

FINTER 2026 | Spillerne, modgangen og fodboldglæden

Printpakke til spillere, forældre og trænere. Brug materialet til samtaler, ikke til at presse nogen til at fortsætte.

Andrés Iniesta - Psykisk mistrivsel og depression

Iniesta har fortalt om en periode med depression og om, hvor svært det var at finde glæde, selv om hans fodboldkarriere gik godt. Sorgen over Dani Jarques død blev en del af en meget svær tid.

Trænerens refleksion: Tal om mental sundhed uden at kræve, at spilleren først præsterer. Professionel hjælp kan være vigtig.

Gianluigi Buffon - Panikangst midt i topfodbolden

Buffon har selv beskrevet et panikanfald før en Juventus-kamp i 2004 og en periode med depression. Han forklarede, at støtten fra målmandstræneren gav ham mulighed for selv at vælge, om han kunne spille.

Trænerens refleksion: Trænerens rolle er ikke at diagnosticere, men at lytte, tage faresignaler alvorligt og hjælpe spilleren til relevant støtte.

Jamie Vardy - Afvist som ung og tæt på at opgive

Vardy blev afvist i Sheffield Wednesday som 16-årig. Efter sit skifte til Leicester havde han en svær sæson; BBC dokumenterede i 2014, at han overvejede at stoppe, før han igen fandt fodfæste.

Trænerens refleksion: Et nej i ungdomsårene fortæller ikke alt om fremtidig udvikling. Samtidig må ingen føle pligt til at fortsætte for enhver pris.

Marco Reus - Gentagne skader og afbrudt rytme

Reus oplevede flere alvorlige skader og gik blandt andet glip af VM i 2014. Historien viser, hvordan skader kan ændre en karriere og udfordre spillerens motivation.

Trænerens refleksion: Sørg for realistisk genoptræning, tryk tilbagevenden og en identitet, der ikke kun handler om kampminutter.

Thierry Henry - Et svært klubsifte

Henry fik svært ved at finde sin rolle i Juventus, inden skiftet til Arsenal og samarbejdet med Arsène Wenger blev afgørende. Et dårligt match i én klub behøver ikke definere en hel karriere.

Trænerens refleksion: Før en spiller stemples som mislykket, bør træneren spørge, om rolle, læringsmiljø og forventninger passer.

Kevin De Bruyne - Manglende spilletid i Chelsea

De Bruyne slog ikke igennem i Chelsea, men udviklede sig gennem andre klubmiljøer til en af sin generations mest fremtrædende playmakere.

Trænerens refleksion: Spilletid, tillid og den rigtige rolle kan være vigtigere end klubnavnet.

8 øvelser til fodboldfællesskabet

1. Skriv tre glæder ved fodbold
2. Del en fejl og læringen
3. Tag en femminutters spillersamtale
4. Lad spillere afprøve nye positioner
5. Tal om at blive, skifte eller holde pause
6. Skab en frivillig rolle til skadede spillere
7. Lav holdets positive sætninger
8. Vælg ét selvvalgt fokusmål

10 spørgsmål til holdets refleksion

1. Hvem har BBC beskrevet som tæt på at stoppe?

Svar eller samtalepunkt: Jamie Vardy.

2. Hvem fortalte om panikanfald før en Juventus-kamp?

Svar eller samtalepunkt: Gianluigi Buffon.

3. Betyder et fravalg på U16, at karrieren er slut?

Svar eller samtalepunkt: Nej. Spillere udvikler sig forskelligt.

4. Hvad bør en træner gøre ved tegn på mistrivsel?

Svar eller samtalepunkt: Lytte, tage signalerne alvorligt og hjælpe med at finde støtte.

5. Kan en spiller godt vælge at stoppe uden at fejle?

Svar eller samtalepunkt: Ja. Det kan være en legitim, god beslutning.

6. Hvad viser Henrys klubsifte?

Svar eller samtalepunkt: At rolle og miljø kan ændre en spillers muligheder.

7. Hvad kan skader påvirke ud over fysikken?

Svar eller samtalepunkt: Motivation, trivsel, identitet og hverdagsliv.

8. Hvad er bedst ved en samtale med en spiller i tvivl?

Svar eller samtalepunkt: Åbne spørgsmål uden pres for et bestemt svar.

9. Er denne quiz et diagnostisk redskab?

Svar eller samtalepunkt: Nej.

10. Hvad skal være i centrum i børnefodbold?

Svar eller samtalepunkt: Tryghed, læring, leg, medbestemmelse og fællesskab.

4-ugers opfølgingsplan

Uge 1: Fejl og tryghed.

Uge 2: Medbestemmelse og roller.

Uge 3: Skader, fravalg og pauser.

Uge 4: Samtaler og frivillige udviklingsmål.

Kilder: BBC Sport (18. marts 2014), BBC Sport (8. januar 2019), The Guardian (26. april 2026). Se kildelinks i artiklen på finter.dk.