FÖREBILDER SOM PUSHAR GRÄNSER

EN RAPPORT OM UNGA TJEJER OCH FOTBOLL



FÖRORD FRÅN OBOS & EFD

Att ha någon att se upp till kan göra stor skillnad. En förebild kan inspirera, skapa framtidstro och få unga att våga drömma större. Inte minst inom idrotten, där möjligheten att se andra lyckas kan vara avgörande för tron på den egna förmågan.

Sedan 2018 har OBOS varit titelsponsor av Damallsvenskan, Sveriges högsta serie för damer som räknas som en av världens främsta damfotbollsligor. Här möts etablerade spelare och framtidens stjärnor, och flera av Sveriges landslagsspelare återfinns i ligans klubbar. Tillsammans har OBOS och Elitfotboll Dam arbetat för att stärka ligan, klubbarna och spelarna och bidra till en hållbar utveckling av svensk damelitfotboll.

Under dessa år har vi fått följa en fantastisk utveckling. Publik- och tittarrekord har slagits, framgångsrika spelaraffärer har satt svensk fotboll på kartan och intresset för sporten har vuxit. Det är resultatet av ett långsiktigt arbete från många aktörer, både på och utanför planen, och vi är stolta över att ha varit en del av den resan.

Samtidigt ser vi att unga tjejers idrottsintresse minskar. Även om fotbollen står stark finns en viktig utmaning i att få fler tjejer att inte bara börja spela, utan också vilja fortsätta. Därför ville vi ta pulsen på unga tjejer och undersöka vad som inspirerar och påverkar deras fotbollslust.

Damfotbollens utveckling kan förstås inte tillskrivas en enskild sponsor. Däremot tror vi verkligen att långsiktiga investeringar som genererar synlighet, förebilder och bättre förutsättningar är viktigt för att hålla intresset levande.

Vi är stolta över att ha varit en del av resan. Med den här rapporten vill vi bidra med kunskap som kan inspirera till fortsatt utveckling och påminna om något viktigt: framtidens damfotboll formas av de möjligheter och förebilder vi ger unga tjejer idag.



KARIN HELLGREN
CHEF VARUMÄRKE OCH KOMMUNIKATION
OBOS



JENNY HERMANSSON
GENERALSEKRETERARE
EFD

SUMMERING

- När tjejers intresse för idrott utmanas står fotbollen emot. **Fotbollen är den största idrotten bland tjejer 7-14 år**, 32% av de tjejer som idrottar spelar fotboll.

- **Betydelsen av att utvecklas och tävla har ökat**. En av fyra tjejer 15-24 år identifierar sig som en träningsmänniska.

- Idrottsstjärnor har en förmåga att nå fram och inspirera unga tjejer generellt. **En av fem** influencers som tjejer (15 – 24 år) **följer i sociala medier är idrotts-stjärnor.**

- Andelen unga fotbollsspelande tjejer som har **förebilder inom fotbollen har ökat** från 43% 2019 till **65% 2026**. 42% av tjejerna har minst en kvinnlig förebild. 85% av unga fotbollsspelande killar har en förebild vilket är oförändrat sedan 2019.

- 70% av tjejerna och 86% av killarna **blir inspirerade av sin förebild** i sitt fotbollsspelande.

- Totalt säger 72% (53% av tjejerna och 81% av killarna) att **förebilden bidrar till att de fortsätter med sin fotboll.**

- **37% av tjejerna följer damfotbollsspelares** innehåll och 40% ser på klipp från damfotboll i sociala medier, men konsumerar fortfarande herrfotboll oftare live och på TV. Unga tjejer följer generellt damfotboll i större utsträckning än killar.

- **53% av tjejerna** och 68% av killarna säger att de **troligtvis kommer spela fotboll om fem år**. Men bara 14% av tjejerna säger att det är mycket troligt.

- 92% har en plats för **spontan-fotboll nära bostaden.**

- 98% av alla **föräldrar tycker det är viktigt** att barn och unga har tillgång till **platser för spontanidrott nära hemmet**. 71% säger att platser för spontanidrott i närområdet är viktigt för valet av bostad.

- 54% av alla föräldrar tycker att tjejer och killar har lika goda förutsättningar att utvecklas inom fotbollen. 26% tycker inte det. **32% av alla föräldrar till döttrar tycker inte att tjejer har lika goda förutsättningar** att utvecklas inom fotbollen som killar.

UNGA TJEJER IDAG

På Ungdomsbarometern har vi sedan 1991 följt unga i Sverige och lyssnat till hur de ser på sin vardag. Genom våra återkommande studier har vi fått lära oss mycket om vad som är viktigt för unga och hur det förändras över tid. Idrotten har också varit en del av det arbetet under många år, tillsammans med bl.a. Riksidrottsförbundet, olika idrottsförbund och Centrum för idrottsforskning. Där har vi fördjupat oss i ungas träningsvanor och engagemang inom idrotten. Det är med de erfarenheterna vi bidrar med ett bredare sammanhang till den här rapporten.

Ungdomsbarometerns studier visar att nära relationer är viktiga för unga, samtidigt som många upplever press i vardagen. Tjejer uppger oftare än killar att de känner stress kring sin kropp och sitt utseende och kring omgivningens förväntningar.

Bland unga som beskriver sig som träningsmänniskor återkommer berättelser om träningen som ett sätt att må bättre och hantera stress. Bland ideellt engagerade inom idrotten är gemenskapen i föreningen en viktig drivkraft. Resultaten belyser hur både det egna välbefinnandet och sociala sammanhang kan ha betydelse i ungas relation till idrotten.

Samtidigt förändras ungas idrottsintresse över tid. Våra studier visar att tjejers generella intresse för att idrotta och tävla har minskat något sedan 2020, samtidigt som fotbollen behåller en stabil position. Det aktualiserar frågor om fotbollens plats i tjejers vardag, och om vad som har betydelse för deras fortsatta deltagande.

Förebilder är ett perspektiv på relationen mellan unga och idrott. Både vår statistik och våra samtal med unga visar att idrottsstjärnor utgör personliga förebilder för tjejer, och finns bland de profiler som tjejer följer i sina sociala medier.

I sammantaget bidrar våra studier med argument för varför engagemanget är viktigt att fortsätta jobba med: idrottens sociala betydelse, tjejers förhållande till prestation och kvinnliga idrottares synlighet.

JESSICA ÅKERSTRÖM
ANALYSCHEF, UNGDOMSBAROMETERN

ungdoms barometern

NÄR TJEJERS INTRESSE FÖR IDROTT UTMANAS STÅR FOTBOLLEN EMOT.

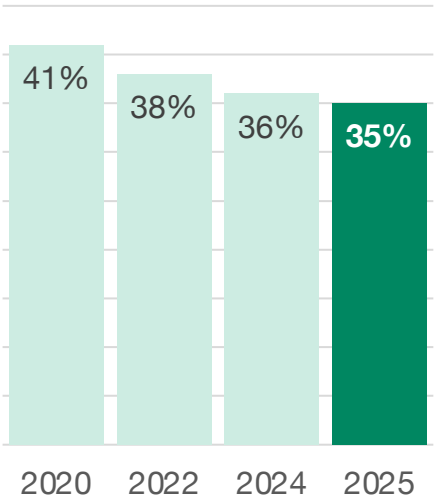
Tjejers generella intresse för att idrotta och tävla har gått från 41 till 35 procent sedan 2020. Att behålla unga inom föreningsidrotten är en välkänd utmaning. Ungdomsbarometerns siffror visar också att de lämnar föreningsidrotten tidigt.

Utmaningen med unga som lämnar föreningsidrotten berör flera idrotter. Fotbollen är dock en av de idrotter där intresset och utövandet i föreningsregi ligger relativt stabilt över tid.

För yngre tjejer är fotboll den största idrotten: i Lilla UB 2025 – Intressen och fritid uppger 32 procent av 7–14-åriga tjejer att de tränar fotboll. Samma studie visar också att tjejer har en större variation av träningsformer än killar, vilket innebär att fotbollen konkurrerar med ett bredare utbud av aktiviteter.

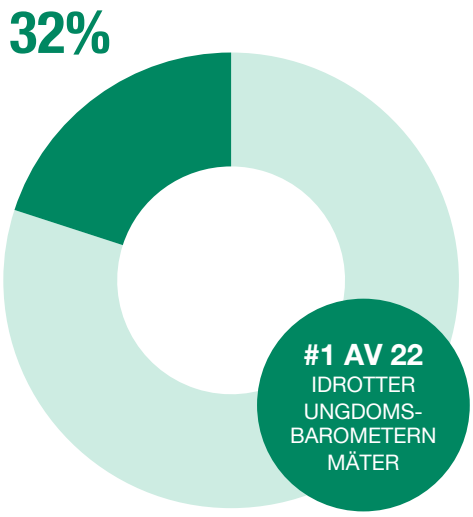
Sammantaget har fotbollen en stark position tidigt. Utmaningen är att behålla relevansen när tjejer blir äldre.

INTRESSET FÖR ATT IDROTTA / TÄVLA



Tjejer 15-24 år

VAD TRÄNAR DU?



7-14-åriga tjejer som tränar fotboll

TOPP 5: 7-14-ÅRIGA TJEJER

1.	Fotboll	32%
2.	Gymnastik	22%
3.	Dans	20%
4.	Simning	14%
5.	Innebandy	12%

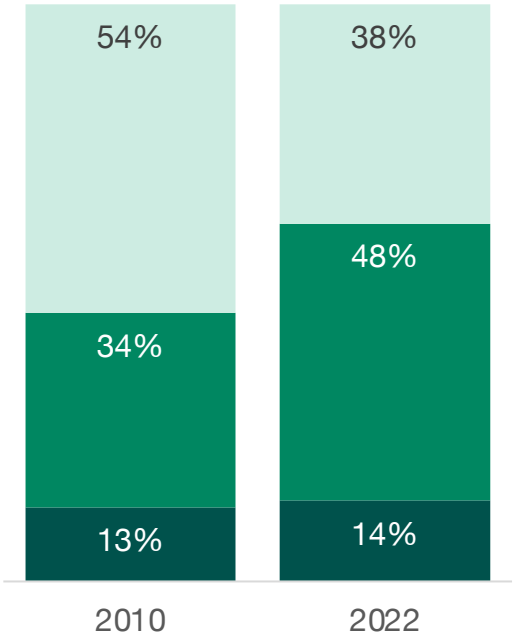
UB ungdoms barometern

BETYDELSEN AV ATT UTVECKLAS OCH TÄVLA HAR ÖKAT.

Tävling och möjligheten att bli duktig har blivit viktigare mellan 2010 och 2022, även om dessa parametrar fortfarande inte är avgörande för de flesta tjejer.

Förändringen ligger inte nödvändigtvis i att alla tjejer vill elitsatsa, utan i att fler möter en idrottsvärld där prestation, tävling och ambition också framstår som **möjliga vägar** för tjejer.

ATT JAG KAN BLI DUKTIG/TÄVLA



Skalfråga: Hur viktigt känns följande för dig när du väljer idrott/träningsform?
Filter: Tjejer 15-24 år

ungdoms barometern

ATT TRÄNA ÄR EN DEL AV IDENTITETEN.



ANDEL TJEJER SOM 2024 IDENTIFIERAR SIG SOM:

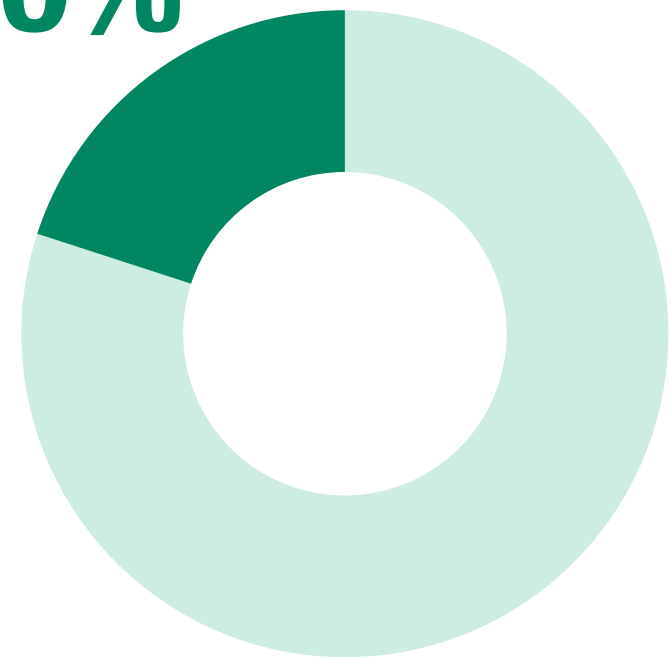
Träningsmänniska	26%
Friluftsmänniska	14%
Hälsomänniska	12%
Hästmänniska	10%
Supporter	10%
Föreningsmänniska	5%
Elitidrottare	4%
Motorfantast	3%

Fråga: Här kommer en lista med olika begrepp – vilka av dem tycker du passar för att beskriva dig? (valfritt antal alternativ)
Filter: Tjejer, 15-24 år

IDROTTSSTJÄRNOR HAR FÖRMÅGAN ATT INSPIRERA.

Idrottsstjärnor har en förmåga att **nå fram och inspirera** unga tjejer generellt. En av fem influencers som unga tjejer följer i sociala medier är idrottsstjärnor.

20%



TJEJER 15-24 ÅR
Andel av de tjejer som följer kända personer eller influencers, som följer **idrottsstjärnor** i sociala medier

Flervalsfråga: Vilken eller vilka typer av kända personer/influencers följer du?
Endast 1 av 23 svarsalternativ redovisas
Filter: Tjejer 15-24 år som följer influencers i sociala medier

UB ungdoms barometern

NOVUS – OM UNDERSÖKNINGEN

Som en del av denna rapport har en kvantitativ enkätundersökning genomförts med syfte att undersöka i vilken utsträckning unga fotbollsspelare har förebilder och vilken betydelse dessa har för deras fotbollsintresse och framtida karriärdrömmar.

Undersökningen tar avstamp i Unionen och Novus rapport Ojämn spelplan från 2018, där det framkom att endast 43 procent av tjejerna hade en förebild inom fotbollen, trots att förebilder ansågs ha stor betydelse för den egna fotbollskarriären. Vi ville följa upp den siffran för att se om bilden har förändrats.

Årets undersökning har genomförts av Novus på uppdrag av OBOS. Novus är ett av Sveriges ledande analys- och undersökningsföretag, med lång erfarenhet av att genomföra kvantitativa undersökningar och analysera opinion, samhällsutveckling och människors attityder.

Målgruppen är fotbollsspelare i åldern 10–16 år. Respondenterna har rekryterats via sina föräldrar i Novus slumpmässigt rekryterade och riksrepresentativa Sverigepanel.

Totalt har 438 intervjuer genomförts under perioden 15–29 oktober 2026, varav 219 med barn och unga i åldern 10–16 år.

FAKTA OM UNDERSÖKNINGEN

Metod: webbaserad undersökning

Målgrupp: barn och unga 10-16 år, som är aktiva inom fotbollen – samt vårdnadshavare till fotbollsaktiva barn och unga 10-16 år (ur Novus riksrepresentativa och slumpmässigt rekryterade Sverigepanel)

Intervjuperiod: 15e – 29e oktober 2026

Antal intervjuer: 438 intervjuer, varav 219 intervjuer med barn/unga 10-16 år resp. 219 intervjuer med vårdnadshavare

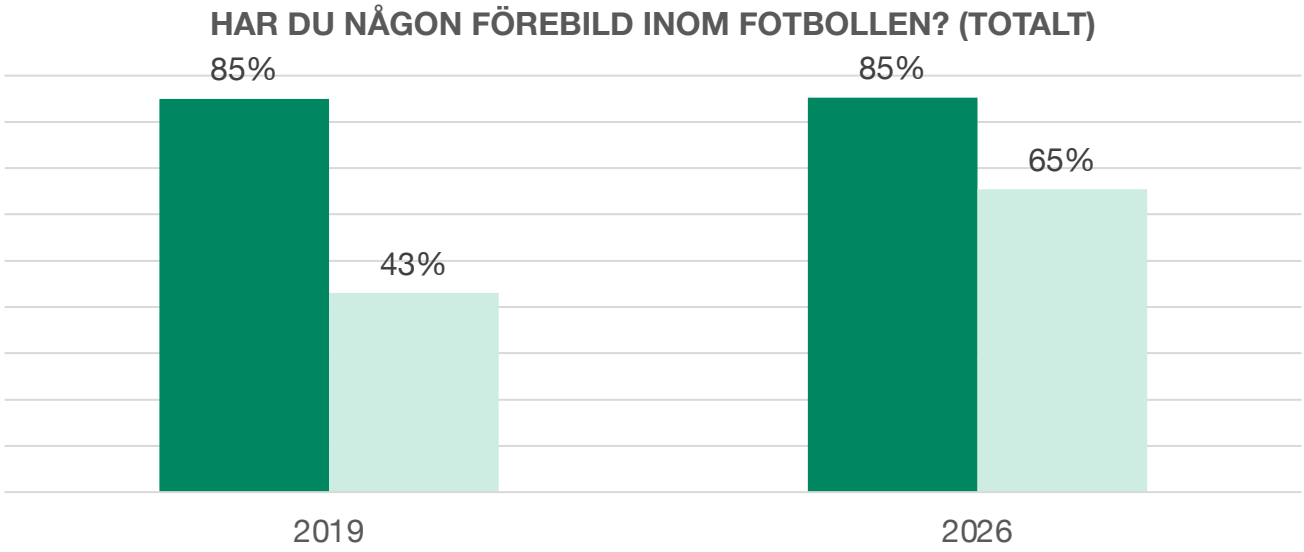
Ansvarig: Peter Blid, Business Advisor Novus Group International

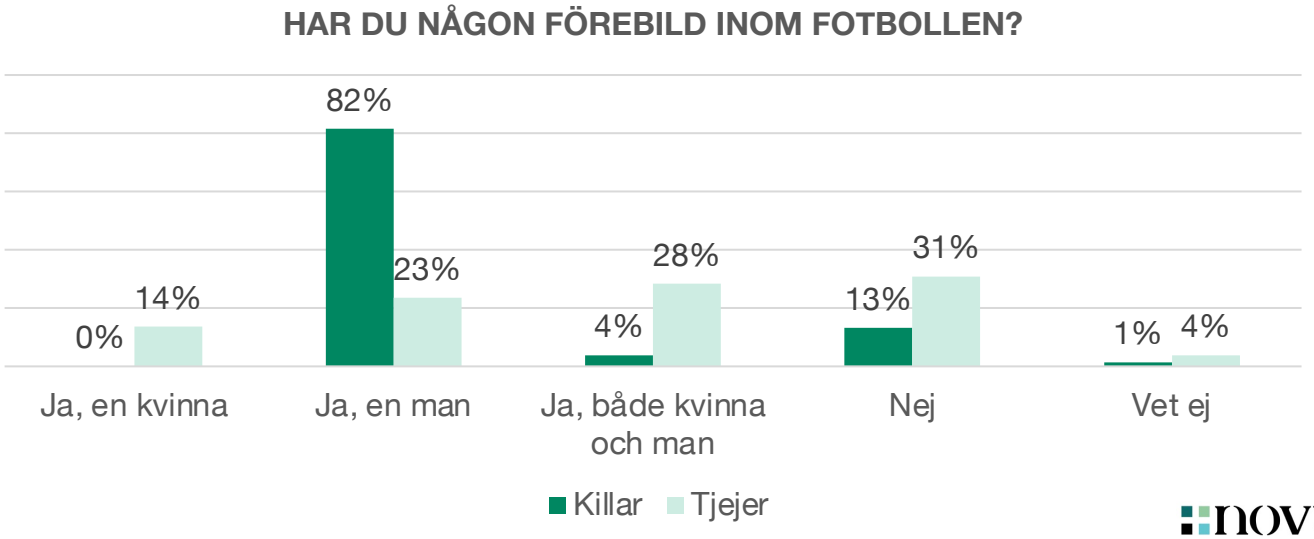
NOVUS

FLER TJEJER HAR FÖREBILDER INOM FOTBOLLEN.

Andelen unga fotbollsspelande tjejer som har förebilder inom fotbollen har **ökat från 43% 2019 till 65% 2026**. 42% av tjejerna har minst en kvinnlig förebild. 85% av unga fotbollsspelande killar har en förebild vilket är oförändrat sedan 2019.

82% av killarna har manliga förebilder och 4% har både en manlig och en kvinnlig förebild inom fotbollen. Bland tjejerna är det betydligt mer jämt fördelat, 14% har en kvinnlig förebild, 23% en manlig och 28% ser upp till både kvinnliga och manliga förebilder.





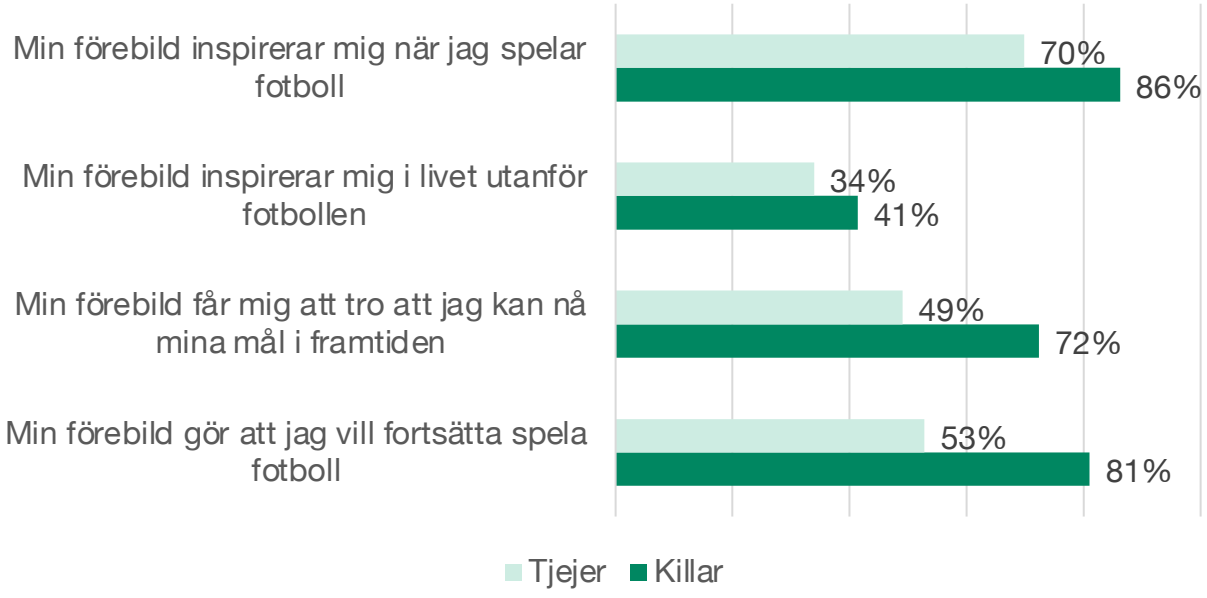
NOVUS

FÖREBILDER ÄR VIKTIGA SOM INSPIRATION INOM FOTBOLLEN, OCH FÖR ATT FORTSÄTTA SPELA FOTBOLL.

Bland de som har en förebild menar 70% av tjejerna och 86% av killarna blir **inspirerade av sin förebild** i sitt fotbollsspelande.

Totalt säger 72% (53% av tjejerna och 81% av killarna) att förebilden bidrar till att de **fortsätter med sin fotboll.**

HUR BRA ELLER DÅLIGT STÄMMER FÖLJANDE FÖR DIG (OM DIN FÖREBILD INOM FOTBOLLEN)?

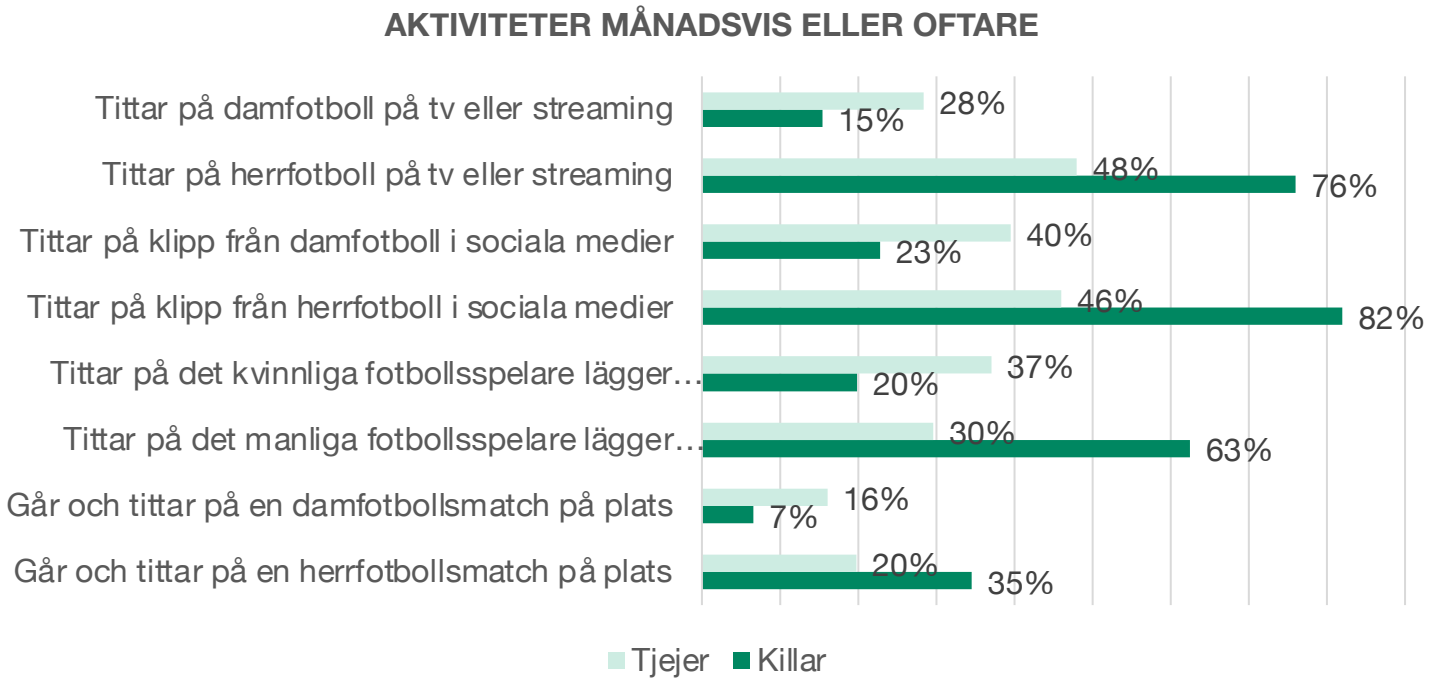


NOVUS

TJEJERNA FÖLJER OFTARE KVINNLIGA ÄN MANLIGA FOTBOLLSSPELARE I SOCIALA MEDIER.

37% av tjejerna följer damfotbollsspelare och **40% ser på klipp från damfotboll** i sociala medier, men konsumerar oftare herrfotboll.

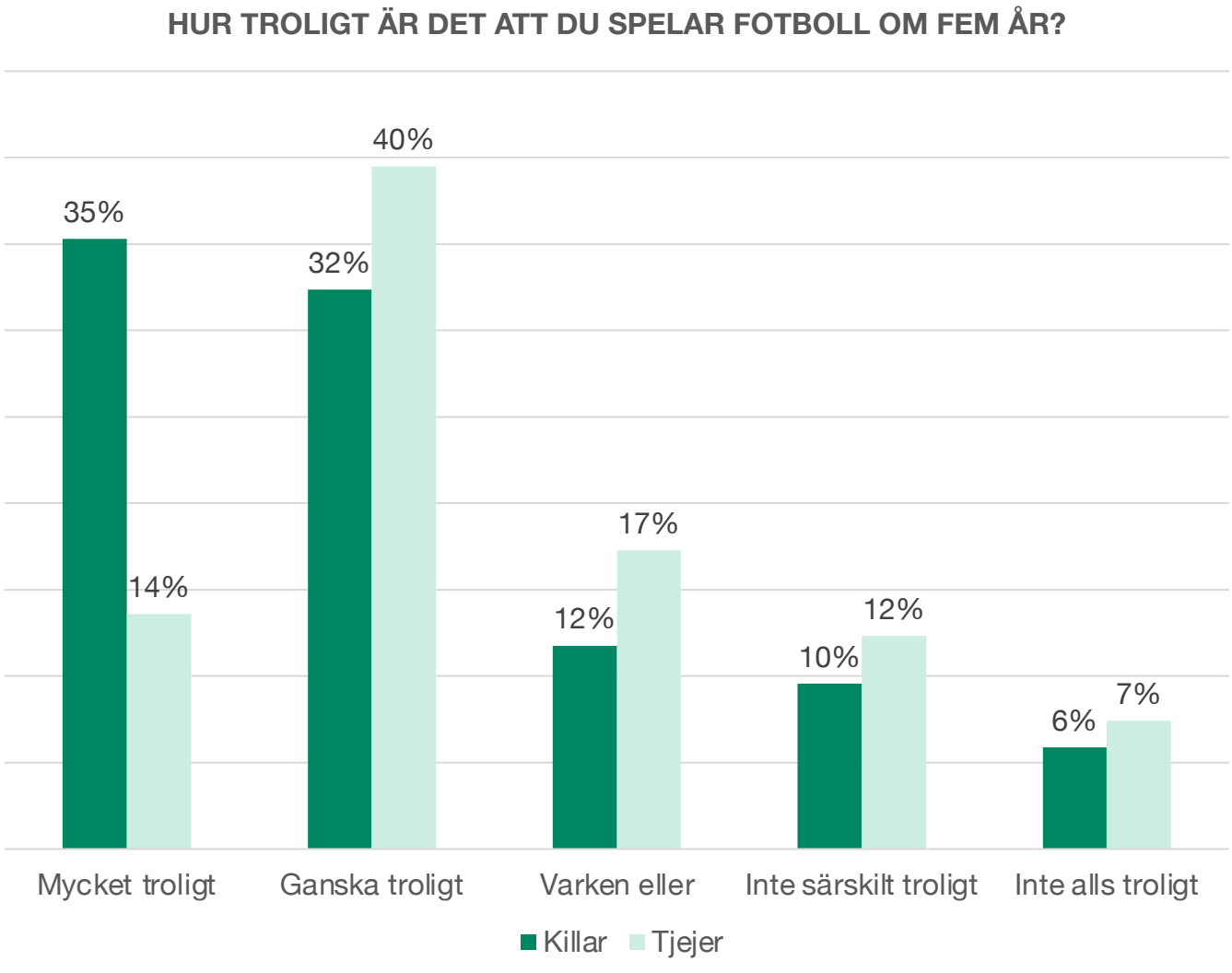
Unga tjejer följer generellt damfotboll i större utsträckning än killar och killarna framförallt herrfotboll.



NOVUS

53% AV TJEJERNA OCH 68% AV KILLARNA SÄGER ATT DE TROLIGTVIS KOMMER SPELA FOTBOLL OM FEM ÅR.

Bara 14% av tjejerna säger att det är mycket troligt.

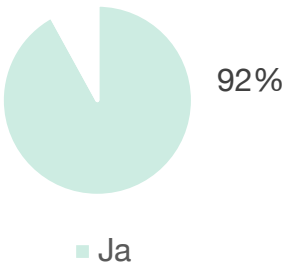


NOVUS

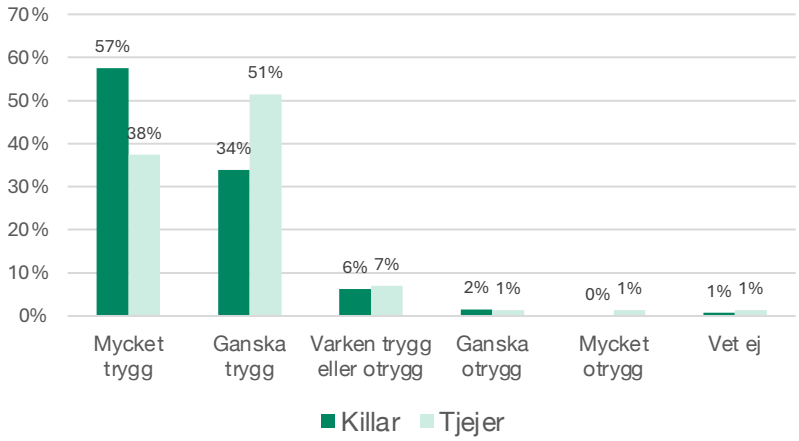
DE FLESTA HAR EN TRYGG PLATS FÖR SPONTANFOTBOLL NÄRA HEMMET – MEN INTE ALLA.

Tjejer känner sig **oftare ”ganska” än ”mycket” trygga** på platsen för spontanfotboll.

FINNS DET EN PLATS NÄRA DÄR DU BOR DÄR DU KAN SPELA FOTBOLL NÄR DU VILL, UTAN ATT DET ÄR TRÄNING MED EN FÖRENING?



HUR TRYGG ELLER OTRYGG KÄNNER DU DIG PÅ DEN PLATSEN?



FÖRÄLDRAR VILL HA NÄRA TILL PLATSER FÖR SPONTANIDROTT.

98% av alla föräldrar tycker det är **viktigt att barn och unga har tillgång till platser för spontanidrott** nära hemmet

71% av alla föräldrar säger att tillgången till **platser för spontanidrott** i när-området **är viktigt för valet av bostad**

54% av alla föräldrar tycker att tjejer och killar har lika goda förutsättningar att utvecklas inom fotbollen. 26% tycker inte det. **32% av alla föräldrar till döttrar tycker inte att tjejer har lika goda förutsättningar** att utvecklas inom fotbollen som killar.

NOVUS


OBOS
DAMALLSVENSKAN
OBOS