

# ”Färre krav och större tydlighet”

– En enkätundersökning om idrottsvanor hos barn och ungdomar med NPF. Denna rapport är ett led i Riksförbundet Attentions projekt idrott för alla som syftar till att barn och ungdomar med NPF-problematik i högre grad ska kunna delta i idrottsverksamhet och föreningsliv.

Undersökningen finns att ladda ner på [www.attention-riks.se](http://www.attention-riks.se).  
Publicera gärna rapporten, men kom ihåg att uppge källan.

2017-01-24

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

## Innehåll

OM ATTENTION.....	3
BAKGRUND.....	3
Verksamhetsutveckling inom idrottsrörelsen .....	3
Idrott för alla.....	3
OM UNDERSÖKNINGEN .....	4
ENKÄTRESULTATEN.....	5
Bakgrundsfrågor .....	5
Hälften av barnen idrottar .....	5
Barn med NPF slutar idrotta tidigare .....	5
Fråga 1 Vid vilken ålder slutade ditt barn att idrotta? .....	6
Varför slutar barn med NPF idrotta? .....	6
Fråga 2: Varför slutade ditt barn idrotta? Fler svar var möjligt. ....	6
Man upplever höga krav .....	7
Behov av stöd för att klara idrottande .....	7
Förbättringspotential.....	8
Fråga 3 Om du skulle få önska dig någonting inom idrotten som kunde bli bättre, vad skulle det vara? (fråga ställd till föräldrar som har barn som idrottar) .....	8
Vad gör barnen istället för att idrotta?.....	9
Fråga 4 Vad gör du på fritiden, svar från de som <i>inte</i> idrottar. ....	9
Ledarens roll .....	10
Fråga 5 Anser du att ditt barns tränare har tillräckliga kunskaper för att anpassa träningen? ....	10
Fråga 6 Har ditt barn fått det stöd som ni önskat? .....	11
Spelar föräldrarnas eget engagemang någon roll?.....	11
Fråga 7 Har föräldrarnas egna idrottande påverkat barnen? .....	12
Sammanfattande slutsatser.....	13
ATTENTIONS FÖRBÄTTRINGSFÖRSLAG.....	14

## OM ATTENTION

Riksförbundet Attention är en intresseorganisation för personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) och deras familjer. Vi företräder personer med egen diagnos, deras anhöriga och personal som möter våra grupper inom exempelvis skola, vård, socialtjänst, arbetsförmedling och andra instanser. Attention har 16 000 medlemmar i 60 lokala föreningar. Bland våra medlemmar finns personer med ADHD, ASD/Aspergers syndrom, Tourettes syndrom, språkstörning samt personer med nedsatt förmåga att läsa, skriva och räkna.

NPF innebär svårigheter som beror på hur hjärnan fungerar. Orsaken är biologisk och har ingenting med uppfostran eller intelligens att göra. Funktionsnedsättningen syns inte utanpå, men påverkar personens beteende. Det är vanligt att personer med NPF har svårt med reglering av uppmärksamhet, impuls kontroll och aktivitetsnivå, samspelet med andra människor samt inläring och minne. Arten och graden av svårigheter varierar. När de blir så stora att de väsentligt påverkar individens utveckling och möjligheter att fungera i samhället uppnår man gränser för en diagnos. De svårigheter vi beskriver påverkar individen och dennes familj på ett genomgripande sätt. Många har svårt att nå målen i skolan, vilket i sin tur påverkar möjligheten att få ett bra jobb och en stabil ekonomi. Även anhöriga lever ofta under stor press och samhällets stöd till våra grupper släpar efter.

## BAKGRUND

Idrottsrörelsen har som mål att vara till för alla, men så fungerar den inte i praktiken. Barn och ungdomar som har behov av idrott och skulle vilja idrotta på sina egna villkor, till exempel barn och ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, har svårt att hitta in i föreningslivet. Och om de hittar dit är verksamheten sällan anpassad efter deras behov. De grupper som är i störst behov av hälsovinster, en meningsfull fritid och gemenskap i en förening får inte dessa behov tillfredsställda idag.

### Verksamhetsutveckling inom idrottsrörelsen

Ett förändringsarbete inom idrottsrörelsen pågår och förbund och föreningar vrider och vänder på sin verksamhet för att bli bättre rustade för framtiden. Idrottsrörelsen idé lyder att "vi bedriver idrott i föreningar för att ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet." Målet är att fler ska känna sig välkomna inom svensk idrott, oavsett ambitionsnivå eller ålder. Det ska i sin tur leda till en starkare idrottsrörelse, ett starkare samhälle och fler internationella framgångar.

### Idrott för alla

"Idrott för alla" är ett treårigt projekt som drivs av Attention med målet att barn och ungdomar med NPF i högre grad ska kunna delta i idrottsverksamhet och föreningsliv. Vi vill att barn och ungdomar med NPF tydligare inkluderas i idrottsvärlden, genom nya samverkansformer, aktiviteter och träningsupplägg. Attention kommer genom projektet "Idrott för alla" ge möjligheter och stöd till att samordna idrotten lokalt för att pröva olika verksamhetsmodeller som stämmer överens med de önskemål som Attentionens medlemmar har. Det sker i samarbete med de två kommunerna Huddinge och Botkyrka. Inom ramen för projektet ingår också att sprida förslag på samverkansformer till andra intresserade kommuner.

Vi tycker att det är viktigt att idrottsrörelsen själva är med och tar del av arbetet för att på så sätt säkerställa ett fortsatt utvecklingsarbete av föreningsidrotten efter projektets slut. Därför är Stockholmsidrotten en samarbetspart i projektet.

## OM UNDERSÖKNINGEN

Riksförbundet Attention genomförde i november 2016 två enkätundersökningar riktade till vårdnadshavare för barn med NPF i åldern 10-16 år respektive till barn och ungdomar med NPF i samma ålder. Föräldraenkäten besvarades av 675 personer och barnenkäten besvarades av 110 personer.

Det genomfördes också djupintervjuer med sex pojkar i åldern 15-16 år, samtliga med en NPF-diagnos. Tre var idrottsaktiva och tre hade slutat idrotta. Vi hade gärna sett en jämn könsfördelning, men de som visade intresse för en intervju var enbart pojkar.

Syftet med undersökningen var att ta reda på hur barnen upplever idrottande och hur föräldrarna upplever sitt barns idrottande, vad som fungerar bra och vad som kan förbättras. När de gäller de barn som slutat idrotta eller aldrig har idrottat har vi tittat på orsak till det och vad de gör på fritiden. Vi har också tittat på om föräldrars egna idrottande och engagemang påverkar barnets idrottande.

Enkäterna bestod av fem bakgrundsfrågor angående ålder (10-16 år), vilken/vilka diagnoser man hade, kön, om man idrottade, hade idrottat eller aldrig idrottat samt vilken/vilka idrotter man hade/var aktiv inom.

Därefter ställdes följande frågor:

- *Vid vilken ålder slutade ditt barn att idrotta?*
- *Varför slutade ditt barn att idrotta?*
- *Om du skulle få önska dig någonting inom idrotten som kunde bli bättre, vad skulle det vara?*
- *Vad gör du på fritiden? Svar från de barn som inte idrottar*
- *Anser du att ditt barns tränare har tillräckliga kunskaper för att anpassa träningen?*
- *Har ditt barn fått det stöd som ni önskat?*
- *Har föräldrarnas egna idrottande påverkat barnen?*

## ENKÄTRESULTATEN

Denna undersökning är unik på så sätt att den gjorts av Attention. Ingen annan organisation har medverkat. Vi tolkar den höga svarsfrekvensen som att frågan är viktig för våra medlemmar. Många har uttryckt sin uppskattning över att undersökningen gjordes och varit frikostiga med egna kommentarer och önskemål i de öppna frågor som ställdes.

Med anledning av att vi har flest svarande på föräldraenkäten kommer vi först och främst redovisa svar och resultat från den enkäten, men där det är relevant redovisas även svar från barnenkäten och djupintervjuerna.

### Bakgrundsfrågor

När vi ställde frågan till föräldrarna vilken diagnos deras barn har får vi följande resultat.

- ADHD 79 %
- Autism/Aspergers syndrom 52 %
- Annan diagnos (Tourette, språkstörning) 10 %

Det är vanligt att man har en kombination av diagnoser, därför överskrider procentsatsen 100 %.

Målgruppen för enkäterna och intervjuerna är barn i åldern 10-16 år och det har varit jämn fördelning mellan åldrarna, åldern 10-12 år (50 %) och åldern 13-16 år (50 %). Det har varit fler pojkar (70 %) än flickor (30 %) som svaren avser.

### Hälften av barnen idrottar

Av föräldrasvaren framgår att hälften av barnen (50 %) är aktiva inom en idrott idag. De idrotter där flest är med i är fotboll, ridning, innebandy, kampsport, hockey, skytte, gymnastik och tennis. Vi har också jämfört diagnoserna och det är ingen stor skillnad mellan de olika diagnoserna och vilken idrott de är med i.

### Barn med NPF slutar idrotta tidigare

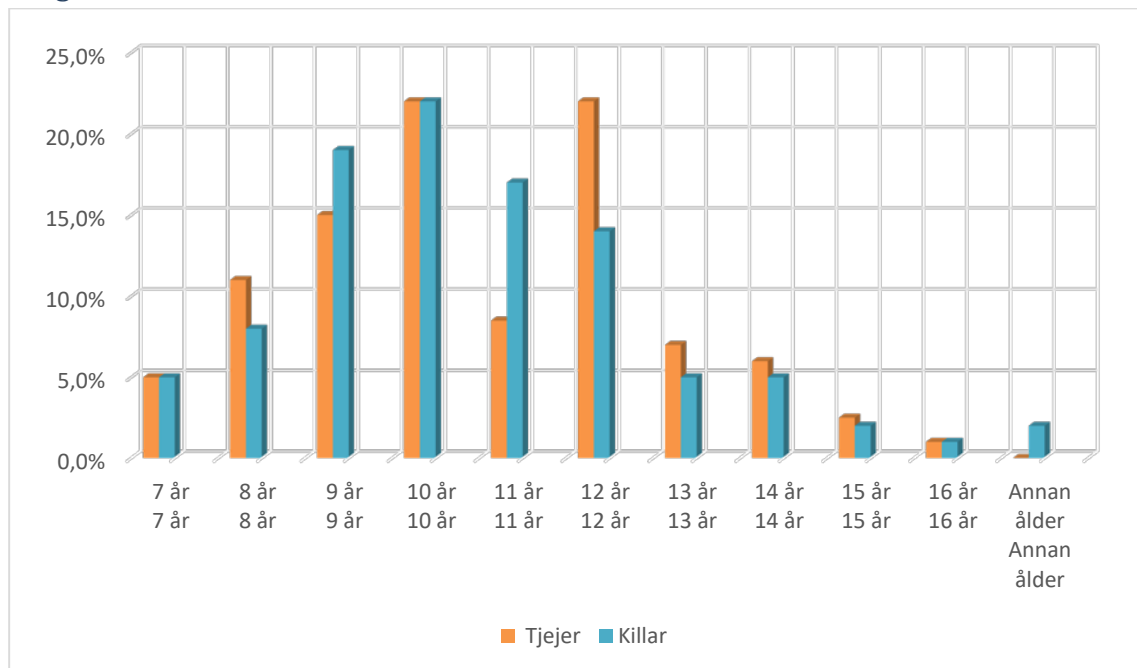
Vi ville ta reda på om barn med NPF-diagnoser idrottar i samma utsträckning som andra barn, vilka typer av idrotter de väljer och varför de väljer att inte idrotta eller sluta med sin idrott.

Det är 40 % som har slutat idrotta och flest har slutat med följande idrotter fotboll, simning, dans, gymnastik och innebandy. 10 % har aldrig idrottat.

Enligt Riksidrottsförbundets rapport Idrotten i siffror<sup>1</sup> är 80 % av pojkarna i åldern 6-12 år med i en idrott i förening och 74 % av flickorna. Vår undersökning visar att i åldern 10-12 år är 56 % av pojkarna med NPF aktiva i någon idrott och 54 % av flickorna

Noterbart är att andelen pojkar som slutar idrotta är som störst i ålder 9-12 år då 72 % slutar. Motsvarande siffra är 67 % för flickorna. Vår slutsats blir därför att barn med NPF-diagnos slutar idrotta i yngre åldrar än genomsnittet.

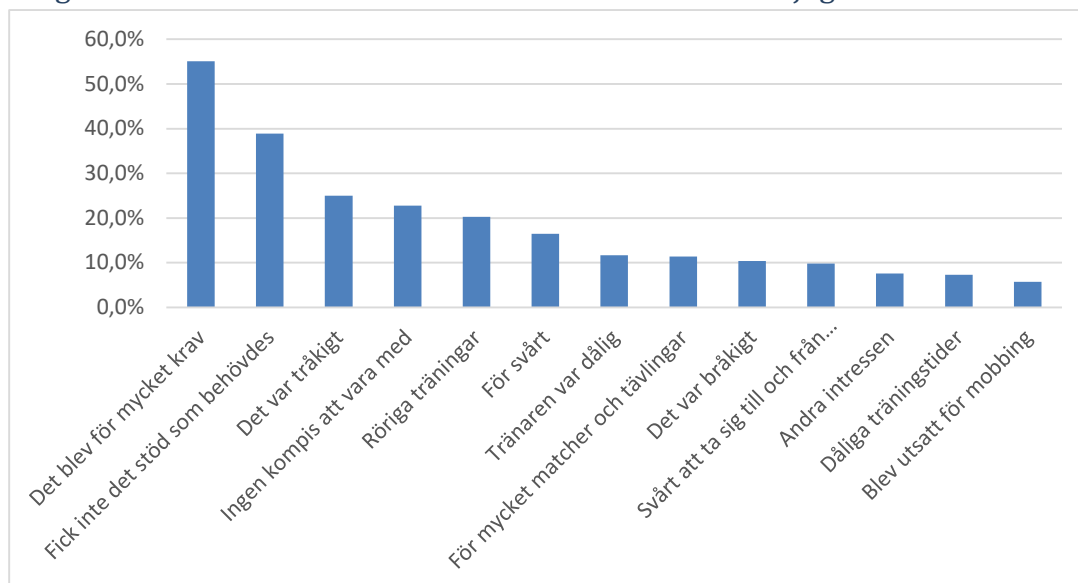
### Fråga 1 Vid vilken ålder slutade ditt barn att idrotta?



### Varför slutar barn med NPF idrotta?

När vi frågade föräldrarna varför deras barn slutade att idrotta framkom det att över hälften (55 %) upplevde att det blev för mycket krav. Nästan 40 % ansåg att barnet inte fick det stöd som behövdes. Samma svar fick vi även i de djupintervjuer vi förde med barn.

### Fråga 2: Varför slutade ditt barn idrotta? Fler svar var möjligt.



## Man upplever höga krav

När vi såg att så många angav svarsalternativet "Det blev för mycket krav" skickade vi ut en kompletterande fråga gällande vilka krav som föräldrarna upplevde. Vi fick in fler än 300 öppna svar. De flesta vittnar om tidiga krav på prestation och tävling, men även andra krav förekommer, se följande exempel.

- man måste delta på nästan alla träningar för att få spela match.
- alla ska göra lika under träning
- orolig miljö i omklädningsrummet med krav på att alla ska duscha.
- alla förväntas förstå långa genomgångar och komplicerade regler
- ingen förståelse för behov av återhämtning.

Så här skrev några föräldrar i frisvaren om upplevelsen av för höga krav.

*"Simningen var simskola o senare "sim & livräddning". Ledaren föreslog vidare simning i SO2, men sonen som gärna ville, var rädd att han skulle tvingas tävla. Likadant med skyttet, när det började talas om tävlingar så backade han totalt, trots att inga krav på att verkligen tävla fanns."*

*"Det gäller samma krav för alla, tex uppvärmningsövningar. Dusch för alla rakt av. Undantag borde kunna göras för att orken och glädjen ska få mer plats"*

*"Det är svårt att förstå och tillämpa regler, både uttalade och underförstådda. Det är ofta svårt för ett barn med ADHD att orka hålla fokus lika länge som andra barn"*

## Behov av stöd för att klara idrottande

Eftersom vi får till oss att barn med NPF behöver stöd i sitt idrottande ställde vi en fråga till de föräldrar vars barn idrottar om föräldrarna ansåg att barnet behövde ett stöd. Den övervägande majoriteten, 75 % av föräldrarna, anser att barnet är i behov av särskild anpassning eller extra stöd i någon utsträckning.

Så här skrev några föräldrar i frisvaren:

*Tydliga, korta instruktioner och genomgångar med någon som visar. Flera repetitioner och feedback.*

*Mycket uppmuntran, tydlighet, förståelse för sin individ*

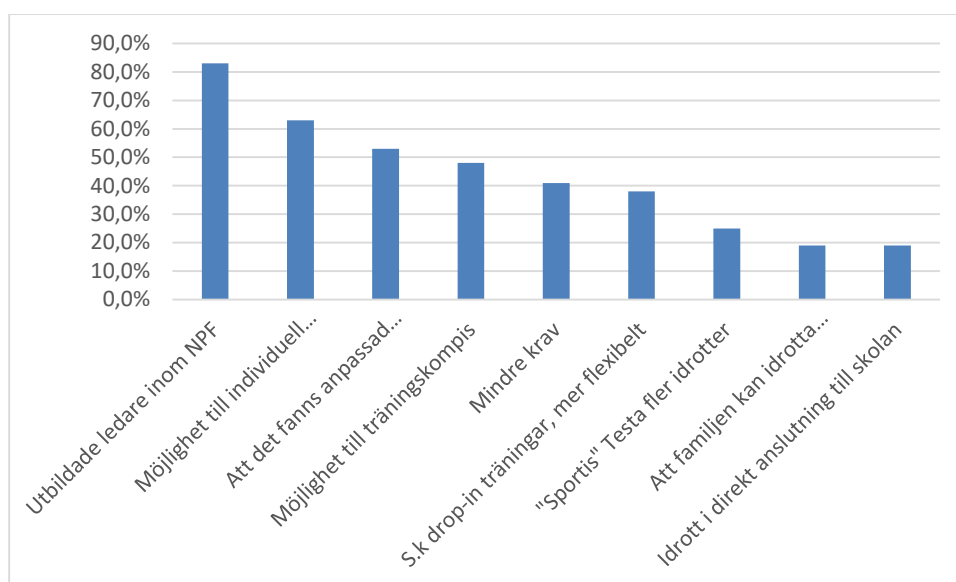
*Som jag skrev innan är det ofta för långa utlägg och han behöver ofta att en tränare kommer fram och visar på plats och går igenom rörelsen en extra gång och han behöver anpassningar för att kunna samarbeta, hantera höga ljud som tex i omklädningsrummet och vid dusch. Påminnelser för att komma ihåg att byta om.*

*Hjälp med snabba positiva bekräftelser för att inte tappa glöden i det som är roligt. Tyvärr har detta varit under all kritik.*

## Förbättringspotential

Vi ville också ta reda på vad föräldrar och barn ser som förbättrande åtgärder. De flesta (83 %) av föräldrarna som har barn som idrottar uppgav att det behövs utbildade ledare och individuell anpassning (63 %). Drygt hälften (53 %) önskar också anpassade verksamheter och mindre grupper. Men en stor andel svarar också att mindre krav (41 %) och möjlighet till träningskompis (48 %) skulle göra idrotten bättre. Även mer flexibla träningsformer, så kallade drop-in, angavs av många (38 %). Vi tolkar svaren som att den verksamhet som bedrivs idag inte är tillräckligt anpassad efter barn med NPF och att barnen skulle lyckas bättre med idrotten om förståelse och möjligheter till anpassning ökade.

Fråga 3 Om du skulle få önska dig någonting inom idrotten som kunde bli bättre, vad skulle det vara? (fråga ställd till föräldrar som har barn som idrottar)



Många föräldrar uttrycker också ett starkt önskemål om någon form av certifiering av en förening, där det framgår att man har utbildade ledare inom NPF samt har möjlighet till individuell anpassning.

Här är några av frisvaren på denna fråga:

*"Korta genomgångar, mer sällan. Lyhörda ledare- läsa av dagsformen, variation. Anpassning till olikheter hos deltagarna"*

*"Att få delta på sina villkor att inte tvingas prestera utan få vara med för att det är roligt. Ha tränare som har kunskap om vad det innebär att ha en diagnos"*

*"Mer prova på tillfällen för fler idrotter, tänk idrottslyftet fast även på fritiden. Jobba för en idrottspeng som ger ekonomiska förutsättningar för alla att*



*delta. Svårt men diskussionen måste tas. Det måste hittas likvärdiga vägar in för barn som saknar stöd i form av föräldraskap eller ekonomi”*

När vi har ställt frågan till de föräldrar vars barn aldrig idrottat<sup>2</sup> om vad som skulle få deras barn att vilja prova idrott, ser vi också samma önsknings. Drygt 70 procent svarar anpassade verksamheter, till exempel mindre grupper och utbildade ledare inom NPF. Nästan lika många (66%) uppger möjligheter till individuell anpassning. Nästan hälften (44 %) tror att mindre krav skulle få barnen att vilja prova idrott. På frågan varför det aldrig har blivit någon idrott för deras barn, svarar också nästan hälften att det inte finns någon anpassad verksamhet för barnet. 44% svarar att barnet har andra intressen 20% svarar att problemet är att man måste tävla eller spela matcher.

### Vad gör barnen istället för att idrotta?

Som vi har redogjort för tidigare i rapporten är det en stor grupp barn med NPF som inte idrottar. Enligt rekommendationer från WHO<sup>3</sup> ska barn och unga vara fysiskt aktiva minst 1 timme per dag. Vi ville veta vad barnen gör istället.

En enkätundersökning utförd av Attentions projekt ”Nätkoll” visar att 81 % av barnen i åldern 13-16 år med NPF-diagnos tillbringar minst 3 timmar/dag vid datorn/mobilen. Nästan 4 av 5 barn som besvarade vår idrottsenkät riktad till barn uppger också att de spelar dataspel.<sup>4</sup> Men även alternativen film och serier samt lyssna på musik kommer högt bland svarsalternativen, 56 % respektive 54 %. En slutsats är att de som inte idrottar eller har slutat idrotta i större utsträckning hamnar stillasittande framför datorn.

Noterbart är också att 34 % uppger att de vilar istället för idrottar. Bland frisvaren uppger många föräldrar att skolgången är så krävande för dessa barn att mycket fritid används till återhämtning.

*”För trött efter skolan och på helgerna behöver han vila!”*

*”Skolan tog för mycket av hans ork. Hade ingen kraft kvar till aktiviteter på kvällen.”*

*”Vårt barn kraschade i skolan och blev så kallad hemmasittande ... Utmattad och avslutade alla aktiviteter.”*

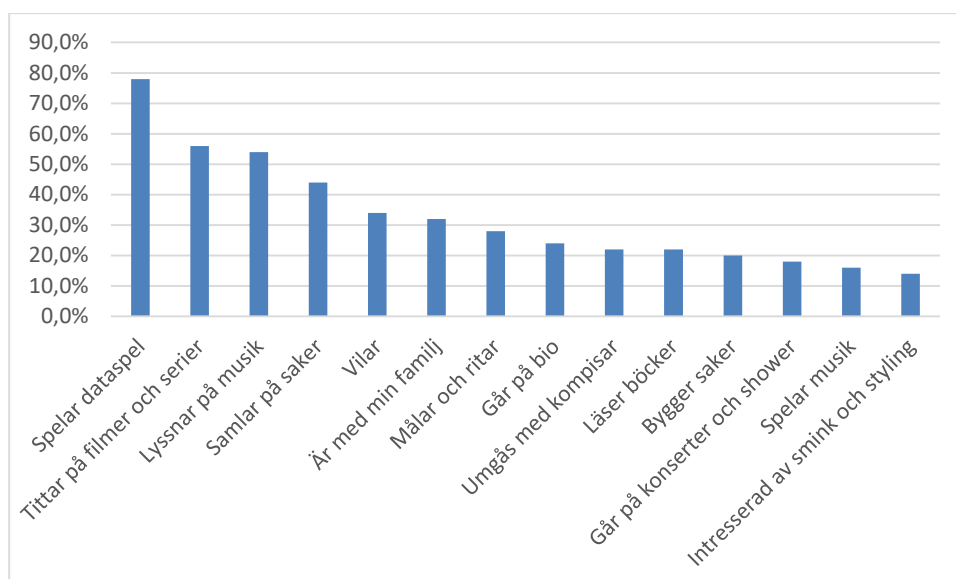
Fråga 4 Vad gör du på fritiden, svar från de som *inte* idrottar.<sup>5</sup>

<sup>2</sup> Observera att på denna fråga är antalet svarande föräldrar är 68.

<sup>3</sup> World Health Organization (WHO), How much of physical activity is recommended?

<sup>4</sup> Observera att antalet svarande barn är 110.

<sup>5</sup> Observera att antalet svarande är 50.



## Ledarens roll

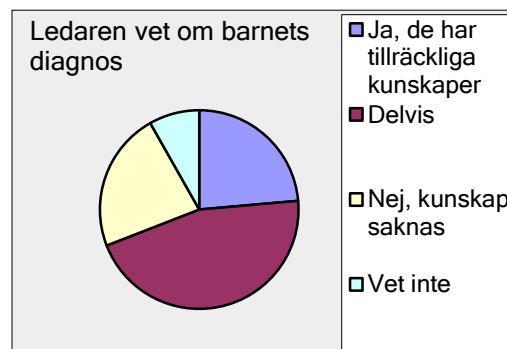
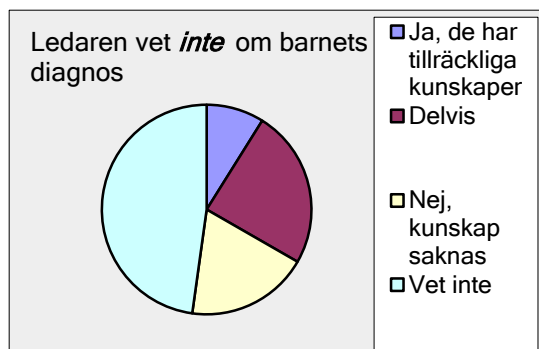
Idrottsledarens roll är viktig inom all idrott, men för barn med NPF där behovet av struktur och tydlighet är extra stort är ledaren särskilt viktig. Därför ville vi veta om föräldrarna upplever att ledarna har tillräcklig kompetens för sitt uppdrag, men också om barnets tränare känner till barnets diagnos. Frågorna har ställts till de föräldrar som svarat att deras barn idrottar.

En stor andel föräldrar, 67 procent, uppger att barnets tränare känner till barnets NPF-diagnos. En fjärdedel (26 %) svarar att tränaren inte känner till den. Tre av fyra (75 %) upplever också att tränaren har ett bra bemötande när det gäller barnets diagnos.

En femtedel (20 %) anser att barnets tränare har tillräckliga kunskaper och 37 procent anser att barnets tränare delvis har tillräckliga kunskaper. 22 procent tycker inte att tränaren har tillräckliga kunskaper. Frågan ställdes både till de föräldrar som varit öppna med barnets diagnos (-er) och till dem som inte varit det. I de fall ledaren inte känner till barnets diagnos uppger endast 9 % av föräldrarna att ledaren har tillräckliga kunskaper och ytterligare 24 % att ledaren har delvis kunskap.

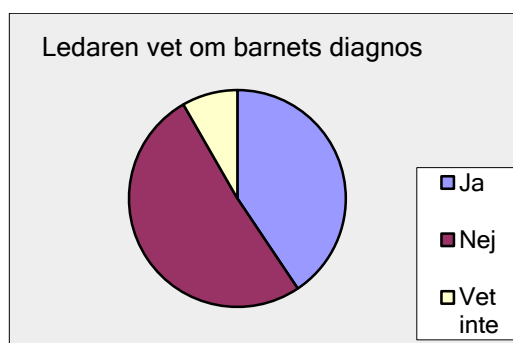
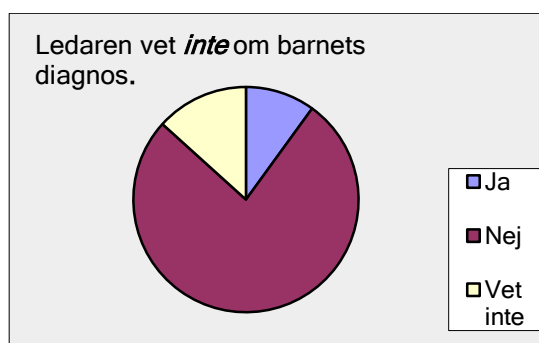
Bland de föräldrar som uppger att de berättat om sitt barns diagnos, uppger 24 % att ledaren har tillräckliga kunskaper och 46 % att ledaren har delvis kunskap. Vi ser en tydlig skillnad i resultatet beroende på om föräldrarna berättat eller inte. Att föräldrarna inte har berättat kan bero på rädsla för fördomar, men baserat på enkätens resultat ser vi att för barnet blir situationen sämre om ledaren inte känner till diagnosen.

**Fråga 5 Anser du att ditt barns tränare har tillräckliga kunskaper för att anpassa träningen?**



Vi ville också undersöka om kännedom om barnets diagnos innebär att barnet även får stöd i idrottssituationen. Av svaren framgår att en betydligt större andel av barnen får stöd när ledaren känner till diagnosen (41 %) jämför med när ledaren *inte* känner till den (10 %).

### Fråga 6 Har ditt barn fått det stöd som ni önskat?



### Spelar föräldrarnas eget engagemang någon roll?

Barn till föräldrar som själva idrottat, eller idrottat idag, är i högre utsträckning själv idrottsaktiva. Vi valde att ställa frågan både till idrottande föräldrar samt föräldrar som aldrig idrottat. 91 % av de idrottsaktiva föräldrarna uppgav att deras barn idrottat eller har idrottat. Bland de föräldrar som aldrig idrottat själva är motsvarande siffra 76 %, alltså en märkbar skillnad. I denna senare grupp finns även en överrepresentation av de barn som slutar idrotta i låg ålder.

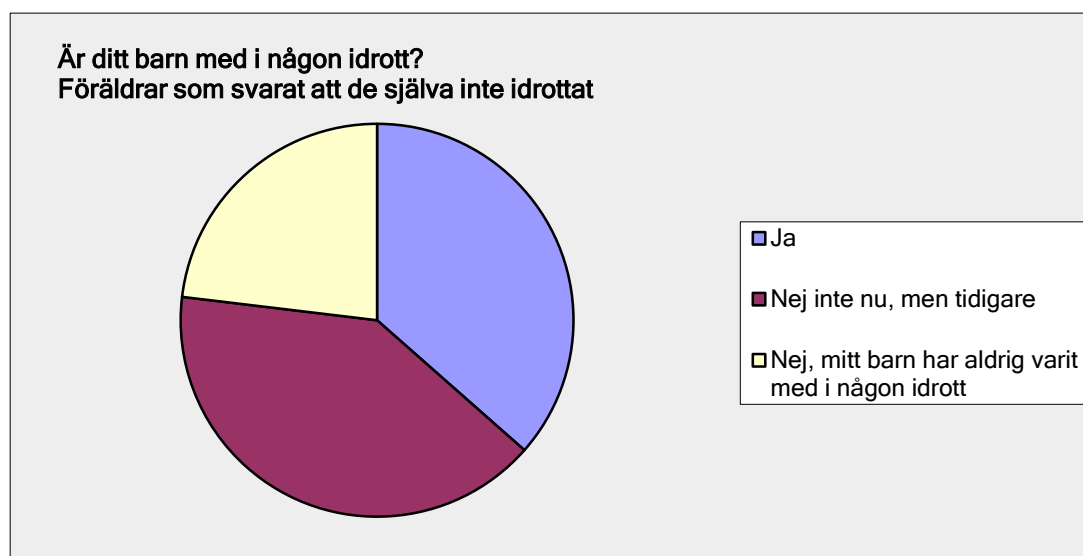
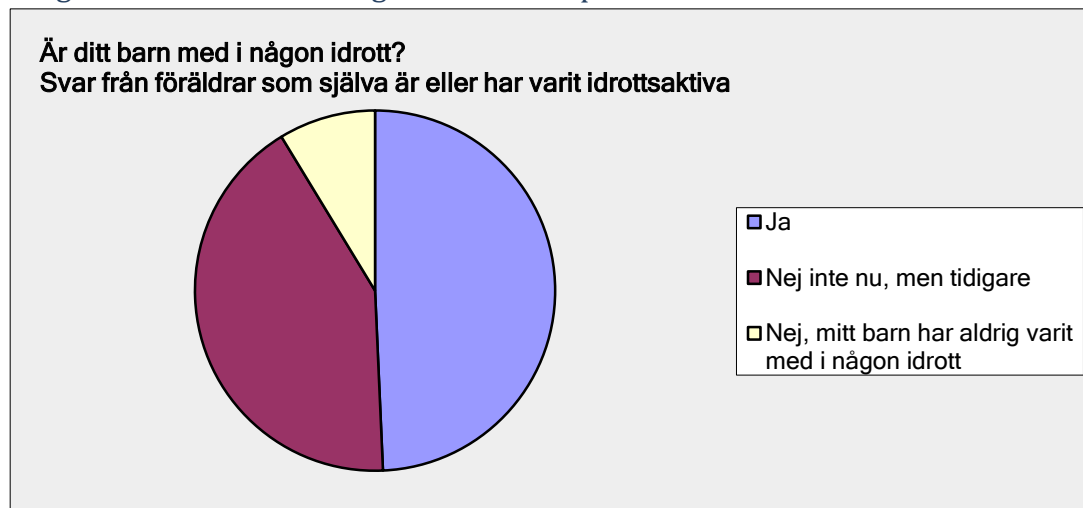
Närmare 60% av barnens föräldrar eller någon annan anhörig är med under idrottandet. Många föräldrar är aktiva som tränare. Detta kan tyda på att föräldrarnas närvaro är viktig för att idrotten ska fungera för barnet.

Bland de barn som vi djupintervjuade återfanns föräldrar som var engagerade i sitt barns idrottande, men av intervjuerna framkom även att det är skillnad mellan olika barns förutsättningar att idrotta. I rapporten Barn äger<sup>6</sup> framkommer att barn med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar har tuffa socioekonomiska utmaningar. De flesta barnen med

<sup>6</sup> Handisam, Myndigheten för handikappolitisk samordning, 2014 Titel: Barn äger – Handisams slutsatser och förslag Handisam Serie A 2014:4

neuropsykiatrisk funktionsnedsättning i rapporten beskriver en fritid helt utan aktiviteter och kompisar.

### Fråga 7 Har föräldrarnas egna idrottande påverkat barnen?



Vi vet inte säkert varför vissa föräldrar aldrig idrottat, om det beror på egen funktionsnedsättning eller annat. Attention menar att idrottsrörelsen bör vara uppmärksam på att vissa föräldrar har sämre ekonomiska och andra förutsättningar att delta som andra föräldrar. Eftersom NPF-diagnoserna till största del är ärftliga, är det vanligt att också en eller båda föräldrarna har en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning.

Återkommande bland frisvaren är idrottsrörelsens krav på eget engagemang i form av bullbakning, skjutsning, cup-deltagande mm. För den förälder som har egna utmaningar blir dessa önskningar eller krav svåra att möta. Så här skriver en förälder i ett frisvar:

*”Det är en hel del som man som förälder måste ställa upp på att göra ideellt för klubbarna. Sådana extra resurser har man inte till övers som förälder när familjesituationen är så komplex.”*

Vi vet att många föräldrar är engagerade i idrotten som tränare eller har någon annan roll i föreningen. Troligen spelar föräldrarnas förutsättningar in även här.

## Sammanfattande slutsatser

Ungefär hälften av de barn med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar i åldrarna 10-16 år som vår enkät innefattar utövar en idrott. Fyra av tio har slutat med sin idrott och 10 procent har aldrig idrottat. För mycket krav och att barnet inte fick det stöd som det behövde var de två huvudsakliga skälen till att barnen slutade idrotta. Utbildade ledare, individuell anpassning, anpassad verksamhet och mindre grupper kommer också högst upp på önskelistan om vad som skulle kunna göras bättre inom idrotten när vi frågar de föräldrar som har barn som idrottat. Det är också vad de föräldrar vars barn inte idrottat svarar på frågan om vad som skulle få deras barn att vilja prova idrott.

När det gäller de barn som idrottat anser det stora flertalet föräldrar, tre av fyra, att tränaren har ett bra bemötande när det gäller barnets diagnos. De allra flesta (85 %) känner sig också trygga när barnet idrottat. Trots det tycker bara 20 % av att barnets tränare har tillräckliga kunskaper och 37 procent anser att barnets tränare delvis har tillräckliga kunskaper. Behovet av ökad kunskap om NPF och anpassningar är alltså stort, även i de gruppverksamheter där barn med NPF är aktiva. Av svaren framgår också att en betydligt större andel av barnen får stöd när ledaren känner till diagnosen (41 %) jämfört med när ledaren *inte* känner till den (10 %). Vi tolkar det som att en tränares kunskap om att barnet har en diagnos har betydelse för om stöd och anpassningar görs.

När vi tittar på föräldrarnas betydelse kring barnets idrottande, är det många föräldrar eller någon anhörig som ofta eller alltid finns med på träningarna. Vi ser också att barn till föräldrar som har idrottat eller idrottat, i större utsträckning i idrottat.

Vår slutsats är att den verksamhet som bedrivs idag inte är tillräckligt anpassad efter barn med NPF och att barnen skulle lyckas bättre med idrotten om förståelse och möjligheter till anpassning ökade. Vi kan konstatera att goda verksamheter finns, där man tycker bemötandet är bra och att tränarna har tillräckliga kunskaper för att anpassa verksamheten. Men den höga andelen föräldrar eller anhöriga som närvarar på barnets idrott kan tyda på att idrotten fungerar just för att föräldrarna finns där.

Sverige har ratificerat FN:s konvention för personer med funktionsnedsättning. Sverige har därmed åtagit sig att vidta ändamålsenliga åtgärder för att säkerställa att barn med funktionsnedsättning har lika möjligheter som andra barn att delta i fritidsverksamhet och idrott.

Idag har inte alla barn lika möjlighet att delta i idrotten, trots att vi vet hur betydelsefull fysisk aktivitet är för välbefinnande och inläring. I idrottens gruppgemenskap lär sig barnen också sociala spelregler, väl så viktiga för ett barns utveckling. Attention ser att flera förändringar måste till för att konventionens krav om lika möjligheter ska uppfyllas.

## ATTENTIONS FÖRBÄTTRINGSFÖRSLAG

Vi ser följande förbättringsområden gällande barns idrottande:

- Att Riksidrottsförbunden och de olika specialidrottsförbunden genomför NPF-utbildning för både aktivitetsledare och organisationsledare inom all idrott. Vi rekommenderar att Attention utbildning används och inkluderas i det ordinarie utbudet av ledarutbildningar. Det gäller både aktivitetsledare och organisationsledare.
- Att idrottsförbunden arbetar för att färre krav uppställs inom barn- och ungdomsidrotten och fokuserar mer på det lustfyllda inom idrottsrörelsen som gör att de unga vill fortsätta med sin idrott.
- Att Riksidrotten och Specialidrottsförbunden uppställer krav på samverkan mellan idrottsföreningar, kommunal verksamhet och intresseorganisationer/brukare i syfte att skapa verksamheter som möjliggör idrottande för alla barn.  
Att Riksidrottsförbunden och specialidrottsförbunden stödjer föreningarna i arbetet med att genomföra individuella anpassningar inom ramen för befintliga verksamheter.
- Att Riksidrottsförbundet, Specialidrottsförbunden och kommunerna stödjer föreningarna i arbetet med att skapa anpassade verksamheter med mindre grupper och fler ledare.
- Kommunalt stöd till föreningar i syfte att skapa ett mer flexibelt idrottande, till exempel möjligheter till drop-in-träning.
- Att kommuner och idrottsföreningar ser över möjlighet till idrottskompisar i alla kommuner.
- Att kommuner, fristående skolor och idrottsföreningar i samverkan möjliggör prova-på-verksamhet i anslutning till skolundervisning.
- Att kommunerna och idrottsföreningarna synliggör NPF-anpassade idrottsverksamheter med utbildade ledare.

Vi vill avsluta med ett stort och uppriktigt tack till alla er som tog sig tid att svara. Attention ser era svar som ett stort och viktigt bidrag till att förbättra föreningsidrotten för barn och ungdomar med en NPF-diagnos.