

Dem, som ingen vil(le) spille med

Da Lone Skibild og tre andre for 16 år siden startede et fodboldhold for dampbørn op i Hvidovre Boldklub, lå det ikke i kortene, at det ville blive en succes. I dag er holdet ikke bare en social succeshistorie, men de vinder også turneringer.

Af Anne Feldballe Korsgaard

"Vi gør det her med hjertet, og jeg går stort set altid smilende hjem fra fredagstræning", fortæller Lone Skibild på 64, som har været ildsjæl, fodboldmor og træner for børn med ADHD i Hvidovre Boldklub i 16 år.

Hun brænder for at gøre noget for dem, som ingen vil lege med. Og det var nødvendigt at have hjertet og en vis portion stædighed med, da holdet skulle startes op som det første af sin art i Danmark.

"Inden vi startede op, fik vi fire trænere (en husmor, en fysioterapeutstuderende, en far og en træner fra styrketræning) et to-dages kursus i at håndtere ADHD-symptomer af to fysioterapeuter, som vidste en del om emnet. I en af pauserne sagde den ene til mig, at vores projekt med at få børn med ADHD til at dyrke en social sportsgren som fodbold efter hendes mening ikke kunne lykkes", fortæller Lone Skibild, som ikke lægger skjul på, at hun er stolt over at have gjort den holdning til skamme.

Trænerne er ildsjæle

At dømmen efter trænerloyaliteten giver det stor glæde at træne børn med ADHD, når man har de rette metoder. Mange af dem er startet, fordi de har et barn på holdet, men de fortsætter som regel, efter at deres barn stopper, og de fire trænere har været i klubben i henholdsvis 5, 7, 8 og 16 år. Der er seks trænere til 27 drenge og to piger.

Selvom det ifølge Lone Skibild ikke er så langhåret at undervise børn med ADHD i fodbold, mener hun alligevel, at et par gode råd er på sin plads, hvis nogen har lyst til at starte et hold op i deres lokale boldklub.

"Vi bruger de samme øvelser som andre fodboldhold, men det er vigtigt med forudsigelighed i træningen. Det skal være samme struktur hver fredag, og hvis vi vil indføre en



Begge U/15 hold vandt henholdsvis sølv og guld ved Indendørsstævne i Odense i 2010.

ny øvelse, skal det kun være den ene ting, vi laver om den fredag. Vi starter også altid med at stå i en rundkreds og hilse på hinanden. Derudover er det vigtigt, at der er hænder nok til, at en træner kan gå fra med et barn, som får det dårligt eller bliver vredt over noget. I starten var vi fire voksne til 11 børn, og det var passende."

I opstartsfasen var det vigtigt at se på børnenes reaktioner på træningen og justere til.

"Vi troede, at vi rigtig skulle gøre det sjovt for børnene i starten", fortæller fodboldmøderen med et smil og fortsætter:

"Men det kunne vi ikke, for det skulle først og fremmest være trygt og forudsigeligt. Alle øvelser skulle siges helt præcist: Op på tæerne – stop op – op på hælene – stop op. Og vi skulle tale i korte og konkrete sætninger. Det overraskede os, men vi rettede ind efter børnene."

Kamp, kamp, kamp

Efter to år på træningsbanerne i Hvidovre ville børnene ud og spille kamp.

Der er to ADHD-hold i Hvidovre Boldklub:

- 8-15-årige
- 15 og opefter

Der er seks trænere og 27 drenge og to piger.

Der er pt. ledige pladser på begge hold. Se mere på www.dampfodbold.dk

"Der var ingen, som ville have os med for 14 år siden; de mente vel, at børnene var for vilde eller aggressive, men så inviterede vi et andet handicap hold til at spille mod os, og langsomt fik vi bevist, at vi ikke er farlige at have med til turneringer."

Også børnene på de to hold værdsætter fredag aften på banerne i Hvidovre, turneringerne og weekendturene. Sporten er en uvurderlig kilde til selvværd og kammeratskab.

"Jeg ville savne mine gode venner på holdet og trænerne, som alle sammen er rigtig gode, hvis jeg ikke skulle gå til fodbold længere". Det fortæller Andreas på 12 år, som også mener, at børnene forstår og respekterer hinanden meget mere, end hvis han gik på et almindeligt fodboldhold.

For Nico på 16 år var det en åbenbaring at starte på holdet:

"Det gav mig virkelig meget at se, at jeg ikke er den eneste, der har et handicap."

Dansk Handicapidrætsforbund (DHIF) arbejder for at tilbyde alle børn og unge med særlige behov sportstilbud. Forbundet skaber ikke diagnosebestemte idrætstilbud, men tilbyder kurser, som tager udgangspunkt i idrætterne.

Klik ind på adhd.dk og find listen over eksisterende sportstilbud til børn med særlige behov.