



Foto från Viaplay.

Handledning och metod

För dig som är ansvarig när ni sett filmen Forever.

1. Planera in ert tillfälle då ni i laget kollar på filmen tillsammans. Titta på filmen som är 1 tim och 45 min och avsätt minst 45 minuter efter filmen till diskussioner nedan (totalt 2,5 timmar).
2. Dela in i mindre grupper om 3-4 personer i rummet. Utse en person i varje grupp till samtalsledare. Samtalsledaren låter alla komma till tals och fördelar ordet om det behövs.
3. Visa och läs upp frågorna nedan. Ge grupperna några minuter för samtal runt bordet. Lyft några exempelsvar från olika grupper vid varje fråga. Fyll på med fler exempelsvar om det behövs.
4. Återkoppla tillfället kort till oss på RF-SISU Östergötland genom att scanna QR-koden här nedan. Du hittar den även på sista sidan.



Östergötland

Område	Frågor	Exempelsvar
Tränaren Lollo	När Lollo kommer in i laget blir fokuset på resultat mer tydligt. Inom idrotten säger vi att ha kul, må bra och utvecklas är viktigt. <ul style="list-style-type: none"> Vad anser ni är viktigast? Resultatet i en enskild match/tävling eller att göra sitt bästa? 	Att fokusera mer på sin och lagets prestation tenderar att ge mer långsiktig utveckling och något som går att påverka.
	Bestraffning hjälper sällan en människa att sluta med ett visst beteende, exempelvis att ofta komma försent till träningen. Det är när en människa får beröm för det som fungerar bra, eller själv inser att ett beteende är fel, som man med större sannolikhet ändrar sig. <ul style="list-style-type: none"> Vad tror ni är anledningen till att tränaren Lollo i filmen delar ut bestraffningar? 	Lollo kanske själv varit med om bestraffningar när hon var aktiv spelare och tror att det är rätt väg att gå. Genom att straffa Mila inför alla vill hon visa vem som bestämmer och vilka spelregler som gäller.
	<ul style="list-style-type: none"> Vad tror ni är anledningen till att Mila kommer försent? 	Barn och ungas uppväxt ser olika ut och alla har inte samma förutsättningar vad gäller till exempel ekonomi eller stöd från familj och vänner. Det kan finnas många olika anledningar till att personer exempelvis kommer försent.
	<ul style="list-style-type: none"> Hade ni velat att tränaren agerat på ett annat sätt än att dela ut bestraffningar? I så fall, hur? 	Genom att visa intresse för personen Mila. Våga fråga! Prata med Mila enskilt, fråga varför hon kommer försent och om hon (Lollo) kan hjälpa henne på något sätt.
	Lollos ledarskap har ibland fokus på misslyckanden hennes spelare gör. Mila reagerar på det i filmen och ber henne att peppa laget istället för att skälla på dem. <ul style="list-style-type: none"> Hur skulle ni vilja att tränare pratar och coachar er när ni idrottar? 	En tränare som får de aktiva att vilja göra sitt bästa ska berömma den insatsen oavsett resultat. Det ger större chans till utveckling och bra prestationer. Tränaren berömmar också andra värden för gruppen; exempelvis en god lagkamrat, när någon är hjälpsam eller liknande händelser.
Alla är olika – olika är bra	<ul style="list-style-type: none"> Finns det olikheter i Kia och Milas liv? Vilka? Diskutera! 	Familjesituation, boende, roll i laget, ekonomi, fotbollsutrustning, skolan, sätt att reagera mm.
Att ta för sig som tjej	Med jämställd idrott menas att tjejer och killar ska få idrotta på samma villkor. Tjejer kan ta för sig lika mycket som killar gör. <ul style="list-style-type: none"> Vilka scener i filmen visar situationer där tjejerna tar för sig och står upp för lika rättigheter? Har ni blivit ifrågasatta/stött på motstånd/hört kommentarer osv för att ni är tjejer som idrottar? 	När tjejerna vinner matchen mot killarna. När tjejerna säger ifrån till killarna. När Lollo säger till styrelsepersonen.

Område	Frågor	Exempelsvar
Att ta för sig som tjej (forts)	Damfotboll i relation till herrfotboll diskuteras i filmen. <ul style="list-style-type: none"> Vilken är er uppfattning om dam- vs herridrott i världen idag? 	
	<ul style="list-style-type: none"> Vad kan vi göra för att det ska bli mer jämställt mellan herr och damidrott i världen? 	Locka fler att titta på damidrott. Prata om att du som tjej idag kan drömma och satsa lika mycket på din idrott som en kille kan.
	<ul style="list-style-type: none"> Vet ni vad jantelagen är? Tycker ni det är svårt att framhålla er själva och säga att ni är extra bra på något? 	Jantelagen innebär att man inte får sticka ut och tro att man är bättre än andra på något sätt.
Att göra sitt bästa	Ambitioner och drömmar är centrala inslag i filmen. Samtidigt nämns begreppet talang och talanglag. Det vi vet är att väldigt lite är medfött. Vill man bli bra på något så behöver man träna på det. Den egna inre motivation spelar stor roll, att man gör det man själv vill. Du idrottar för din skull, inte någon annans. <ul style="list-style-type: none"> Vad är det för skillnad på en dröm och en ambition? 	En dröm är något man strävar mot och vill uppnå. Ambition är det där lilla extra man gör och som krävs för att nå dit.
	<ul style="list-style-type: none"> Mila får frågan om att vara med i ett bättre lag. På vilket sätt visar sig Milas ambitioner i filmen? 	Mila har lagt mycket extra tid på träning och återhämtning. Hon har skapat egna förutsättningar för att nå sin dröm. Mila och Kia fyller på med mat (pasta) inför och efter träning/match. Mila respekterar tränarens beslut om när laget ska vara tillbaka och sova på Gothia Cup.
Laget/gruppen	<ul style="list-style-type: none"> På vilket sätt visar sig de goda beteendena mellan lagkamrater i filmen? 	Lagkamrater står upp för varandra. Hjälper varandra. Peppar varandra.
Språkbruket	<ul style="list-style-type: none"> Reagerade ni på språket hos tjejerna i filmen? I så fall, på vilket sätt? 	Det är mycket svordomar, könsord och annat olämpligt språk i filmen.
Skadad	Att spela skadad eller sjuk kan förvärra skadan eller sjukdomen och göra att det blir värre. <ul style="list-style-type: none"> Vad tror ni kan bli en konsekvens av att man spelar med en skadad fot? 	Få bestående problem med foten som kanske aldrig läker.

Glöm inte att återkoppla till oss via QR-koden!



Östergötland