

MATCHVÄRDS- UTBILDNINGEN

För trygga miljöer i våra ishallar



**UPPLAND
SÖDERMANLAND**
HOCKEYKONTOR



Matchvärdsutbildningen

SYFTE

- Verktyg och kunskap för att modigt agera när någon blir illa behandlad.

UPPLÄGG

- Matchvärdens roll
- Diskussioner
- Rollspel
- Förberedelser

MÅL

- Att skapa en trygg och respektfull miljö och främja positivt beteende.

Vilka typer av situationer tror du kan uppstå i samband med ishockey, båda på planen och utanför, för en matchvärd kan behöva agera i?



**UPPLAND
SÖDERMANLAND**
HOCKEYKONTOR

MATCHVÄRDENS ROLL

- Matchvärden står för respekt, trygghet och gemenskap – på och utanför isen.
- En synlig vuxen som fångar upp, lugnar ner och visar vägen.
- Vi vill ha fler positiva upplevelser – färre onödiga konflikter.
- Tillsammans gör vi ishallen till en plats där alla vill vara.



FÖRÄLDRAHETS

Prestationspress

Egen identitet
och ambitioner

Bristande
kunskap och
förståelse

Emotionell
investering

Gruppsyck och
sociala faktorer



TRÄNARHETS

Prestationskrav
och
resultatfokus

Föräldrainslag

Bristande
utbildning och
resurser

Personliga
faktorer

Kultur och
normer



Varför är det viktigt att föräldrar och andra vuxna agerar när de bevittnar beteende som inte hör hemma på ishockeyläktaren?



**UPPLAND
SÖDERMANLAND**
HOCKEYKONTOR

LÄKTAREN

- Publiken på läktaren beter sig på ett lugnt och tryggt sätt
- Agera vid oacceptabelt beteende (fysiska eller verbala övergrepp)
- Hjälpa till att lösa konflikter eller situationer som uppstår



OMKLÄDNINGSRUMSGÅNGEN

- Matchvärden ser till att obehöriga inte befinner sig i omklädningsrumsgången. (Fingertopps känsla)
- Behöriga personer såsom spelare, tränare och ledare och domare befinner sig i omklädningsrumsgången.
- Fokus på stöd till domaren.



AVBYTARBÅSEN

- Matchvärden ser till att tränare och ledare följer Svenska Ishockeyförbundets och Riksidrottsförbundets värdegrund.
- Stödjer domaren om hen känner sig pressad eller utsatt.



- **Tillsammans** – Ishockeyn utvecklas genom samarbete, delaktighet och respekt.
- **Passion** – Vi brinner för sporten och vill att engagemanget ska synas både på och utanför isen.
- **Ansvar** – Vi tar ansvar för vår idrott, våra handlingar och hur vi uppträder inom hela rörelsen.



- **Glädje och gemenskap** – Idrott ska vara roligt, utvecklande och bygga samhörighet.
- **Demokrati och delaktighet** – Alla medlemmar ska ha inflytande och kunna påverka.
- **Allas rätt att vara med** – Idrotten är öppen för alla oavsett kön, bakgrund eller förutsättningar.
- **Rent spel** – Ärlighet, respekt och fair play ska prägla allt från barnidrott till elitnivå



Vad kan vi som matchvärdar göra för att stötta de domare som utsätts för oönskat beteende och se till att de känner sig trygga och skyddade?



BEFOGENHET

- Matchvärden har rätt till att verbalt avvisa personer såväl som spelare, ledare eller föräldrar från ishallen om de bryter mot ishockeyns regler, värdegrund eller har ett oönskat beteenden och uppträder otrevligt.
- Samspelet med domaren innan en eventuell avvisning.
- Vid situationer där säkerheten eller tryggheten hotas ska anmälan alltid upprättas och skickas in till disciplinnämnden för vidare åtgärder.
- Disciplin.us@ishockeyforbundost.se



**UPPLAND
SÖDERMANLAND**
HOCKEYKONTOR

VID BEHOV, UPPRÄTTA EN ANMÄLAN

- **Specifika händelser** – beskriv händelserna, var så detaljerad som möjligt.
 - Lag/förening
 - Tidpunkt
 - Vart i ishallen och i vilken ishall
- **Inblandade parter** – namnge de personer eller parter som var inblandade i händelsen.
- **Beskrivning av händelseförlopp** – Skriv i kronologisk ordning hur händelsen utspelade sig.
- **Vittnen** – finns det vittne, notera namn och kontaktinformation.
- **Bevis eller dokumentation** – finns det dokumenterat på filmer eller bilder så bifoga dessa i dina anmälan.
- **Kontaktperson** – Dina kontaktuppgifter som anmälare



CASE / ROLLSPEL



**UPPLAND
SÖDERMANLAND**
HOCKEYKONTOR

CASE 1: Domaruppvaktning i omklädningsrumsgången

Plats: Utanför omklädningsrummet efter matchen

Roller: 2 matchvärdar, 1 huvudtränare, 1 assisterande ledare

Situation:

Domaren har precis blåst av matchen. Ett av lagen känner sig missnöjd med några domslut och huvudtränaren söker upp domaren i domarrummet för att ställa frågor. Tonen är irriterad och tränaren gestikulerar för att visa sitt missnöje.

Instruktioner till rollerna:

Tränare: Ställ flera frågor till domaren med irriterad ton, uttryck besvikelse över besluten.

Assisterande ledare: Försök lugna tränaren men är också märkbart frustrerad.

Matchvärdarna: Kliv in, presentera er och ta ledningen i samtalet. Påminn vänligt om att respektera domaren även efter match, visa att du hör de upprörda tränare och flytta samtalet bort från domarrummet.

CASE 2: Förälder på läktaren visar missnöje mot domaren

Plats: Läktaren under match

Roller: 1 matchvärd, 1 förälder, 1 åskådare (som observerar)

Situation:

En förälder visar tydligt missnöje mot domarens beslut. Personen höjer rösten, gestikulerar och gör flera kommentarer som stör och inte passar in på läktaren för barn- och ungdomsishockey.

Instruktioner till rollerna:

Förälder: Visa irritation och kommentera flera domslut med irriterad ton.

Åskådare: Försök ignorera, men se märkbart obekvämt ut.

Matchvärd: Närma dig lugnt, presentera dig och fråga hur läget är. Förklara att det är viktigt att vi som vuxna hjälper till att skapa en positiv atmosfär, vara förebilder på läktaren. Avsluta med att tacka föräldern för samtalet men be om förståelse för respekt för domarens beslut.



CASE 3: Förälder visar missnöje mot ett barns prestation

Plats: Läktaren under match

Roller: 1 matchvärd, 1 förälder, 1 medförälder

Situation:

En förälder blir irriterad över sitt eget barns misstag på isen och uttrycker missnöje högt. Barnet märker det och verkar påverkat av detta missnöje.

Instruktioner till rollerna:

Förälder: Kommentera barnets spel på ett negativt sätt (sucka, prata högt, gestikulera).

Medförälder: Försök lugna den irriterande personen och påminn om att barnen behöver peppning och stöd från hen.

Matchvärd: Närma dig lugnt och säg att du har förståelse för att det är lätt att leva sig in i matchen. Påminn om att barnen behöver uppmuntran och stöttning i sitt idrottsutövande. Avsluta samtalet att tacka föräldern för samtalet och uppmana till ett stödjande beteende.



**UPPLAND
SÖDERMANLAND**
HOCKEYKONTOR

CASE 4: Ledare gestikulerar kraftigt och kritiserar domaren

Plats: Avbytarbåset under match

Roller: 1 matchvärd, 1 huvudtränare, 1 assisterande tränare, 1 domare (kan spelas av utbildaren)

Situation:

Tränaren visar tydligt sitt missnöje med flera domslut under matchen. Hen gestikulerar, ropar mot domaren och kastar till slut sin snusprilla ut på isen i frustration.

Instruktioner till rollerna:

Huvudtränare: Visa irritation över domslut, gestikulera mot domaren och kastar in snusen i riktning mot domaren.

Assisterande tränare: Försök lugna huvudtränaren men är själv märkbart besvärad över huvudtränarens beteende.

Matchvärd: Närma dig båset vid första tillfälle, prata lugnt men tydligt. Påminn om respekt för domaren och att ledarna är förebilder för spelarna/barnen. Om beteendet upprepas, uppsök domarens uppmärksamhet under matchen eller i pausen och informera domaren om händelserna, samt vad du som matchvärd har agerat på.



**UPPLAND
SÖDERMANLAND**
HOCKEYKONTOR

CHECKLISTA – FÖRE MATCHEN

- **Förberedelse:** Se till att du har all nödvändig information om matchen, lagen och eventuella speciella arrangemang eller händelser. Kontrollera att du har alla nödvändiga material från föreningen och matchvärdsvästen för att utföra ditt uppdrag som matchvärd.
- **Kommunikation:** Hälsa på lagen, domarna och funktionärer när du kommer till ishallen. Var tydlig i din kommunikation och se till att alla inblandade är medvetna om din roll och vad de kan förvänta sig av dig.
- **Mental förberedelse:** Använd de tidigare nämnda teknikerna för att förbereda dig mentalt inför matchen. Tillämpa djupandning, positiva affirmationer och visualisering för att lugna ner dig själv och stärka ditt mod inför pressade situationer.



CHECKLISTA – UNDER MATCHEN

- **Närvaro och lugn:** Var närvarande och lugn i din roll som matchvärd. Försök att behålla ett lugnt och professionellt uppträdande även i intensiva och stressiga situationer. Visa att du är där för att hjälpa till och att du är tillgänglig för att svara på frågor eller lösa eventuella problem. Att du även följer vad som händer i matchen är en förutsättning att ha koll på läget.
- **Tydlighet och instruktioner:** Ge tydliga instruktioner till spelare, ledare och åskådare vid behov. Var tydlig och koncis för att undvika förvirring och missförstånd. Använd en positiv och stöttande ton i ditt bemötande.
- **Konflikthantering:** Om det uppstår konflikter eller spänningar, försök att hantera situationen på ett professionellt sätt. Lyssna aktivt på alla parter och om möjligt försök hitta en lösning. Vid behov, erbjuda en paus eller separera de inblandade för att lugna ner situationen.



CHECKLISTA – EFTER MATCHEN

- **Utvärdering:** Ta dig tid att reflektera över matchen och din egen insats som matchvärd (ca 1-2minuter). Identifiera eventuella utmaningar eller förbättringsområden för framtida matcher. Utvärdera också eventuella positiva inslag och framgångar under matchen.
- **Feedback:** Ge feedback till lag och arrangörer om din upplevelse som matchvärd. Dela med dig av eventuella observationer eller förslag för att förbättra kommande evenemang. Var konstruktiv och professionell i din återkoppling.
- **Vid eventuell överträdelse/händelse så kontakta ansvarig i förening eller Hockeykontoret.**
- **Avkoppling:** Ta tid att koppla av och slappna av efter matchen. Använd avslappningsmetoder som djupandning och kroppsmedvetenhet för att återhämta dig från eventuell stress eller spänning under matchen.

FÖRBEREDELSE

- **Självförberedelse**
 - Information och kunskap om ishallen
- **Lugnande närvaro**
 - Tålmodig och lyssna aktivt
- **Positivt bemötande**
 - Glädje och positivitet smittar
- **Tydlighet och kommunikation**
 - Hälsa på alla, viktigt att du syns
- **Hantering av konflikter**
 - Lyssna till båda sidor av konflikten och om du kan försök att hitta en lösning som alla kan acceptera



Matchvärdsutbildningen

SYFTE

- Verktyg och kunskap för att modigt agera när någon blir illa behandlad.

UPPLÄGG

- Matchvärdens roll
- Diskussioner
- Rollspel
- Förberedelser

MÅL

- Att skapa en trygg och respektfull miljö och främja positivt beteende.

MATCHVÄRDS- UTBILDNINGEN

Tack för att du deltog!

För vi bidrar tillsammans till att skapa
trygga miljöer i våra ishallar



**UPPLAND
SÖDERMANLAND**
HOCKEYKONTOR