nederlag er den indre motivation, og på dette punkt har man i Schalke 04 – som så mange andre steder – sine udfordringer. Norbert Elgert kan referere til en sjov historie om den afgangstræner i Manchester United, José Morinho. Da den daværende Schalke 04 ungdomstræner og nuværende U23 træner i Werder Bremen, Sven Hübscher, var i praktik i Chelsea, havde Morinho sagt til ham, at man ikke skulle bruge tid på ekstern motivation af de unge spillere, for hvis de ikke havde den interne motivation, så ville de aldrig nå 1. holdet. Dette er noget Norbert Elgert godt kan genkende men som han samtidig udfordrer, fordi samfundet er som det er. Ifølge Norbert Elgert er det

vigtigste at de unge spillere har nogle mål de kan stræbe efter, for kun på denne måde opnår man indre motivation.

Schalke 04 har fokus på at få forældrene på så tæt hold, at de føler de får de informationer de skal, men man lægger samtidig ikke skjul på, at man forventer at forældrene giver slip på børnene og lader dem udfolde sig frit, når de skal til træning. Det kan være en begrænsning for nogle børn når forældrene står og ser træningen i forhold til barnets udfoldelse under træning. I denne sammenhæng mødte Schalke 04 i Youth League FC Porto, som kunne fortælle de havde en sjælden tilgang til forældre. De havde forældreforbud på anlægget under træning. Det betød at forældrene kunne komme og sætte deres børn af, men at de ikke kunne overvære træningen.

Schalke 04 har haft mange vellykkede transitioner fra ungdom til senior. Spillere som Max Meyer, Julian Draxler, Manuel Neuer og Leroy Sane er bare nogle af dem. Norbert Elgert fremhæver at de generelt alle har været mentalt stærke og kunnet overkomme nederlag, hvilket den tidligere nævnte historie om Leroy Sane også illustrerer. Et andet fællestræk Norbert Elgert har kunnet konstatere efter de mange år hvor han har kunnet følge med i dem der har formået at tage springet ind i den professionelle verden er, at disse spillere ikke har følt noget pres. Det har ikke betydet noget for dem om de spillede for 100 eller 100.000 i forhold til om de følte sig presset. De har haft fokus på spillet og at det skulle være sjovt.

I forhold til de opstillede scenarier omkring arbejdet med modstandskraft er Norbert Elgerts vurdering, at det der er sværest for de unge spillere er følgende punkt:

- **Tage kritik til sig og blive ved med at slå tilbage**
 - ➔ Reagere positivt efter fejl
 - ➔ Tage ved lære og slå tilbage efter modgang

Grundet det samfund han befinder sig i, bruger Norbert Elgert ikke længere ordet kritik når han snakker med en spiller, hvis han kan undgå det. Kritik skal ikke opfattes personligt og skal forstås som en hjælp, hvilket mange unge har svært ved. Norbert Elgert mener man kan sammenligne nutidens unge med et glas vand. Hvis du skal fylde noget i glasset (eller på spilleren), så kræver det at det ikke er lukket. Derfor er det vigtigt at spilleren er åben for din feedback. Når han snakker med

en spiller og skal snakke om noget suboptimalt, så bruger han et begreb han kalder sandwichen. Han starter med at rose og åbne op for personen, så går han til det suboptimale, for til sidst at slutte af med noget positivt. Det er dog vigtigt for ham at understrege, at hvis man skal gøre spilleren klar til det næste skridt og virkelighedens verden, skal de også kunne håndtere en træner der nogle gange eksploderer, også til tider hvor han måske ikke engang har ret.

Det kan jeg tage ud af det i forhold til arbejdet med modstandskraft

En af de ting der falder mig mest i øjnene efter min snak med Norbert Elgert er den kontinuitet de arbejder med på trænerposterne i de ældste ungdomsårgange i Schalke 04, hvilket blandt andet optimerer muligheden for at arbejde med modstandskraft. Den relation og respekt han har oparbejdet igennem mange år er en af grundene til at han kan agere som han gør, når han f.eks. tager en U19 spiller ud efter 25 minutter. Dette er en ledelsesstil der er præget af krav og konsekvens som vi ikke kender på samme måde i Danmark. Det er en ledelsesstil som skal bakkes op af klubben og måske ikke respekteres men i hvert fald accepteres af forældrene. Elgert gør meget ud af, at han ikke vil udstille nogen spillere men forberede dem på hvad der kan vente når de bliver seniorspillere på topniveau. Derudover er de meget opmærksomme på indre motivation og det at have nogle mål, da de mener det er en vigtig del af det at skulle overvinde modstand når den opstår. Norbert Elgerts skildring af at det kan være en udfordring at forældrene overværer træningen, da det kan hæmme den frie udvikling af deres børn, og eksemplet med at FC Porto har lavet forældreforbud på anlægget under træning, er en vinkel på forældreområdet jeg ikke før har stiftet bekendtskab med. Forældreområdet er noget alle klubber skal tage stilling til og et område som helt sikkert fylder mere og mere. Interessant er det også at alle dem der er gået igennem vellykkede transitioner i Schalke 04 og er blevet topspillere på verdensplan, har haft det til fælles at de ikke følte det store pres. De har været gode til at tackle den modgang de har mødt og har været afslappede i forhold til det pres der er på en topspiller.

Kevin Ameskamp, administrativ leder Fortuna Düsseldorf

Kevin Ameskamp er oprindeligt fra Hamborg-området men har i hele hans professionelle liv som leder i fodbold levet og arbejdet i Düsseldorf. Han er i dag leder for akademiet i Fortuna Düsseldorf.



Kevin Ameskamp og modstandskraft

Fortuna Düsseldorf er en klub der går meget op i det hele menneske. Det er selvfølgelig vigtigt hvad spilleren kan på banen, men i lige så høj grad væsentligt hvilken person spilleren er uden for banen. Derfor gør klubben meget ud af, allerede i scouting-processen, at finde ud af hvilken person de har med at gøre. Der bliver afholdt et møde med forældrene og her er der mange ting som klubben noterer sig. Modstandskraft er et vigtigt parameter for klubben, og de ser det som et resultat af noget du har oplevet og det miljø du befinder dig i. Det der blandt andet bliver lagt mærke til er følgende:

- Er du enebarn?
- Er du god i skolen -> hvorfor/hvorfor ikke?
- Hvor bor du?
- Er du yngste, mellemste eller ældste barn?
- Hvordan er dine forældre og hvad er deres baggrund?
- Hvordan er din baggrund som spiller?

Er du enebarn – Det kan betyde meget i forhold til om du oplever modstand i hjemmet. Søskende kan være med til at have en naturlig effekt på at du ikke får alt som du vil have det, og at du får noget modstand. Samtidig kan det i nogle tilfælde ses, at enebørn bliver curlet mere end børn med søskende.

Er du god i skolen -> hvorfor/hvorfor ikke – Du tilbringer en stor del af dine vågne timer i skolen når du er ung. Skolen kan være et sted du har succes både fagligt og socialt, men det kan også være

modsat, nemlig at skolen er et sted du oplever nederlag. Generelt har unge fodboldspillere et godt socialt netværk i skolen, det er dog mere spredt om de er dygtige fagligt. Det kan have en positiv effekt på modstandskraften hos den enkelte, hvis man har udfordringer ved nogle ting i skolen og ikke er den bedste, det kræver dog at spilleren har et ønske om også at være den bedste i skolen, hvilket desværre er noget der sjældent er tilfældet.

Hvor bor du – Det er væsentligt at vide hvor spilleren befinder sig når han er i sit normale miljø i og omkring sit hjem. Er det en spiller, der er vokset op uden økonomisk frirum i et miljø som til tider kan være barskt, kan det have indflydelse på den måde han kan gå igennem modstand på, både på og uden for banen. Er han derimod vant til at have stort økonomisk frirum og har han generelt haft et liv med mange goder, kan det have den modsatte effekt. Det er vigtigt at der ikke bliver generaliseret i denne sammenhæng.

Er du yngste, mellemste eller ældste barn – Hvad nummer du er i søskendeflokken kan også have stor betydning for, om du oplever modstand i hjemmet. Det kan være sådan at den yngste prøver at leve op til de ældre relativt tidligt og derigennem får nogle nederlag når det ikke lykkes at være den bedste. Det kan dog også have den modsatte effekt at være den sidstfødte, da man i nogle familier ser en tendens til, at den yngste bliver curlet lidt ekstra. Den mellemste kan i mange familier være den der har haft størst gavn af fødselsrækkefølgen, hvis man kigger på at udvikle modstand. Den ældste vil tit være foran og den yngste tit blive passet lidt ekstra på.

Hvordan er dine forældre og hvordan er deres baggrund – Forældrenes baggrund har i de fleste tilfælde meget at sige, da børn tit kan spejles i deres forældre. Det er derfor interessant hvilke livsforløb forældrene har haft og om de har stiftet bekendtskab med modgang i livet. Generelt er det vigtigt at få afstemt forventninger til forældrene i forhold til det at have et barn der dyrker elitefodbold.

Hvordan er din baggrund som spiller – Her kan klubben komme med et konkret eksempel, hvor de scoutede en spiller til deres U17 hold. I processen fandt de ud af, at spilleren havde spillet i to certificerede NLZ'ere (Nachwuchsleistungszentrum), som er en betegnelse for talentcenter i en given klub. Alle klubber kan have et talentcenter i Tyskland, det er dog kun de certificerede som har fået opfyldt licenskravene ved det tyske fodboldforbund. Spilleren var blevet sorteret fra på grund

af manglende fysik, men havde efter et år i en mindre klub udviklet sig fysisk, og var nu klar til større udfordringer. I denne case var det positivt for klubben at se at spilleren havde været i stand til at tage imod og rejse sig efter de nederlag han havde fået.

Fortuna Düsseldorf har ansat sportspsykologer i ungdomsafdelingen. De arbejder både med holdene som gruppe, individuelle samtaler og med træneren. Klubben prøver at give spillerne forhindringer og udfordringer i alle aldersgrupper også på banen, men det er generelt et punkt hvor der er et kæmpe udviklingspotentiale. Det er et fokus for klubben at blive bedre til at planlægge forløb omkring modstandskraft i forhold til den enkelte spiller, og også at trænerne bliver bedre uddannede i hvordan man arbejder med modstandskraft og hele det mentale aspekt generelt.

Generelt mener Kevin Ameskamp at man i Tyskland har det problem at spillerne har det for godt. De er ikke så selvstændige mere som de var engang, og det trækker tydelige tegn helt ind på banen. Det er helt tydeligt at dem der kommer fra et hjem uden de store midler har en anden selvstændighed. Det betyder noget at de selv skal smøre deres madpakke, vaske deres tøj, bære deres taske og vaske deres støvler. Disse spillere har det også nemmere når de skal stå imod noget, og i høj grad når de skal være selvstændige på banen i form af beslutninger. En mulighed for at kunne få lov at præge spillerne mere kunne være at have et akademi. Fortuna Düsseldorf ser dog ikke et akademi som noget udelukkende positivt. Fodbold skal forstås som det andet vigtigste i spillernes liv, og hvis man tager dem ind i klubben tidligt, kan det være svært for dem ikke at føle sig som professionelle, hvilket de endnu ikke er. Klubben synes det er vigtigt de har en normal dagligdag med normale problemstillinger, også i hjemmet. Noget andet som er en udfordring på et akademi er, at de fleste akademier har en servicekultur. Spillerne får serveret morgenmad, middagsmad og aftensmad. De får vasket deres sengetøj og skal generelt ikke røre en finger. Dette er igen noget der kan give spillerne en følelse af at de har opnået drømmen om at blive professionel, noget man i Fortuna Düsseldorf gør meget for at undgå.

Fortuna Düsseldorf har valgt at have et U23 hold, fordi skridtet fra U19 til 1. holdet ofte er for stort. De spiller i den fjerde bedste række og møder både første hold fra klubber som Alemania Aachen, Rot Weiss Essen og Rot Weiss Oberhausen, men også U23 hold fra klubber som Borussia Dortmund og Borussia Mönchengladbach. For Fortuna Düsseldorf er U23 holdet en god mellemstation at have, da spillerne her vænner sig til professionel fodbold og møder modstand der er til at overkomme.

Klubben har gode erfaringer med dette, og kan nævne en del spillere som er gået fra ungdom til U23 for derefter at slå igennem på højeste niveau. Deres bedste eksempel på dette er nuværende Hannover 96 spiller, Ihlas Bebou, som tilbragte sine første år som seniorspiller i U23 truppen. I løbet af sit andet år som seniorspiller blev han førsteholdsspiller, men spillede kampene på U23 samtidig med han lige så stille blev indsluset på 1. holdet. Han er klubbens dyreste salg. En anden fordel klubben ser ved deres U23 hold er, at ungdomsspillerne ikke tror de skal være professionelle direkte efter deres U19 tid. De møder mere modstand i den forstand at det næste skridt ikke er 1. holdet.

Fortuna Düsseldorf har noget de kalder et forældreakademi, hvor de uddanner forældrene til at være de bedst mulige forældre til en elitefodboldspiller. De lægger utrolig stor vægt på at forældrene forstår at de skal afgive deres barn til klubben/træneren i forbindelse med træning og kamp, og at det er ekstremt vigtigt for klubben at forældrene forstår at træneren bestemmer. Det betyder ikke at forældrene ikke må interessere sig og stille spørgsmål til klubben/træneren, men der er en klar forståelse for at man bakker op omkring de valg der bliver taget. Opbakning fra hjemmet til træneren er et nøgleord når en spiller møder modstand i den ene eller anden form. I takt med at børnene bliver ældre bliver forældrene sluset ud af dagligdagen i klubben, og når der opstår udfordringer forsøger man på de ældste alderstrin at løse det uden indblanding fra forældrene.

I forhold til de opstillede scenarier omkring arbejdet med modstandskraft er Kevin Ameskamps vurdering at det der er sværest for de unge spillere er følgende punkt:

- **Tage kritik til sig og blive ved med at slå tilbage**
 - ➔ Reagere positivt efter fejl
 - ➔ Tage ved lære og slå tilbage efter modgang

Det er et generelt problem at spillerne hele tiden skal retfærdiggøre sig selv og ikke kan reagere positivt efter fejl og tage ved lære af dem. De føler sig tit uretfærdigt behandlet, og Kevin Ameskamp ser det som en konsekvens af det samfund de lever i. I princippet er kritik en konflikt, og det er de ikke vant til at løse. Nutidens unge bruger meget tid online og med hovedet begravet i deres telefoner, så de har nogle andre sociale kompetencer end før i tiden. Det er et problem i forhold til det at tage kritik til sig og efterfølgende at slå tilbage.

Det kan jeg tage ud af det i forhold til arbejdet med modstandskraft

Fortuna Düsseldorf giver et indtryk af at de er grundige i deres scouting af spillere i forhold til det menneskelige. Derunder gælder også hvor meget modstand spillerne har mødt i deres dagligdag. Det er spændende hvordan de går op i om spilleren er enebarn, er god i skolen, hans bopæl, rækkefølgen han er født ind i, forældrenes baggrund og spillerens baggrund. Det er ikke noget han bliver valgt til og fra på, men noget der giver dem svar på om han har modstandskraft. Det er vigtigt for klubben at spilleren er selvstændig, da de til dels forbinder det med at kunne klare sig selv og have modstandskraft. Derfor er klubben også tilhænger af, at spillerne bor hjemme og skal klare dagligdagens problemer selv, hvis alternativet er et akademi hvor det meste bliver serveret for dem. I forhold til det sportslige er det interessant at høre, hvorfor de har valgt at beholde et U23 hold i tider hvor mange afmelder det, deraf også dokumentation på at det kan betale sig. Argumentet at modstanden er for stor for de fleste når de går fra U19 til 1. holdet giver mening og endvidere er det et fint argument at de unge ikke skal føle sig som professionelle for tidligt. Forældreakademiet og den accept der lå fra forældrene i forhold til træneren er spændende, fordi forældrene kommer tæt på men alligevel bliver holdt på afstand.

Jan Laursen, Sportsdirektør FC Nordsjælland

Jan Laursen er tidligere professionel fodboldspiller og har siden 2006 været en del af den sportslige ledelse i FC Nordsjælland. Han har været med til at transformere FC Nordsjælland fra en landsbyklub til en Champions League deltager og har en stor del af æren for at klubben og ikke mindst deres akademi er hvor de er i dag.



Jan Laursen og modstandskraft

Efter indtoget af "Right to Dream", som er optaget af at hjælpe unge mennesker, er FC Nordsjælland begyndt at reflektere mere over hvilke personer der gemmer sig bag de spillere de scouter. En anden ting som det relativt nye ejerskab har medbragt er nogle unge afrikanske spillere som har oplevet modstand på en anden måde end det vi gør i Skandinavien, og det giver meget til miljøet i klubben. Miljøet i FC Nordsjælland har dog stadig klart de fodboldfaglige aspekter som det tekniske, taktiske og fysiske i fokus. De føler at de kunne blive endnu tydeligere på ting der omhandler personen bag spilleren, men der bliver gjort en indsats og bliver snakket en del om det. Jan Laursen mener, at hvis der kommer en dygtig spiller ind så skal FC Nordsjælland tilpasse sig den enkelte spiller. Generelt har man en holdning omkring at man føler sig godt dækket ind rent fodboldfagligt i klubben, men at man godt kunne bruge noget mere knowhow på den del der omhandler personen bag spilleren. En af de personer som varetager noget af det menneskelige er Bajram Fatah, som har en anden baggrund og opvækst.

FC Nordsjælland har "character classes" hvor to fastansatte coaches arbejder med spillerne helt nede fra U11 alderen. Der bliver arbejdet i hovedoverskrifter. Et eksempel er hovedoverskriften "initiativ", som betyder meget for de unge spillere. Man tror meget på uddannelsen af personen og har blandt andet haft U19 holdet nede og besøge det sted i Ghana hvor deres afrikanske holdkammerater kommer fra. Dette gør man for at udvide spillernes horisont og give dem en øjenåbner i forhold til hverdagen.

FC Nordsjælland er konkrete i deres arbejde med modstandskraft ved at de har nedbrudt holdsøjlerne så spillerne ikke træner og spiller i deres årgange. I stedet træner og spiller de bedste op af. Det er vigtigt for dem at de bedste kommer i mange situationer hvor de skal stå på tæer og anstrenge sig for at være med. De har dog ikke særligt fokus udover dette. Klubben har ikke noget imod at tabe ungdomskampe, hvilket de i stigende grad har gjort siden nedbrydningen af de officielle årgange internt i klubben. De tænker kun på udviklingen af spillere til 1. holdet.

FC Nordsjælland har generelt et godt og tæt forældresamarbejde, hvilket de føler kommer dem til gavn når snakken falder på modstand. Forældrene til toptalenter er informeret om vigtigheden af

deres rolle i forhold til når deres barn møder bump på vejen. Jan Laursen føler generelt at forældrene har forståelse for at det er vigtigt ikke altid at snakke spilleren til, men også at give modspil. Det er en klar fornemmelse i FC Nordsjælland at man grundet de sidste mange års succes på talentudviklingssiden har optjent noget kredit som gør, at det er blevet nemmere at få forældrene til at købe ind på det der bliver sagt. Der er generelt en stor tiltro til klubben og dens trænere fra forældrenes side. FC Nordsjælland har eksempler på hvordan forældrene kan være med til at hjælpe klubben med en spiller i en given situation, hvis man arbejder sammen. I et tilfælde var klubben meget i tvivl om en spiller grundet hans manglende mentale modenhed, hvilket var nøglen til en samtale med forældre og agent uden spilleren. I fælles front fik spilleren at vide at der var nogle ting der skulle ændres og at hans kontraktforlængelse afhang af hans reaktion. I dag er han en kæmpe profil i Superligaen.

Noget FC Nordsjælland godt kunne tænke sig at gøre anderledes for at kunne påvirke deres spilleres personlighed i endnu højere grad igennem deres eget miljø, er at oprette deres egen skole. De har et skolesamarbejde og før skolereformen har de også haft tiltag i skolen i forhold til "character classes", noget der dog ikke er muligt mere. Derfor er det et fremtidigt ønske at have en egen skole.

Kendetegnende ved FC Nordsjællands vellykkede transitioner er at spillerne har været lang tid i deres miljø og har kunnet gå igennem den modgang de har fået. Generelt har de i større eller mindre grad haft modgang grundet matchning som før nævnt eller grundet skader, som f.eks. Andreas Olsen, som var ude i over et år med en hofte skade. Generelt er den store konkurrence en god indikator for modstand og spillere som Mikkel Damsgaard og Magnus Kofoed er kommet fra anden række både i forhold til kontrakt i FC Nordsjælland men også i forhold til landshold.

I forhold til de opstillede scenarier omkring arbejdet med modstandskraft er Jans vurdering at det der er sværest for de unge spillere er følgende punkt:

- **Rejs dig op når der bliver talt over dig (boksning)**
 - ➔ Konfronter udfordringer
 - ➔ Mod

Jan Laursen mener at udviklingen omkring ungdomsfodbolden, hvor du bliver prioriteret, hurtigt kan være en udfordring for spillerne senere hen. For nogle år siden vidste man ikke hvem de dygtigste spillere på U15 og nedefter var, som man gør i dag. De har i dag agenter, støvleaftaler og følgere på Instagram allerede når de er 15-16 år. Dette kan give dem følelsen af at de allerede har opnået superligastatus. Derfor kan det være svært for dem at tolerere udfordringer når de opstår.

Det kan jeg tage ud af det i forhold til arbejdet med modstandskraft

Det mest iøjnefaldende i FC Nordsjælland er deres samarbejde med "Right to Dream". De afrikanere de får op er med til at højne niveauet, hvilket betyder mere modstand og også giver de danske spillere et indblik i en anden kultur, blandt andet i hvordan deres afrikanske holdkammerater vil gøre næsten alt for at blive professionelle fodboldspillere, da det kan være deres måde at klare sig i livet. Jan Laursen er meget ærlig omkring at de mener at de fodboldfagligt er på et meget højt niveau i klubben, og at der hvor de kan flytte sig mest er på det menneskelige plan og omkring forståelsen for personen bag fodboldspilleren. Dette er et område som dækker en stor del af arbejdet med modstandskraft, især hvis det ikke er kommet naturligt til spilleren. Den måde de træner modstandskraft og nederlag i FC Nordsjælland er blandt andet ved at nedbryde årgange, hvilket fremprovokerer større modstand og flere nederlag. Forældresamarbejdet virker til at være velfungerende, og det er især på baggrund af den accept FC Nordsjælland har fået i deres arbejde med unge spillere. Mange af klubbens bedste spillere i superligatruppen på nuværende tidspunkt har haft erfaringer med modgang, bedst illustreret ved Andreas Olsen som var ude i over et år med en skade. Men også spillere som Mikkel Damsgaard og Magnus Kofoed har nydt godt af den store konkurrence og er kommet fra anden række.

Søren Bjerg, A+ træner FC Midtjylland

Søren Bjerg har været en del af FCM og deres akademi i mange år i forskellige stillinger. Han er nu bindeleddet fra ungdom til senior og har et stort ansvar for de største unge talenter og deres transition ind i seniorfodbold.



Søren Bjerg og modstandskraft

FC Midtjylland lægger ikke vægt på specielle parametre i forhold til det personlige i selektionen af spillere, derunder heller ikke modstandskraft, da man er sikker på at den uddannelsesvej og det miljø de tager dem ind i skal skabe mennesket. Hvis man tager de danske spillere de uddanner og kigger på den måde deres forløb er som akademispillere udenfor banen, er den delt op i små steps. Man tror på at dette er med til at gøre dem i stand til at klare sig selv bedre og derunder også udvikle en modstandskraft.

De forskellige steps er:

- 1: At flytte hjemme fra mor og far. Du går i 9. klasse og går på efterskolen.
- 2: At flytte ud på anlægget og få fjernet voksenkontakten. Den bliver godt nok kun fjernet om aftenen fra kl. 19.00 og frem, men de skal stadig lære at klare sig selv noget mere, noget man tror på har indflydelse på deres modstandskraft senere hen.
- 3: At flytte i en 2-værelses lejlighed og skulle klare sig selv 24/7.

FC Midtjylland har tilknyttet kontaktpersoner til hver årgang. Tankegangen er her igen at ressourcepersonerne bliver fjernet lige så stille i takt med at spillerne bliver ældre. I de første år er der forældresamtaler, hvilket i de sidste år kun er optioner. Generelt bruger FC Midtjylland forældrene tæt, også i forbindelse med at skubbe til spillernes modstandskraft. Man har flere gange

haft forældre informerede om en periode der kunne blive hård for en given spiller, og bedt forældrene om at stille spørgsmål i stedet for at give medhold, når den givne spiller kom hjem og måske kunne finde på at pive lidt. Hvis det skal kunne lade sig gøre skal man invitere forældrene inden for døren, men lade dem forstå at jo ældre spilleren bliver, jo mere selvstændig skal han være.

I forhold til akademiet lægger FC Midtjylland stor vægt på at man ligesom FC Nordsjælland har valgt at ophæve aldersinddelingen og at man ser det som fire samlede årgange. Det gør at spillerne naturligt møder modgang i dagligdagen. FC Midtjylland er velvidende om at de nederlag spillerne får i ungdom ikke kan sammenlignes med dem de får i transitionsfasen, så det er blandt andet for at understøtte spillerne i transitionsfasen at man har oprettet den stilling Søren Bjerg sidder i. Søren's personlige erfaring er at modstandskraften er altafgørende når man snakker transition fra ungdom til senior.

Generelt har mange af de spillere som er gået igennem en vellykket transition til 1. holdet og senere udlandet været gode til at håndtere modgang. Fælles for mange af dem er at de mødte modgangen relativ tidligt, som første års U17 spillere. Modgangen kom i form af manglende spilletid. Generelt er det tydeligt at nuværende sportsdirektør Sven Gravesen og nuværende 1. holds træner Kenneth Andersen har haft kæmpe indflydelse på akademiet og er gået forrest i deres måde at lede på.

I forhold til de opstillede scenarier omkring arbejdet med modstandskraft er Søren's vurdering at det der er sværest for de unge spillere er følgende punkt:

- **Et stærkt ønske om at ville overleve**
 - ➔ Skal være villig til at presse sig selv igennem smerte og træthed.

Det er helt tydeligt i FC Midtjylland at de afrikanere de har fået op fra Nigeria spiller for deres eksistens, hvilket de danske spillere ikke gør på samme måde. Det giver nogle sammenstød på banen, da det er to vidt forskellige kulturer der skal lære hinanden at kende. Under denne samtale kommer der en afrikansk spiller hen og fortæller uden at fortrække en mine til Søren at han har fået forlænget sin kontrakt et år. Da hans kammerat lige havde fået en forlængelse på fem år, var det tydeligt at han ikke vidste om han skulle være glad eller skuffet. De ved, at de spiller for et anderledes liv.

Det kan jeg tage ud af det i forhold til arbejdet med modstandskraft

FC Midtjylland skiller sig især ud på den måde at de har et akademi. Der er en strategi for hvordan spillerne bliver konfronteret med at blive mere og mere selvstændige, og deraf også en naturlig udvikling i den modstand de oplever uden for banen. FC Midtjylland har lige som deres kollegaer i FC Nordsjælland gjort op med aldersinddeling og ser U16-U19 som en årgang. Klubben er dog velvidende om at den modstand spillerne møder i transitionsfasen til senior ikke kan skabes i samme grad på ungdomsniveau. Da man arbejder med et akademi er der oprettet et forældreråd hvorigennem forældrene har deres talerør til klubben. Fælles for mange af de spillere FC Midtjylland har haft stor succes med og som er gået fra akademiet til 1. holdet og for nogens vedkommende senere udlandet er, at de som 1. års U17 spillere havde en del sportslig modgang i form af manglende spilletid.

Konklusion på samtalerne i klubberne

Ud fra de besøg og samtaler jeg har haft med alle fire klubber, er det mit klare indtryk at den generelle udvikling er med til at gøre at der kommer større og større fokus på, hvordan man kan arbejde med modstandskraft hos den enkelte spiller.

Selektionen

I selektionen af spillere er det kun Fortuna Düsseldorf der meget konkret kan beskrive hvordan de kigger på flere parametre for at få et billede af om spilleren har modstandskraft. Både FC Nordsjælland og FC Midtjylland er af den holdning at de kan præge spilleren når han kommer ind i deres miljø. I forhold til de fire klubber jeg har snakket med, finder jeg det meget naturligt at Schalke 04, FC Nordsjælland og FC Midtjylland ikke scouter decideret på personlighedstræk som modstandskraft i en tidlig alder. De er i de respektive lande store klubber, som henter de bedste spillere og derefter forsøger at arbejde med dem både fodboldfagligt som personlighedsfagligt. Fortuna Düsseldorf er efter tyske standarder ikke en topklub, så de skal specialisere sig i nogle ting for at kunne hente interessante spillere, der ikke er de bedste men kan udvikle sig til at blive det.

Her har de blandt andet valgt at have et stort fokus på personligheden af spilleren og af dennes evne til at håndtere modstand.

Arbejdet med modstandskraft i det daglige

Både Norbert Elgert fra Schalke 04 og Kevin Ameskamp fra Fortuna Düsseldorf er enige om at det spillerne kan have sværest ved er at tage kritik til sig og blive ved med at slå tilbage. Norbert Elgert har ændret sin tilgang til hvordan han giver kritik/feedback i nogle situationer ("sandwichen"), men gør også meget ud af at spillerne skal forberedes til det næste skridt, så de skal også kunne tåle at få kritik på en anden måde. Kevin Ameskamp er optaget af den manglende selvstændighed og følelsen af retfærdighed, noget de arbejder meget med i Fortuna Düsseldorf. I FC Nordsjælland mener Jan Laursen at den største udfordring kan være at have mod og kunne konfrontere udfordringer, hvilket han ser som en konsekvens af den fokus og hype der er kommet på selv de unge spillere. I FC Midtjylland mener Søren Bjerg at det især er det fysiske med at presse sig selv igennem smerte og træthed at de danske spillere kan være udfordret på. Efter mine snakke med klubberne og på baggrund af egne erfaringer er mit indtryk at de unge i begge lande er retfærdighedssøgende og, særligt i Danmark, kan have problemer med at presse sig selv.

Generelt for alle fire klubber er at de på den ene eller anden måde arbejder med det mentale og har ansat sportspsykologer eller mentaltrænerne til at tage sig af det. Konkurrencen og derved også modstanden vil alt andet lige være mindre i danske klubber end i en klub som Schalke 04, og det forsøger FC Nordsjælland og FC Midtjylland at udligne ved at fjerne aldersinddelt træning. Begge klubber har også unge afrikanere som en del af deres miljøer, noget der også øger modstanden til de danske spillere. Det er mit klare indtryk at klubberne, især Schalke 04 og FC Midtjylland, vil have kontinuitet på trænerposterne på de ældste årgange, da relationer og erfaring er essentielt når du skal arbejde med blandt andet modstandskraft. I disse to klubber har enkelte personer som Norbert Elgert, Sven Gravesen og Kenneth Andersen haft ekstrem stor betydning for mange vellykkede transitioner, og derunder også arbejdet med modstandskraft. Det er en udbredt holdning at de spillere der går igennem en vellykket transition har stiftet erfaring med modgang og har været gode til at overkomme den. Dette bekræfter det, som studiet i AAB beskriver.

En af de væsentligste forskelligheder der kommer til udtryk når vi sammenligner Danmark kontra Tyskland ligger for mig i ledelsesstilen, hvilket jeg blev bekræftet i på min studietur. I de tyske klubber jeg har mødt er der en anden form for krav og konsekvens end der er i Danmark, bedst illustreret ved Norbert Elgert. Forældreområdet er et andet område hvorpå de to lande adskiller sig fra hinanden. Alle fire klubber er enige om at forældreområdet spiller en stor rolle, de angriber det dog med hver deres dagsorden. Her mener jeg der er en kulturel forskel. Den kultur der er i Tyskland, hvor man f.eks. siger "de" til træneren i stedet for "du" og kalder ham "hr." og efternavn i stedet for fornavn gør, at der generelt er en større afstand mellem træneren og spillernes forældre. Dette kommer sig også til udtryk i den måde man omgås forældrene. Både Fortuna Düsseldorf og Schalke 04 havde respekt for at forældrene skulle involveres, men så helst en begrænset forældre indblanding og havde klare forventninger til at spilleren blev overgivet til træneren i den tid han var i klubben. I FC Midtjylland og FC Nordsjælland var det helt klart mit indtryk at forældrene var meget tættere på, især i FC Midtjylland hvor de har oprettet forældrerrådet.

To af klubberne har akademier, nemlig Schalke 04 og FC Midtjylland. Kevin Ameskamp fra Fortuna Düsseldorf er imod akademier hvis de bliver for servicerelaterede, og der er min fornemmelse igen at kulturen gør en forskel. Det er en spændende diskussion som jeg kort vil reflektere på. I mit trænervirke i Rot Weiss Oberhausen fik jeg et godt kendskab til Schalke 04 og deres akademi, da jeg trænede flere spillere der havde været i klubben. Det er et akademi hvor spillerne til dels bor i almindelige huse og lever en forholdsvis normal dagligdag, som de ville have gjort derhjemme. Da vi med pro-holdet havde en samling i FC Midtjylland hvor vi hørte om deres akademi og forældrerråd fortalt af både spillere/forældre og trænere, efterlod det mig derimod med indtrykket af, at de blev vartet godt op. Fra en i forældrerrådet blev der blandt andet lagt vægt på at man havde diskuteret med klubben om madrasserne var for hårde, og spillerne skulle ikke deltage i ting som madlavning, det blev serveret. Jeg er af den holdning at jo mere tid spillerne har i klubben og det miljø man ønsker, i jo højere grad kan man præge dem, noget der ikke har ændret sig efter min påbegyndelse af denne opgave. Jeg er dog også kommet til den erkendelse, at den måde man vælger at drive et akademi på kan modarbejde arbejdet med modstandskraft.

Akademi / Kostskole

Jeg synes den holdning Kevin Ameskamp giver udtryk for i forhold til akademier er interessant, og synes det er et oplagt emne til debat. FC Midtjylland har en progressiv plan omkring udviklingen af selvstændighed, der blandt andet går ud på at fjerne voksenkontakten på akademiet mere og mere. Den følelse jeg sad tilbage med da vi havde været til oplæg med forældrerådet i klubben var dog ikke ligefrem at deres børn blev selvstændige. I hvert fald slet ikke hvis jeg sammenligner deres dagligdag med den jeg selv fik muligheden for at tage på Hessel Gods Fodboldkostskole i en alder af 15 år. Dengang var der ikke mange klubber der havde akademier, men det var så småt begyndt, og Silkeborg IF havde blandt andet et velfungerende et af slagsen. Der findes kostskoler i Danmark anno 2019 men mig bekendt ingen fodboldkostskoler mere. Jeg synes det er interessant at kigge på hvad forskellen kan være på et akademi og en fodboldkostskole og om det kunne være muligt at implementere ting fra kostskolebegrebet til akademibegrebet. Da jeg selv gik på Hessel Gods Fodboldkostskole tager jeg udgangspunkt i denne skole.

Hessel Gods Fodboldkostskole

Hessel Gods Fodboldkostskole var en skole beliggende lige udenfor Grenå by. Den lukkede i år 2013. Dens primære funktion var en 10. klasses årgang der optog op til 50 elever hvert år, hvor eleverne gik på det der svarer til teknisk skole sideløbende med fodboldundervisningen. Skolen havde dog også en collegeafdeling der, da den var størst, kunne optage op til 20 elever som alle gik på handelsskolen i byen. Skolen var en gammel gård, som bestod af en hovedbygning hvor tidligere AAB spiller og daværende forstander Finn Trikker og hans familie boede sammen med den ansvarlige for collegeafdelingen. Derudover var der et køkken og fællesfaciliteter for 10. klasses eleverne. Eleverne på skolen boede i gamle længer der var lavet om til værelser. 10. klasses eleverne boede på tomandsværelser, mens collegeeleverne havde enkeltværelser. Udover de omtalte personer var de træneransvarlige på skolen tidligere professionelle fodboldspillere. I skolens bedste tid var de ansvarlige Kent Nielsen, mange årlig superligatræner, Flemming Povlsen, nuværende ekspert på tv og også erfaring fra trænerverdenen, og Lars Lundqvist der ligeledes har trænererfaring fra højeste niveau. En væsentlig forskel i forhold til et akademi er, at

fodboldskostskolen ikke var tilknyttet en bestemt klub. De fleste elever pendlede frem og tilbage til skolen, der som udgangspunkt kun holdt åbent for 10. classes eleverne fra søndag aften til fredag eftermiddag. De fleste elever havde derfor stadig deres klubtilhørsforhold på hjemmeadressen. Det var dog muligt at få lov at bo på skolen i weekenderne og bruge college afdelingens faciliteter under eget ansvar og uden opsyn af voksne i weekenden. Lige præcis dette fænomen med at man ikke var tilknyttet en klub i dagligdagen, var noget af det der gjorde at mange af de spillere der endte på Hessel Gods Fodboldkostskole, var dem der kom fra anden og tredje hylde i klubberne. Der var ingen topspillere som valgte at tage fra deres respektive topklubber i Danmark og tage på Hessel Gods Fodboldkostskole.

Dagligdagen på en fodboldkostskole

Det der prægede dagligdagen på skolen var i høj grad noget af det som Kevin Ameskamp omtaler i den måde de anskuer modstandskraft på – nemlig selvstændighed. En dag for en 10. classes elev var som følger: Der blev serveret morgenmad i hovedbygningen, hvor der var mødepligt for alle elever. Hvis man ikke mødte op, risikerede man at ens deltagelse i træningen blev inddraget. Da skolen var beliggende lige udenfor byen efter et skovstykke, var den eneste tilladte måde at komme til skole på at cykle. Træningen foregik om formiddagen og var opdelt i tre grupper – de bedste, de næstbedste og de dårligste. Dette vil jeg komme ind på senere. Efter træningen var der mulighed for at indtage den madpakke man selv havde fået mulighed for at smøre til morgenmaden, inden den stod på undervisning igen. Undervisningen foregik enten på fodboldskolen, hvor der også var tilgængelige lokaler, eller på teknisk skole inde i byen. Eftermiddagen blev brugt på selvtræning eller holdtræning for de spillere der var tilknyttet en klub i nærheden af byen. Aftensmaden var som morgenmaden fælles og blev serveret i hovedbygningen.

En dag for en collegeelev som aldersmæssigt lå på 16-18 år var i endnu højere grad præget af selvstændighed. Det var ens eget ansvar at købe ind og lave mad, hvilket selvfølgelig også gjaldt morgenmad. Når man havde spist morgenmad cyklede man ind på handelsskolen i byen, hvor man nu ikke kun var fodboldskoleelever samlet i en klasse, men havde en fælles dagligdag med andre handelsskoleelever. Som collegeelev var der kun to formiddagstræninger om ugen, resten var

henlagt til efter skoletid. Nogle elever på college valgte at spille fodbold i omkringliggende klubber som Randers FC og AGF, langt størstedelen havde dog deres daglige gang i den lokale fodboldklub Grenaa IF.

Hvad kunne Hessel Gods Fodboldkostskole?

Hessel Gods Fodboldkostskole har kunnet et eller andet, da de formåede at skabe spillere til både toppen og sub-toppen af dansk fodbold, og dette med et materiale der aldrig var i nærheden af de bedste ungdomsspillere. Nogle af de navne jeg selv stiftede bekendtskab med er Steffen Rasmussen, Peter Foldgast, Jim Larsen, Jonas Damborg, Janus Drachmann og Mikkel Vendelbo. Jeg har været lidt inde på hvad Hessel Gods Fodboldkostskole var for en størrelse, men for at gå mere i detaljen omkring hvad det lige præcis var denne skole kunne i forhold til modstandskraft hos det enkelte individ, vil jeg komme med min egen beretning fra tiden på skolen og interviewe to tidligere elever om deres ophold på skolen.

Min egen tid på Hessel Gods Fodboldkostskole

Jeg valgte at tage på Hessel Gods Fodboldkostskole for at kunne få lov til at være en del af et miljø hvor fodbold var det vigtigste døgnet rundt, og også fordi jeg trængte til at komme væk hjemmefra. Jeg spillede på daværende tidspunkt på U19 holdet i superligaklubben AB, hvor jeg for første gang i min tid som ungdomsspiller i klubben spillede på det bedste ungdomshold. Det var dog kun fordi der manglede en venstreback og jeg grundet mit venstreben kunne udfylde denne rolle. Jeg elskede min dagligdag i klubben og levede nærmest på anlægget hvor jeg trænede en del selv, men jeg savnede nogle af dele det med. Mit ophold på Hessel Gods Fodboldkostskole er jeg ikke i tvivl om er det der gjorde, at jeg fik muligheden for at blive professionel fodboldspiller. Mit 10. klasses år var ekstremt hårdt og kan ikke sammenlignes med det jeg havde prøvet før. Vi havde uger i vintermånederne hvor vi løb hver eneste dag, og det var ikke bare en luntetur. Det var 10 x 1 km den ene dag efterfulgt af 11,1 km's løb på tid den næste dag, og sådan fortsatte det hele ugen. Vi blev presset maksimalt og nogle gange to gange om dagen. Jeg hadede at stå op kan jeg huske, og denne periode overgår med afstand det jeg senere skulle møde som betalt professionel

fodboldspiller. Jeg valgte at spille i Randers FC da jeg gik på 10. klasse, men uden den store succes. Da jeg blev collegeelev valgte jeg derfor at spille i Grenaa IF, uden dog på nogen måde at opgive håbet om at kunne komme til at leve af at spille fodbold. Det første år på college var hårdt, da jeg var en forkælet dreng hjemmefra, og jeg lige pludselig skulle vænne mig til i en alder af 16 år at lave alting selv. Jeg flyttede mig ekstremt på min personlighed og det skulle vise sig at være vigtigt, da jeg på andet år på college fik en korsbåndsskade. Det blev en periode der har defineret mit liv. Da jeg gik på en fodboldkostskole og ikke havde tilhørsforhold til en større klub end Grenaa IF, var jeg overladt til mig selv. Selvstændighed! Jeg fik i samråd med mine forældre lavet en aftale med skolen om at jeg var fraværende om mandagen, hvor jeg tilbragte tiden i Brøndby hos en behandler. Tirsdag til lørdag var jeg overladt til mig selv og mit genoptræningsprogram, hvilket betød en dagligdag der startede kl. 04.00 i et mørkt gammelt styrkelokale på en gård, efterfulgt af normal skolegang og endnu en omgang genoptræning alene, før den stod på tidlig nattesøvn. Jeg kom igennem det, dog ikke uden konsekvenser, da jeg efterfølgende kæmpede med stress og dødsangst. Jeg kan dog ikke sige jeg er ærgerlig over dette den dag i dag. Jeg har lært mig selv bedre at kende og ved, at jeg uden denne periode ikke havde været der hvor jeg er i dag. Jeg blev tvunget til at stå på egne ben selv når det var hårdt, og da jeg endelig blev klar igen var det mig selv der tog kontakt til AGF, som så senere hen blev mit springbræt til en professionel karriere, der dog blev ødelagt af skader.

Jonas Damborg

Jonas Damborg kom til Hessel Gods Fodboldkostskole fra Skørping, en lille lokal klub syd for Aalborg. Han har i dag spillet over 325 professionelle fodboldkampe fordelt på Superliga, 1. Division, europæiske og ungdomslandskampe. Han er det jeg vil kalde det 'typiske' billede på en elev fra Hessel Gods Fodboldkostskole. Han har taget vejen hele vejen nedefra på rendyrket vilje og et talent der er baseret på mentale færdigheder fremfor fodboldmæssige kvaliteter.



Jonas Damborg om Hessel Gods Fodboldkostskole

Jonas Damborg gik på skolen fra 2002 til 2006. Han fortæller at optagelsesprøven på skolen gjorde det første store indtryk på ham. Da han skulle til optagelsesprøve var han ikke helt sikker på hvordan han stod, da der var mange spillere som kom fra et højere niveau end det han selv var vant til i den lokale klub. Han fandt dog hurtigt ud af at det ikke kun var fodboldtalenter der blev kigget på i selektionsfasen. Her blev der i ligeså høj grad selekteret på mentale færdigheder og vilje. Kendetegnende for hele den periode Jonas Damborg gik på skolen var, at han følte der blev brugt ekstremt meget tid på de spillere som havde viljen til at ville flytte sig (til trods for manglende færdigheder for nogles vedkommende). Dette tror han ikke er tilfældet på samme måde i nærmiljøet i klubberne, hvor fokus ligger på de største talenter på bolden. En af de ting Jonas Damborg nævner som har sat tydelige spor i hans person og som han også er sikker på har været med til at gøre at han er blevet professionel fodboldspiller, er den disciplin der var på skolen. Man skulle have styr på sine ting, ellers blev man straffet i form af træningspas der blev fjernet eller løbeture der skulle løbes. Man stod for alting selv på collegeafdelingen og "sejlede i sin egen sø" i forbindelse med udfordringer som f.eks. skader og private problemer, hvilket var ting man selv skulle løse. Selvstændighed var et nøgleord og alt den modstand man blev mødt af havde man kun sig selv til at overvinde. Det gjorde at man fik oparbejdet en modstandskraft og en mental belast der var stor, hvis man vel og mærke kunne klare det. Jonas Damborg slutter af med at sige, at det uden tvivl er de mest givende år han har haft i sit liv, både i forhold til sin karriere men også i forhold til sit private liv.

Kasper Vinding

Kasper Vinding kom til Hessel Gods Fodboldkostskole fra den lille nordjyske klub Bindslev IF. Han har spillet over 200 divisionskampe for Århus klubberne Brabrand IF og Aarhus Fremad. På sine college år på Hessel Gods havde han træninger i både AC Horsens og AGF, men kroppen havde svært ved at holde til det og han fik aldrig sit gennembrud.



Kasper Vinding om Hessel Gods Fodboldkostskole

Kasper Vinding gik på Hessel Gods fodboldkostskole fra 2003 til 2007. Ligesom Jonas Damborg blev han allerede ved optagelsesprøven opmærksom på, at selvom udvalget og niveauet af spillere gik fra Junior Liga til Junior C-rækken, så blev der primært selekteret på attitude og mentalitet. Kasper Vinding havde ikke følelsen af at det nødvendigvis var de bedste der blev optaget som de første, hvilket derimod var dem med den rigtige indstilling, som på denne skole indebar ydmyghed og vilje. Kasper Vinding fortæller at han tit har tænkt over, at nogle af de spillere som startede med at træne i den dårligste træningsgruppe grundet åbenlyse manglende fodboldfærdigheder, har endt med at spille mange 1. divisionskampe. Dette giver et meget godt billede af, hvad det var skolen kunne. Når Kasper Vinding kigger tilbage på sin tid på Hessel Gods Fodboldkostskole, er han ikke i tvivl om at målet var at skabe hele mennesker som blev klædt ordentligt på til det voksne liv, fremfor professionelle fodboldspillere, da det fodboldmæssige talent der var at finde på skolen, ikke var så stort at det kunne gå hele vejen uden den rigtige indstilling. Skolen var en form for opdragelsesanstalt hvor der var kæft, trit og retning og hård disciplin. Noget af den modstandskraft Kasper Vinding har følt han har haft brug for senere hen i livet, både på fodboldbanen men også udenfor, ved han at han tilegnede sig i denne tid. Han ser især den hverdag han havde udenfor banen som medvirkende til dette. Kravene til selvstændighed, især på college afdelingen, var enorme og man lærer noget af at stå som 16-årig og skulle tage sig af ting som madlavning og tøjvask selv. Man havde ansvaret for sin egen udvikling, hvilket blandt andet blev tydeligt når man blev skadet, fordi man selv skulle opsøge hjælp. Den dag Kasper Vinding stoppede på Hessel Gods

Fodboldkostskole følte han, at han var klædt godt på til livet både på og uden for banen og var klar til at møde de udfordringer der skulle komme.

Implementering på Akademi

Kevin Ameskamp skubbede til nogle ting i mit hoved da vi snakkede om akademier og jeg blev mere klar over hvilken skole det egentlig var, jeg havde gået på, og hvad forskellen er mellem den og den opfattelse jeg har af nutidens akademier. Jonas Damborg og Kasper Vinding bekræfter det billede jeg har af, at Hessel Gods Fodboldkostskole skabte unge mennesker der grundet rammerne var klar til at møde den modstand de skulle få i livet. Selvstændighed – det ord Fortuna Düsseldorf kæder sammen med modstandskraft – går igen og igen, og jeg synes det giver stof til eftertanke i forhold til den måde man vælger at drive et akademi på. Jeg er velvidende om at der ikke absolut behøver at være forskel på et akademi og en kostskole, da man kan drive dem som man vil, men der kan ikke ses bort fra at akademierne følger samfundet og forældrenes krav til rammerne til deres børn.

”Enhver drengs drøm”

For at blive klogere på hvilke udfordringer spillerne synes der er størst når de kommer ud, mødtes jeg med Søren Svane Hansen. Dengang jeg selv i tidernes morgen blev solgt til udlandet, var min klare opfattelse at jeg ikke havde klaret det mentalt, hvis jeg ikke havde oplevet den modgang jeg beskriver i indledningen til denne opgave.

Søren Svane Hansen

Søren Svane Hansen står bag forskningsprojektet kaldet "Enhver drengs drøm", hvor han undersøger unge fodboldtalenters oplevelser af skiftet til udenlandsk professionel fodbold. Projektet er udviklet i samarbejde med DBU, Divisionsforeningen og Spillerforeningen. Det er projektets formål at producere viden, der kan optimere rammerne for de unge spillere, som vælger at skifte til udlandet. Dette gøres med udgangspunkt i erfaringer fra spillerne selv, samt de relationer der har været vigtige for dem, som f.eks. deres forældre og mellemmand.



Hvad kan man udlede af "Enhver drengs drøm"

Søren Svane Hansen siger at det i forbindelse med analysearbejdet af projektet blev tydeligt, at de nære relationer har stor betydning for hvordan spillerne klarer skiftet til udlandet. Det er interessant at høre hvordan forældrenes rolle har været hos en af de spillere der har klaret sig godt, og hvor det har været muligt at snakke med både spilleren selv og forældrene. Spilleren fortalte, at når han kom hjem fra træning og havde haft en dårlig dag og syntes træneren og alle andre var nogle idioter, så havde især faren bedt ham om at kigge ind af i stedet. Han havde bedt ham om at stille spørgsmål ved sig selv og overveje hvad han kunne gøre anderledes. Han havde på den måde støttet op omkring den udvikling spilleren gik igennem i forhold til den modstand han mødte i klubben.

Interviewdelen af forskningsprojektet giver en klar tilkendegivelse af, at spillerne har fået et kulturchok da de kom til udlandet. Fælles for de fleste er at de ikke har haft nogle bekymringer, da de ikke rigtig har vidst hvad der ventede dem. De giver udtryk for, at de i deres ungdomsår ikke rigtig har haft modgang som kan sammenlignes med det man møder i udlandet, da de altid har været nogen af de bedste. Der er dog også et eksempel på en spiller, som ikke forstår hvorfor de fleste spillere synes det er hårdt, da han bare har kløet på og er lykkedes med det.

I forhold til de forskningsprojekter Søren er en del af, er det tydeligt at miljøet spiller en stor rolle i forhold til spillerne og deres udvikling eller manglende udvikling af modstandskraft. Derfor mener Søren Svane Hansen at det er en fordel for de klubber der har et akademi som FC Midtjylland. På akademierne er spillerne en del af flere undermiljøer, men kulturen og værdierne går igen i disse undermiljøer, fordi det hele er samlet. Det giver en større mulighed for at forme og danne spillerne.

I forhold til fremtidens talentudvikling ser Søren Svane træneren som kulturel leder. Hvis man vil have spillerne til at udvikle modstandskraft, som er et karaktertræk, er det vigtigt at man som klub og træner sætter sig ned og finder ud af, hvordan man fremhæver denne egenskab og måske også belønner den. Der skal være en klar plan op igennem systemet, så det ikke bliver personafhængigt.

Søren Svane tror ikke på at det danske samfund vil ændre sig, så hvis vi skal fremhæve unge mennesker med mere modstandskraft, skal vi gøre trænere og ledere mere bevidste om hvordan man arbejder med det. En ting som går igen i undersøgelsen af ”Enhver drengs drøm” er at spillerne generelt siger at kravene og intensiteten er langt større når de kommer ud. Dette gælder ikke kun kravene oppe fra og ned, men også kravene til hinanden.

Det kan jeg tage ud af det i forhold til arbejdet med modstandskraft

Det bliver bekræftet at forældrene og de nære relationer spiller en stor rolle. Et eksempel på hvad forældrene kan have af betydning kommer til udtryk i historien om faren der har stillet spørgsmål og krav til sønnens selvindsigt, noget spilleren i dag er taknemlig for. Søren Svane Hansen siger at spillerne generelt møder større intensitet og krav når de kommer ud, og at det kan være et chok for mange. Dette er noget jeg selv kan genkende fra da jeg kom ud. Jeg tror det er vigtigt, som Søren Svane Hansen også understreger, at vi har en plan med hvordan vi vil fremhæve et karaktertræk som modstandskraft ved de unge, for vores samfund kommer ikke til at ændre sig.

Arbejdet med modstandskraft og robusthed internt i klubben

Jeg har i forbindelse med mine interviews med både klubber og fagpersoner, som psykologer og eksperter på samfundet, fundet ud af, at en af de ting vi kan flytte mest på i vores arbejde med modstandskraft er samarbejdet med forældrene. Vores kultur er bygget sådan op at hvis vi vil ændre i ledelsesstil og måden man tænker ledelse på omkring ungdom, derunder arbejdet med modstandskraft, så skal forældrene bakke op omkring det. Da jeg startede denne opgave var mit udgangspunkt at forældrene skulle mere på afstand, men jeg har måttet sande at hvis vi skal have en reel chance for at få noget ud af at arbejde med modstandskraft med de unge spillere i Danmark, skal vi have forældrene tættere på. Forældrene har en kæmpe indflydelse på deres børn og hvis de får en forståelse for det der bliver arbejdet med i klubben og samtidig bakker op omkring det, så er der åbnet op for at barnet også kan være modtageligt. Det har været tydeligt for mig, at dem der ikke har oplevet naturlig modgang på anden måde har brug for at stifte bekendtskab med det. Forældrene er et fantastisk redskab, hvilket eksemplet med den unavngivne spiller der var lykkedes med at nå til udlandet i Søren Svane Hansens undersøgelse illustrerer godt. Hans far stillede det spørgsmål der er brug for, når unge spillere føler det hele er uretfærdigt og møder lidt modgang; har du kigget indad? Og hvad kan du selv gøre?

I mit forhenværende job som U19 træner i AGF var jeg med til at starte arbejdet op omkring den mentale del af klubbens hvide tråd med klubbens to sportpsykologer. Der blev udarbejdet et enkelt og overskueligt skriv med hvornår man satte ind på hvilke områder, noget jeg har brugt til inspiration til en model for arbejdet med modstandskraft. Da jeg udelukkende fokuserer på en del af det mentale, er jeg i samarbejde med Nicolai Bonde Korsgaard kommet frem med en model som er anvendelig til arbejdet med modstandskraft hele vejen op igennem ungdomsafdelingen.

Ungdomselite: Model for arbejdet med modstandskraft (Udtryk):

Årgang	Formål	Hvem	Tilgang	Hvordan
U10 - U12	Mod	Forældre Trænere Stab	- 2 årlige forældreoplæg - Workshop med evaluering - Være en del af kulturen : Opleves (ikke forklares)	Anerkende, rose, spørge ind til, fremhæve og belønne Miljøet
U13 - U15	Mod <i>Modstand</i>	Forældre Trænere Stab	- 2 årlige forældreoplæg - 6 årlige character class - Workshop med evaluering - Opleves - Trænes på banen periodevis	Anerkende, rose, spørge ind til, fremhæve og belønne Miljøet
				Bevidst hæve overlæggeren så den ikke altid er mulig at nå --> Større krav Udvikling af øvelser og strategi
U16 - U19	Mod <i>Modstand</i> <i>Uretfærdighed</i>	Forældre Trænere Stab	- 2 årlige forældreoplæg - 6 årlige character class - Individuelle forældre møder med udvalgte spillere - Workshop med evaluering - Opleves - Trænes på banen periodevis	Anerkende, rose, spørge ind til, fremhæve og belønne Miljøet
				Bevidst hæve overlæggeren så den ikke altid er mulig at nå --> Større krav Udvikling af øvelser og strategi Bevidste situationer på banen som ikke fremstår retfærdigt --> træningssituationer

Gennemgang af model

Ingen spillere er ens og det er deres bagland heller ikke, så denne vejledende model er en retningslinje for årgangene U10-U19. Der er lavet en progression i tingene og jeg vil herunder komme med en uddybende forklaring på, hvordan skemaet skal fortolkes.

U10-U12 – Mod

Formål:

I denne aldersgruppe er det vigtigt at spillerne først og fremmest viser mod. Mod for en 10-12 årig præciserer jeg ved at de skal turde at lave tekniske fejl, turde at være spørgende og nysgerrige og de skal turde at have fysisk mod på banen, på trods af at det kan gøre ondt på både dem selv og modstander.

Tilgang og hvordan:

- Forældrene vil blive involveret i to årlige forældreoplæg som vil være fremført af holdets træner. Holdets træner bliver klædt på til dette i forbindelse med workshops, som bliver udført af klubbens sportspsykolog. Workshops indeholder forberedende værktøjer til både at klæde forældrene og spillerne ordentlig på. Det er vigtigt at forældrene forstår, hvordan vi i disse årgange fremhæver mod og hvordan de kan være med til at understøtte dette. Når spilleren viser mod i en given situation, er det vigtigt at forældrene er sat ind i at vi anerkender, roser, spørger ind til, fremhæver og belønner.
- Det er vigtigt at træneren har involveret den stab der er omkring holdet, så også de bakker op om det. Træneren vil på disse aldersgrupper ikke komme med store forklaringer til spillerne om hvorfor der er dette store fokus på mod. Målet er at man igennem involveringen af forældre og stab vil kunne skabe en kultur hvor spillerne ubevidst vil være ekstremt modige, da rammerne er sat til det.

U13-U15 – Mod og modstand

Formål:

I denne aldersgruppe vil der blive arbejdet videre med spillernes mod. På U13 vil spillerne blive introduceret for 11-mands fodbold og derfor også begynde at spille en fast position. Dette gør at man vil kunne begynde at arbejde mere detaljeret med spillernes mod i forhold til den position de spiller. På dette alderstrin vil spillerne stifte bekendtskab med modstand. Modstanden skal have en progression i forhold til deres alder og skal både udøves på hold og individuelt plan.

Tilgang og hvordan:

- Forældrene vil blive involveret i to årlige forældreoplæg. Hvor oplæggene på U13 stadig vil blive afholdt af træneren, vil de fra U14 blive afholdt af klubbens sportspsykolog. Alle årgangene vil have stort fokus på mod, hvorimod fokuset på modstand bliver en større del af det jo ældre de bliver. Modstand er en svær størrelse at arbejde med, da den opstår på forskellig vis og i forskellig grad fra spiller til spiller. Forældrene skal have nogle værktøjer til at håndtere deres børn når de kommer hjem og har oplevet modstand. Det kan være den modstand der automatisk opstår når man dyrker sport, men som i et land som Danmark ofte ikke er særlig stor, eller det kan være en bevidst modstand, der bliver sat op for at træne modstandskraften hos den enkelte spiller. Forældrene skal samarbejde med klubben og skal være med til at overbevise deres barn om, at de ved at arbejde med dem selv godt kan løse "problemet". Forældrene skal udvise en forståelse for barnets situation, men kunne opmuntre barnet til at ville arbejde endnu hårdere.
- På U13 vil der mest blive arbejdet med modstand på holdniveau. Dette kan blandt andet gøres ved at overmatche spillerne i kampe eller ved at hæve overlæggen i forhold til krav til træning. Fra U14 og på U15 vil de i højere grad blive introduceret for den individuelle modstand i forhold til bevidst at sætte scenarier op til træning, hvor spilleren vil blive udfordret på modstandskraft. Det kan gøres ved at spilleren bliver sat i situationer hvor han ikke har så nemt ved at lykkes som han plejer, som f.eks. at træne en årgang op. Det er ekstremt vigtigt at det ikke overgøres og at man tager udgangspunkt i den enkelte spiller. Spillerne har alle forskellige forudsætninger for hvordan de er klædt på i forhold til det at

kunne håndtere modstand. På dette indledende niveau af individuel modstand bliver det gjort i så mild en grad, at det nogle gange ikke engang er sikkert at spilleren opdager det.



- Træneren skal være klædt ekstremt godt på til arbejdet med modstand og dette vil blive gjort med trænerkollegaer og klubbens sportspsykolog, som vil afholde workshops og hele tiden evaluere på de forløb man har kørende som hold og individuelt.
- Spillerne vil i løbet af et år tage del i seks character classes. Character classes, som også kan kaldes character development, tager udgangspunkt i at flytte den enkelte spiller på dele af hans karakter. Disse moduler kan f.eks. være delt op i personligheder eller positioner på banen. De vil alle have udgangspunkt i mod og modstandskraft. De vil blive afholdt både for den enkelte årgang men også med udgangspunkt i de positioner de spiller.

U17-U19 – Mod, Modstand og uretfærdighed

Formål:

I denne aldersgruppe er det ikke kun vigtigt at spillerne viser mod og modstandskraft på banen men også uden for banen. Det er i denne aldersgruppe mange falder fra, da de har svært ved at vælge det liv med byture og druk fra, som mange af deres jævnaldrende har uden for banen. I arbejdet med mod, modstand og uretfærdighed vil tilværelsen uden for banen derfor også fylde noget.

Arbejdet med modstand vil i denne aldersgruppe fylde meget og vil især på individuelt plan nogle gange være uretfærdig. Elitefodbold er sjældent retfærdigt og spillerne vil i stigende grad på disse alderstrin støde ind i episoder de finder uretfærdige. Det vil være på træningsbanen at vi udfordrer spillerne på dette parameter med træningsmetoder, øvelser og optræning.

Tilgang og hvordan:

- Forældrene vil, som på de andre årgange, stadig være involveret i to årlige forældreoplæg, som vil blive fremført af klubbens sportsp psykolog. På disse alderstrin vil forældrene til udvalgte spillere komme til individuelle møder med holdets træner, A+træner og sportsp psykolog, som vil inddrage forældrene i et individuelt forløb med deres barn. Dette vil være a-spillere, da det koster meget tid og manpower. Formålet er, at forældrene køber ind på at støtte op om forløbet, som kan være hårdt og slide både på deres barn men også på hjemmefronten. Det er vigtigt at understrege for forældrene at det bliver gjort for at klargøre deres barn til en hård fodboldverden.
- Træneren skal, udover selv at være klædt godt på til arbejdet med den individuelle (til dels uretfærdige) modstand, have stor støtte og sparing med klubbens sportsp psykolog og kollegaer. Det er vigtigt at træneren forstår at han til tider kan blive upopulær, men at han er talentudvikler og gør det for spillernes bedste i forhold til deres fremtid.
- Spillerne vil som på de foregående årgange stadig arbejde med seks character classes om året. De vil nu i større grad være positionsspecifikt inddelt når det omhandler det på banen, men som omtalt før også have et større fokus på det der foregår uden for banen.

Eksempel på en spillers progression i arbejdet med modstandskraft

Jeg vil herunder komme med et tænkt eksempel på hvordan et forløb kunne se ud for en spiller (som er fiktiv).



Spiller 1: Har spillet i klubben siden U9, hvor han ankom fra en nærliggende klub. Han er en af de bedste på sin årgang, og har været det siden han startede med at spille fodbold. Hans forældre bor i et fint kvarter og han bliver både kørt til og hentet fra træning. Han har en søskende, som er en storebror på 15 år der dyrker håndbold på eliteplan. Forældrene overværer ofte træningen hvis det kan lade sig gøre og går meget op i at sønnen gør det godt. (Der er set bort fra DBU aktiviteter i eksemplet)

Forløb spiller 1

U10-U12: På de årlige workshops gør træneren meget ud af at komme med det gode eksempel på, hvordan man bakker op omkring det store mentale fokuspunkt mod. Da træneren har et godt kendskab til spiller 1 og hans familie, er han velvidende om at spiller 1 nogle gange har svært ved at være modig når hans forældre overværer træningen, da han er bange for at lave fejl. Træneren for holdet tror det har noget at gøre med at storebroren er dygtig til at spille håndbold, så han er nervøs for ikke at være ligeså god som sin bror. Træneren gør derfor ekstra meget ud af at anerkende, rose, spørge ind til, fremhæve og belønne når spiller 1 udviser mod når de træner eller spiller kamp. Træneren får efter en træningsaften snakket med forældrene til spiller 1 som har overværet træningen, og får fortalt hvor dygtig han synes deres søn er. Han lægger vægt på hvor vigtigt det er for spiller 1 at blive ved med at vise mod for hele tiden at udvikle sig, og henviser til hvordan forældrene kan være en stor del af det, blandt andet igennem de værktøjer de har fået på de workshops klubben har afholdt.

U13-U15: Spiller 1 er stadig en af de dygtigste på sin årgang da han bliver U13 og er ikke påvirket når forældrene overværer træningen. Han har fået en mere fast position som kant, da hans offensive 1 x 1 kvaliteter er på et meget højt niveau. U13 træneren har valgt allerede i opstarten at lægge nogle svære træningskampe, hvor spillerne vil være overmatchet både fodboldmæssigt og fysisk. Det har han gjort, fordi han gerne vil se om de udviser mod. Både i forhold til klubbens måde

at spille fodbold på, som dikterer at de skal turde at spille fodbold, men også i forhold til om de udviser fysisk mod når de skal møde nogle fysisk stærkere spillere. Spiller 1 som er vant til at være en af de bedste, bliver som mange af sine medspillere intimideret og viser ikke det samme mod som han plejer. De reaktioner som spillerne viser er nogle af de ting der bliver arbejdet med på character classes, som spillerne starter med på denne årgang. Træneren for U13 har efter efteråret og de første tre character classes igen op til juleferien valgt at overmatche spillerne lidt, for at se om de har rykket sig. Spiller 1 har været i gruppe med andre kreative kantspillere og træneren håber at se en udvikling. En af de ting som træneren håber at se er, at spiller 1 konfronterer den udfordring det er, at blive ved med at udfordre 1 x 1 når han står over for en bedre spiller, noget man har arbejdet med både i character classes og på banen. Det er tydeligt at se at spiller 1 er bevidst om at det er et fokuspunkt og at indsatsen har gjort han har rykket sig på det. Han har allerede nu en større tro på at det nok skal lykkes næste gang og er ikke bange for at fejle. I foråret træner spiller 1 i udvalgte træninger med U14. Han trives efterhånden også i situationer hvor han ikke altid er den bedste.

Det første halve år som U14 spiller har han været et niveau over mange fra sin egen årgang og præsteret flot til sine træninger med den ældre årgang. Derfor har klubben besluttet at rykke ham fast op på U15 holdet seks måneder før tid. Han skal have noget mere modstand og klubben indkalder forældrene og beslutter i samråd med dem, at det er bedst han rykker en årgang op. Da han allerede har stiftet bekendtskab med miljøet på U15 er det nemt for træneren at stille krav til spiller 1 med det samme.

Da spiller 1 biologisk set bliver første års U15 spiller og igen skal til at spille med sin egen årgang, har klubben et planlagt møde med hans forældre. Der skal tages en beslutning om, om spiller 1 skal rykke med U15 årgangen op til U17, eller om han skal blive på U15. Det er et stort spring som U15 spiller at være i en U17 trup, både hvad angår krav på banen men også det sociale spiller en rolle. Klubben argumenterer for at spiller 1 har et fodboldmæssigt niveau der berettiger ham til at være med i U17 truppen, om end han på fysik vil blive udfordret. Hans kvaliteter gør at det rent socialt vil være nemt at falde ind, og så har han i et halvt år spillet sammen med årgangen som bliver U16 spillere i U17 truppen.

U17-U19: De første seks måneder lader klubben spiller 1 lande lidt i dagligdagen uden dog at slække på kravene. Han spiller sine kampe på U17 uden at være den bedste og må flere gange også tage til

takke med en bænklads. Overlæggeren er sat så højt, så spiller 1 ikke altid kan opfylde kravene. Klubbens trænere og sportspsykolog holder nøje øje med udviklingen og reaktionerne fra spiller 1. Der bliver startet et forløb med sportspsykologen i klubben med fokus på stadig at have mod, men også med fokus på at håndtere den modstand der er opstået. Resten af spiller 1's første år som U17 spiller går fint, og han begynder niveaumæssigt at nærme sig de bedste. Spiller 1 begynder derfor da han biologisk set er første års U17 spiller at deltage i talenttræning en gang om ugen. Talenttræningen er en træning som er forbeholdt de bedste ungdomsspillere samt eventuelt unge seniorspillere. Som udgangspunkt er det kun de dygtigste anden års U17 spillere som deltager, men spiller 1 er igen et sted hvor han skal udfordres sportsligt som mentalt. Klubben indkalder spiller 1's forældre til et møde uden spilleren, og forklarer dem et forløb omkring modstandskraft og robusthed, som klubben gerne vil udfordre deres søn på. Sportspsykologen er med til dette møde og forældrene bliver både af ham og af klubben sat ind i forløbet. Det bliver tydeligt forklaret at det



bliver gjort for at forberede deres søn på professionel fodbold. Forældrene er en vanvittig vigtig medspiller, som ikke kun skal acceptere forløbet men også deltage aktivt. Der bliver enighed om forløbet og forældrene får at vide at sportspsykologen og klubben står til rådighed omkring eventuel sparring. Spiller 1 får ikke noget at vide om forløbet, da den ønskede effekt så ikke ville være mulig. De næste seks uger bliver spiller 1 sat i flere situationer som for ham kan tolkes uretfærdigt. Træneren sørger f.eks. for at han ender på det dårligste hold når der bliver spillet, så hans muligheder for at vinde bliver mindre. Spiller 1 oplever ikke at få den samme ros som han plejer, og

til tider er der manglende opmærksomhed fra træneren. Han oplever ikke altid at blive valgt først og til tider slet ikke at blive valgt til f.eks. en talenttræning. Forældrene modtager i perioden nogle gange en meget frustreret dreng som kommer hjem fra fodbold, men da de har fået nogle gode værktøjer af sportspsykologen, bakker de op om træneren og klubben. Forældrene udviser forståelse for situationen som er frustrerende, men appellerer også til at kigge indad og forbedre sig. Det er vigtigt ikke at overgøre det og det skal hele tiden tilpasses, noget som sportspsykologen og klubben i samråd er meget opmærksom på. Spiller 1 gennemgår to af disse forløb i sin tid som første års U17 spiller. Sportspsykologen har sammen med træneren registreret reaktionerne fra spiller 1 ud fra omtalte definition på modstandskraft, og der er en tydelig reaktionsændring fra første til anden gang.

Da spiller 1 bliver anden års U17 rykker han igen en årgang op og bliver U19 spiller. Han har nu både den fysiske og kvalitetsmæssige forudsætning for at præstere på samme niveau som de ældre spillere. Det første år som U19 spiller sørger klubben hele tiden for at variere imellem at han får lov til at være blandt de bedste og at han havner i situationer hvor han bliver presset på sin modstandskraft og robusthed.

Da spiller 1 året efter biologisk set bliver U19 spiller, er han allerede klar til at deltage i førsteholdstræningen og er vant til de nederlag der kunne opstå. Han vil i en tidlig alder også være klædt godt på til at spille i udlandet, da han ikke vil blive slået omkuld af store nederlag.

Konklusion

Modstand og vigtigheden af dens tilstedeværelse

Modstandskraft er et hyppigt brugt ord i fodboldverdenen, men forståelsen af hvad begrebet indeholder kan være forskelligt fra individ til individ. Jeg valgte derfor at lave min egen definition på modstandskraft med inspiration fra flere forskellige kilder, både for at overskueliggøre mit eget arbejde med denne opgave, men også i høj grad for at læseren har en klar forståelse for min opfattelse af begrebet. En fælles forståelse for modstandskraft er endvidere vigtig, hvis man begiver sig ud i at arbejde med det i det daglige. Det var vigtigt for mig at den var overskuelig, let forståelig og let anvendelig.

Jeg definerede derfor modstandskraft som følger:

"Modstandskraft indebærer evnen til at kunne håndtere kritik positivt og tage ved lære med et positivt mindset. Når tingene bliver uoverskuelige kræves det du er vedholdende og aldrig giver op. Når det bliver fysisk hårdt skal du kunne blive ved med at presse dig selv selvom hovedet siger stop. Du skal have modet til at konfrontere udfordringer, og have en ekstrem tro på du nok skal lykkes".

For at gøre arbejdet med modstandskraft nemmere i dagligdagen og kunne sætte ind på nogle underpunkter, valgte jeg endvidere at dele min definition op i nogle underoverskrifter. Disse dannede, ligesom min overordnede definition, baggrund for min opgave.

Underoverskrifterne var:

Tage kritik til sig og blive ved med at slå tilbage

- ➔ Reagere positivt efter fejl
- ➔ Tage ved lære og slå tilbage efter modgang

Det kan godt være det virker uoverskueligt men du giver ikke op

- ➔ Vedholdenhed gør at du nægter at give op

Et stærkt ønske om at ville overleve

- ➔ Skal være villig til at presse sig selv igennem smerte og træthed

Rejs dig op når der bliver talt over dig (boksning)

- ➔ Konfronter udfordringer
- ➔ Mod

Følger sig ikke intimideret af noget

- ➔ Har en ekstrem tro på at man nok skal lykkes og er ikke bange for noget eller nogen

Mit liv og de erfaringer jeg har gjort mig både på og udenfor banen er baggrunden for valget af opgave. Jeg er blevet bekræftet i, at den vigtighed jeg ser i at de unge fodboldspillere bliver konfronteret med modstand, bliver delt både indenfor og udenfor landets grænser. Tematikken bliver berørt i en dansk klub i form af den undersøgelse der er lavet i AAB i forhold til transitionsfasen til senior, hvor flere spillere understreger at modstand har fået dem til at lykkes senere hen, eller manglende modstand efter eget udsagn har været medvirkende til at de ikke er lykkedes. Den engelske undersøgelse "Super Champions, Champions and Almosts" understøtter ligeledes hvor vigtig modgang er i al slags sport. I en interviewdel med 54 sportsudøvere kunne undersøgelsen klart påvise at modgang er favorabelt for at kunne udvikle sig til en verdensatlet. Det at blive udsat for modgang er selvfølgelig kun en del af det, mens reaktionen på modgangen er endnu vigtigere; hvordan tackler man det og kan man formå at vende det til noget positivt?

Samfundets udvikling og kulturens betydning

Det er klart at samfundet og kulturen spiller en stor rolle i forhold til de menneskelige egenskaber vi udvikler. Jeg har inkluderet to mennesker som har deres ekspertise på henholdsvis det tyske og danske samfund. Jeg havde en forventning om at kulturen, samfundet og dets påvirkning ville være mere forskellig fra Tyskland til Danmark end det viste sig at være tilfældet. Generelt var både Dr. Ansgar Thiel og Nikolaj Bonde Korsgaard enige i, at man i begge lande er med til at forme unge mennesker, som er vant til at få mange ting serveret og i mindre grad er vant til at klare tingene selv. Begreberne "helikopter forældre" og "curling forældre" blev brugt, og selvstændighed var en manglende faktor i forhold til det liv de unge levede. Som før omtalt har jeg haft en klar fornemmelse af at samfundet i Tyskland gjorde, at de spillere jeg trænede havde en helt anden mental robusthed, derunder modstandskraft, end deres jævnaldrende i Danmark. For at gå endnu mere i dybden med denne tematik, valgte jeg at bruge min studietur i Tyskland. Jeg kom frem til, at selvom eksperter på samfundet overordnet skildrer den samme samfundsmæssige udvikling, kan måden at lede på og kulturen stadig differentieres. Uden at generalisere, er min opfattelse at der er en anden form for krav og konsekvens i Tyskland i de klubber jeg har mødt end der er i Danmark, bedst illustreret ved Norbert Elgert. Tilgangen til den enkelte spiller og heraf den høje grad af krav og konsekvens udfordrer spillernes evne til at stå imod modstand. Den kontinuitet de arbejder med

på trænerposterne i ungdomsårgangene i en klub som Schalke 04 tilskriver de selv en stor del af æren for, at de kan lede på den måde som de gør. Når man arbejder med mennesker er relationer vigtige, især når der skal stilles krav, og her er jeg sikker på at Schalke 04 har ret i at kontinuitet er vigtigt, noget FC Midtjylland bekræfter mig i, når de fortæller om nogle af de gyldne årgange de har fået igennem deres akademi.

Hvor og hvordan kan der sættes ind i arbejdet med modstandskraft

I min analysedel af opgaven har jeg haft til formål at prøve at finde ud af, hvor man kan sætte ind for at arbejde bedst muligt med modstandskraft i Danmark. Jeg har fundet min inspiration i klubbesøg i Tyskland og Danmark, og sammen med en masse interviews med diverse fagfolk har disse dannet grundlaget for mine anbefalinger til, hvordan man kan arbejde med modstandskraft i de danske klubber. Da jeg selv har erfaring fra AGF, og dermed også vidste at arbejdet med modstandskraft på det bevidste plan i denne klub ikke var tilstede, valgte jeg at gå efter to danske klubber hvoraf jeg vidste at den ene har haft succes med et akademi, nemlig FC Midtjylland, og at den anden er anerkendt for sit talentarbejde og røde tråd op igennem ungdommen, nemlig FC Nordsjælland. I Tyskland valgte jeg at besøge Schalke 04 og Fortuna Düsseldorf, to klubber placeret to forskellige steder i fødekæden til unge spillere, for at få så stor adspredelse som muligt.

Selvstændighed

Fortuna Düsseldorf skilte sig ud i forhold til de andre klubber ved at de allerede i deres scouting selekterede på selvstændighed, som de tillagde stor sammenhæng i forhold til modstandskraft. De havde fokus på om spilleren var enebarn, god i skolen, hans bopæl, rækkefølgen han var født ind i, forældrenes og spillerens baggrund. Selvstændighed var et nøgleord for klubben, som også forklarede at de ikke var store tilhængere af moderne akademier, fordi den selvstændighed man opbygger i en normal tilværelse ofte er en mangelvare på et akademi, hvor mange ting bliver serveret. Klubbesøget i Fortuna Düsseldorf var en øjenåbner for mig, da jeg aldrig selv har sat lighedstegn ved selvstændighed og modstandskraft. Jeg synes det giver god mening, at det er en god ballast at du er vant til at klare dig selv og stå på egne ben, når du skal overkomme modstand,

da du alt andet lige vil være bedre rustet til selv at rejse dig op, når du så får noget modstand. Der opstår flere og flere akademier i klubregi og de kan, som Fortuna Düsseldorf hentyder til, godt udfordre selvstændighed. De behøver ikke at gøre det, men et moderne "serviceakademi" vil alt andet lige ikke give den samme modstand, som man møder i det "normale liv".

Akademier kan helt sikkert give klubberne fordele på mange andre parametre, og hvis man er opmærksom på det, kan man selv sørge for at udfordre den servicekultur der er. Jonas Damborg, nuværende anfører i Hobro IK i Superligaen og tidligere elev på Hessel Gods Fodboldkostskole, beretter blandt andet om hvordan flere år på kostskolen var med til at udvikle ham som menneske og fodboldspiller. Livet som kostskoleelev var om noget præget af selvstændighed og til tider modgang som skulle klares på egen hånd, da det var en del af dannelsen.

Forældreområdet og ledelsesstil

Norbert Elgerts skildring af at det kan være en udfordring at forældrene overværer træningen, da det kan hæmme den frie udvikling af deres børn, samt eksemplet med at FC Porto har lavet forældreforbud på anlægget, er i kontrast til det vi kender fra Danmark. Både Fortuna Düsseldorf og Schalke 04 havde respekt for at forældrene skulle involveres, men så helst begrænset forældreindblanding og havde klare forventninger til at spilleren blev overgivet til træneren i den tid han var i klubben. I FC Midtjylland og FC Nordsjælland var det helt klart mit indtryk at forældrene var meget tættere på, især i FC Midtjylland, hvor de har oprettet forældrerådet som er forældrenes talerør til klubben. Der er ingen tvivl om at der også er en kulturel forskel. Alene det at forældrene mange steder i Tyskland bruger betegnelsen "de" til træneren i stedet for "du", og kalder ham "hr." og ved efternavn i stedet for fornavn gør, at der generelt er en større afstand mellem træneren og spillernes forældre. Dette kommer sig også til udtryk i den måde man omgås forældrene. Det er til gengæld ens i begge lande at forældreområdet fylder meget og man skal som klub tage stilling til hvordan man forholder sig til det.

Jeg er i forbindelse med mine interviews med både klubber og fagpersoner, som psykologer og eksperter på samfundet, kommet frem til, at en af de ting vi kan flytte mest på i vores arbejde med modstandskraft er samarbejdet med forældrene. Vores kultur er bygget sådan op at hvis vi vil ændre

i ledelsesstil og måden man tænker ledelse på omkring ungdom, derunder arbejdet med modstandskraft, så skal forældrene bakke op omkring det. Da jeg startede denne opgave var mit udgangspunkt at forældrene skulle mere på afstand, men jeg har måttet sande at hvis vi skal have en reel chance for at få noget ud af at arbejde med modstandskraft med de unge spillere i Danmark, skal vi have forældrene tættere på. Forældrene har en kæmpe indflydelse på deres børn, og hvis de får en forståelse for det der bliver arbejdet med i klubben og samtidig bakker op omkring det, så er der åbnet op for at barnet også kan være modtageligt. Hvis en spiller skal udvikle selvstændighed og modstandskraft i en dansk kontekst er det min opfattelse, at det er alfa/omega at forældrene køber ind på den præmis.

Det har været tydeligt for mig at dem der ikke har oplevet naturlig modgang på anden måde har brug for at stifte bekendtskab med det. Forældrene er et fantastisk redskab, noget jeg har indset efter arbejdet med denne opgave.

Arbejdet med modstandskraft i praksis

I min opgave er jeg kommet frem til at arbejdet med modstandskraft er et udviklingspunkt. For at det ikke skal blive op til den individuelle træner og blive gjort på mavefornemmelser, har jeg i samarbejde med Nikolaj Bonde Korsgaard udarbejdet den model jeg omtaler i opgaven (se bilag 1). Ingen spillere og deres bagland er ens, så modellen der blev udarbejdet er vejledende og skal bruges som retningslinje.

Mod, Modstand og Uretfærdighed

Mod er en vigtig egenskab at have. Det er det indledende stadie til at kunne håndtere modstand og det er vigtigt man er modig nok til at blive ved med at forsøge. Det er vigtigt at mod bliver anerkendt, især på de yngre årgange af både trænere og forældre, der kan understøtte det ved at anerkende, rose, spørge ind til og belønne.

Modstand kan for nogle spillere opstå helt naturligt i form af store skader eller andre problemer,

hvor andre kan gå igennem et helt liv uden at møde den store modstand. Det der forbliver ekstremt vigtigt, uanset om modstanden opstår af sig selv eller bliver opsat, er den reaktion der kommer, når man bliver udsat for modstand. Her spiller både trænere og forældre en stor rolle. I et land som Danmark er der ikke udpræget forståelse af at modstand skal ses som en gave og det er vigtigt at man opsætter den fiktivt hvis modstanden ikke opstår af sig selv, hvilket den sjældent gør i Danmark.

Der er heller ikke mange mennesker der forbinder uretfærdighed med noget positivt. Uretfærdighed kan tit være et biprodukt af modstand. I fodboldverdenen er ordet nok et af de mest brugte når en ung spiller kommer hjem og føler sig "uretfærdigt" behandlet. For de bedste spillere kan man godt opstille modstand ved f.eks. at lade dem træne og spille op af. Det er dog ofte kun de næstbedste som synes de bliver uretfærdigt behandlet, og det er vigtigt også at fremprovokere denne følelse hos de bedste, hvis det ikke opstår på naturlig vis. Det kan opstilles i mange former som f.eks. træningsøvelser, dommerkendelser og udtagelser til diverse ting. Uretfærdighed vil tit medføre en ønsket forklaring og engang imellem kan det være sundt at den ikke kommer.

Det er vigtigt at understrege at min egen erfaring i arbejdet med modstandskraft og de erfaringer jeg har gjort mig i forbindelse med opgaven klart tilkendegiver, at det er vigtigt at have en relation til en spiller når man skal udfordre dennes mentale egenskaber. Relationen til spilleren og forældrenes forståelse er således nøglepunkter.

Perspektivering

Denne opgave har om muligt gjort min interesse for hvordan man kan arbejde med modstand på eliteniveau endnu større. Jeg er sikker på det er noget man bliver nødt til at forholde sig til, da samfundets udvikling i den grad også fremadrettet vil udfordre naturlig modstand. Der er flere ting der kunne være interessant at tage fat på i fremtiden med arbejdet omkring dette emne, f.eks. følgende:

- Perspektiver på flere samfund og kulturer og se om man kan udvinde, bearbejde og integrere dele af det i vores arbejde med modstand.
- Interne undersøgelser i klubberne over tid, der på samme måde som undersøgelsen i AAB kan give et billede af hvordan spillerne opfatter modstand og betydningen af dens tilstedeværelse eller manglende tilstedeværelse.
- Hvis en relation betyder så meget som jeg tilkendegiver i min opgave når man arbejder med modstandskraft, er det så et fundament klubberne skal være mere opmærksom på?
- Uretfærdighed er en del af topfodbold men er samtidig et "fy ord". Er det en kulturel ting eller hvordan gør man op med i en given klub at alting ikke skal være retfærdigt? Det er en overvejelse værd hvis man begiver sig ud i at arbejde med modstand.
- Det er vigtigt i arbejdet med modstand at man er meget opmærksom på hvor meget modgang der er i miljøet i klubben; er der en naturlig forekomst, eller skal den plantes? Efterfølgende skal der tages udgangspunkt i det enkelte individ og hans situation både uden- og indenfor banen. Man skal gøre op med sig selv som klub om man tror på "plantet" modstand og i givet fald hvordan og hvornår det skal gøres.
- Der vil automatisk være stor uenighed omkring dette emne. Alene det at mange ungdomstrænere i dag er vokset op i det nuværende samfund gør, at de er en del af den kultur de nuværende ungdomsspillere også befinder sig i. Det er vigtigt at finde fælles

fodslag og i endnu højere grad have ansatte der kan føre det ud i verden på den rigtige måde. Er de danske ungdomstrænere for unge og er de klædt godt nok på til at arbejde med et begreb som modstand? Er den danske træneruddannelse for fokuseret på det fodboldfaglige fremfor det menneskelige?

- Tryghed vs. Modgang. Jeg har været inde på hvad en relation betyder i forhold til trygheden mellem spiller og en given leder. At finde det rigtige miks af tryghed vs. modgang kan være nøglen til at lykkes med at arbejde med modgang. Da det er mennesker vi arbejder med, vil dette være umuligt at ramme perfekt hver gang og vil aldrig være ens for to spillere.
- Hvordan skal rammerne være på de fremtidige akademier?
- Hvilke udfordringer vil det eventuelt give hvis man som klub og trænere vælger at udfordre den ledelsesstil man har i forbindelse med implementeringen af arbejdet med modstand?

Litteraturliste

Bøger:

Davidsen, Mads og Hedegaard Hein, Helle (2017): *Når talent forpligter*, København: Gyldendal Business.

Artikler:

Diment, Gregory M. (2014): "Mental Toughness in Soccer: A Behavioral Analysis", *Journal of Sport Behavior*, Vol. 37. No. 4, 317-329.

Cook, Clive; Crust, Lee; Littlewood, Martin; Nesti, Mark og Allen-Collinson, Jacquelyn (2014): "What it takes': perceptions of mental toughness and its development in an English Premier League Soccer Academy", *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 6 (3), 329-347.

Rosenkilde, Nicolai; Christiansen, Nikolaj og Rossing, Niels Nygaard (2018): "At være på det rigtige sted på det rigtige tidspunkt: Ressourcer og barrierer i overgangen fra ungdoms- til førstehold i en dansk elitefodboldklub", *idrottsforum.org* 2018-11-09, downloaded fra:

<https://idrottsforum.org/wp-content/uploads/2018/11/rosenkildeetal181109.pdf>. [besøgt d. 28-12-2018].

Collins, Dave; MacNamara, Áine og McCarthy, Neil (2016): "Super Champions, Champions and Almosts: Important Differences and Commonalities on the Rocky Road", *Frontiers in Psychology*, 6:2009.

Film:

Stallone, Sylvester (2006): *Rocky Balboa*, USA: Metro-Goldwyn-Mayer, Columbia Pictures og Revolution Studios.

Bilag 1

Ungdoms elite: Model for arbejdet med modstandskraft (Udtryk):

Årgang	Formål	Hvem	Tilgang	Hvordan
U10 - U12	Mod	Forældre Trænere Stab	- 2 årlige forældreoplæg - Workshop med evaluering - Være en del af kulturen : Opleves (ikke forklares)	Anerkende, rose, spørge ind til, fremhæve og belønne Miljøet
U13 - U15	Mod <i>Modstand</i>	Forældre Trænere Stab	- 2 årlige forældreoplæg - 6 årlige character class - Workshop med evaluering - Opleves - Trænes på banen periodevis	Anerkende, rose, spørge ind til, fremhæve og belønne Miljøet
				Bevidst hæve overlæggen så den ikke altid er mulig at nå --> Større krav Udvikling af øvelser og strategi
U16 - U19	Mod <i>Modstand</i> <i>Uretfærdighed</i>	Forældre Trænere Stab	- 2 årlige forældreoplæg - 6 årlige character class - Individuelle forældre møder med udvalgte spillere - Workshop med evaluering - Opleves - Trænes på banen periodevis	Anerkende, rose, spørge ind til, fremhæve og belønne Miljøet
				Bevidst hæve overlæggen så den ikke altid er mulig at nå --> Større krav Udvikling af øvelser og strategi Bevidste situationer på banen som ikke fremstår retfærdigt --> træningssituationer

Bilag 2

Spørgsmål til klubberne

Jeg har valgt at kategorisere spørgsmålene, der inddeles i før – under – efter transition. Således er der spørgsmål til hvad klubberne ser efter i selektion, hvordan de forsøger at påvirke, mens de har spilleren, og hvad de synes der kendetegner spillere, der lykkes med transition til højt senior-niveau. Generelt vil jeg gerne vide hvad de interviewede mener at kulturen har af betydning.

Til stabsmedlemmer i klubberne:

- Hvad ser I efter (mentalt) i selektionen af talenter til Jeres bedste ungdomshold?
 - o Er der bestemte reaktioner i bestemte spilsituationer I lægger vægt på?
 - o Er der bestemte kendetegn hos forældrene I holder øje med, eller står af på?
 - o Hvilke personlighedsmæssige træk er I særligt begejstret for?
- Hvordan forsøger I at udvikle modstandskraft hos det unge talent?
 - o Hvilke helt konkrete tiltag gør I brug af?
 - o Hvilke stabsmedlemmer påvirker modstandskraften hos den unge?
 - o Hvem har ellers indflydelse på den unges modstandskraft?
 - o Hvilken del af modstandskraft oplever I er sværest at arbejde med?
 - o Hvordan ser I høj og lav grad af modstandskraft komme til udtryk i transitionsfasen?
 - o Hvordan forholder I jer, når et stort (tek-tak-fys) talent mangler modstandskraft?
 - o Hvordan forholder I jer til forældrepåvirkning og samarbejde med skole i forhold til modstandskraft?
- Hvad kendetegner Jeres succesfulde transitioner, hvor unge spillere kommer ud med modstandskraft?
 - o Hvad kendetegner de spillere, der kommer igennem transition?
 - o Hvad ser I hos de spillere, der opnår stor videre succes i karriereforløbet?
- Hvordan bruger I fysisk, teknisk eller taktisk træning til at udvikle mental modstandskraft?

- Hvor struktureret/målbart versus intuitivt/mavefornemmelse arbejder I med vurdering og udvikling af modstandskraft?
- Hvor har I de største udfordringer i forhold til de kategorier jeg har stillet op?

Tage kritik til sig og blive ved med at slå tilbage

- ➔ Reagere positivt efter fejl
- ➔ Tage ved lære og slå tilbage efter modgang

Det kan godt være det virker uoverskueligt men du giver ikke op

- ➔ Vedholdenhed gør at du nægter at give op.

Et stærkt ønske om at ville overleve

- ➔ Skal være villig til at presse sig selv igennem smerte og træthed.

Rejs dig op når der bliver talt over dig (boksning)

- ➔ Konfronter udfordringer
- ➔ Mod

Føler sig ikke intimideret af nogen

- ➔ Har en ekstremt tro på at man nok skal lykkes og er ikke bange for noget eller nogen