



Vägen från landslaget

– om elitidrott, karriär och avslutning

Vägen från landslaget

– om elitidrott, karriär och avslutning

Per Göran Fahlström, Göran Patriksson och Owe Stråhlman

FoU-rapporter

- 2011:1 Utvärdering av Riksidrottsförbundets jämställdhetsarbete mellan åren 2005–2010
Gertrud Åström
- 2011:2 Att finna och att utveckla talang – en studie om specialidrottsförbundens talangverksamhet
Per Göran Fahlström
- 2012:1 Den framgångsrika idrottsföreningen – reflektioner från fokusgruppsamtal om framgång
Torbjörn Einarsson
- 2012:2 Idrott, föreningar, sociala media och kommunikation – en undersökning av IT-användning inom idrottsrörelsen
Alf Westelius, Ann-Sofie Westelius, Erik Lundmark
- 2012:3 Evaluering av Riksidrottsförbundets forskningsinnsats
Kari Steen-Johnsen och Bernard Enjolras
- 2012:4 Nationellt godkända idrottsutbildningar – certifiering och talangidentifikation
Stefan Lund och Maria Liljeholm
- 2012:5 Kunskapsöversikt: Sexuella övergrepp – i relationen mellan tränare och idrottsaktiv
Susanne Johansson
- 2013:1 Hbtq och idrott – ungdomars erfarenheter och villkor inom svensk idrott
Frida Darj, Mathilda Piehl och Fia Hjelte
- 2013:2 Unga i och om framtidens idrottsorganisering
Susanna Hedenborg och Joakim Glaser
- 2013:3 På väg mot att bli ”vinnare i långa loppet” – Riksidrottsgymnasieelevers upplevelser av dubbla karriärer under sitt första läsår
Natalia Stambulova, Cecilia Engström, Alina Franck och Lukas Linnér
- 2014:1 Kunskapsöversikt: Alkohol och idrott
C. Mikael Mattsson, Örjan Ekblom och Olof Unogård
- 2014:2 Förtroendevalda i stormens öga – Ordförandes syn på kompetens och lärande i idrottsföreningar
Ola Segnestam Larsson, Ersta Sköndal högskola, Ideell Arena och Stockholms universitet

Det finns ett begränsat antal tryckta rapporter att beställa via Riksidrottsförbundets kundtjänst – kundtjanst@rf.se

I övrigt laddas rapporten hem via rf.se/Undermeny/Forskning

Författare: Per Göran Fahlström, Göran Patriksson och Owe Stråhlman

Foto omslag: Bildbyrå

Formgivning: Catharina Grahn, ProduGrafia

ISBN: 978-91-87385-09-4

Innehåll

Abstract	5
Förord	7
1. Inledning	9
2. Tidigare forskning	12
Några svenska studier.....	12
Internationella studier.....	16
Forskning och utvärdering kring stödsystem för elitidrottare.....	19
Forskning om talang och talangutveckling.....	20
3. Teoretiska utgångspunkter	26
Teoretiska utgångspunkter i föreliggande studie.....	27
4. Metod	30
Metodologi.....	30
Studiens bakgrund.....	31
Undersökningsgrupp.....	31
Genomförande.....	33
Analys.....	33
5. Vägen till elitidrotten	35
Familjebakgrund.....	35
Idrottsbakgrund.....	37
Att specialisera sig – att börja satsa.....	42
6. Elitidrottsavslutningen och tiden därefter	47
Vad kännetecknade avslutningen?.....	47
Varför avslutades elitidrottskarriären?.....	51
Upplevelser av karriäravslutningen och tiden efteråt.....	54
Kategori 1: I stort sett problemfritt.....	55
Kategori 2: Mestadels bra men med smärre problem.....	57
Kategori 3: Mycket problemfylld avslutning.....	59
Vilken typ av arbete erbjöds efter karriärslutet?.....	64
7. Parallella karriärer – vilka olika stöd behövs?	70
Utbildning.....	70
Val av studier – val av idrott.....	71
Att studera och idrotta vid ett idrottsgymnasium.....	73
Att bedriva elitidrott på ordinarie gymnasium.....	77

Att bedriva elitidrott utan gymnasium.....	78
Universitets- och högskoleutbildning.....	79
Studier och idrott på universitet och högskola.....	81
Stödfunktioner, idrott och studier.....	83
Sammanfattning utbildning.....	85
Yrke.....	86
Familj och tränare.....	90
Tränare.....	92
Tränare som yrke.....	94
8. Diskussion.....	96
Metoddiskussion.....	96
Resultatdiskussion.....	96
Några sammanfattande råd och synpunkter.....	108
Slutord – fortsatt forskning.....	111
Referenser.....	112

Abstract

Bakgrund: Utgångspunkten för projektet är olika perspektiv på de elitidrottandes karriärer. Det finns relativt omfattande internationell forskning om vägen från involvering i barn- och ungdomsidrott till prestation på elitnivå, dock i mindre omfattning i en svensk kontext. Tidigare studier har visat att en framgångsrik idrottskarriär, ofta bygger på att den idrottandes liv och vardag är i harmoni. Det har också framkommit att många kombinerar sitt elitidrottande med arbete och/eller studier både på hel- och deltid. Däremot är den forskningsbaserade kunskapen om nutida svenska elitidrottarens situation efter karriären tämligen begränsad.

Syfte: Studies syfte består av tre delar: att beskriva (1) upplevelser och erfarenheter av vägen till och genom elitidrottskarriären, (2) upplevelser av övergången från elitidrottskarriären till livet efter elitidrottskarriären och (3) upplevelser av olika stödfunktioners betydelse under och efter elitidrottskarriären.

Metod: För att besvara de formulerade forskningsfrågorna intervjuades 36 idrottare, 26 män och 10 kvinnor, med erfarenhet på internationell toppnivå. Fem av de intervjuade var vid intervjutillfället fortfarande aktiva. Av de före detta aktiva hade omkring hälften avslutat sin elitkarriär under 1990-talet och den andra halvan under 2000-talet. De svarande representerar idrotterna badminton, bandy, basketboll, brottning, bågskytte, cykel, fotboll, friidrott, fäktning handboll, ishockey, kanot, konståkning, orientering, rodd, segling, simning, skidor, skyttesport och tennis. De frågor som diskuterades med de intervjuade belyser syftets olika delar, med undantag för dem som inte avslutat sin karriär, där frågor om erfarenheter av själva avslutningen inte ställdes.

Resultat: De flesta informanterna kommer från familjer med starkt idrottsintresse, föräldrar och syskon utövar och konsumerar idrott. Detta har underlättat och bidragit till respondenternas idrottsintresse. De aktivas vägar till elitidrott visar på stor variation i aktivitetsmönster, allt från utövare som tidigare valt en idrott och satsat på den till utövare som sysslat med ett flertal idrotter och valt idrott relativt sent. De allra flesta tillhör den senare gruppen. De intervjuade kan tydligt identifiera när de valda att satsa på sin huvudidrott och anger tre huvudsakliga skäl till sin satsning: markant höjd målsättning, insikten om att de bisitter en potential att nå långt och får bekräftelse och uppmärksamhet t.ex. uttagning till landslag, elitgrupp eller liknande

Idrottskarriärens avslutning är ofta en komplex och utdragen process som kan liknas vid ett mångårigt hängivet förhållande som de flesta har haft svårt att lämna. Nästan en tredjedel av de intervjuade återvände till idrotten en eller flera gånger (comeback). Däremot var karriärslutet för många

ett medvetet planerat beslut. Endast ett fåtal bestämde sig för att klippa av banden till elitidrotten med kort varsel. Beslutet om att avslutade idrottskarriären berodde ofta på kombinationer av olika skäl. De vanligaste skälen var bristande motivation, skada eller hälsoproblem och (hög) ålder. De allra flesta anger att övergången från elitidrotten till ett ”vanligt” liv gått relativt problemfritt. De var i stort sett nöjda med sin livssituation och mådde bra även om en mindre del av dem upplevt större eller mindre problem i direkt anslutning till karriärslutet. De menar idag att idrotten spelat en central och betydelsefull roll i deras liv och att de genom idrotten fått lära sig värdefulla egenskaper för sina kommande liv. Ingen av dem ångrar heller sin elitidrottsatsning. En klar majoritet av de intervjuade har efter idrottskarriären fått jobb som hade stark koppling till idrott antingen inom idrottsrörelsen eller genom att starta egna företag som på olika sätt hade idrottsanknytning. Flera respondenter nämner också betydelsen av att förbereda sin elitidrottsavslutning. Här vilar ansvaret naturligtvis på individen själv men också på idrottens organisationer, samt allmännyttiga samhällsfunktioner som utbildning- och arbetsmarknadsåtgärder. Utbildning, yrke och signifikanta andra är viktiga ingredienser för att förbereda en lyckad postidrottslig socialisation, med möjlighet för individen att under elitidrottstiden bedriva parallella karriärer. Respondenterna var också positiva till RF:s planerade satsning på s.k. Riksidrottsuniversitet, med möjlighet till studier och stöd för sin idrottsliga utveckling under elitidrottskarriären.

Förord

Sten Eriksson
1937–2012

Denna rapport har en speciell förhistoria. Docent Sten Eriksson började för ett par år sedan att diskutera med Riksidrottsförbundet (RF) om ett forskningsprojekt med syfte att särskilt studera svenska elitidrottare avslutningsfas i ljuset av vad som skett i inledningsskedet av karriären och under elitkarriären. Han hade tidigare genomfört flera RF-uppdrag och studier som på olika sätt behandlat ”vägen till landslaget” och erhöll 2012 ett uppdrag av RF att studera ”Vägen från landslaget”, en projekttitel som Sten själv var upphovsman till. Sten hade egen forskningserfarenhet att (tillsammans med Göran Patriksson och Owe Stråhlman) studera elitidrottare avslutningsprocesser inom ramen för ett stort forskningsprojekt som startade 1989 med ekonomiskt stöd av Riksbankens jubileumsfond och dåvarande Idrottens forskningsråd.

Sten hade en speciell relation till RF efter att ha arbetat många år där med frågor som gällde elitidrott och utbildning och RF hade ett stort förtroende för Stens kunskaper och kapacitet att genomföra utredningar och forskningsuppdrag. De kunde lita på att Sten alltid gjorde ett gediget arbete till gagn för den idrottsrörelse han själv brann så mycket för. Sten påbörjade även detta projekt med stor entusiasm – utan att bry sig om vissa kroppsliga krämpor som hade börjat göra sig påminda – och genomförde samtliga de intervjuer, som utgör det empiriska materialet till denna studie, på ett imponerande sätt. Trots sviktande hälsa reste han alltså land och rike runt och intervjuade ett 35-tal toppidrottare varav merparten hade avslutat sin karriär och en mindre del fortfarande var aktiva. Han hade planerat för ytterligare några intervjuer som dock inte kunde genomföras. Sten avled i en ålder av 75 år (alldeles för tidigt), och för oss kollegor och vänner oväntat, i hjärtsvikt endast en dryg vecka efter sin sista intervju.

Sten hade redan under studiens gång sett till att de ljudinspelade intervjuerna transkriberades kontinuerligt och dessutom skisserat lite på rapportens inledning. Här fanns således ett unikt forskningsmaterial som låg och väntade på att bli analyserat. Eftersom Stens huvudarbetsplats före (men även efter pensioneringen som egentligen aldrig blev av) under många år varit Göteborgs universitet och dess idrottsvetenskapliga institution, som haft en rad olika namn under årens lopp, föll det sig naturligt att uppdraget – efter förhandlingar med RF - övertogs av hans två närmaste forskarkollegor på institutionen (Göran Patriksson och Owe Stråhlman) och en nära samarbetspartner vid Linnéuniversitetet i Växjö (Per Göran Fahlström). Vid överlämnandet av materialet har vi haft stor hjälp av Sten hustru, Gunilla Eriksson, som blev mycket glad att vi skulle fullfölja Stens studie. Forskningsmaterialet var välordnat och lätt att hantera för oss. Även om således

det mesta var väl dokumenterat av undersökningens design och genomförande har vi i vissa fall inte någon fullständig information om hur till exempel kommunikationen mellan Sten och de intervjuade har varit, vad som sagts och vad som eventuellt inte sagts eller meddelats. Vi har tagit hänsyn till detta och varit restriktiva med viss information om intervjupersonerna.

Rapporten består av åtta kapitel. Vi har haft en viss arbetsfördelning vid själva skrivandet. Per Göran Fahlström har haft huvudansvaret för avsnittet om tidigare forskning om talang och talangutveckling i kapitel 2, hela kapitel 5 (Vägen till elitidrotten) och de delar som berör dessa områden och frågeställningar i det sammanfattande diskussionskapitlet (kapitel 8). Göran Patriksson har haft huvudansvaret för kapitel 1, den del som handlar om tidigare forskning om elitidrottens avslutningsfas i kapitel 2 och hela kapitel 6 (Elitidrottsavslutningen och tiden därefter) liksom de avsnitt som sammanfattar och diskuterar resultaten kring elitidrottsavslutningen och vad som hände därefter i den civila karriären i kapitel 8. Owe Stråhlman har skrivit kapitel 3 (teoretiska utgångspunkter), 4 (Metod) och 7 (Parallella karriärer – vilka olika stöd behövs?) samt metoddiskussionen och de delar som berör parallella karriärer i kapitel 8. Även om vi haft huvudansvar för olika kapitel och delar av rapporten har vi under hela arbetsprocessen gång på gång gemensamt diskuterat och läst all text. Vi står gemensamt för rapportens innehåll och dess resultat och hoppas att våra forskningsfynd kan bidra till en nyanserad diskussion kring hur de angelägna frågor som vi tagit upp i denna skrift kommer att tacklas i framtiden i den svenska idrottsrörelsen. Det är många frågor som väntar på bättre lösningar än dagens.

Vi vill avslutningsvis tacka Peter Mattsson (RFs elitidrottschef) för ekonomiskt stöd för att kunna slutföra denna studie, ett välvilligt bemötande och ett stort intresse för de frågeställningar som behandlats i rapporten.

1. Inledning

Elitdrottskarriärer är relativt sparsamt studerade i Sverige, medan intresset för detta fält har växt kraftigt inom internationell idrottsforskning. Speciellt har det inom idrottspsykologin blivit ett betydelsefullt område, vilket tagit sig uttryck i många studier fokuserade mot olika aspekter av karriärövergångar (särskilt vad gäller elitdrottsavslutningen), specifika kapitel i idrottspsykologiska läro- och handböcker samt systematiska forskningsöversikter (Stråhlman, 2006; Lavalley, Wylleman & Sinclair, 2000; Wylleman, De Knop, Verdet & Cecic`Erpic´, 2007; Park, Lavalley & Tod, 2013). Det ökade forskningsintresset skall ses mot bakgrund av att (mass)media sedan länge riktat strålkastarna mot framgångsrika idrottare – speciellt i vissa starkt mediabevakade grenar – och deras karriärer och inte minst när elitdrottskarriären tar slut. Den mediala fokuseringen har ofta varit inriktad mot det spektakulära d.v.s. en stark tendens att beskriva extremfall av antingen mycket ”framgångsrika” eller ”misslyckade” individer i livet i och utanför idrotten både under och efter karriärens slut (Patriksson, 1989; Stråhlman, 1997; Stier, 2009; Cosh, LeCouteur, Crabb & Kettler, 2013).

Elitidrotten har dessutom i ännu högre grad än tidigare (förutom medialiseringen) blivit ekonomiserad, internationaliserad och global. Många idrotter har därför blivit mångmiljardindustrier med stora prispengar och ofta mycket betydande sponsor- och reklamintäkter, medan andra idrotter med mindre intresse för media och sponsorer fått leva under mer blygsamma ekonomiska villkor. Oavsett dessa har idrottens ”totalisering” (Heinilä, 1982) med sin sedan länge ständigt pågående ”konkurrensspiral” medfört än mer ökade prestationskrav, vilket i sin tur inneburit att både träningens mängd och intensitet har skruvats upp ytterligare. Enligt denna teori är också elitdrottarnas resultat och prestationer viktiga för de nationer. De blir representanter för ett land, en idrottsmodell ett system. Därför skapas i många länder olika stödsystem t.ex. ekonomiskt stöd till elitidrottare, medicinskt och psykologiskt stöd, anpassning av idrott och studier, karriärrådgivning etc. Men detta stöd ökar enligt Heinilä också pressen på utövarna. De tävlar inte bara för sig själva utan för sitt land. Under sådana betingelser blir karriärövergångar (t.ex. från elitjunior till potentiell elitsenior) ytterst viktiga för den enskilde idrottaren och ett ofrivilligt avbrott (t.ex. en svår skada) kan betyda slutet på en elitkarriär som kanske ännu inte nått sin topp och en skada som dessutom kan leda till både psykiska och ekonomiska problem. Att (ofrivilligt) avbryta sin karriär innebär också ofta att man hamnar utanför dessa olika stödjande system. Denna situation har också gjort att forskning kring övergångar (*transitions*) inom den elitinriktade idrotten blivit betydelsefull för att få ökad kunskap om hur upplevelserna kring hur dessa processer ser ut. Hur många får större eller mindre problem vid karriärslutet och hur många klarar ett utträde utan problem? Hur yttrar sig de problem som uppträder? Vilka faktorer kan ligga bakom de upplevda

problemen? Vilket stöd behöver och får utövarna? Sådan kunskap borde vara av stor vikt dels för att försöka förebygga, dels för att försöka åtgärda denna typ av problem.

I många länder har man byggt upp olika stödsystem för elitidrottare, program som ibland startar i mycket låga åldrar för att dels tidigt försöka identifiera potentiella talanger, dels stödja dessa successivt på olika sätt (anpassad utbildning, tränare, ekonomiskt, medicinskt, psykologiskt m.m.) från barn- och ungdomstiden till karriärslutet och tiden därefter. I vissa länder och organisationer har man kommit långt med att etablera nationella centra och supportprogram som även innehåller delar som syftar till att planera för och underlätta karriärslut för elitidrottare (Gilmore, 2008; Park, 2012; Sjöblom & Fahlén, 2012; Park, Lavalley & Tod, 2013, Fryklund, 2012; Westermark & Larsson, 2013).

I Sverige började man i viss mån och i liten skala uppmärksamma olika problem med elitsatsande idrottare under slutet av 1960-talet när den statliga idrottsutredningen "Idrott åt alla" (SOU:1969) tog upp sådana frågor. Fokus lades speciellt på svårigheten att kombinera elitidrott och utbildning. Det blev startpunkten för den "svenska modellen" av elitidrott och utbildning (det s.k. EU-programmet) som till stor del handlade om socialt ansvar för de aktiva från samhället och idrottsrörelsen. Denna satsning, som utvecklats genom åren, har bl.a. handlat om anpassad studiegång (tid och flexibilitet) på den gymnasiala – och under senare tid – även på den postgymnasiala nivån (se Norberg, 2012). Under senare år har det också vuxit fram en omfattande kommunal satsning på idrottsrelaterade utbildnings-satsningar på grundskolenivå, som inneburit att idrottsrörelsen fått ett ökat inflytande på idrottsämnet i skolan. Den tidigare ganska tydliga distinktionen mellan skolans idrottsundervisning och den föreningsbaserade barn- och ungdomsidrotten är inte lika klar längre. Den svenska idrottsmodellen har i detta avseende förändrats (Patriksson, 1987; Eriksson, 1989, RF, 2001; Ferry, Meckbach & Larsson 2013).

Det idéprogram för elitidrott som presenterades 1984 (Elitidrottsrådet, 1984) har fortfarande inte fått någon officiell efterföljare även om nya insatser gjorts under senare år av både Riksidrottsförbundet (RF) och Sveriges Olympiska Kommitté (SOK). I idéprogrammet finns mycket ambitiösa mål om perioden efter karriärslutet: "Resterande tid ska den f.d. elitidrottsutövaren leva som en vanlig samhällsmedlem... Det bör vara organisationens uppgift att utforma verksamheten så att individen verkligen utvecklas positivt inte bara som utövare utan också som människa" (s.4) ... "Det måste ligga i idrottsrörelsens och samhällets intresse och ansvar att det finns en dräglig social tillvaro att falla tillbaka på när rubrikernas tid är över" (s.13) och "Idrottsrörelsen och samhället ska ta ansvar för att ingen svensk idrottsutövare får sociala problem beroende på en ambitiös elitsatsning" (s.32, vår kursiv).

Dessa höga målsättningar från den svenska idrottsrörelsen har knappast infriats. De svenska studier som gjorts av representativa urval av svenska elitidrottare aktiva från 1950-talet till slutet av 1990-talet (Patriksson, 1995; Stråhlman, 1997, 2006; Stambulova, Stephan & Järphag, 2007), och som kommer att redovisas i nästa kapitel, visar grovt sett, att de flesta elitidrottare klarat både karriärslutet och övergången från elitidrott till ett ”vanligt” liv utan större problem, men att detta vanligtvis skett utan några specifika insatser från idrottsrörelsens sida. Data till dessa studier samlades in 1990-1991 respektive 2002-2004 och har således några år på nacken och man kan fråga sig om resultaten fortfarande äger full giltighet. Debatten och den internationella forskningen visar att frågorna kring elitkarriärens slut och vad som händer därefter fortfarande är mycket angelägna. En nyligen genomförd uppföljning av det svenska elitidrottssystemet indikerade också att det har sin största svaghet i processens sista led; att skapa ”... förutsättningar för de bästa talangerna att helhjärtat kunna fullfölja sina elitidrottsliga ambitioner på högsta internationella nivå (Norberg, 2012, s 56). Mycket tyder dessutom på att nästa fas (avslutningen) har än större brister.

Elitidrottens villkor har, som tidigare berörts något, spetsats till ytterligare och en del elitaktiva har troligen, trots samhällets och idrottsrörelsens stora ambitioner på utbildningsområdet, inte haft tid, möjligheter eller motivation att få en adekvat utbildning för dagens än mer krävande arbetsmarknad. Av dessa anledningar har behovet av nya svenska studier inom området känts angeläget och Riksidrottsförbundet (och särskilt dess nya enhet för elitidrottsfrågor) tog därför ett initiativ, i samspel med numera framlidne docenten Sten Eriksson, till föreliggande studie. Ytterligare ett skäl till en ny studie för RFs sida var arbetet med att utveckla en svensk modell för skapandet av s.k. elitidrottsuniversitet. Tanken har varit att genom denna studie även kunna få ett visst underlag för det fortsatta arbetet med denna fråga.

Syftet med föreliggande studie är att:

- beskriva upplevelser och erfarenheter av vägen till och genom elitidrottskarriären
- beskriva upplevelser av övergången från elitidrottskarriären till livet efter elitidrottskarriären
- beskriva upplevelser av olika stödfunktioners betydelse under och efter elitidrottskarriären

2. Tidigare forskning

Det finns få svenska undersökningar om elitidrottskarriären, karriärslutet och vad som händer efter karriärens slut. Förutom Halldéns (1963) pionjärbete från tidigt 1960-tal har det genomförts två större studier av representativa urval av elitidrottare (Patriksson, 1989, 1995; Stråhlman, 1997, 2006; Stambulova, Stephan & Järphag, 2007). Dessutom har Stier (2009) utfört en kvalitativ intervjustudie; där han utifrån ett rollteoretiskt perspektiv intensivt undersökt en liten grupp manliga elittennisspelare. Två studier har även ägnats åt så kallade dubbla karriärer; kombinationen elitidrott och akademiska studier (Fryklund, 2012; Westermarck & Larsson, 2013). I ovan nämnda (med undantag av Halldén, 1963) publikationer finns utförliga forskningsgenomgångar av svenska, nordiska och internationella studier, som den intresserade läsaren hänvisas till. Av detta skäl kommer den föreliggande genomgången att hållas ganska kort och fokuserar huvudsakligen, när det gäller internationella studier, mot sådana som publicerats under senare år, framför allt från 2005 och framåt. Dessutom kommer i slutet av detta kapitel en diskussion av forskning rörande talang och talangutveckling, eftersom olika faktorer i den tidiga idrottskarriären i vissa avseenden har betydelse för hur avslutningen kommer att gestalta sig.

Några svenska studier

Först skall dock ges en relativt fyllig sammanfattning av några centrala resultat från den omfattande studien av svenska elitidrottare (N=880) från perioden 1952 till 1982 (Patriksson, 1993, 1994, 1995; Stråhlman, 1997) och frågan ställs - vem blev elitidrottare? Det visade sig att det var betydligt vanligare att toppidrottare – särskilt kvinnor - kom från familjer med högre utbildning än för befolkningen som helhet. Samma tydliga tendenser fanns också vad gäller den socioekonomiska bakgrunden. Även om de flesta elitidrottarna under denna tidsperiod kom från arbetarhem var andelen påfallande mycket lägre än för den genomsnittliga befolkningen i Sverige. De kvinnliga elitidrottarna hade också i betydligt större omfattning än männen föräldrar från högre socialgrupper. Det framkom även att det fanns stora skillnader mellan olika idrotter med avseende på socialgruppsfördelning. Utövare från brottning, fotboll och cykling kom i betydligt större utsträckning från socialgrupp III, medan i golf, tennis, segling och fäktning kunde man notera en stark överrepresentation av socialgrupp I. Författaren konkluderade dessa resultat på detta sätt: ”Det är... uppenbart att ursprungsfamiljens socioekonomiska status och de värderingar som grundläggs där påverkar möjligheten att bli elitidrottare... Effekterna av den nästan *osynliga socialisation* som försiggår i närmiljön syns kanske ändå mer tydligt vid val av idrottsgren. Formellt finns inga spärrar eller hinder att utöva vilken idrott som helst, men resultaten visar att införlivade normer och värderingar om olika aktiviteter i hög grad styr valet av idrottsgren” (Patriksson, 1994 s 11).

Hur upplevde elitidrottarna karriärslutet? Resultaten på en öppen fråga gav vid handen att drygt hälften uppgav olika typer av positiva svar. Frekventa svar var att man kände sig ”bra”, ”avkopplad” och ”glad och harmonisk”. I 14 % av svaren kunde man avläsa att man på något sätt var ”nöjd”, ”lätad” eller ”kände sig fri” sedan man slutat. Drygt en fjärdedel av gruppen sade sig uppleva någon form av problem. De vanligaste svaren var ”förvirrad”, ”ledsen”, ”oroad”, ”svårt”, ”känsla av saknad” och ”rastlöshet”. Fler kvinnor än män upplevde problem vid karriärslutet. En del, 9 % av dem som hade uppgett att de hade problem, angav att de haft ångest eller depressioner. Ett mindre antal klagade på att de inte längre stod i centrum och en liten grupp (2 %) svarade att de fått alkoholproblem sedan de slutat med elitidrott. En analys av vilka faktorer som hade störst inverkan på upplevelser av problem i samband med karriärslutet visade att graden av egenkontroll (frivilligt-ofrivilligt slut) hade störst betydelse. Att inte kunna påverka när man slutade med elitidrott (plötsliga skador eller ”petningar”) ökade påtagligt risken för upplevda problem. Andra faktorer som hade samband med en upplevd problemfylld elitidrottsavslutning var att sluta i unga år (16-20 år), inte nå sina egna uppsatta mål inom idrotten och att ha en självuppfattning som i hög grad var baserad på idrott. Det kanske viktigaste resultatet av studien vad gäller de psykologiska reaktionerna var att över tid verkade även kraftiga ”djupdykningar” i känsloläget orsakade av t ex plötsliga ofrivilliga avbrott successivt avta för att så småningom oftast helt klinga av (”tiden läker alla sår”). Dessa resultat sammanfattades bl.a. på följande sätt: ”Man kan kanske säga att upplevelsen av att lämna elitidrotten går få personer helt opåverkade ifrån, men att det för de flesta ändå är mer av *rebirth* än social stigmatisering och *social död*” (Patriksson, 1993 s. 19).

Hur gick det för de svenska elitidrottarna *efter* karriärens slut? I stort lyckades de väl vad gäller utbildning och i socioekonomiskt hänseende, då de utbildningsmässigt låg klart över den genomsnittliga befolkningen i samma åldrar. Skillnaderna mellan könen återfanns även här till kvinnornas fördel. Samma trender kunde även observeras i fördelningen av den socioekonomiska statusnivån. Majoriteten av gruppen – än mer utpräglad för de äldre – hade också en högre utbildnings- och socioekonomisk nivå än sina föräldrar; en uppåtriktad social rörlighet som var något högre än för befolkningen som helhet (Patriksson, 1995; Stråhlman, 2006). (Andelen med högre utbildning och i socialgrupp I och II har med tiden successivt ökat i Sverige.)

I den andra studien, med data insamlade från elitidrottare från 1990-talet och som avslutat sin elitidrottskarriär (N=343), användes delvis andra mätinstrument men jämförbarheten med den första undersökningen (ett antal frågor återkommer i samtliga använda mätinstrument) får ändå anses som god (Stråhlman, 2006; Stambulova, Stephan & Järphag, 2007). I Stråhlmans (2006) empiriska analyser har han slagit samman de båda materialen (men via uppdelning på födelseår kan de också särhållas) för att få en mycket stor och robust undersökningsgrupp för att bättre kunna genomföra de multivariata statistiska analyser som redovisades i rapporten. I mångt och

mycket var resultaten likartade – jämfört med studie 1 – även för de ”nya” yngre elitidrottarna som inkluderats i forskningsprojektet. Den undergruppen skiljde emellertid ut sig från de övriga genom att bl.a. ha den högsta genomsnittliga utbildningen. Men eftersom den allmänna utbildningsnivån successivt höjts i befolkningen kan man fråga sig om den ”relativa utbildningsnivån” bland de yngre elitidrottarna till och med kan ha sjunkit i förhållande till yrkeslivets krav på utbildning? Stråhlman (2006) konstaterade också att: ”It is an incontrovertible fact that the educational level has increased, but we also have to acknowledge that the demand for formal education was not as high in earlier decades. It was probably easier to find a job without formal education in the fifties and sixties than it is today” (s. 85).

Den viktiga frågan huruvida en elitidrottskarriär har varit försvårande för att bedriva studier belystes också. Resultaten visade klart att andelen som upplevde att elitsatsningen varit ett hinder för studier ökade kontinuerligt över tid. För de äldre toppidrottarna var de betydligt ovanligare än för de yngre och det förekom över tid oftare bland män än bland kvinnor. Denna trend speglade både det faktum att idrotten blivit alltmer krävande (vilket också visade sig i en allt större träningsmängd ju yngre man var) och att utbildningskraven skärpts på arbetsmarknaden. Det är emellertid viktigt att poängtera att andelen som såg kombinationen elitidrott och studier som oproblematiske var i majoritet – dock sjunkande över tid - under hela tidsperioden (Stråhlman, 2006 s. 86).

De båda undersökningsmaterialen gav också unika möjligheter att studera vid vilka åldrar elitidrottare från olika tidsepoker startade sitt idrottande, påbörjade sin elitsatsning, gjorde landslagsdebut och avslutade sin karriär. Dessutom fanns möjlighet att undersöka hur dessa faktorer hängde ihop. Debutåldern i huvudidrotten har successivt sänkts från 16 år (män) och 17 år (kvinnor) för de äldsta till tioårsåldern för de yngre toppidrottarna. Även åldern när elitkarriären tog sin början har sjunkit över tid från omkring drygt 20 år till 16-17 års ålder. Grenvariationerna har emellertid varit stora över hela tidsperioden; genomgående har dock konstakning, samt traditionella bollidrotter som fotboll, handboll och ishockey haft lägst åldrar både vad gäller idrottsstart och när elitidrottandet påbörjades. I vissa andra idrotter som bob, rodel, bågskytte, skytte och gång påbörjades karriären betydligt högre upp i åldrarna. Den genomsnittlige elitutövaren i dessa grenar startade sin karriär runt 20-årsåldern (Patriksson, 1995 s. 9; Stråhlman, 2006 s. 99-100).

Vid vilken ålder brukar en elitkarriär ta slut? Över hela den studerade tidsperioden visade det sig att män slutade vid en högre ålder än kvinnor. För båda könen har åldern för avslutningen sjunkit från i genomsnitt 36 år för män och 34 år för kvinnor till respektive 27 år och 26 år. Det fanns stora variationer i materialet. Före 20 års ålder slutade ungefär 2 %, medan 7 % inte lade upp förrän de var mellan 40 och 60 år. I likhet med startålder varierade åldern vid karriärslutet kraftigt med typ av idrottsgren. Konstakare,

simmare och gymnaster var yngst då de avbröt sin karriär. Ryttare, skyttar och bågskyttar tillhörde de som var äldst när de slutade.

Kvinnor hade en kortare elitkarriär (ca 11 år) jämfört med män (nästan 13 år i snitt). Den genomsnittliga karriärlängden blev något kortare hos yngre elitidrottare (födda 1960 och senare var en brytpunkt). Vid en analys av debut- och avslutningsåldrar i olika idrottsgrenar framträdde ett mönster: i grenar där man började tidigt slutade man också vid yngre åldrar och vice versa. Det tycktes alltså vara så att elitkarriären blev ungefärligen lika lång antingen starten skedde vid tidiga eller senare åldrar (Patriksson, 1995; Stråhlman, 2006).

Fanns det några samband mellan vissa av de faktorer som redovisades ovan? Det visade sig att det fanns ett medelstarkt samband ($r=.51$, män; $r=.54$, kvinnor) mellan en tidig idrottsdebut och en tidig elitsatsning och omvänt. Kan man predicera, via multipel regressionsanalys, vid vilken ålder en elitkarriär är över (beroende variabel) om man känner till födelseår, debutålder för idrottsutövande, ålder för elitsatsning och när landslagsdebuten skedde (oberoende variabler) med hänsyn tagen till kön, utbildning och typ av idrott? Resultatet för hela gruppen av elitidrottare blev att denna regressionsmodell kunde förklara 47 % av variansen i den beroende variabeln (åldern vid karriäravslutning). Förklaringsvärdet var dock högre för vissa typer av kategorier som kvinnor (54 %), individuella idrotter (58 %) och precisionsidrotter som bågskytte, skytte och fäktning (67 %) (Stråhlman, 2006 s. 101-105).

I Schlossbergs (1984) transitionsmodell utgör anpassningsstrategier och anpassnings- resurser viktiga komponenter (se även Stråhlman, 1997) för hur en övergång från en fas till en annan faller ut i termer av hur lyckad eller problematisk den blir. Med hjälp av faktoranalys kunde Stråhlman (2006) urskilja tre huvudtyper av *anpassningsstrategier* som användes av idrottarna vid övergången från elitidrott till ett mer "vanligt" liv. Den första och mest positiva egenskapen benämndes som en "framstegsfaktor" (eller utvecklingsfaktor) som innebar att de tidigare elitidrottarna kunde hantera övergångsfasen på ett konstruktivt sätt och därmed till stor del undvika stressreaktioner vid avslutningen. En majoritet av idrottarna var härvidlag lyckosamma. Den andra fick beteckningen "förnekandefaktor" och betydde att det fanns individer som försökte att ignorera de problem som kunde uppstå och istället fokuserade på annat med risk att hamna i en problematisk situation vid övergången från elitidrott och livet därefter. Den tredje dimensionen som utkristalliserades bland de tidigare toppidrottarna kallades för "disassociationsfaktor", som definierades som att man accepterade att ens elitidrottskarriär hade tagit slut samtidigt som man var passiv och uppgiven; en strategi som i värsta fall kan leda till någon form av missbruk, familjeproblem eller liknande (Ibid s 114-15).

Beträffande *anpassningsresurser* föll det ut fyra faktorer. En individuell faktor vars underliggande dimensioner bestod av målorientering, bestämdhet,

självförtroende och kunskap. Dessa resurser kunde karaktäriseras som individuellt utvecklade färdigheter som kunde vara värdefulla vid hanterandet av de problem som brukar uppstå tiden efter karriärens slut och för en fortsatt karriär inom ett annat (yrkes)område. Den andra komponenten handlade om social kompetens som visat sig vara en ytterst viktig resurs, inte minst i form av ett socialt nätverk, för att klara av livet efter elitidrotten. Den tredje dimensionen bestod av en kombination av förmågan att handskas med stress och självkontroll. En god förmåga i dessa avseenden visade sig underlätta de anpassningsproblem – lättare eller svårare – som uppstod efter karriärslutet och som mer eller mindre drabbade alla före detta elitidrottare. Den fjärde delfaktorn, ”upprätthållande av hälsa”, baserades på frågor angående upplevd hälsa under övergångsperioden. En tredjedel av gruppen upplevde hälsoförändringar vid karriärslutet av både positivt och negativt slag. Omkring 30 % uppgav att de drabbats av allvarliga skador under karriären och många hävdade att de fortfarande hade problem med dessa. Det har bekräftats i flera studier att idrottsskador har varit en vanlig avbrottsorsak bland elitidrottare (Ristolainen et.al, 2011; Moesch, Mayer & Elbe, 2012).

Stråhlman (2006) sammanfattade vilken roll anpassningsresurserna hade för de tidigare elitidrottarnas upplevelser av karriärslut: ”Some athletes finish their elite career with little or no ability to deal with common aspects of everyday life, and therefore feel restricted in certain situations. They are likely to experience a difficult transition due to lack of adjustment tools. But many former athletes made use of inherent sport qualities to cope with transition problems and develop positive feelings about retirement as the start of a new adventure” (s. 121).

Både de anpassningsstrategier- och resurser som identifierades i det omfattande undersökningsmaterialet (se ovan) finns med som delkomponenter i den teoretiska huvudmodell av processkaraktär (Stråhlman, 2006, s. 143), som föreliggande studie till stor del vilar på. Den och andra teorier eller modeller som använts som i förklarings syfte i tidigare forskning presenteras i nästa kapitel (3).

Internationella studier

Den tidiga (1950-1985) internationella forskningen om elitidrottskarriären, dess avslutning och livet efter karriären kännetecknades i hög grad av antingen teorilöshet eller användning av inadekvata teorier som emanerade från socialgerontologin (gerontologi=läran om åldrandet) eller tanatologin (läran om döendet och döden). Dessutom präglades undersökningarna av bristande representativitet (ofta endast en eller ett par idrotter och få studier där kvinnor deltog), stora bortfall, retrospektiv design, avsaknad av longitudinella studier, ensidighet och överdrifter i tolkning av resultaten. Eftersom de tidiga undersökningarna utsatts för systematisk granskning i andra forskningsöversikter hänvisas till dessa (Coakley, 1983, 1986; Pat-

riksson, 1989; Stråhlman, 1997). Istället riktas intresset mot sentida forskning (främst 2005-2013) och vad som framkommit där.

Granskningen av nyare forskning kommer delvis att ta sin utgångspunkt i den nyligen publicerade forskningsöversikten av Park, Lavalley & Tod, (2013) om "Athletes' career transition out of sport". Den omfattade 122 vetenskapliga arbeten, vilka uppfyllde vissa inklusionskriterier, och som var publicerade på engelska mellan 1968 till 2010. Man kan se en ganska stark ökning av antalet studier över tid. Jämfört med tidiga undersökningar, som dominerades av kvantitativt inriktade enkätstudier, har forskningsprojekt som genomförts under 2000-talet en kraftig övervikt av kvalitativa studier, oftast via olika typer av intervjuer, som vanligtvis innehöll relativt få personer. Även fallstudier av enstaka elitidrottare har förekommit. Även om denna typ av studier tenderar att vara djuplodande och väl teoretiskt förankrade kan det finnas problem att generalisera resultaten till större grupper av toppidrottare. Det kunde också konstateras att antalet longitudinella studier ökat – dock från en mycket låg nivå, Stråhlman (1997) var ett ovanligt undantag - markant jämfört med tidigare. Detta har gjort det möjligt att studera t ex beslutsprocesser och anpassningsstrategier över tid på ett avsevärt bättre sätt än tidigare retrospektiva undersökningar kunnat göra.

De flesta studierna – av samtliga 122 - har genomförts i Nordamerika (60), Europa (45) och Australien (10). Endast några få undersökningar har utförts i övriga världen. Detta kan innebära att resultaten är kontextberoende och främst speglar den nordamerikanska och europeiska (elit)idrottssituationen.

Generellt sett visade flertalet av nyare studier (i kontrast mot många äldre internationella studier, men i likhet med tidigare redovisade svenska studier) att en minoritet av idrottarna upplevt anpassningssvårigheter eller andra problem (Ibid, s. 32). Bland de faktorer som hade ett samband med negativa erfarenheter i anslutning till utträdet från elitidrottsrollen återfanns den idrottsliga självuppfattningen (identiteten), som i den mån de forna idrottarna i hög grad klängde sig fast vid denna, bidrog till identitetsförlust och att det tog längre tid att anpassa sig till livet efter karriärslutet (Park et al 2013; Lally, 2007; Warriner & Lavalley, 2008). Liksom i Patriksson (1995) framkom i Gilmore (2008) att de som avslutade sin karriär i unga år löpte en större risk att uppleva svårigheter vid övergången.

Graden av kontroll över beslutet att avsluta sin karriär befäste sin ställning från en del tidigare studier (bl.a. Patriksson, 1995) som en betydelsefull faktor vid karriärslutet. Ett påtvingat slut ledde betydligt oftare än vid en frivillig avslutning till problem (Lynch, 2006; McKenna & Thomas, 2007; Butt & Molnar, 2009). Ett vanligt exempel på ofrivilliga, och ofta abrupta, slut på karriären orsakades av skador och olika hälsoproblem. Sådana karriärslut har visat sig vara förknippat med problem i det fortsatta livet och som bl.a. yttrat sig i att det tagit längre tid att anpassa sig till den nya livssituationen (Gilmore, 2008; Kadlcik & Flemr, 2008; Muscat, 2010).

I Patriksson (1995) redovisades ett klart samband mellan graden av hur svenska elitidrottare uppfyllt sina egna idrottsliga mål och hur problemfylld avslutningen blev. Även senare internationella studier visade liknande resultat. De idrottare som inte nådde sina mål tenderade att få fler psykosociala problem, medan de som nådde sina mål visade sig vara mer tillfredsställda med livet efter elitidrotten (Park, et.al, 2013 s 35).

Att upplevelsen av karriärlutet samvarierar med hur lång tid som förflutit sedan det inträffade var en viktig konklusion som fick ett starkt stöd i svenska data. Ju längre tid som gått sedan karriären avslutades, desto mer nöjda och tillfredsställda var de tidigare elitidrottarna med livet (Patriksson, 1995; Stråhlman, 2006). Samma tendens kunde observeras i ett flertal senare utländska studier. Det fanns tydliga indikationer på att eventuella svårigheter från transitionen klingade av efter 12 till 18 månader, då också nya roller och identiteter började utvecklas för att klara omställningen till en annorlunda livsstil, där inte träning och tävling intog en helt dominerande ställning (Douglas & Carless, 2009; Lally, 2007; McKenna & Thomas, 2007).

Flera undersökningar har visat att avslutningen kan vara en utdragen process som äger rum under en ganska lång tid. Denna process innehåller ibland också mer eller mindre allvarligt menade återkomster (comebacks) till elitidrott. I Stråhlman (1997) redovisades att 13 % av svenska elitidrottare (N=880) hade gjort någon form av återvändande till elitidrott. I en longitudinell specialstudie (N=27) kunde konstateras att sådana övergångar oftast kännetecknades dels av att utövarna uppgav att de "hade något o gjort" och ville fullfölja detta, dels "ofrivilliga comebacker" som vanligtvis innebar en form av lojalitetshandling mot sin tidigare förening eller förbund. I internationell forskning (läs engelskspråkig) tycks återvändanden till elitidrott efter avslutad karriär – förvånande nog – vara ett helt outforskat område. Cosh et al, (2013) som studerat "comebacker" genom att analysera tidningsartiklar i Australien som kommenterat elitidrottarens återvändanden till eliten efter att en gång ha slutat konstaterade att "... less common transitions, such as returning to elite sport following retirement, have not been addressed in the literature to date" (s. 22). Den diskurs som framträdde i medias skildringar av "återvändarna" visade att motiven att komma tillbaka inte var rationellt övervägda (som beslutet att sluta normalt var) utan drivna av känslor, inre tvång och ett behov av att tävla.

Enligt Park et al (2013 s 38-39) visade den samlade forskningen inga klara belägg för att vissa strategier att hantera anpassningsproblem under övergångsprocessen var mer effektiva än andra. De enda faktorer som genomgående hade samband med en mer problemfri övergångsfas var att aktivt söka efter nya karriärinriktningar och vara öppen för nya intressen. Ganska många undersökningar har ägnats åt att studera om systematisk planering av karriärlutet (som oftast inkluderat yrkesrådgivning, psykologisk förberedelse och ekonomisk vägledning) har någon betydelse för upplevelsorna. En överväldigande majoritet av studierna rapporterade positiva samband mellan "pre-retirement planning" och kvalitén på elitavslutningen och den

närmaste tiden därefter (t.ex. Warriner & Lavalley, 2008; Young, Pearce, Kane & Pain, 2006). Forskningen gav också tydliga belägg för att psykosocialt stöd av olika slag från närstående (t ex maka/make, föräldrar, vänner, tränare) hade ett positivt inflytande på hur övergången till ett ”civilt” liv upplevdes.

Forskning och utvärdering kring stödsystem för elitidrottare

Hur effektiva är de stödprogram för elitidrottare som en del länder och olika idrottsorganisationer byggt upp? Det finns ganska litet forskning och utvärderingar om hur sådana program fungerar. De få studier som har gjorts indikerar dock att de haft vissa positiva effekter. Två studier (Albion, 2007; Redmond, Gordon & Chambers, 2007) har utvärderat det kanske mest kända programmet för stöd till elitidrottare, The Athlete Career and Education Programme (ACE), som ingår i den australiensiska elitidrottsmodellen med centrum i Australian Institute of Sport i Canberra (se t ex Redelius & Uebel, 2009). Forskarna fann att programmet kunde hjälpa idrottare att bli mindre benägna att utveckla en inskränkt idrottsbaserad identitet och att bli mer motiverade att intressera sig för strategiska karriärval av betydelse för livet efter elitidrotten. Gilmore (2008) undersökte ett skotskt ”performance lifestyle programme” och redovisade att de forna idrottarna upplevde att de lärt sig hur de skulle söka arbete och agera i intervjusituationer. Ett par andra undersökningar har avslöjat att stödprogram för elitsatsande collegestudenter varit framgångsrika i att hjälpa till med att utveckla viktiga kompetenser inom områden som ledarskap, beslutsfattande, karriärplanering och kommunikation (Goddard, 2004; Torregrosa et al, 2007). Även Park (2012) har funnit att ett sydkoreanskt stödprogram gav vissa positiva effekter på beslutet att sluta och hur man upplevde karriärslutet.

Två svenska studier har nyligen genomförts som belyst situationen för elitidrottare som kombinerat en elitidrottssatsning samtidigt som man bedrivit akademiska studier. Fryklund (2012) intervjuade dels 26 idrottare som påbörjat akademiska studier (så kallade *student-athletes*) och siktade mot internationell elitnivå och som erbjöds att delta i ett stödprogram, dels 16 idrottare som hade en längre tids erfarenhet av kombinationen och strävade att fortsätta att klara av att prestera både idrottsligt och studiemässigt. Stödprogrammet utnyttjades inte på långt när av alla, men en gemensam slutsats som drogs från båda grupperna var att idrottarnas/studenternas perspektiv förändrades något över tid, men att vissa nyckelfaktorer – socialt stöd från närstående personer, engagemang i både idrottande och studier, stresshantering och tidsplanering (time management) – behöll sin viktighet under båda övergångsfaserna: att bli en *athlete-student* och att förbli en *athlete-student* på elitnivå. Vidare framkom att kombinationen med universitetsstudier och en satsning att nå en internationell elitnivå var (1) svår men möjlig och uppskattad, (2) fanns tendenser till att individerna utvecklade en mer mångfacetterad identitet som kunde ha betydelse för den sista fasen

(utträdet ur elitidrottsrollen) och (3) behovet av att ytterligare stärka dubbla karriärövergångar genom mer ekonomiskt och praktiskt stöd både till idrottandet och studierna (högskolan) för att möjliggöra mer individualiserade stödprogram.

I den andra undersökningen (Westermarck & Larsson, 2013) studerades via intervjuer ett mindre antal idrottare (nio) som hade antagits till Umeå universitets elitidrottsprogram. Till detta program finns fyra kompetens- och utvecklingscentra kopplade liksom en rad andra stödfunktioner (tränare, tillgång till idrottsanläggningar, olika tester, mental rådgivning, kostrådgivning, studievägledning, medicinsk service mm). Resultaten visade att informanterna menade att möjligheten till dubbla karriärer var viktiga och betonade att stöd från både universitet och idrottsförbund var nödvändiga. Dessutom framkom att deras kunskap om olika stödfunktioner var bristfälliga. De flesta av idrottarna/studenterna upplevde vissa svårigheter att balansera toppidrottsutövning, studier och socialt liv, då idrottsrollen stod i centrum samtidigt som de insåg vikten av studierna för framtida civilt arbete. Även i denna studie visade det sig att resurserna var alltför begränsade för att tillgodose de ofta individuella behov som fanns hos olika utövare

Som tydligt framgått av litteraturgenomgången har den internationella forskningen kring karriärövergångar inom elitidrotten ökat markant under senare år. Denna forskning har gett kunskapsstillskott i generell mening, men det är också viktigt att påpeka att all erfarenhet som vunnits kan inte alltid överföras direkt till enskilda länder, då lokala kulturella och organisatoriska förhållanden kan variera kraftigt. I Sverige har inte motsvarande ökning ägt rum, speciellt vad gäller forskning om elitidrottsavslutning, där det inte gjorts några större studier sedan början av 2000-talet. Med tanke på de förändringar som skett både inom elitidrotten (framför allt intensifieringen) och genom ökade utbildnings- och arbetsmarknadskrav kan denna undersökning bidra till att fylla det glapp som uppstått i kunskapsbildningen om situationen kring elitidrottarens karriärslut under denna tidsperiod i Sverige.

Forskning om talang och talangutveckling

Inledningsvis nämndes betydelsen av starten på idrottskarriären som betydelsefull för avslutningen och tiden efter avslutningen. Därför har vi valt att kort beskriva relevant forskning rörande talang- och talangutveckling, eftersom analysen av frågor rörande familjebakgrund, idrottsbakgrund och vägen in i elitidrotten kommer att relateras till detta avsnitt.

Forskning kring vägen från nybörjare till elitidrottsutövare, vägen till goda elitidrottsprestationer och landslagsnivå är inte någon ny forskningsfråga. Under årtionden har olika forskare studerat detta område (se t.ex. Bloom, 1985; Csikszentmihaly, Rathunde, & Whalen; 1993, Starkes & Ericsson, 2003; Eriksson & Stråhlman, 2001). Studier av optimala metoder för talangutveckling inspirerar både tränare och aktiva och får på så sätt stort

inflytande över hur olika idrottsorganisationer och miljöer utformar sin verksamhet.

En central fråga i diskussionen om talangutveckling inom idrotten är om unga utövare, för att bli mera konkurrenskraftiga, bör specialisera sig tidigt i en enda idrott eller prova ett antal sporter innan de specialiserar sig. Enligt Baker, Cogley och Fraser-Thomas (2009) saknas tydliga empiriska belägg på detta område.

Senare års forskning om talangutveckling i idrott betonar långsiktig träning och utveckling av färdigheter före betydelsen av talang, definierat som medfödd kapacitet eller potential. Dessutom anser idrottens företrädare att det är svårt att i tidiga år identifiera de barn som eventuellt har talang i idrott (Fahlström, 2011). Trots detta lägger idrottens företrädare, tränare, talangscouter etc., stort arbete på att tidigt finna de barn som man tror har en utvecklingsbar potential, talang (ibid.). Ofta framhålls mängden och kvalitén i den träning som krävs för att nå elitnivå (se t.ex. Durand-Bush & Salmela, 2001; Stambulova, 2009). Trots att det tycks finnas stor samstämmighet om att det, oavsett den medfödda talangen, inte är möjligt att nå excellens inom något område utan långvarig intensiv träning så diskuterar forskare den optimala vägen till elitprestationer inom elitidrott (Cote, Lidor & Hackfort, 2009). Två områden tycks väcka extra intensiv debatt. Det ena handlar om tidig specialisering i en idrott eller *sampling* i flera idrotter och när det i så fall är lämpligt för den blivande elitidrottaren att smalna av idrottsdeltagandet och satsa på en idrott. Det andra handlar om hur det optimala innehållet, omfattningen och kvalitén i träningen, bör utformas för att på bästa sätt bidra till utvecklandet av idrottsexcellens. Svaret på denna fråga får betydelse för avslutningen av idrottskarriären, eftersom tidigare forskning visar att elitidrottskarriären är relativt konstant, och en tidig början, i allmänhet, medför ett tidigt slut (Stråhlman, 2006).

Talangutvecklingsmodellen *The Developmental Model of Sport Participation* – DMSP (Coté & Fraser-Thomas, 2007) beskriver olika typiska deltagandemönster för idrottande ungdomar under 18 år och beskriver två huvudsakliga vägar till elitprestation. Den första vägen, kan kallas *elitprestation genom tidig specialisering*. Den företräds bland annat av Ericsson och hans kollegor (Ericsson, Krampe, och Tesch-Römer, 1993). De anför att en idrottare behöver cirka 10 000 timmar av intensiv träning för att bli en expert och förespråkar tidig specialisering som en nödvändig förutsättning för att nå elitnivå. Ericsson m.fl. introducerade också begreppet *deliberate practice* med vilket de menar väl strukturerad, målinriktad, fysiskt och psykiskt utmanande (tränar-) ledd träning med avsikt att höja den tränandes prestationsförmåga. De menar att denna träningsform är överlägsen alla andra typer av träning när det gäller att utveckla expertis, oavsett område. De betonar också antalet timmar av *deliberate practice* som den avgörande faktorn för prestationer på olika nivåer av expertis. Denna väg framhålls som nödvändig särskilt i idrotter där toppresultat (kan) uppnås före puberteten (Coté, m.fl., 2007). Denna betoning av *deliberate practice* har kritiserats

för att den bortser från andra aktiviteter och för att den riskerar att leda till att idrottsföreningar och tränare pressar barnen till (för) tidig specialisering (Cote, Lidor & Hackfort, 2009, Wiersma, 2000).

Den andra vägen till elitprestation kan kallas *elitprestation genom sampling*, och företräds bland annat av Coté m.fl. (2007, 2009). Med *sampling* menas att det idrottande barnet, istället för att tidigt välja och lägga all tid på en idrott, under ett antal år provar ett flertal idrotter. Denna väg förespråkar alltså en gradvis utveckling allt från aktivitet i en mängd olika idrotter till fokusering på en idrott. Genom fyra faser introduceras de idrottande gradvis till idrottsträningens praktik från att framför allt ha sysslat med *deliberate play* i yngre år till att framför allt bedriva *deliberate practice* senare år. Med *deliberate play* avses självmotiverande (*intrinsic motivated*), självorganiserade aktiviteter som utformats för att vara så roliga som möjligt, t.ex. landhockey, fotbollsspel på gården och liknande. Aktiviteten är hög och de medverkande behöver inte invänta instruktioner. Denna väg till elitprestation anses ha färre negativa konsekvenser som risk för fysisk ohälsa, minskad tillfredsställelse och lägre nivå av *drop-out* än *specialiseringsvägen*.

Wiersma (2000) definierar begreppet tidig specialisering som *kontinuerlig året-runt-utbildning och utveckling i en enda idrott i åldern 6 och 12 år*. RF menar att specialisering innebär att helt inrikta sig på en idrottsgren eller disciplin. Vissa forskare har hävdats att tidig specialisering är en nödvändig väg inom vissa idrotter som gymnastik (se t.ex. Law, Coté & Ericsson, 2007) men också fotboll (Ward, Hodges, Williams & Starkes, 2007) för att kunna nå yttersta excellens. Som tidigare nämnts hävdas ofta att det krävs en omfattande mängd specialiserad träning i unga år utifrån antagandet att det i genomsnitt tar 10 000 timmar av *deliberate practice* för att uppnå expertis inom ett specifikt område (se t.ex. Ericsson, Krampe, och Teschmer, 1993). Detta motiv förstärks också av en önskan om tidiga elitresultat från idrottsorganisationer, föräldrar och tränare (Baker, m.fl., 2009). Man tycks vilja ”göra undan” dessa 10 000 timmar så tidigt som möjligt. Coakley (2010) menar att denna utveckling accentueras av elitiseringen och kommersialiseringen av ungdomsidrotten, i kombination med att många ser ett ”överambitiöst” föräldraskap som positivt. Men det råder trots detta inget tvivel om att tidig specialisering möjliggör för en aktiv att ackumulera ett ökat antal timmar idrottsspecifik *deliberate training* för att tidigare kunna uppnå prestationer på elitidrottsnivå.

Senare tids forskning har kunnat visa att elitidrottare inte följer någon av dessa två huvudvägar utan att vägarna till idrottsexpertis är unika, individuella och icke-linjära (Phillips, Davids, Renshaw & Portus, 2010a.). Vidare har framhållits att förvärvandet av expertis pågår i en dynamisk interaktion mellan de krav som ställs på individen, uppgiften och miljön (Phillips, Davids, Renshaw & Portus, 2010b). Coté m.fl. (2007) menar dessutom att den utövade idrottens natur påverkar vilka utvecklingsvägar som är möjliga. Elitidrottsutövarna kan mycket väl ha varit aktiva i ett flertal idrotter på hög nivå innan de specialiserar sig (Gulbin, Oldenzel, Weissensteiner

& Gagné, 2010). Därför har mer dynamiska och flerdimensionella modeller förespråkats (Simonton, 1999). Också ur ett ”ekologiskt” perspektiv har det hävdats att interaktionen mellan utövare och miljö är nyckeln till utvecklingsprocessen (Araújo et.al., 2010). DMSP-modellens två vägar är dock fortfarande mycket inflytelserik och beskriver två vägar till elitprestation som deltagande i idrott kan ta. Modellen är välkänd och om den används mycket ofta för studier av olika idrottsmiljöer men några kommentarer är dock på sin plats.

Bilden av de två presenterade vägarna är sammanläggningar, synteser, av ett stort antal enskilda idrottares unika berättelser om hur de bedrivit idrott i sin ungdom. Mycket av det unika och faktiskt signifikanta riskerar att gå förlorat i en sådan sammanfattningsprocess. Är det överhuvud taget möjligt att en idrottares utveckling kan innehålla en lång pröva-på-period med en stor mängd *deliberate practice* i varje idrott? Kan tidig specialisering genom *deliberate practice* och *deliberate play* äga rum i samma idrott? Henriksen (2010) visade i sina studier av framgångsrika idrottsmiljöer att utövarna bedrev vad han kallade *intra-sport diversification*: utövarna i en kanotklubb utövade andra idrottsaktiviteter tillsammans och *within-sport sampling*: seglarna tävlade ibland i andra klasser än den de satsade på.

Forskningen kring deltagande i idrott, urval, tidig specialisering etc. växer i omfattning särskilt i USA och Australien. Däremot är en mycket begränsad del av denna är genomförd i Europa. I England finns ett antal studier kring fotboll (Ward m.fl., 2007.), friidrott (MacPhail & Kirk, 2006) och cricket (Ford, Low, McRobert, & Williams, 2010 & Toms, 2005). Trots att det finns viss forskning i Europa (t.ex. Moesch, Elbe, Hauge & Wikman, 2011) så bör det specifika i det kulturella sammanhanget, kontext, och idrottens organisering betonas och utgöra en del av utgångspunkten för insamlandet och förståelsen av empirin.

Eriksson (2001) gjorde på uppdrag av RF en kartläggning av drygt 100 svenska elitidrottare år 2000. Den studien hade en bred ansats för att möjliggöra jämförelser med flera olika tidigare RF-studier. Men den visade bland annat att var tredje blivande A-landslagsidrottare växte upp på landsbygden, medan hälften av de etablerade seniorlandslagsutövarna bodde i storstäderna. De allra flesta (82 %) av de tillfrågade hade under uppväxttiden bedrivit minst två idrotter och en tredjedel till och med fler än tre idrotter. Av den studien framkom också att den genomsnittliga debutåldern i den blivande huvudidrotten var 13 år. Den ”allvarliga satsningen” började vid 17,6 år. De kvinnliga utövarna började genomsnittligt något tidigare.

Bridge och Toms (2012) studerade 1006 engelska idrottsutövare som var på nationell elitnivå för 16 – 18-åringar. De fann, i enlighet med DMSP-modellen, en ökande aktivitet efter den inledande pröva-på-perioden (6-12 år). Liknande mönster har påvisats i andra studier t.ex. Berry, Abernethy och Coté (2008) som studerade eliten i australisk fotboll. Bridge och Toms (2012) fann däremot inte, i sin engelska studie, någon signifikant ökad san-

nolikhet för senare elitidrottsframgång p.g.a. deltagande i tävlingsidrott i åldern 7-9 år. Tvärtom kunde de visa att deltagande i tre sporter vid 11 års ålder ökade sannolikheten för senare elitidrottsprestationer och att deltagande i tre idrotter under "specialiseringsåren" (12-15 år) signifikant ökade sannolikheten för framtida prestationer på toppnivå. Dessa resultat ligger väl i linje med vad som framkommit i liknande tidigare studier (Baker et al, 2003; Lidor & Lavyan, 2002; Vaeyens et al, 2009). Dessa har visat att omfattande *sampling* i fler idrotter leder till högre prestationer under senare år.

I en studie av Bridge och Toms (2012) framgår att antalet utövade idrotter minskade för alla aktiva, oavsett aktivitetsmönster, vid 15-16 års ålder. Denna specialiseringsålder har också påvisats t.ex. i basket (Leite & Sampaio, 2010, 2012), medan andra forskare visat att specialiseringsåldern kan komma senare. Moesch, m.fl. (2011) och Leite, m.fl. (2009) visade att specialisering kan ske "så sent" som vid 18 års ålder trots att man faktiskt deltagit i "sin idrott" långt tidigare.

Storm, Henriksen och Krogh-Christensen (2012) fann att de två banor mot elitidrottsnivå som beskrivs i DMSP-modellen inte förmår fånga den mångfald av vägar till framgång som de identifierade genom sina intervjuer. De menar att elitidrottarens karriärvägar är unika och kulturellt betingade. Dessa resultat relateras till studier med liknande resultat som beskriver vägen till eliten som en ostrukturerad och icke-linjär process där många vägar finns (se Abbott, Button, Pepping & Collins, 2005; Phillips et al, 2010b & Simonton, 1999). Storm, m.fl. (2012) fann att tidig specialisering inte nödvändigtvis behöver innebära ett tidigt fokus på *deliberate practice* men också att *sampling* i många idrotter inte måste innebära större inslag av *deliberate play*. Vidare fann de en typ av aktivitet som inte faller inom vare sig *deliberate play* eller *deliberate practice*. De kallar den *lekfull träning* och menar med detta aktiviteter som initieras och strukturerats för att uppnå ett mål.

Den tämligen omfattande forskningslitteraturen om familjens betydelse för de idrottande barnen tillskriver såväl föräldrar som syskon stor betydelse. (se t.ex. Kay, 2003) I synnerhet har föräldrarna en betydande inverkan på sina barns delaktighet och utveckling inom idrotten. Detta sker t.ex. genom att föräldrarna är förebilder genom att själva vara aktiva (se t.ex. Toms & Fleming, 1995) men också genom olika typer av uppmuntran och stöd (Kirk m.fl. 1997; Carr m.fl., 2000). Särskilt tydligt är detta för barn som växer upp i traditionella "kärnfamiljer" med god socioekonomisk bakgrund (se t.ex. Carr m.fl, 2000).

Ett vanligt sätt att beskriva vägen från tidig involvering till elitidrottsnivå är "pyramidmodellen". (se t.ex. Bailey, Collins, Ford, MacNamara, Toms & Pearce, 2010) Enkelt uttryckt innebär den att "idrottskarriären" inleds med en bred bas av deltagande i grundläggande färdigheter varefter allt färre utövare utövar mera omfattande och allt mer avancerad och specialiserad träning. I toppen av pyramiden finner vi sedan de slutliga toppidrottarna.

Modellen brukar användas, dels för att argumentera för en bred bas (låt många vara med), dels för att hävda att en sådan modell kommer att leda till större möjlighet att finna och utveckla de bästa. Pyramiden kan ses som en Darwinistisk utvecklingsmodell för idrott – *survival of the fittest*. Kirk och Gorely (2000) menar att pyramidmodellen är väl förankrad och är känd som *sports development continuum* och modellen används i många länder (se t.ex. Fisher & Borms (1990 och Houlihan, 2000). Kirk, Brettschneider och Auld (2005) menar att de antaganden som ligger till grund för pyramidmodellen har stort inflytande på tankarna bakom utformandet av barn- och ungdomsidrotten i många länder.

Pyramidmodell har under senare år ifrågasatts inom forskningen. Bland annat har den ifrågasatts eftersom den tar för givet att avancemanget mot toppen (enbart) beror på idrottsutövarens egen förmåga. Något som det finns anledning att ifrågasätta. Några har visat på talangsektionens subjektiva karaktär (Burwitz et al, 1994). De menar att selektionen till stor del bygger på godtycklighet, t. ex vad olika signifikanta personer i urvalssystemet bedömer vara talangfullt. Detta har bland annat också diskuterats av Krogh-Christensen (2009). Enligt Musch och Grondin (2001) är ett slående exempel på sådan godtycklighet den så kallade relativa ålderseffekten. Många studier har visat att idrottsutövare som är födda tidigt på året i ett urval har en stor fördel jämfört med dem som är födda senare. Denna effekt blir allt mer påtaglig ju yngre utövarna är vid urvalstillfället. Detta område har in svensk kontext under senare år bland annat diskuterats av Tomas Peterson (2011). En annan invändning har varit att miljömässiga skäl som träningskvalité, tränarnas kompetens, sparring, stimulans på träningen etc. också påverkar den till synes ”rättvisa” darwinistiska modellen. Den tar inte heller hänsyn till late bloomers, de som utvecklas senare än övriga. (se t.ex Helsen m.fl 2000; Gladwell 2008; Bloom, 1985)

Det idrottande barnets familj och uppväxt har också en betydelsefull inverkan på hur pyramidmodellen kan förstås. Den förutsätter att urvalet av barn som når högre i pyramiden baseras på förmåga och prestationer medan den samlade erfarenheten visar att en mängd psykosociala och miljöfaktorer har stor betydelse. Några av dessa faktorer anknyter till Schelins (1985) närheter: familjemedlemmar som är involverade inom en specifik idrott, närheten till träning, möjligheten att skjutsas till träning. Eftersom de unga utövarna inte kan påverka familjens stödjande roll, närhet till träningsanläggningar etc. så verkar det rimligt att säga att talangutvecklingen till en stor del påverkas deras idrottsliga prestation men också att slump eller tillfälligheter har betydelse för möjligheten att utveckla den potential de har (se t.ex. Bailey, 2007).

3. Teoretiska utgångspunkter

Utgångspunkterna för teoretisk förståelse av karriäravslutning inom idrott har varit skiftande och de tidiga ansatserna hade varierad analytisk förmåga att kunna förklara vilka faktorer som dels socialiserar en individ till elitidrotten, dels de-socialiserar individen från elitidrotten och också re-socialiserar individen till en ny (alternativt parallell) karriär. Stråhlman (1997) kunde visa att den tidiga forskningen om elitidrottsavslutning tillhandahöll varierade försök att på en teoretisk nivå använda olika analysinstrument och modeller. Under 2000-talet, när forskningen inom området kumulativt ökade, så var det i kraft av att systematiska återkopplingar till tidigare forskning kunde göras. Därmed kunde också fler och nya perspektiv tillkomma (Craig et.al, 2008) bl.a. vad gäller nya analytiska utgångspunkter liksom relevanta och nya teoretiska uppslag (Park, Lavalley & Todd, 2013).

Den tidiga forskningen inom området elitidrottsavslutning (från 1960-talet och framåt) var ofta av anekdotisk.k.anekdotisk; slag och avsaknad av empiriskt forskning var påfallande (Patriksson, 1989; Crook & Robertson, 1991, Park, et.al, 2013). Ett undantag är Halldéns undersökning av svenska stjärnidrottare från 1963. Avsaknaden av väl designad empirisk forskning och erfarenhetsbaserade resultat är, och som nämnts ovan, under denna period särskilt bidragande till bristen på teoretiskt stöd för analyser, eftersom erfarenhetsbaserad kunskap i stort saknas. Ansatser som användes tidigt var bl.a. de socialgerontologiska och i någon mån även teoretiska utgångspunkter i det som kallas studier av *social död*. Beträffande de socialgerontologiska ansatserna så har de i detta sammanhang haft relativ begränsad betydelse för teoriutveckling eftersom de fokuserade på äldre individer (Greendorfer & Blinde, 1985; Patriksson, 1989; Werthner & Orlick.k.Werthner & Orlick;, 1981) och teorier om social död fick också en begränsad användning när den empiriska förståelsen av karriäravslutning ökade. Det som främst attraherade forskare att använda socialgerontologiska ansatserna var dessa teoriers interaktionistiska utgångspunkter (Atchley, 1972; Snyder & Barber, 1978; Taylor et.al, 2006) och även om betydelsen av socialgerontologin som helhet minskade, så kom de mer renodlade interaktionistiska perspektiven tillsammans med rollteoretiska perspektiv och *disengagement theory* (Atchley, 1972; Snyder & Barber, 1978) att bli vanligt förekommande.

Ett teoretiskt genombrott kom under 1990-talet och i inledningen på 2000-talet då de *processteoretiska ansatserna* började utvecklas och också användas, särskilt de utvecklings- eller övergångsteoretiska perspektiven (Stråhlman, 2006; Park, et.al, 2013). Inom de utvecklingsteoretiska perspektiven (Schlossberg & Leibowitz, 1980; Schlossberg, 1984) var utgångspunkten att elitidrottsavslutningen inte nödvändigtvis behövde vara en traumatisk upplevelse utan avslutning karaktäriserades som en övergångsprocess (*transition process*). Varje fas i livet har unika förutsättningar och möjlighe-

ter, och ett avslut på elitidrottskarriären ansågs inte behöva betyda ett slut på idrottskarriären. Motivations- och socialisationsperspektiv spelar i detta sammanhang stor roll, vilket också innebär att fokus inte enbart riktas mot traumatiska perspektiv av elitidrottsavslutning, som är vanligt förekommande inom exempelvis psykologisk forskning, utan också mer strukturellt sociologiska och pedagogiska perspektiv etablerades (Stråhlman, 1997). Avslutning ansågs i detta sammanhang inte vara ett abrupt slut på en karriär och inte heller av en speciell idrottsrelaterad roll, utan betoningen låg på att individen kunde etablera en *second career*.

De *processteoretiska perspektiven* (t.ex. Stråhlman, 1997) och *Schlossbergs transitionsmodell* (Schlossberg, 1984, 1995) kom att användas i allt flera studier. Schlossberg ville också hon framhålla att en övergång inte nödvändigtvis behövde vara krisartad och inte heller behövde innebära en förlust, utan snarare kunde vara en vinst. Övergångar (transitioner) mellan olika stadier och företeelser i livet var en utvecklingsprocess, vilken både kan vara positivt och negativt.

Nyare studier inom området elitidrottsavslutning har i flera fall utgått ifrån teorier om identitet (Douglas & Carless, 2009; Warriner & Lavallee, 2009; Coshab, LeCouteur, Crabb, & Kettlera, 2013), men i något enstaka fall också från *Grounded theory* (Torregrosa, Boixadó's, Valiente, & Cruz, 2004). I studier med fokus på identitet har faktorer som roll, norm och självuppfattning varit viktiga för att förstå karriäravslutningsrelaterad problematik, gärna kopplade till komparativt kulturella aspekter (Stambulova & Alfermann, 2009).

Teoretiska utgångspunkter i föreliggande studie

Den historiska utvecklingen av analysmodeller för studier av elitidrottsavslutning visar sammantaget att det finns tre olika grundperspektiv att fokusera på och att relatera till, för att generera teoretisk förståelse. Det handlar om:

- individperspektivet, vilka teoretiska utgångspunkter bidrar till att förstå elitidrottsavslutning ur ett individperspektiv
- grupperspektivet, hur skall man förstå individfaktorer i relation till faktorer på gruppnivå
- samhällsperspektivet, hur skall man se på betydelse av elitidrott och elitidrottande individer ur ett samhällsperspektiv och ett socialisationsperspektiv

Teorigenerering handlar dels om, att med representativa datamaterial och analyser med grund i empiriskt kunskapsteoretiska ansatser, ge orsaksförklaringar på erfarenhetsbaserad grund, dels också om rationellt förankrade analyser och resonemang av individers unika erfarenheter och deras atypiska beskrivningar av ett fenomen. Genom att utöka den empiriska förståelsen av studieområdet (genom exempelvis väldegnade mätningar och

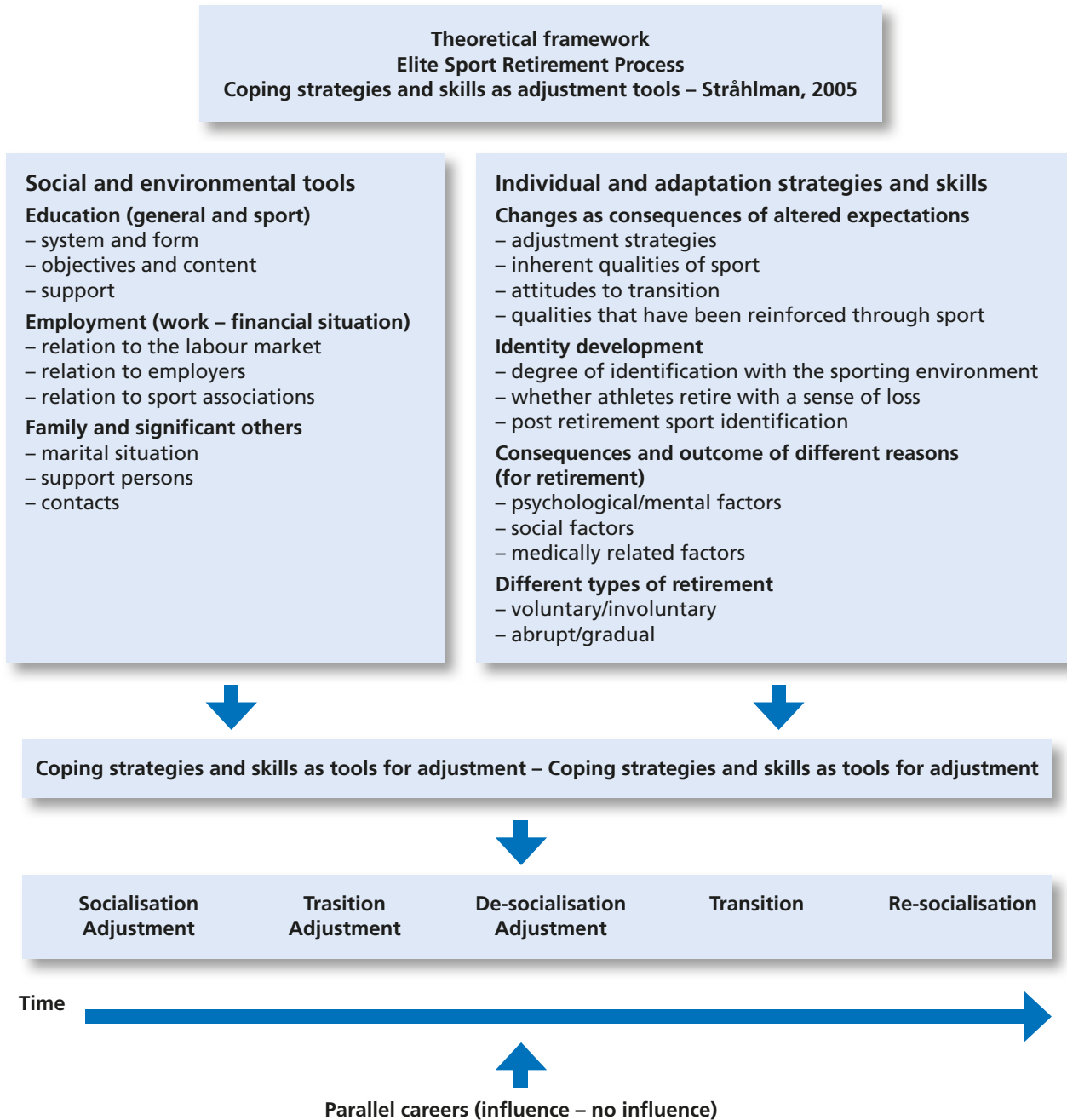
uttömmande beskrivningar) kan läggas nya och giltiga dimensioner till teorin (t.ex. som begreppsvalidering och pragmatisk validering). Det tål dessutom tydligt påpekas betydelsen och nödvändigheten av lämpligt vald metodologi och därtill anpassade metoder för att utveckla relevant kunskap. Motsättningen i analysen av de empiriskt baserade resultaten handlar om möjligheten att beskriva fenomenet, eller om man enbart kan återge människors upplevelser av och tankar om fenomenets konstitution (vilket kan vara samma sak) (Stråhlman, 2007). Det övergripande syftet med att bygga en teoretisk modell i detta sammanhang är (1) för att förstå elitidrottsavslutning ur ett allmänt och tillämpat terapeutiskt, förebyggande perspektiv och (2) att bidra till utveckling av utökade teoretiska modeller.

Taylor, Ogilvie and Lavallee (2006) har presenterat en modell, *Conceptual model of adaptation to career transition* (Park, et.al, 2013 s. 16), som baseras på empiriska data och med målet att ”provide more precise perspectives on athlete career transition process” (Park, et.al, 2013 s. 16). Modellen diskuterar flera av de komponenter som Schlossberg (1984) beskriver, men i ett tydligare idrottsligt sammanhang. Flera av komponenterna redovisas både av Patriksson (1989) och Stråhlman (1997). Det som skiljer Taylors et.al (2006) modell från tidigare är att den redovisar olika typer av interventioner för de elitidrottare som har problem i avslutningen av sin karriär.

I två arbeten (1997, 2006) har också Stråhlman diskuterat teoretiska utgångspunkter för studier och förståelse av elitidrottsavslutning. Resultatet är en modell som dels tar utgångspunkt i vilka förvärvade sociala redskap (*tools*) individen bör tillgå, och dels också betydelsefulla handlingssätt (*strategies*) och egenskaper (*skills*) som individen kan använda för en positiv socialisation. Socialisation är en process och övergångar (*transitions*) i livet innebär någon form av anpassning (*adjustment*) till nya situationer, vilket frammanar avslutningsprocessens växelverkande karaktär (transitionens och anpassningens växelverkan). Vidare är det vanligt att (elit-) idrottslig utveckling karaktäriseras som en karriär (Stråhlman, 2007) som inte sällan är parallell till en annan karriär (t.ex. idrott och utbildning). Till yttermera visso kan dessa karriärer dels vara fler än två (vilket gör begreppet *dual career* missvisande - istället hade begreppsparet *parallel careers* beskrivit fenomenet bättre), dels kan karriärer också vara olika utsträckta i tid (vilket gör att de helt eller delvis överlappar varandra) och också avbrytas för att efter en tid återupptas (inom idrott vanligen kallat för *comeback*).

Till det Stråhlman (2006) kallar *social and environmental tools* räknas hur utbildning och yrkesstatus samt miljöfaktorer såsom familj och vänner (samhälleliga och miljömässiga perspektiv) påverkar avslutningsprocessen (de-socialisationen). Dessa räknas som positiva socialisationsaspekter när de bidrar till att underlätta anpassningen och övergången till en parallell eller ny karriär. Problem med att finna en ny karriär om man inte påbörjat denna under den aktiva elitkarriären har betonats i flera tidigare studier. Till *strategies* and *skills* hör effekterna av olika individuellt handlingssätt och egenskaper. Det kan handla om överdrivna förväntningar på övergången,

identitetstvivel, stukad jaguppfattning och oförmåga att hantera stress, men också om effekterna av frivilliga eller ofrivilliga avslutningar, successiva eller abrupta avslutningar, liksom hälsoperspektivet (frånvaron av idrottsrelaterade skador och sjukdomar). Nedan presenteras modellen i sin helhet (Stråhlman, 2006).



Figur 1. Elite Sport retirement process (Stråhlman, 2006. s. 44)¹

1 Modellen är framtagen främst genom insamlade data från elitidrottare i Sverige (Eriksson et. al 1992, Stråhlman, 1997), men dels också genom studier av tidigare redovisad forskning inom området. I analysen av materialet har Stråhlman (2006) både använt regressionsmodeller och faktoranalytiska modeller och dessutom har delar av datamaterialet varit longitudinellt insamlat.

4. Metod

Metodologi

Ett högt hållet ideal inom vetenskap är forskningsresultat med en hög grad av generaliserbarhet. Ett exempel på en sådan generalisering är om man i en väljarbarometer undersöker 1000 individer, alla tillfrågas om sina politiska sympatier, och därefter använder resultaten från detta urval för att uttala sig om väljarsympatier i en mycket större, icke undersökt grupp (exempelvis hela valmanskåren som i Sverige är närmare 6 miljoner individer). Men denna abrovinsch ställer också höga krav på urvalssammansättning och metoder vid insamlingen av data, eftersom man eftersöker resultat som är representativa och därmed generaliserbara. I andra former av studier kan idealen vara att undersöka en mindre grupp individer och att uttala sig om unika och specifika erfarenheter. Analysen inriktas på texttolkning och att identifiera olika uppfattningar med syftet att etablera beskrivningskategorier² eller utfallsrum. Målet är att ge bidrag till teorier, som i sig har syftet att vara applicerbara analysinstrument med en hög grad av generalitet. Analyser av data i det senare fallet är ofta tolkningar av utsagor. Park et.al (2013)³ har gjort en sammanställning av studier av elitidrottarens karriärövergångar mellan 1968 till slutet av 2010 och totalt 126 undersökningar studerades. I dessa undersökningar har mellan 1 och 1617 individer studerats både inom olika idrotter och olika kön.

I föreliggande studie har ett antal elitidrottare (36 st.) intervjuats med målet att beskriva olika utfallsrum av erfarenheter kopplade till avslutningen av en idrottskarriär på hög nivå. Andra metodologiskt användbara ansatser i sammanhanget är *Life history*- och *Life story-approach*. Johansson (1999) skriver att *Life history-metoden* utgår från enskilda individers livsberättelser och har som mål att beskriva s.k. livslopp och hur händelser under ett liv hänger samman. Begreppet *Life story*, skriver Johansson (1999), är ett besläktat begrepp med *life history* och skiljer sig genom att ett kortare tidsperspektiv beskrivs. Narrativer som metod och analys är en annan ansats som under senare år delvis har fått en pånyttfödelse. Nationalencyklopedin beskriver begreppet narrativ som ”berättande, framför allt om texter som framställer händelserna i ett verkligt eller påhittat förlopp i tidsordning” (NE, 2013). Johansson (1999) menar att ett narrativt forskningsperspektiv påminner om *life story*, men med djupare fokus på själva dataanalysen. Smith (2010) har diskuterat *narratives* och *life-history* undersökningar och möjligheter att utveckla användningen i exempelvis idrottspsykologisk forskning och han har också försökt att utveckla möjliga användningsområden. Två andra exempel på undersökningar där *narrativer* och *life history* har använt är bl.a. en studie av Douglas och Carless (2009). Dessa har

2 Exempelvis fenomenografi.

3 Andra resultat från denna har redovisats i kapitlet om den tidigare forskningen.

under sex år kartlagt två kvinnliga golfspelares erfarenheter av att leva i och avsluta en professionell golfkarriär. Hussain, Trudel, Patrik och Rossi (2012) har också använt narrativer med målet att etablera ett underlag för att skapa ett utbildningsprogram inom sport coaching.

Studiens bakgrund

Föreliggande undersökningen är en intervjustudie i form av semistrukturerade intervjuer. Man kan i vissa avseenden också karaktärisera delar av studien som en *Life-history* undersökning med inslag av *narrativer* eftersom intervjuerna är kronologiskt upplagda. En intervjuguide användes där centrala frågeområden diskuterades med respondenten. Dessa områden behandlade frågor beträffande respondenternas:

- start inom idrotten, start som elitidrottare (barn och ungdomstiden)
- syn på talangutveckling i relation till senare idrottskarriär
- möjligheter att kombinera elitidrott och utbildning
- erfarenheter av elitidrottsavslutningen
- tankar och förhoppningar om framtiden (den civila karriären)

Inom vart och ett av ovanstående frågeområden ställdes följdfrågor som kunde vara skiftande till sin karaktär, beroende av hur samtalet med respondenten utvecklade sig. Detta förfarande är en av poängerna med samtalsintervjuer, att frågor kan följas upp i en dialog mellan intervjuare och respondent. Därmed kan intervjuerna dels fokusera mer på vissa frågeställningar, dels variera i längd beroende på samtalets utveckling och respondentens tidigare erfarenheter. Tekniken har tidigare använts av Eriksson, Patriksson och Stråhlman (1992) och Stråhlman (1997). Eftersom frågeställningarna, som nämnts ovan, är uppställda i ett kronologiskt perspektiv så kan studien karaktäriseras som delvis en *life-history* och en *narrativ* analys (Svensson, 1999). Tyngdpunkten i analysen ligger dock på att sammanställa respondenternas utsagor i sammanfattande beskrivningskategorier för att analytiskt etablera deskriptiva utfallsrum (Marton & Booth, 2000).

Undersökningsgrupp

Undersökningsgruppen består till största delen av före detta elitidrottare och som tidigare varit (och är) internationellt framgångsrika, men som av olika anledningar har avslutat sin idrottskarriär.⁴ Antalet intervjuade personer är 36, varav 10 stycken är kvinnor (38 %). Fem respondenter var vid intervjutillfället fortfarande aktiva (tre män och två kvinnor).

4 Undersökningsgruppen består i denna rapport av de före detta elitidrottare som Sten Eriksson hunnit intervjuat före sin bortgång. Inga ytterligare intervjuer har genomförts utan bearbetning och analyser har byggts på den undersökningsgrupp som förelåg utifrån de befintliga intervjuerna.

Det finns skäl att kommentera könsfördelningen i undersökningsgruppen. Fler intervjuer var planerade inom projektet men hann aldrig genomföras. Det finns dock anledning att vara uppmärksam på detta förhållande när intervju svaren summeras. Denna könsfördelning minskar inte värdet i de livsberättelser som framkommer i rapporten. De har ett stort värde för att förstå elitidrottarens syn på sin karriärs olika skeden och ska förstås var för sig. Vi vill dock bara poängtera att det i större utsträckning är män som kommer till tals i denna rapport.

Män har historiskt sett alltid varit överrepresenterade inom idrotten och ur ett globalt perspektiv är skillnaderna fortfarande stora mellan antalet deltagande kvinnor och deltagande män inom en rad olika länder. I Sverige har en utjämning skett, men fortfarande finns stora skillnader inom vissa idrotter. Detta förhållande gäller även elitidrotten även om där pågår en utjämning. Fortfarande är två av tre (33 % kvinnor - 67 % män) av dem som deltar vid större internationella mästerskap män (RF, 2011).

Denna rapport gör inte anspråk på att ge en total bild av svenska landslagsidrottarens erfarenheter från olika skeden i sina karriärer utan den bygger på ett antal intervjuade landslagsutövarens berättelser om sina egna erfarenheter. Och där ska inte heller några generaliseringar göras utifrån utsagorna från de intervjuade.

Omkring hälften av respondenterna avslutade sin elitkarriär någon gång under 1990-talet medan karriäravslut för den andra halvan skett efter år 2000. Idrottsgrenar som är representerade och som ingår i studien är badminton, bandy, basket, brottning, bågskytte, cykel, fotboll, friidrott, fäktning, handboll, ishockey, kanot, konstakning, orientering, rodd, segling, skidor, sportskytte och tennis.

Följande meriter i sammanfattning fanns representerade i undersökningsgruppen. Fyra av de intervjuade respondenterna har vunnit OS-guld, ytterligare fyra har vunnit OS-silver och en respondent har vunnit OS-brons. Huvuddelen av de individuella förre detta idrottarna har vunnit minst ett VM-guld i respektive gren (plus VM-silver och VM-brons) och i det närmaste samtliga (alla utom en) har deltagit på VM (här räknas också ex. Davis Cup och motsvarande). Bland lagbollspelarna inom handboll och ishockey har flertalet haft s.k. professionella anställningar både i nordamerikanska och europeiska ligor. Även om respondenterna nått stora framgångar i sin specialidrott, så har de av olika skäl uppmärksammats mer eller mindre i media. De har också haft olika möjligheter att förtjäna sitt uppehälle inom sin idrottskarriär och också i varierande grad kunnat utbilda sig till en annan yrkeskompetens inom en parallell karriär. Tabellen ovan och de uppräknade meriterna har inte på något sätt avsikten att legitimera en statistisk representativitet, därvidlag är undersökningsgruppen alldeles för liten. Dessutom är sannolikt mycket framgångsrika idrottare överrepresenterade och beträffande åldersspridningen finns också en del att önska i detta sammanhang. Men genom att koncentrera analysen på olika individers berättelser, där

Tabell 1. Respondenternas fördelning på idrott, ålder och kön.

Idrott	Född										Summa
	Före 1960		1960–1969		1970–1979		1980–1989		1990–		
	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	Man	Kvinna	
Badminton			1	1							2
Bandy			1								1
Basket	1		1	1							3
Brottning					1						1
Bågskytte	1										1
Cykel			1								1
Fotboll			2		1		1				4
Friidrott					4	1					5
Fäktning										1	1
Handboll	1		4								5
Ishockey	1		1				1				3
Kanot				1							1
Konståkning								1			1
Orientering				1							1
Rodd				1							1
Segling					1						1
Skidor					1	1					2
Sportskytte				1							1
Tennis			1								1
Summa	4	0	16	7	4	1	2	1		1	36

dessa återger både egna och även andras erfarenheter, kan ett eller flera utfallsrum etableras, och upplevelser samt erfarenheter kan systematiskt återges i övergripande beskrivningskategorier, som i sin tur kan relateras till valda teoretiska utgångspunkter.

Genomförande

Intervjuerna genomfördes i tidsperioden augusti - oktober 2012. Respondenterna söktes upp och intervjuerna genomfördes i respondentens hem eller på deras arbetsplatser. Alla intervjuer har spelats in på diktafon och därefter transkriberats på papper för att underlätta analysarbetet (även Eriksson et.al 1992; Stråhlman, 2006). Längden på intervjuerna varierade mellan 45 till 60 minuter. I resultatredovisningen kommer intervjuresultaten att presenteras som sammanfattningar av respondentens berättelser, dels i löpande text, dels om citat. Resultatredovisningen följer i stort huvudfrågornas struktur. De forskningsetiska aspekter som vidtagits följer Vetenskapsrådets rekommendationer som finns publicerade i skriften God forskningsed (www.vr.se).

Analys

I närmast all form av dataanalys bör lämpligheten av de olika analystekniker som valts och relationen mellan de slutsatser som dragits diskuteras.

I föreliggande studie gäller det framför allt och som tidigare nämnts generaliseringsfrågan, d.v.s. i vilken utsträckning resultaten från genomförda intervjuer är representativa för svenska elitidrottare som helhet och om resultaten kan bringa ytterligare teoretiskt ljus över området. Områdena barn- och ungdomsidrott, talangutveckling, elitidrott och utbildning och elitidrottsavslutning har i varierande grad beforskats tidigare både i Sverige och internationellt. Intervjuaren i denna studie är en och samma person i samtliga intervjuer, en person som också var en meriterad forskare med god inblick och kunnighet i nämnda områden. Han hade dessutom egna erfarenheter av områdena som idrottsman.

Med avseende på de åtgärder och förberedelser som vidtagits (frågornas giltighet och relevans, urvalets storlek, respondenternas egna erfarenheter och att huvudfrågor testats i tidigare undersökningar), så finns mycket goda möjligheter att utifrån ett begreppsvaliderat perspektiv erhålla en hög grad av generaliserbarhet. Genom att koppla resultat från intervjuerna till tidigare forskning inom området, blir resultaten i högre generaliserbara (Denzin, 1975). I intervjuundersökningarna är det just individerna⁵ uppfattningar som står i fokus (begrepps- och innehållsvaliditet, Yin, 1994) och resultaten kommer att behandlas därefter. I relation till studiens syften och mål (Merriam, 1994) blir forskarens kritiska medvetenhet om de datainsamlade teknikernas och analysinstrumentens förtjänster och brister det som formar studien resultat. Genom analysen skall studiens konsensus och generaliserbarhet fastställas (dess konsistent) och det gäller också om relationen mellan data och resultatanalys är övertygande (Stråhlman, 1997). De åtgärder som vidtagits på metodplanet, vad gäller datainsamlingen, stärker forskningsresultatens överensstämmelse med verkligheten och också generaliserbarheten (Merriam, 1994).

5 I det här fallet de som skrivit verksamhetsrapporten.

5. Vägen till elitidrotten

I detta avsnitt av rapporten beskrivs, med utgångspunkt i det presenterade forskningsläget, respondenternas familjebakgrund, deras tidiga idrottande och processen då de valde att specialisera sig på sin idrott. I detta kapitel avhandlas också några frågeställningar med anknytning till vägen till idrotten och beslutet att göra en elitidrottssatsning. Frågeställningarna och förståelsen för de svar som de intervjuade gett relateras till den tidigare forskning som redovisas i kapitel 2. Frågorna fokuserar på tre områden, de aktivas familjebakgrund, deras idrottsbakgrund och processen då de valde att specialisera sig på sin idrott.

Familjebakgrund

Som framgått av forskningsgenomgången har ett flertal forskare påvisat föräldrarnas betydelse för barnets idrottsintresse. Nästan alla de intervjuade kommer från en familj som är idrottsaktiv eller positiv till idrott. Men inte alla.

R 34: I mitt fall var det inte föräldrastöd överhuvudtaget och det var kanske därför jag var lite stökig när jag var yngre. (man)

Men denne manlige lagidrottare är ett av få undantag i denna studie. Men han är inte helt ensam.

R 27: Jag har två storasystrar. Men varken de eller mina föräldrar har idrottat på det sättet så jag har inte fått det från dem i alla fall. (man)

Men förutom dessa två, den sistnämnde en manlig individuell idrottare, kommer samtliga från familjer som i större eller mindre utsträckning stöttat deras idrottsintresse och kommande idrottande. Det betyder dock inte att föräldrarna själva alltid varit aktiva inom idrotten.

R 21: Farsan tyckte det var kul att få stötta mig. Han var oerhört engagerad i min satsning. (man)

Flera intervjuade talar om familjens genuina intresse för idrott – både att utöva och att konsumera.

R 44: Jag var nog född in i idrotten tror jag. Farsan spelade ju fotboll på det som då var division 4-nivån. Så det var så naturligt med idrott från början. (man)

Det kan också handla om en blandning av den idrottsintresserade familjen och den starka idrottskulturen på orten. Schelin (1985) kunde identifiera ett antal faktorer – *närheter* – som påverkade barns intresse för och val av

idrottsaktiviteter. En av dessa, geografisk närhet, påvisar betydelsen av ett den aktuella idrotten finns i närheten, är lätt att ta sig till. Fahlström (2001) kunde också påvisa en *kulturell närhet* med vilken avsågs att en idrott hade en stark ställning på orten vilket ledde till att den av många sågs som det självklara valet av idrott.

R 45: Vi blev en väldigt bra idrottsfamilj, har ju storebror som slutade i våras, och lillasyster som också var väldigt duktig i idrott. Och det var väl slumpen litegrann, vi är ju uppväxta i ett litet samhälle och där var idrotten stark, med en stark skidsektion och orientering. Och så växte vi upp 75 meter från elljusspåret och där började det liksom. Och så skulle farsan åka Vasaloppet någon gång början -80talet, och då undrade man ju vad han gjorde ute på elljusspåret så då gick man ju ut och tittade. Och mormor och morfar var engagerade i idrottsklubben. (man)

R 18: Jag kommer ifrån en otroligt intresserad familj. Min mamma och pappa har alltid varit otroligt idrottsintresserade. Pappa har väl egentligen ägnat sig åt mer skidåkning och vintersporter, men han var ledare för mig i fotbollen. Så idrotten och bollen har alltid varit det som varit i centrum. (man)

Det stora idrottsintresset i familjen bestod inte bara i aktivt idrottande, utan också i många fall av omfattande idrottskonsumtion.

R 48: När det var sport på tv då var det högtidsstund i vår familj. Så våra kompisar ville ofta vara hemma hos oss när vi skulle titta på idrott för det var, även om de inte var intresserade innan så blev de det hemma hos oss. (kvinna)

Ett flertal av de intervjuade framhåller föräldrarnas inflytande när det gäller att väcka deras intresse gällande idrott.

R 15: Ingen av mina syskon idrottade så mycket. Min pappa har en bakgrund på GCI i Stockholm och varit idrottslärare. Men det är bara jag av syskonen som landade i föreningsidrotten. (kvinna)

I många fall vittnar de intervjuade om att syskon eller andra släktingar aktivt spelade en roll vid den första kontakten med föreningsidrotten.

R 30: Jag har ju alltid varit idrottsintresserad i och för sig men så har jag ganska stor syskonskara där två bröder i alla fall som är äldre som höll på med (min idrott). Dom var ju lite äldre än vad jag var. Men träningsanläggningen låg inte mer än 300 meter hemifrån, så man var ju där och kikade lite grann och så fick man prova. Men det dröjde tills när jag var nitton år innan jag började själv. (kvinna)

I flera fall var föräldrarna idrottstränare vilket innebar att det var naturligt eller kanske till och med nödvändigt att följa med till träningarna.

R 16: Min mamma är ju tränare så var väl med henne på träningen redan när jag var några veckor gammal tror jag. (kvinna)

De intervjuade kommer nästan uteslutande från familjer med starkt idrottsintresse. Alla i familjen är intresserade, aktiva och konsumerande. Med Bourdieus (2004) ord skulle vi kunna tala om ett stark habitus, ett införlivat förhållningssätt, en livsstil. Vi skulle som Lund och Olofsson kunna tala om ett idrottshabitus. Forskningen har visat att idrottshabitus har en stor inverkan på individens livsstil, val av idrott och också beslut att faktisk satsa elitmässigt på sin idrott. Och att familjer med hög idrottshabitus i större utsträckning uppmuntrar till idrottande och stödjer barnens idrotts-satsning. Svensk forskning har visat på detta samband bland annat när det gäller vilka som går på idrottsgymnasier (Lund & Olofsson, 2009). Vi kan också se att Schelins (1985) *närheter* beskrivna. Några av dessa anknyter, som tidigare nämnts, till att familjemedlemmarna är involverade inom en specifik idrott, att det är nära till träning och träningsanläggningen, och att föräldrarna eller andra närstående har möjlighet att skjutsa till träning.

Idrottsbakgrund

Som beskrivits i forskningsintroduktionen handlar en ”ständig pågående” diskussion om tidig eller sen specialisering. Mera precist handlar det om huruvida det är en fördel eller nackdel, med hänsyn till framtida idrottsprestationer, att hitta sin idrott tidigt och enbart ägna sig åt just denna valda idrott. Meningarna går isär och inte sällan beror meningsskiljaktigheten på om man har ett smalare fysiologiskt och motoriskt perspektiv eller ett bredare holistiskt och kulturellt perspektiv. Men som beskrevs i kapitel 2 så har senare forskning visat på behovet av att nyansera och problematisera denna bild. Våra intervjusvar stämmer väl med denna mera heterogena bild. Idrottsutövarnas svar kan delas upp i två huvudkategorier med några undergrupper. Den första huvudgruppen är mindre och de aktiva i denna grupp karaktäriseras av att de inte provat så många idrotter – specialiseringsgruppen⁶. Den andra huvudgruppen som innehåller nästan samtliga av de intervjuade omfattar aktiva som under barn- och ungdomsåren deltagit i flera idrotter – *samplinggruppen*. De aktiva i specialiseringsgruppen skiljer sig åt på så sätt, att en tidigare specialisering inte kan innebära olika omfattning av resultatriktad träning.

R 27: Min pappa var väldigt fotbollsintresserad. Han hade sitt gäng som åkte runt och spelade korp eller någon slags seriespel. Så då blev jag lite sugen på att spela fotboll. Men när jag var 9 år fick för första gången se (min idrott) och blev förtjust. Då

6 Här används Riksidrottsförbundets definition av *Specialisering* ”innebär att helt inrikta sig på en idrottsgren eller disciplin” (www.rf.se).

visade sig att min pappa också var intresserad så jag började tävlingsträna och tävla från jag var 11 år. (man)

Men att bara bedriva en idrott behöver inte betyda att man satsar tidigt.

R 48: Jag började när jag var 12 år. Och jag började på vintern så jag började inte så mycket för (anm. utövar en sommarsport) egentligen utan mer för att vi var några kompisar som hade kört igång. Så man började med innerträning, styrketräning, gymnastik och skidåkning och så, vintern. I början var det kanske inte så viktigt med (min idrott) i sig men det var ett så stort gäng som hade börjat samtidigt. Så vi var många ungdomar och vi hade bra ledare som levde för oss och klubben. Så det var (min idrott) för min del. Men det var ju aldrig allvarligt vi var ett gäng och för oss var träningen ett sätt att umgås. Och vi var många tjejer i samma ålder också och det var hela tiden tävling på vartenda träningspass men det var något vi tyckte var så himla kul. (kvinna)

Dessa två citat visar på betydande skillnader som kan föreligga även om man enbart bedriver en idrott som barn. Det behöver inte innebära en tidig satsning eller en specialiserad träning. Det första citatet ligger väl i linje med den vedertagna bilden av (tidig) specialisering – systematiskt träning med resultatnriktning. Det senare däremot är ett exempel på vad Henriksen (2010) kallat *intra-sport diversification*. Han fann att framgångsrika idrottsföreningar bedrev olika typer av idrottsaktiviteter i egen regi.

Nästan samtliga av de intervjuade kan dock räknas till *samplinggruppen* – de har före sin elitsatsning prövat på ett flertal olika idrotter. Denna grupp kan dock i sin tur delas upp i tre undergrupper, vi kan kalla dem (1) *sampling* – tidigare satsning, (2) *sampling* – senare satsning och (3) *sampling* – tidigt idrottsval. Med ”tidigare” satsning menas här att den inletts före högstadieålder.

R 31: Jag ville tävla i allt. Jag hade det där att jag tyckte det var kul att tävla, även om det var mot mig själv med en boll ute på tomten eller kasta pil eller spela spel. Allt som hade någon form av tävlingsmoment tyckte jag var kul. Så att det var nog rätt naturligt att börja med idrott. Och jag började med fotboll när jag var 6 år. Spelade med de som var ett år äldre. Sen så blev det badminton och volleyboll och lite skidor. Åkte konståkning och simmade också något år. Så kom jag in i min (idrott) då var jag 8-9 år. Och då gick det väldigt bra och där föddes intresset, så jag tror från tioårsålder så tränade jag nog regelbundet med en klubb. Sen blev det (min idrott) bara från 13 års ålder. För då blev det så många träningar per vecka så då gick det inte längre. (kvinna)

Denna person är egentligen ett exempel på det som Côté m.fl. (2007, 2009) kallar elitprestation genom sampling men den stora skillnaden att samplingsperioden är över tidigare än vad Côté och hans kollegor föreslår. Det samma gäller också denne utövare.

R 44: Farsan spelade ju fotboll så jag skulle bli fotbollsproffs var tanken men det sket sig ju. Sedan började jag åka längdskidor när jag var 10-11 år, sedan började jag med (min idrott) på riktigt när jag var 11 och gick med i klubb och började träna. Jag hade gått rätt bra på några skoltävlingar där klasskompisar höll på och som jag hängde på till träningen liksom. Sedan insåg jag väl rätt tidigt att det var denna idrott som jag hade någonting att göra i. (man)

Dessa två personer får representera den grupp vi valt att kalla *sampling – tidigare satsning*. De genomgick visserligen en samplingsperiod men den var kortare än i DMSP-modellen (Côté & Fraser-Thomas, 2007). Dessa f.d. aktiva fann sin idrott och valde att specialisera sig tidigare än vad som rekommenderas i modellen.

De två återstående grupperna innehåller aktiva som provat på många idrotter men som valt i högstadieålder eller senare. Bland dessa finner vi alla lagidrottare i studien. Detta stämmer väl med resultat beträffande lagidrotter som redovisats av t.ex. Berry m.fl. (2008) och Wall och Côté (2007), som visat att lagidrottare har en fördel av en samplingsperiod där de prövar flera idrotter. Detta har även beskrivits av Bridge och Tomas (2012) som visade på ökad sannolikhet för elitframgång i lagidrotter om man deltagit i tre idrotter i 13-15 års ålder.

Den allra största gruppen har vi kallat *sampling – senare satsning*. Denna grupp ligger i linje med den utvecklingsväg som i DMSP-modellen kallas elitprestation genom sampling. Den innebär att idrottsutövaren prövar många idrotter och i 14-17 års ålder väljer idrott och inleder sin specialisering. Denna svarande är ett exempel på detta:

R 34: Jag är så pass gammal så först och främst när man var liten så var det fotboll och ishockey och man lekte idrott. Men med organiserad idrott började jag i mellanstadiet med fotboll och framförallt ishockey. Så jag gjorde det men inte med någon större framgång. Men jag tyckte det var kul att vara med i en grupp, har alltid tyckt det. Och då startades (min idrott) och då var det någon som sa att jag skulle komma dit och pröva. Jag spelade faktiskt även lite handboll. Så jag började spela (min idrott) när jag var 14 år. Och då föll det sig ganska naturligt för mig eftersom jag hade talang, och då gick det väldigt bra. Så då valde jag bort det andra från att jag var 15 år. (man)

Många av de svarande anger 15-16 års ålder som den tidpunkt då man valde idrott. Då de många olika idrotterna började ta för mycket tid så blev

omöjligt att kombinera dem. Storm et.al (2012) menar att övergången från till en mera bestämd satsning är tydlig och markant hos de flesta idrottarna.

R 18: Vid sex år började bollek. Jag höll mest på med fotboll och handboll. Och jag har egentligen prövat all typ av idrott, från simhopp, gymnastik, bordtennis, tennis, men rent föreningsmässigt så var det fotboll och handboll. Och fotbollen var jag ju talangfull i och även handbollen på det sättet, men redan vid 15 års ålder började det kollidera mer och mer. Men i fotbollen gjorde man en elitsatsning och då blev jag tvungen att träna varje gång för att få spela, så tränarna satte krav att tränar du inte får du inte spela och jag ville samtidigt hålla på med (min idrott). Så att valet blev rätt så lätt att välja den och det var ju så att (min idrott) kom det lite tidigt med det här med pojklandslag och juniorlandslag och där blev jag uttagen. Vid 16 år släppte jag fotbollen helt och hållet. (man)

Flera idrotter fanns med i bilden men fotbollens krav på ökad mängd träning, gjorde att respondenten valde en annan idrott. En annan lagidrottare anger hur valet av idrott blev definitivt i samband antagning till en idrottsprofilerad utbildning, Riksidrottsgymnasium.

R 15: Jag var extremt tidig idrottare som femåring spelade jag fotboll med killar. Och sen var jag allätare höll på med fotboll, friidrott, handboll, gymnastik och basket. Jag hade olika aktiviteter varje dag ibland två saker om dagen. Så det var nog så jag höll på ganska länge, och valde (min idrott) ganska sent. Jag valde inte fullt ut förrän jag flyttade till riksidrottsgymnasiet på. Varför det blev (min idrott) vet jag inte riktigt. Jag har faktiskt inget enkelt svar på varför, för fotbollen var väldigt intensiv. Och det krockade man skulle åka på olika läger, så jag valde (min idrott). Och från den dagen man kommer med i typ allstarteam och det händer saker då fastnade jag nog där. Så då la jag fotbollen på hyllan när jag inte hann med både och. (kvinna)

En stor del av de svarande har alltså specialiserat sig i 15-16 års åldern och detta överensstämmer väl med Storm, m.fl. (2012) som kunde konstatera att övergången till en idrottssatsning ofta sammanfaller med byte av klubb, ny träningsgrupp, ny tränare eller ny bostadsort. Det tycks i denna persons fall vara slumpen som gjorde vilken idrott som valdes. Idrotterna kolliderade, båda var roliga men tiden räckte inte till. Då måste man välja och kanske kan ett bevis på förmåga, potential – att komma med i allstarteam – var det som avgjorde.

För många sammanfaller skolövergången från grundskola till gymnasium med det vägskalet där valet av idrott, byte av klubb kanske till och med att flytta till annan ort, ställs på sin spets. En av de svarande ändrade idrotts-

satsning under gymnasieåren och bytte från ett idrottsgymnasium i en idrott till ett idrottsgymnasium med annan inriktning.

R 29: Jag har åkt skridskor sedan jag var fyra år kanske och spelat fotboll har man väl gjort sedan det funnits en boll. Det var flera lagbollspel samtidigt. Sedan höll jag på med orientering också. Jag slutade med (min idrott) när jag var sexton år för att börja på orienteringsgymnasiet. Jag tackade nej till pojklandslaget i (min idrott). Så var jag orienterare i ett och ett halvt år. Men jag spelade ju kvar i mitt lag. En annan dag så hade de inte tillräckligt med folk till A-laget så då debuterade jag där när jag var sjutton år och så spelade jag resten av säsongen. Året efter gick jag på idrottsgymnasium i (min idrott) och gjorde satsning för juniorlandslaget och junior-VM. (man)

Men även om gymnasieåldern är en period i livet där de flesta väljer idrott, om de inte redan gjort det, så finns det vissa som väljer ännu senare.

R 19: Jag har hållit på med många idrotter sedan jag var väldigt ung. Jag började spela fotboll och handboll vid sex års ålder, sen har det vart golf, tennis, badminton, squash mm. Behöll de andra grenarna parallellt fram tills jag var 16-17 någonsans. Då spelade jag fortfarande fotboll också. Men sedan blev (min idrott) blev viktigare och viktigare. (man)

Talangutvecklingsmodellen *Sampling*, d.v.s. senare satsning utgör en motpol till tidig satsning och modellen innebär först *samplingen* som bedrivit många idrotter under längre tid, men som ändå valt idrott tidigare. Vi har kallat dem *sampling* – tidigt idrottsval.

R 41: Den började med (min idrott) när jag var 9 år. Jag höll på med fotboll och handboll också. Men satsningen på (min idrott) började när jag gick på gymnasiet. (kvinna)

Detta svar är ett gott exempel på *sampling* som tidigt idrottsval. Man hittar tidigt ”sin” idrott men är under att antal år aktiv också i andra idrotter. De som tillhör denna svarsgrupp får ofta första kontakten med denna idrott genom sin familj

R 25: ... min pappa var tränare så jag började (med samma idrott). Men jag har alltid varit intresserad av idrott. Jag har spelat innebandy, simmat, ridning, modern femkamp. Första gången jag provade (min idrott) var jag sju år tror jag. Jag började köra två gånger per vecka när jag var elva år. Innan dess brydde jag mig inte så himla mycket, tyckte inte det var så himla kul. Men sen blev det roligare. Simningen släppte jag ganska tidigt för det var så mycket träning. Och under tiden jag (höll

på med min idrott) spelade jag innebandy tills jag var 14 år kanske. (kvinna)

Denna person har en far som utövat den aktuella idrotten på internationell nivå.

R 51: Från början var det bara (min idrott), sen har det varit andra saker, har spelat handboll och tennis. Och tennisen det var också seriöst ganska länge, spelade i seriespel ett tag och hade väl ganska bra talang för det också. Men (min idrott) har alltid varit störst och gått först hela tiden. (man)

Dessa svar visar på ett aktivitetsmönster och en väg till elit som inte beskrivits särskilt ofta i litteraturen. Som tidigare redovisats beskriver forskningslitteraturen ofta två ytterligheter, ett tidigt idrottsval med tidig specialisering och systematisk träning eller en samplingperiod med många idrotter, ett senare idrottsval och senare specialisering. Vad vi kan se här är betydligt mera nyanser och variationer på dessa två huvudteman. Dessa resultat ligger nära den danska studien (Storm, m.fl., 2012) som tidigare beskrivits. I denna studie finner vi fem olika vägar till landslaget; (1) tidigt idrottsval och tidig specialisering (N=2), (2) tidigt idrottsval och senare specialisering (N=1), (3) tidigt idrottsval med utövande av flera idrotter och senare specialisering (N=11), (4) utövade utövande av flera idrotter med senare idrottsval och senare specialisering (N=14) och (5) övade utövande av flera idrotter med relativt tidigt idrottsval och specialisering (N=6). Det finns därför anledning att instämma med de forskare som hävdar att vägarna till topprestation inte alltid följer någon av huvudvägarna utan är mera unika, individuella och ickelinjära val (Phillips, Davids, Renshaw & Portus, 2010). Dessutom betonas ofta kulturella skillnader. Och i anknytning till detta är det rimligt att anta att vårt idrottssystem som innebär att de allra flesta har god tillgång till idrott och anläggningar möjliggör att många har en chans att prova flera idrotter innan man väljer att specialisera sig.

Att specialisera sig – att börja satsa

Det finns omfattande forskning kring de olika typiska stegen i en idrottskarriär och övergångarna mellan dessa – *career transitions*. (se t.ex. Wylleman m.fl., 1999 och Stambulova 1997). De talar bland annat om två viktiga steg då idrottsutövaren går från att kanske bedriva flera idrotter eller idrotta utan tydliga mål till en mera mål- och resultatnriktad verksamhet – *transition to intensive training* och *transition to elite sports*. I intervjuerna har de svarande fått beskriva när de började *elitsatsa* och hur det gick till. Denna fråga motsvarar närmast *transition to intensive training*. Som tidigare nämnts fann Storm och hennes kollegor (2012) att övergången till en idrottsatsning ofta sammanfaller med byte av klubb, ny träningsgrupp, ny tränare eller ny bostadsort. Denna grupp kunde vi också identifiera i denna undersökningsgrupp.

R 25: Det var när jag flyttade upp till Stockholm när jag var 19 år, då skulle jag ju börja satsa. Då tränade jag två gånger om dagen och då började satsningen på riktigt. Jag kom med i landslaget när jag var 16 år. (kvinna)

En vanlig orsak till byte av ort och träningsgrupp är att man väljer att flytta till ett idrottsgymnasium:

R 15: Satsningen började när jag var 15. För jag flyttade när jag var 15 till RIG, för jag droppade inte fotbollen förrän jag flyttade, eller jag tror till och med att jag spelade någon gång när jag var hemma, lite matcher här och där. (kvinna)

Att flytta till en ny klubb, till ett idrottsgymnasium är både ett medvetet val av inriktning i livet, något av en symbolhandling – att ta steget in i elitidrott. Men en flytt kan också vara ett sätt att bryta med en vikande prestationsnivå.

R 42: Jag gjorde lumpen och tränade ju bara två gånger i veckan då. Men då märkte jag också, jag var ju rankad tvåa i Sverige som junior, men under lumpen fick jag ledigt för att åka på en tävling. Då mötte jag en kille som jag på juniortiden var jämn med, och nu var det stor förlust, jag var helt utklassad. Det blev vändpunkten, jag accepterade inte att åka runt och förlora, antingen fick jag lägga ner det eller satsa. Ja då bytte jag till en klubb i Göteborg. Och då jobbade jag också skift så varannan vecka blev det mycket träning. (man)

Denna person visar verkligen att det handlar om ett karriärval, lägga av eller satsa. Vi kan alltså se att miljöbytet också hänger samman med en mera uttalad målinriktning.

R 11: Det var före gymnasiet när jag fyllde femton. Då bytte jag tränare och fick upp en liten äldre och lite mer elitsatsande träningsgrupp. Och då kände jag att nu går jag in och tränar med dem och alla var äldre och vi hade en tjej som var i final i junior-EM och sådär, och då kände man att nu blir det mer allvar. Då vann jag också skol-SM det året och tog ungdoms-SM-medalj och då kände jag nog att nu är det elitsatsning som gäller. Det var att kombinationen, både målmedveten och att man är på väg mot någonting tillsammans med den här glädjen, jag tror inte bara du kan 100 % glädje utan det krävs disciplin och målmedvetenhet också. (man)

En vanlig process tycks vara att idrottsutövaren sätter upp (nya) tydligt resultatnriktade mål och bestämmer sig för att det krävs ett miljöbyte för att uppnå dessa mål. Men några av de intervjuade hade satt upp sina mål mycket tidigare

R 12: Ja, det bestämde jag väldigt tidigt. Så att min stora dröm som blev målsättning senare var att bli första svensk som ... (klarade en ”drömgräns i den egna idrotten). Och det var en helt passionerande dröm och det var liksom ingen tvekan så att det var ingenting att jag skulle utbilda mig utan det var som all mentala och fysiska kraft gick åt till den passionen. Jag flyttade ju som sagt till RIG och det var en väldigt stor omställning, och jag fick sköta mycket saker själv. Men vissa klarar av det och det är ju ett otroligt ansvar och man växer väldigt snabbt de åren. För mig passade det väldigt bra. Och träningen fungerade väldigt bra, jag hade en väldigt duktig tränare där och sen fick man bra mat och mellanmål i skolan osv. Så jag har tagit ett eget ansvar när det gäller att skapa bra förutsättningar. (man)

Ett flertal av de svarande tycks ta det definitiva steget in i elitidrotten när de blir medvetna om den potential de har – att det kan bli riktigt bra.

R 16: Jag var skadad i ett år när jag var 17 och efter det är det liksom fullt ös. Då förstod jag liksom att jag har bara en chans och det är nu liksom. Då har jag kunnat liksom öka träningen lite till nu så jag kan träna ännu mer, så har jag liksom inget ledigt på sommaren längre, några dagar annars så är det bara träning. (man)

R 37: Men dagen då jag förstod att jag kunde bli proffs var nog inte förrän jag var 20 år, då jag gick till semifinal i en stor turnering. Innan dess hade jag gått på RIG, och lagt ner mycket tid på träningen, men i tankarna hade jag aldrig kunnat drömma om att bli proffs. Men då förstod jag att här har jag i alla fall en karriär ett antal år framöver om jag inte gör bort mig helt. (man)

Detta att upptäcka sin potential eller få bekräftelse på sin förmåga är en viktig ingrediens hos den grupp svarande som anger att framgångar, uttagningar och uppmärksamhet har spelat en stor roll

R 48: Man kan nog säga när jag blev junior och det var då det började att gå bra också. Och då är man ju 17 år, och då kom jag med i juniorlandslaget. Och sen var det Junior-VM, och då tog vi medalj, och det var ju då man började förstå att man kanske kunde bli duktig också. För man hade väl inte förstått att man tränat vidare hårt men man insåg ju att det vi gjorde det gjorde vi bra. (man)

R 14: Jag hade väldig framgång direkt första året på gymnasiet, så där startade väl ganska mycket i och med att jag märkte väl att jag fick framgång och tyckte det var väldigt roligt osv. Jag var bland de bästa i landet då. Och studierna förstås, jag för-

sökte hanka mig fram, för det visste vi väl allihop att den biten var viktig också. (kvinna)

Dessa svarande har alltså valt en idrott där de upplevt framgång, blivit uttagna i landslag eller elitgrupper etc. Om vi kallar detta ett positivt val så finns också några som gjort vad vi kan kalla ett ”negativt val”. Detta är ett av några exempel på detta:

R 18: I fotboll gjorde man en elitsatsning och då blev jag tvungen att träna varje gång för att få spela så tränarna satte krav att tränar du inte får du inte spela och jag ville samtidigt hålla på med (min idrott). Så att valet blev rätt så lätt att välja den. Vid 16 år släppte jag fotbollen helt och hållet. (man)

De intervjuade har en tämligen enhetlig bakgrund kommer nästan uteslutande från familjer med starkt idrottsintresse. De är intresserade av idrott, man utövar idrott och man konsumerar idrott. Forskningen har visat att idrottshabitus påverkar idrottsaktivitet i allmänhet och val av idrottsaktivitet i synnerhet. Lund och Olofsson (2009) visade på ett starkt idrottshabitus hos idrottsgymnasieelevernas familjer. Liknande mönster ser vi i svaren i denna intervjuundersökning. Resultaten visar tydligt hur föräldrarnas eller andra närståendes aktivitet och engagemang påverkar idrottsvalet. Det handlar om allt från att dessa betydelsefulla personer är ledare eller tränare till att de har möjlighet att skjutsa till och från träningen och träningsanläggningen.

De intervjuades idrottsbakgrund visar på aktivitetsmönster som ger ny kunskap om ”vägen till eliten”. De tydliga vägar som ofta beskrivits i forskningslitteraturen, ett tidigt idrottsval med tidig specialisering eller en samlingsperiod med senare specialisering, är kanske två ytterligheter, men inte de enda vägarna. Vi finner fem olika vägar till landslaget (1) tidigt idrottsval och tidig specialisering, (2) tidigt idrottsval och senare specialisering, (3) tidigt idrottsval med utövande av flera idrotter och senare specialisering, (4) utövande av flera idrotter med senare idrottsval och senare specialisering och (5) utövande av flera idrotter med relativt tidigt idrottsval och specialisering. De allra flesta ingår i grupperna (3) och (4), d.v.s. de som specialiserat sig senare. Dessa resultat har också stöd i den danska studien (Storm, m.fl. 2012) som tidigare beskrivits. Dessa vägar väcker naturligtvis frågor: är idrotten rustad att ta emot dessa heterogena idrottsgrupper, löper idrotten risk att missa dem som inte följer vanliga aktivitetsmönster, etc. Vägarna till topprestation tycks inte vara linjära utan mera individuella, unika och icke linjära

Storm och hennes kollegor (2012) fann att idrottsutövare ofta, väldigt klart kan komma ihåg när de valde att satsa på sin idrott. De menar att detta bland annat kan förklaras med övergången från ett bredare idrottsutövande till ett mera fokuserat och resultatnriktat utövande är väldigt markant i vår idrottskultur som i stor utsträckning präglas av att man har möjlighet att

prova många idrotter och att man ofta idrottar tillsammans med närboende vänner och klasskamrater. Därför innebär beslutet att satsa ofta att man byter träningsgrupp, klubb eller tränare. Kanske krävs det till och med att man flyttar till annan ort, till bättre sparring eller till ett idrottsgymnasium. Sådana beslut innebär stora förändringar som de intervjuade väl kommer ihåg. För en stor grupp av de intervjuade togs detta beslut i samband med övergången från högstadium till gymnasiet. Om detta är en tidpunkt som framför allt beror på strukturella faktorer, övergång från en skolform till en annan, eller om det är en lämplig tidpunkt för att inleda en elitsatsning är en fråga värd att studera vidare.

Satsningen innebär alltså att man tar ett beslut att ge idrotten en chans. Precis som angetts tidigare så innebär det ofta ett miljöbyte, tränarbyte, klubbbyte, flytt till annan ort, etc. Av svaren framgår tre huvudsakliga och ibland sammanfallande skäl till detta beslut. Det första skälet som framkommer av intervjusvaren är att idrottsutövaren tar beslut att försöka prestera på så hög nivå som möjligt, man höjer sin målsättning. Detta beslut påverkas säkerligen ofta av det andra skälet som framkommer i intervjuerna nämligen att utövarna inser att de bisitter en potential att nå långt. De förstår att de har möjlighet att nå landslag, internationell nivå. Denna insikt påverkas i sin tur ofta av det tredje anförda skälet, man blir uttagen i landslag, distriktslag, elitgrupp eller liknande, man får stöd och uppmuntran från betydelsefulla personer, familjemedlemmar, andra idrottsutövare eller tränare – man får bekräftelse.

6. Elitidrottsavslutningen och tiden därefter

I detta kapitel avhandlas centrala frågor med anknytning till elitidrottsavslutningen. Med utgångspunkt i tidigare forskning, de teoretiska modeller som presenterats tidigare och det föreliggande empiriska intervjumaterialet, kommer fokus att ligga på (1) vilken *typ av avslutningar* som framträdde i intervjusvaren, (2) vilka *skäl till att avsluta elitkarriären* som respondenterna angav och (3) vilka *upplevelser man haft i samband med avslutningen och hur arbetsituationen sett ut efter karriärslutet*.

Vad gäller de ovan redovisade tre huvudfrågorna har samtliga analyserats dels kvantitativt (hur många) för att få en grov uppfattning av (a) hur vanliga olika typer av avslutningar är, (b) vilka anledningar, enskilda och i kombination, som oftast anges ligga bakom beslutet att avsluta sin elitkarriär och (c) dels frekvensen ”problematiska eller oproblematiska” upplevelser vid karriärslutet och vilken typ av arbete som respondenterna fick efter karriären, dels kvalitativt genom att kategorisera och exemplifiera genom typiska, illustrativa intervjuцитat inom varje kategori.

Vad kännetecknade avslutningen?

Senare forskning kring utträdet ur elitkarriären har visat att avslutningsfasen oftast är en utdragen och komplex beslutsprocess. Det är mer sällan som hastiga beslut fattas (Stråhlman, 1997, 2006; Park et al, 2013). Intervjusvaren visade mycket tydligt att avslutningen för de flesta elitidrottarna (N=18) var en långdragen process som i vissa fall sträckte sig över flera år och för en del innehöll beslutsprocessen dessutom en eller två återkomster (”comebacks”) till elitidrotten. Endast tre av de intervjuade ansåg att de hade haft en abrupt eller plötsligt slut på sitt elitidrottande. Det vanliga mönstret var således en *utdragen avslutningsfas*. En manlig fotbollsspelare som slutade 1999 kan illustrera en beslutsprocess på ungefär två år:

R 23: Jag kan väl säga att jag i princip kände att från 1997 att det var på gång att ta slut. Men man var ju dum som fortsatte kämpa på när man hade de där knäproblemen. (man)

Idrott kan – utifrån den aktive utövarens perspektiv – ses som en slags *kärleksrelation*, där ett intensivt känslöengagemang utvecklas under den relativt långa tid som idrottaren är intensivt involverad i idrott på toppnivå. Relationen kan därför både innehålla element av framför allt kärlek och passion, men ibland även inslag av hat (Patriksson, 1993). En känslomässig relation av detta slag kan ofta vara svår att lämna och en del av intervjupersonerna har framhållit den *separationsångest* som präglat uppbrottet från elitidrotten. Ett tydligt exempel från en friidrottare visas nedan.

R 20: Jag hade en väldigt lång elitkarriär. Avslutet var en lång process. Jag lämnar inte något jag älskar i första taget. Det var en svår separationsångest som i slutändan blev jättebra. Och hemligheten med det är att jag varit väldigt medveten hela tiden om var jag har befunnit mig i min karriär. (man)

Inom en del idrotter, som t ex bågskytte och skytte, har tidigare forskning (Patriksson, 1995; Stråhlman, 2006) visat att man kan vara *elitaktiv långt upp i åldrarna*. Denna möjlighet gör att det kan vara svårt att bestämma sig för att sluta med elitidrott (och det väcker också för vissa utövare frågan hur man skiljer på elitidrott och icke-elitidrott) och idrottaren kan därför befinna sig ganska länge i ett gränsland. En bågskytt uttryckte sina tankar om detta på följande sätt:

R 28: Det beror på vad man menar med elitkarriär. Jag säger fortfarande i Sverige så är jag med. Jag blir ju tillfrågad av ungdomarna att ställa upp för laget... så i år har jag vunnit SM med ett lag som jag är med i. Men internationellt har jag också gjort något inlägg under senare år. VM 2009 var senaste gången. Så jag har inte så där ”poff” nu lägger jag av... jag kan säga så här att något mer landslagsuppdrag är jag övertygad om att jag inte kommer att ha... Jag har aldrig någonsin gjort ett långt uppehåll. Det längsta jag har haft sen 1968 det var på tre veckor och då hade jag lunginflammation. Annars har jag i 40 år tränat nästan dagligen. (man)

En annan informant (i skytte) hade också synpunkter på den sköra skiljelinjen mellan elitnivån och ”motionskytte”.

R 30: ... och sen är det ju fortfarande inte för sent för en skytt att komma tillbaka. Jag har börjat skjuta lite mer tävlingar med luftpistol som är min gren. Jag har fått lite suget tillbaka. Jag skjuter på motionsnivå. (kvinna)

Var beslutet att sluta *planerat eller oplanerat*? I intervjuvaren fanns det nio idrottare som explicit uttryckt att beslutet var planerat, medan tre angett att det var oplanerat. Övriga har inte lika tydligt uttryckt sin inställning. Bland de forna elitidrottarna fanns några som haft en mycket lång och rationell planeringshorisont:

R 44: Ja, det var planerat. Alltså när Peking tilldelades OS sommaren 2001, sju år innan, så sa jag redan då att det där är min sista tävling... Jag visste ju att 2008 är jag 32 år gammal och även jag och (namn) började rent mentalt att förbereda oss för det här sista året egentligen. Vi sa att om 2008 är mitt sista år så gäller det att göra det så jävla bra som möjligt i varenda tävling det sista året... och komma ut ur det med positiva känslor. Så sett så kändes det ganska enkelt att lägga av. (man)

R 41: Jag la av år 2000. Jag hade mentalt förberett mig för det ett år innan så jag kände att motivationen inte riktigt var det den borde vara. Det var planerat. Sen så fortsatte jag att spela i tre år i Tyskland i deras liga. Jag tränade inte två gånger om dagen längre utan två gånger i veckan. (kvinna)

R 38: Det var planerat från 1996 efter OS i Atalanta då bestämde vi att jag skulle hålla på tills 2001. Jag höll inte längre heller, men samtidigt var jag ju 38 år. (kvinna)

Det är emellertid inte alltid okomplicerat att bestämma sig långt i förväg när man skall sluta, vilket följande citat visade:

R 31: Jag kände våren 2007 att jag inte orkade riktigt, men bestämde mig för att hålla i ett och ett halvt år till OS i Peking. Men har man bestämt att man snart skall sluta då börjar man att sluta ... Jag visste ju inte att det var min sista tävling. Jag hade väl på känn att det kanske var det, men jag bestämde mig att inte börja träna inför OS förrän jag kände mig till 100% motiverad att göra det. Och sen gick hösten och den känslan kom inte tillbaka så då tog det beslutet sig självt. (kvinna)

Om elitidrottsavslutningen skett *ofrivilligt* eller *frivilligt* har enligt tidigare forskning (Patriksson, 1995; Lynch, 2006; Mc Kenna & Thomas, 2007; Gilmore, 2008; Butt & Molnar, 2009) visat sig vara betydelsefullt för upplevelsen av karriärslutet: ofrivilliga slut tenderar att ha mer negativa konsekvenser än frivilliga. I vår undersökningsgrupp var det endast två personer som klart uppgav att de inte själva kunnat påverka avslutningen (ofrivillig avslutning), medan sju stycken tydligt framhöll att avslutningen var frivillig. Övriga respondenter har inte explicit uttryckt huruvida avslutningen skedde frivilligt eller ofrivilligt. Ett exempel på ett av de två ofrivilliga avsluten som upptäcktes i studien, en ”petning” från en mästerskapstrupp, ges nedan.

R 39: Jag frågade om det fortfarande gällde att jag fick åka på EM om jag vann SM. Men då svarade han att EM-gruppen är redan uttagen. Och det var det jävligaste jag varit med om. (man)

Det kan nämnas att informanten (liksom den andre i vårt undersökningsmaterial som råkat ut för ett ofrivilligt slut på elitkarriären) hade en mycket besvärlig tid efter karriärslutet. Vi återkommer mer utförligt till denna problematik senare i detta kapitel.

Av de 28 intervjuade elitidrottarna hade åtta (29 %) gjort minst en *come-back*, vilket var mer än dubbelt så stor andel i jämförelse med 1950-80-talets toppidrottare (Stråhlman, 1997). Kan elitidrottens ökade kommersialisering och medialisering ligga bakom denna ökning? Det kan inte denna studie ge svar på, men resultaten kan ge en viss inblick i hur informanterna har svarat och resonerat när detta tema aktualiserades i intervjusituatio-

nen. Det första exemplet är en mycket framgångsrik kvinnlig idrottare som slutade efter två OS guld, men som sedan gjorde comeback två gånger och där den sista återkomsten bl a resulterade i ytterligare ett guld i OS. Hon slutade första gången på grund av skada, men kom tillbaka några år senare och vann ett VM och beslutade sig då att sluta och höll upp i ett par år. Efter några år kom ”suget” efter elitidrotten tillbaka:

R 48: Så egentligen var jag ju inte färdig kände jag för jag älskade ju att träna... och jag saknade ju kamratskapet framför allt... och man förlorar ju den identitet man levt med under hela sitt vuxna liv. (kvinna)

I citatet ovan framträdde inte minst det motiv som Stråhlman (1997) fann, nämligen att man ”inte kände sig färdig” med elitidrotten. Dessutom togs den förlorade (idrotts)identiteten upp som en faktor (väl belagd i tidigare forskning) som bidrog till att återuppta elitidrottandet. Just identitetsförlusten har flera angivit som förklaring till sin comeback. Ett exempel från en basketspelare som även återopade sociala skäl:

R 34: Slutade 1991, jag slutade egentligen lite tidigare men sen gjorde jag comeback av den enkla anledningen att jag hade väldigt svårt att vara ”nobody”. Jag saknade även omklädningsrummet och polarna. (man)

Ett annat citat från en handbollsspelare kan vara ett bra exempel på det andra motiv som Stråhlman (1997) identifierade bland återvändande elitidrottare: att av lojalitet mot sin förening eller förbund komma tillbaka och hjälpa till i en kanske svår situation.

R 18: Jag var lite velig fram och tillbaka samtidigt som jag tyckte det var rätt så roligt... jag hade väl egentligen inte lusten till att spela men för att hjälpa både klubben och laget så blev det lättare att ta på sig tröjan och in och spela igen. (man)

Ett annat exempel på flera ”comebacks” långt upp i åren i samma idrottsgren som ovan redovisas i följande intervjuutdrag.

R 17: Jag har blivit avtackad ett antal gånger om jag säger så. Nämen, när jag skrev mitt sista tvåårskontrakt var jag 38 år. Då gick jag in i tränarteamet, men samtidigt såg vi tidigt på säsongen att vi behövde min resurs, så jag spelade faktiskt fram tills sista året, 44 år gammal spelade jag slutspel år 2009. (man)

Det tycks som att fler framgångsrika idrottare än tidigare kommer tillbaka till idrottens elitskikt en eller ett par gånger. Vissa lyckades komma tillbaka till den absoluta toppen - de tyckte sig ha något ”ogjort” och kvar att bevisa – medan andra, ofta av lojalitet mot föreningen eller förbundet, med en blandning av lust och plikttrogenhet återvände till idrotten för kortare eller längre tid.

Den första frågeställningen i detta avsnitt har berört vilken typ av elitidrottsavslutningar som avslöjats i intervjuerna. Resultaten både bekräftade senare tids internationella och svenska forskning samt ytterligare förstärkte bilden av att avslutningsfasen är en komplex och utdragen process som mentalt kan pågå under lång tid. Denna långdragna process har troligen ett nära samband med att toppidrottare har ett mångårigt hängivet förhållande till sin idrott, som kan liknas vid en kärleksrelation, vilken de flesta oftast inte lämnar i första taget. För ganska många var dock utträdet från elitidrottsrollen ett medvetet planerat beslut, ibland i samråd med tränare eller mental rådgivare, som ofta fattats ett eller flera år före den faktiska avslutningen. Endast ett fåtal bestämde sig för att klippa av banden till elitidrotten med kort varsel. Få avslut tycktes också vara abrupta och ofrivilliga, men då de förekom tenderade de att leda till mer problemfyllda avsked från toppidrotten. Det visade sig också att nästan en tredjedel av de intervjuade återvände till idrotten en eller flera gånger. Vissa av dem hade en längtan att visa att de fortfarande dög på en hög nivå, medan andra snarare gjorde comeback för att återfå en del av den identitet man tyckt gått förlorad eller så återkom de av lojalitetsskäl för att hjälpa den förening eller det förbund som stöttat dem tidigare.

Varför avslutades elitidrottskarriären?

Vilka skäl har de intervjuade elitidrottarna uppgett för att de slutligen tog farväl av rollen som aktiv toppidrottare? Det mest tydliga (och frekventa) mönstret som trädde fram gav även ytterligare belägg för den komplexa bild av avslutningsfasen som tecknades i föregående avsnitt: det var ganska sällan som ett enskilt skäl låg bakom beslutet utan flera samverkande faktorer bidrog oftast till att individen till slut tog steget att lämna elitidrottskarriären för gott (N=20). Några intervjuutdrag kan exemplifiera när flera interagerande skäl legat bakom beslutet att sluta. Det första är från en basketbollspelare.

R 15: Jag slutade när jag var 28 år... Ja, för att jag födde barn och gjorde comeback efter att jag fått det, men då var knäet så dåligt att läkaren rådde mig till att sluta. Och då kom jag till insikt att det kanske inte var så dumt för jag hade en ettåring och en man som var försäljningschef på Astra Zenica för hela landet, så jag fattar inte hur jag trodde att det skulle gå ihop. Det funkade liksom inte. (kvinna)

Ett annat exempel hämtas från en tävlingscyklist:

R 27: Det var väl en kombination av eller egentligen var det en ekonomisk svår situation. Jag var 27 år och hade gått på Bosön några år och levt på lite studiebidrag och hade ingen ekonomi att idrotta på heltid... så jag fick väl dutta lite grand med lite jobb och så och det kändes nja. Det sista året jobbade jag heltid och då lessnade jag helt. Egentligen ville jag nog inte riktigt sluta men det var ju som det var. (man)

Ett tredje fall (friidrottare) illustrerar där flera anledningar i samspel med varandra inverkade på beslutet att ”lägga skorna på hyllan”.

R 12: Nja, 1997 fick vi vårt första barn och då var jag 26 år och då kom jag på mig själv att drivkraften försvann någonstans där. Helt plötsligt var inte idrotten det viktigaste längre så det bidrog. Jag höll på något år till men sen blev motivationen mindre och mindre och sen var jag nästan likgiltig när jag skulle tävla och då fungerade det inte att prestera. Och då bestämde jag mig med ganska kort varsel att nu blir det att sätta punkt. (man)

Ytterligare en illustration (friidrottare) av hur den komplexa bakomliggande situationen kunde te sig före beslutet att avsluta elitidrottskarriären.

R 11: Det var en rad olika orsaker. Dels så hade jag en fotskada som hade hängt med i rätt många säsonger. Jag hade opererat foten för tredje gången och kände att det började kretsa väldigt mycket kring om det skulle fungera och sådär. Sen brottades jag rätt mycket med min sexuella läggning under den perioden och tyckte att jag hade svårt att vara mig själv och jag var trött på och tyckte att landslaget var eller jag var den jag var, jag var ingen annan person riktigt och jag blev trött på det och såg inte hur det skulle gå att förena de här två världarna. (man)

Som redovisats tidigare framhöll 20 stycken av de 28 toppidrottarna minst två anledningar som påverkat deras beslut att upphöra med elitidrott. De fyra exemplen ovan var således endast en liten del av det totala antalet, men speglar väl den allmänna bild som växte fram ur intervjumaterialet. Beträffande klassifikationen av de enskilda skälen hämtades inspiration dels från denna undersöknings övergripande teoretiska modeller, dels mer specifikt från en studie som specialstuderat bakomliggande skäl till karriäravslutning hos danska elitidrottare (Moesch, Mayer, & Elbe, 2012). Totalt sett kunde tio olika kategorier (inklusive ”övrigt”) identifieras. De presenteras nedan i en enkel sammanställning liksom det antal markeringar respektive kategori erhållit.

Tabell 2. Angivna skäl till att sluta med elitidrott hos svenska elitidrottsutövare (N=28)

Skäl att sluta...	
Brist på motivation	13
Skada eller hälsoproblem	12
Ålder	8
Brist på framgång	4
Familjerelaterade skäl	4
Finansiella skäl	2
Idrottsomgivningen	2
Studie- eller arbetsrelaterade skäl	1
Bortvald/platsar ej	1
Övrigt	1

Det totala antalet markeringar uppgick till 48 stycken, vilket innebar ett genomsnitt på 1,7 skäl per individ. Tabellen har inte delats upp på kön, då kvinnorna endast utgjorde åtta stycken av hela undersökningsgruppen. De tre vanligaste anledningarna till att lämna elitkarriären var ”Brist på motivation”, ”Skada eller hälsoproblem” och ”Ålder”. Därefter följde ”Familjerelaterade skäl” och ”Brist på framgång”. Ofta nämndes de fem mest frekventa skälen tillsammans i olika kombinationer. Nedan redovisas ett antal typiska exempel på sådana samverkande skäl till att sluta. Det första fallet var en fotbollsspelare som menade att han slutade på grund av följande skäl:

R 43: Jag var för gammal. Sliten och för dålig. Nä, man blev ju äldre plus att man började gå sönder. Jag kände det sista att jag inte kunde ta i ordentligt. Det var inget plötsligt beslut, men när jag började få skadeproblem så kände jag att det inte funkade. (man)

Det andra fallet var en handbollsspelare, som framhävde ålder och bristande motivation.

R 18: Det var väl mer åldern som började ta ut sin rätt. Var lite halvsliten och hade väl inte samma motivationsfaktor framför allt för att spela i Sverige. (man)

Ytterligare ett exempel från handboll, där utövaren framhöll familje- och motivationsskäl.

R 19: Jag var mätt på handboll. Jag kände inte att, vi bodde i Tyskland, vår son hade gått ut fjärde klass och då byter man skola och vi hade köpt tomt och byggt hus och planerat för det. Rent fysiskt hade jag säkert kunnat spela ett par år till men motivationsmässigt tror jag inte att jag skulle tycka det vore kul att spela i elitserien i Sverige. (man)

Och slutligen ännu en illustration på kombinationen ålder och skada som skäl till att lämna elitidrotten (basketboll).

R 23: Jag avslutade ju min karriär på grund utav en skada, förstörde ju mitt korsband, men då hade jag ändå hunnit bli 32 år.
(man)

Den samlade bilden av varför elitidrottare avslutade sin karriär var således en kombination av skäl där vissa kombinationer var vanligare än andra. Listan av enskilda anledningar toppades av tre: bristande motivation, skada eller hälsoproblem och (hög) ålder. Hur stämmer motivbilden överens med den tidigare forskningen på området? I jämförelse med den tidigare anförda danska studien (Moesch, Mayer & Elbe, 2012) var de två mest nämnda skälen (brist på motivation, skada eller hälsoproblem) desamma som i den danska undersökningen. Den största skillnaden var att åldersrelaterade skäl omtalades oftare av svenska elitidrottare än av danska. I övrigt fanns – med undantag av dopning – samma skäl representerade i vår undersökning som i den danska studien. Även om man utvidgar jämförelsen till att omfatta andra studier som undersökt detta kan det konstateras att de också inkluderar de av oss funna skälen. Rangordningen av skälen att sluta kan variera en del och detta kan dels bero på att undersökningsgrupperna var olika sammansatta grenmässigt, dels att resultaten speglade olika samhälleliga kontexter (Moesch, Mayer & Elbe, 2012; Reints, 2011, Stambulova et al, 2007). Skälen att sluta gick också på ett bra sätt att placera in i de holistiska modeller som utvecklats och som också delvis legat till grund för redovisningen av resultaten (Taylor, Ogilvie, Lavalley, 2006; Stråhlman, 2006).

Upplevelser av karriäravslutningen och tiden efteråt

Den tidigare forskningen i Sverige och internationellt från 1990-talet och framåt har, även om vissa variationer förekommit mellan idrottsgrenar, åldrar, kön och länder, ganska entydigt visat att en majoritet av elitidrottare klarade av karriärslutet utan några större problem (Patriksson, 1993, 1995; Stråhlman, 1997, 2006; Park et al, 2013). Hur ser situationen ut för en grupp av svenska toppidrottare i det övre elitskiktet, där en mindre del (N=8) avbröt sin elitkarriär under 1990-talet och den större delen (N=20) avslutade sin karriär under 2000-talets första decennium? Som framgått av kapitel 4 innehöll undersökningsgruppen ett stort antal mycket framgångsrika idrottare som erövat mängder av OS- och VM-medaljer av alla valörer eller tillhört det yppersta elitskiktet i Sverige och således representerat nationen i landslagssammanhang under en lång period.

I denna del av studien har de intervjuutsagor som handlade om upplevelser av karriärslutet och vad som hände senare utsatts för en inträngande analys som avslutades med en helhetsbedömning av hur varje individ klarade övergången från elitidrott till livet därefter. Bedömningen utmynnade i ett tredelat kategorisystem, där varje respondent placerades i en av tre kategorier. Kategorierna utgick ifrån hur väl de före detta elitidrottarna klarat av

omställningen från elitidrotten till ett civilt liv. Bedömningen gjordes med utgångspunkt i (a) relevanta delar av tidigare forskning, som författarna var mycket väl förtrogna med och som också till stor del redovisats i denna rapport och (b) den stora erfarenhet vi som forskare hade av egna tidigare empiriska studier av elitidrottsavslutning. Trots den expertis som forskargruppen besatt visade det sig ändå att i några fall kunde det vara svårt att dra den exakta gränsen mellan kategori ett och två (se nedan). I de allra flesta fallen fanns det dock inga problem vid kategoriseringen. De tre kategorier som användes var om utträdet ur elitidrottskarriären upplevdes som:

1. I stort sett problemfritt
2. Mestadels bra men med vissa smärre problem
3. Mycket problemfylld

Kategori 1: I stort sett problemfritt

Den första gruppen ("I stort sett problemfritt") bedömdes innehålla 17 individer av 28 (61%). Även i denna studie visade det sig alltså att flertalet klarade övergången på ett bra sätt. En så stor händelse som att lämna livet som elitidrottare gick givetvis inte spårlöst förbi för någon. Vägen till och under elitkarriären har inneburit att man, ofta passionerat, ägnat en stor del av sitt hittillsvarande liv åt idrottsrelaterad verksamhet, vilket inte kan lämna någon helt oberörd, men det kunde för många vara huvudsakligen positiva upplevelser och ibland lättnad eller glädje över att få växla spår och fortsätta med andra aktiviteter. Nedan redovisas ett antal intervjuutdrag från gruppen som inte upplevt några större problem vid karriärslutet. I det inledande citatet från en basketbollspelare som slutade under 1990-talet kan man se ett exempel på en ganska odramatisk avslutning, där den intervjuade personen hade en bra utbildning och ett arbete vid tiden då hon slutade.

R 15: Jag jobbade ju redan och var igång. Jag var ju lärare i samhällskunskap och hade en tjänst på en skola ... Men som sagt jag hade (namn), min mammaroll, det var många roller och det var stort att bli mamma. Och sen trivdes jag så bra i min lärarroll också ... men det (elitidrotten) var inget jag kände att jag saknade sen. Har faktiskt inte tänkt på mig själv så mycket som elitidrottare faktiskt. (kvinna)

En annan idrottare från 1990-talet med ambitionen att vara bäst i världen i sin gren fattade beslutet att lämna elitidrotten ganska hasigt medan hon var på topp.

R 13: Ja, jag kan inte säga att jag planerat det i förväg, men jag tror att om jag ska förstå mig själv att jag egentligen genom hela elittiden slets mellan kamp och flykt. För alltså jag har en sida att det jag gör ska vara bäst och det kostar mycket. Och vad händer om jag inte är bäst?...Jag slutade tvärt i stort sett... jag ville sluta på topp. Det var positivt, ja, visst. Plus att det var ju så att jag hade förknippat mina egna krav på mig själv

med idrott. Jag tänkte ju att nu hej då idrotten nu kommer jag att njuta och kortsiktigt var det ju så...Jag hade fått med mig de där verktygen som man använder i idrott, det är ju precis samma som man använder i vilket arbete som helst med någon form av verksamhetsplan och mål och så. (kvinna)

En annan idrottare som slutade 1990-talet berättade om sina erfarenheter av karriärslutet.

R 34: Jag tar ganska snabba beslut. Det var jätteskönt i några månader att få göra allt det som man inte gjort förut...Jag var så inrutad, så det var otroligt skönt att slippa det och kunna vakna och bestämma att idag går jag ut och plockar svamp... Jag har ju haft en jäkla tur och slumpen har styrt till att jag haft ett fantastiskt liv rätt igenom. Med vissa dalar givetvis med skilsmässor och så, men jag är oerhört tacksam till idrotten med det livet jag har fått leva. Jag skulle inte kunna önska mig bättre... Jag har ju egentligen idrotten att tacka för allt. (man)

Det fanns också röster från 2000-talet som vittnade om lyckosamma övergångar från toppidrott till ett annat liv efteråt. Det första exemplet visade betydelsen av att börja förbereda för denna övergång (fotbollsspelare som bl.a. spelat professionellt i utlandet).

R 35: Jag började investera i två företag som det var tänkt att jag skulle börja jobba i efteråt, men då blev jag tillfrågad om att bli sportchef så det blev en naturlig övergång. (man)

En bandyspelare med mycket stora framgångar berättade att han slutade vid 38 års ålder (kunde också vara en ganska otäck illustration av den tidigare diskussionen om skador och hälsoproblem som skäl till att sluta, men också på den moderna elitidrottens villkor för vissa utövare) på grund av skador:

R 29: En av anledningarna var ju min fot som jag opererat tre gånger och högerknät likadant så jag gick ju på piller och hade värk och sov knappt på tio års tid och samtidigt tränade med det. (man)

Trots dessa skadeupplevelser fortsatte informanten att spela bandy (se ovan) och kunde avsluta elitkarriären på ett för honom lyckosamt sätt, samtidigt som han visste att ett tränarjobb i elitserien väntade honom efter avslutningen.

R 29: Dels så var det känslösamt men det blir ju så bra att ta avslut med en klubb jag spelat och vunnit så mycket med och på (namn på en arena) som betytt mest så att få knyta ihop säcken på ett sådant avslut var för mig helt fantastiskt...och känslan efteråt var att oj nu kan jag göra vad som helst. (man)

En handbollsspelare, som hade ett tränarjobb som väntade efter elitkarriärens slut, mindes tillbaka och var inte helt säker men sade att:

R 18: Jag kommer inte ihåg riktigt, men jag tror att det var en ganska stor lättnad. Jag tror att det tog ett par år. Att ta själva beslutet var nog rätt så skönt, men man höll igång lite grann sådär, det var nog inga större problem att sluta på det sättet. (man)

Vikten av att planera sitt karriärs slut exemplifieras ytterligare i nedanstående utsaga från en tennisspelare som hade det väl ekonomiskt förspänt.

R 37: Jag hade varit proffs i 15 år och nått min peak. Älskade i och för sig att tävla och det gör jag fortfarande även om det är på kornnivå så har man även det där tävlingssuget. Men jag hade bestämt mig i början av året att det här kommer att bli mitt sista år. Och därför hade jag planerat för vad jag skulle göra dagen efter. I och med att jag hade det här företaget, det hade funnits i nästan sex år, så visste jag att jag skulle sitta på kontoret den dagen. (man)

Det sista exemplet är hämtat från en elitidrottare som slutade på grund av motivationsbrist och familjeskäl. Han hade en okomplicerad avslutningsfas och började omedelbart arbeta efteråt, men kom efter tre år tillbaka som en mycket framgångsrik veteranidrottare under många år (och är fortfarande aktiv).

R 12: Det var faktiskt rätt skönt. För jag hade tänkt tanken, inte så lång tid i och för sig, men det var ändå skönt när jag väl bestämde mig...Och när jag slutade så började jag direkt att föreläsa och det ger nästan samma kick som att elitidrotta ... Jag höll upp i tre års tid helt. Men när jag var 35 år då började jag igen och då är jag mer motiverad än någonsin och jag var hel och frisk. (man)

Det som kännetecknade de oproblematiska övergångarna till ett civilt liv var att huvuddelen av de intervjuade hade en god utbildning, många hade planerat sitt utträde ur toppidrotten i god tid innan och hade också ett jobb som väntade (ganska många arbetade del- eller heltid under slutet av elitkarriären) eller planerade snabbt för en verksamhet (arbete eller studier) efter att man slutat.

Kategori 2: Mestadels bra men med smärre problem

Den grupp (grupp två) som upplevde vissa problem vid karriärs slutet bestod av åtta individer (28%). Detta stämmer ganska väl överens med det resultat som Patriksson (1993, 1995) redovisade från den stora svenska studie som omfattade 880 individer. Givetvis går det inte att direkt jämföra en så stor enkätstudie med en intervjustudie bestående av 28 personer, men resultaten

tycks också ändå ligga i linje med andra sentida internationella studier (Park et al, 2013).

Några exempel kan illustrera de (smärre) problem som upplevdes vid karriärslutet. En badmintonspelare trappade gradvis ned på sin elitsatsning och hade vissa problem med att hitta ett arbete efter det att han slutat.

R 42: Jag fasades ut. Men sen var jag ju kvar och man märkte att helt plötsligt förlorade man några matcher och det gjorde man för att tränade för lite och inte orkade. Så då kände jag att det får vara nog...Jag hade egentligen ingen plan på vad jag skulle göra så det var ett tag som jag inte hade någonting att göra.
(man)

För några elitidrottare har avslutningsprocessen komplicerats av att vederbörande haft andra parallella personliga problem som inte varit direkt kopplade till idrottandet. I sådana fall kan det vara svårt att avgöra vad som påverkat eventuella upplevda problem i samband med att de lämnade toppidrotten. Ett exempel kan belysa denna problematik hos en tidigare elitidrottare vars avslutningsfas blev ganska utdragen. Den aktuella individen bedömdes tillhöra grupp två, det vill säga de som upplevde vissa problem när de var i färd med att sluta och under den närmaste tiden efter att beslutet hade fattats.

R 31: Jag har ju mått dåligt i perioder under karriären det kan jag säga. Jag har ju gått i psykoterapi och så, men det var väl inte bara på grund av det (saknade en mentor under karriären och bytte tränare, förf anm). ...Men det har varit en resa. Sista åren har jag gått igenom en skilsmässa och en massa annat också. Så det har ju inte direkt med mitt idrottande att göra... Jag gick och kände efter och tog det rätt lugnt liksom och sen var det bara så att jag slutat av mig själv. Och det jag gjorde då var ju att jag som sagt att jag satte igång med en massa projekt... Och det har tagit flera år innan jag insett hur stor del av mig som idrotten ändå har varit. Och jag undervärderade det lite grann vilket lite grann har gjort att jag fått kämpa med min person sådär. Vem är jag efteråt och sådär... Nu jobbar jag med alla dom grejorna som jag inte trodde jag skulle göra. Och jag tycker det är kul, det är jättekul att jobba med TV. Jag föreläser och tycker det är kul också. (kvinna)

Ett par andra fall i denna mellangrupp, som mestadels klarat övergången bra, men som också brottats med vissa problem. Ett ganska vanligt förekommande tema rörde i vilken grad man baserade sin identitet på elitidrotten även sedan man slutat. Forskningen har ju visat (se kapitel 2 och 3) att det kan vara destruktivt att i alltför hög grad klamra sig fast i en ensidig bild av sig själv som nästan helt har sin grund i idrottandet och tidigare idrottsprestationer. Detta behöver dock inte innebära att den före detta elitidrot-

taren helt tar avstånd från en tidigare starkt idrottsdominerad identitet utan att den så småningom blir en väl balanserad del av den totala självuppfattningen. Hur denna process kunde gestalta sig ges prov på i nedanstående två exempel.

R 11: ... skulle jag vara (namn på idrottsgrenen och individens namn) hela mitt liv då kommer jag inte vidare. Är det det som är min identitet då är man den personen resten av livet, men jag menar jag var 26-27 år då och skulle kanske jobba i 40 år till pensionen...Så jag var nog ganska bra på att ta den biten och känna att det fixar jag...Att se att man mår bra av att ha en annan identitet än att bara vara före detta idrottare hela livet. Jag tror det är jätteviktigt att man ser att nu kommer det en ny karriär och nu måste jag bygga upp en ny identitet och det krävs en hel del mod för det. (man)

R 20: Det har varit lite upp och ner givetvis och jag är säkert fortfarande i en identitetskris lite grann. Jag tror nog att det är oundvikligt när man hållit på med något så länge att inte vara det. Och jag letar fortfarande efter mig själv, men jag känner att jag blir mer och mer trygg i mig själv och jag kan säga så här att jag har aldrig ångrat mitt beslut att sluta. Utan jag slutade när jag ville sluta och det var väldigt skönt. Så att därför har väl också den här processen kunnat gå ganska så bekymmersfritt. (man)

Den här gruppen upplevde vissa smärre problem efter karriärslutet, men det var oftast under kortare och upphörde ganska snart. Det kunde även röra sig om problem med att finna ett arbete den första tiden, men det kunde också handla om att man hade problem inom andra livsområden (t ex relationsproblem med en partner) som interagerade med avslutningsfasen, som ju också alltid och ofrånkomligt utgör en viss påfrestning i sig. Ganska vanlig var också att man funderade över sin (idrotts)identitet och dess relevans i en ny yrkeskarriär.

Kategori 3: Mycket problemfylld avslutning

Den tredje gruppen var de som hade upplevt stora problem i samband med karriärslutet. Tre (11%) tidigare toppidrottare bedömdes ha haft så allvarliga problem att de placerades i denna kategori. Eftersom denna undergrupp var så liten skall procenttalet tolkas med en viss försiktighet, men detta resultat – fast i ”mindre skala” – rimmade ganska väl både med Patriksson (1993,1995) och Park et al (2013 s 32) som redovisade att 15% av svenska elitidrottare hade upplevt tydliga problem vid karriärslutet respektive 16% i genomsnitt av de 55 internationella studier som undersökt detta. Park et al (2013) uttryckte hur de hade tolkat den typen av problem med följande ord: ”...reported that their career transition experiences had accompanied adjustment difficulties or problems...including feelings of loss, identity crisis and distress when they ended their career and adjusted to post-sport life”

(s 32). Att döma av formuleringen förefaller det som om de kriterier som använts i föreliggande studie - med rätta - varit något strängare (det vill säga att problemen varit något större eller allvarigare för de inblandade tidigare elitidrottarna) än de som utnyttjades i Parks et al (2013) klassifikation.

De tre tidigare idrottsstjärnor som klassificerades som att de upplevt både karriäravslutet och tiden därefter som mycket problemfylld var samtliga män. En hade upphört med elitidrott under 1990-talet och de två övriga hade slutat under det första decenniet av 2000-talet. Både individuella idrottare (2 stycken) och en lagbollsspelare fanns representerade i gruppen. De utsagor som presenteras nedan från dessa individer syftar till att ge en bild av deras mestadels negativa erfarenheter av hur det kan vara att lämna elitidrottslivet.

Den förste individen hade varit professionell idrottare i flera länder (och som han sade "hade lite slantar undanstoppade"). Han var drygt 30 år då han slutade på grund av att han kände sig för gammal, var sliten, presterade allt sämre och började även få skadeproblem. Det var således ett ganska vanligt mångdimensionellt avslutningspanorama som respondenten representerade. Inledningsvis såg han fram emot att ta det lugnt och vara med familjen och bara vara hemmapappa. Men efter ganska kort tid upptäckte han att han var bortglömd och att ingen hörde av sig. Här är hans egna ord om vad som skedde och hur han upplevde detta.

R 43: Efter att du har slutat så är det ingen som bryr sig om dig överhuvudtaget. Det är ju den bistra och tråkiga sanningen. Jag trodde faktiskt i och med att jag hade ett sådant namn, jag trodde att en massa företag och människor skulle höra av sig – att jag skulle få erbjudanden. Man trodde att det var jättemånga företag som var intresserade för det var dom när jag spelade. Det var inte en enda människa som ringde, inte någon. De första veckorna kändes det skönt, men sen började man ju fundera på att man måste göra någonting och hitta på någonting... Sen så var jag hemma länge. Jag blev liksom mer och mer passiv i och med att jag trodde att jag var intressant, men det var jag ju inte....Jag fick inget stöd av förbundet och inte heller (namn på moderföreningen). Jag snackade med alla i ledningen om de kunde fixa något jobb eller nåt men det hände aldrig någonting...jag kollade alla sponsorer och ringde men det var ingen som ville anställa mig...Sen dröjde det tio år, jag var hemma i tio år! Men sen tänkte jag att va fan så jag gick till arbetsförmedlingen och skrev in mig där. Och jag blev helt nonchalerad av den handläggaren, hon visste inte ens vem jag var. Men sen gick jag in på (namn på en stads hemsida) och så såg jag där en fastighetsskötartutbildning och jag hade tur och kom in på den. Så gick jag där ett år och sen började jag söka jobb som tusan...och hade tur som fick jobb här. (man)

Informantens egen förklaring till att han inte lyckades få något jobb var:

R 43: Ja, jag skulle ju haft något planerat innan jag slutade. Jag skulle liksom direkt när jag var aktiv så skulle jag se till att jag hade något jobb att gå till eller att jag direkt gick en utbildning eller något. Jag trodde att min utbildning, min livsutbildning, jag kan så mycket språk, jag känner mycket människor och jag har levt i Italien, Tyskland, Frankrike och Spanien.
(man)

Den andre respondenten hade hoppat av gymnasiet efter ett år och gick tidigt in för en elitidrottskarriär. Han blev bäst i Sverige i sin gren och nådde goda internationella resultat. Under karriären bytte han klubbar flera gånger efter schismer med ledare eller tränare och han var periodvis skadedrabbad, men siktade hela tiden mot världseliten. Han hade stöd av SOK, men när han inte tog i medalj i OS i Aten 2004 drogs stödet in ("då var jag inte värd för SOK") Han fick en ofrivillig avslutning på karriären 2007 (som citerats tidigare i detta kapitel), där han bl a yttrade "att det var det jävligaste jag varit med om". Hur blev livet efter denna avslutning?

R 39: Just då var jag så förbannad och det kändes ju jädrigt vemdigt. (man)

På frågan om han hade någon att bolla sina tankar med då svarade han:

R 39: Det var jag och min fru som pratade bara. ..Jag kan säga så här, hade man tagit ett sånt beslut efter att ha varit så högt uppe då tycker jag att SOK eller RF eller något högre organ... hjälpt oss att få in oss i arbetslivet...Hade jag fått hjälp att komma in på något jobb eller utbildning...Det hade räckt att dom hade ringt och erbjudit något att man kan få möjlighet att gå in och jobba några timmar per vecka och komma in på ett företag...men samtidigt är det ju så att många företag när du är i ropet då står dom där och vill hjälpa dig med allt. Men sen när du är färdig så är du inte värd så jädra mycket längre och den insikten är ju jävligt jobbig....Men i alla fall när jag fick det bemanningsjobbet, då gick jag upp fem på morgonen och jobbade som en dåre så jag gick in i väggen och blev deprimerad och brände ut mig fullständigt...jag är inte bra än, men jag känner igen symtomen... Jag gick på tunga mediciner och fick ingen hjälp från varken RF eller SOK för det heller.
(man)

På en avslutande fråga om hur han mådde nu blev svaret:

R 39: Jag mår fantastiskt bra: Jag har en ny kvinna som jag älskar... jag lever min dröm, jag har mat på bordet, tak över huvudet och mitt barn mår bra. (man)

Den tredje elitidrottaren som placerades i gruppen med besvärliga karriärslutsproblem hade, efter att länge befunnit sig bland de 10-15 bästa i sin idrott i Sverige, till slut fått möjlighet att tävla på sina specialdistanser och nådde då stora internationella framgångar som kulminerade i ett OS-guld. De sista åren av karriären kantades emellertid av problem med landslagsledningen:

R 45: De sista åren fick jag inte åka så många lopp som jag ville, för det blev lite politik i det hela. Det var åkare som togs ut före mig även fast jag aldrig fått stryk av dom, för att dom var tio år yngre.. Tyvärr var det så att det inte alltid var de snabbaste åkarna som fick chansen att åka för någon tränade någon... Och så hade jag en (typ av medhjälpare/ledare) som jag hade jobbat med i tio år som fick sluta och jag vet faktiskt inte än varför han fick sluta. Och han var min stöttespelare i laget... han hade stor del i min framgång och oavsett vad man än sysslar med så är det viktigt att ha någon som du kan anförtro dig åt...för det blåser där ute ibland. (man)

Förutom de ovan nämnda problemen tillkom bekymmer med hälsan året före karriärslutet.

R 45: Det var ett beslut (att sluta) som växte fram. Jag åkte egentligen nåt år på övertid för jag kände att kroppen tog stryk.... hade jätteproblem med luftrören och så och kroppen var sliten. (man)

När beslutet väl var fattad upplevde han att:

R 45: Första tiden var en befrielse. Jag var så trött på idrotten och första halvåret såg jag inte ens på sporten. De sista åren mådde jag inte bra, det var ganska många omständigheter (se ovan)...så det blev en väldigt dålig avslutning. (man)

Efter flyttning från en ort till en annan, husköp och husrenovering med problem visade det sig svårt att hitta sponsorer som kunde hjälpa till med jobb. Informanten var dessutom tveksam till vilken typ av arbete han ville ha (något idrottsrelaterat eller något annat), vilket innebar att han inte aktivt sökte jobb. Han hade inte heller någon utbildning utöver den idrottsgymnasieutbildning han avslutade för cirka 20 år sedan. Vid tiden då intervjun genomfördes hade han fortfarande inget arbete att gå till. Han berättade vidare vad som hände då han lämnade elitidrotten, framför allt hur snabbt man kan bli bortglömd.

R 45: Så den dagen man slutar och inte åker i landslaget något mer då är man en förbrukad produkt, man finns inte. Telefonen tystnar och det är en jättestor omställning just från förbunds- sidan. (man)

Det fanns flera gemensamma komponenter i de tre beskrivna fallen som alla nått stora idrottsframgångar och uppmärksammats av media under lång tid. Samtliga upplevde ganska grava problem samtidigt inom flera områden relativt långt före beslutet att lämna elitidrotten fattades. Detta gjorde att de hade svårt att prestera på den nivå som de var vana vid. Två av de tre individerna hade allvarliga relationsproblem med landslagsledningen och upplevde sig orättvist behandlade. Samma två personer fick mer eller mindre ofrivilliga slut. Alla hade också skade- och hälsoproblem under de sista åren före avslutningen som bidrog till beslutet att avbryta elitkarriären. De hade även det gemensamt att ingen hade utbildning utöver gymnasienivån (en hoppade av gymnasiet efter första året). När de lämnade toppidrotten kände alla tre en stor lättnad och befrielse den första tiden, men de märkte efterhand att kontakterna med förening, förbund och sponsorer så gott som helt upphörde. Telefonen slutade att ringa och det verkade som om ingen utanför den närmaste familjekretsen brydde sig om dem. De hade trott att de var efterfrågade på arbetsmarknaden och blev nedstämda, bittra och passiva när de så småningom insåg svårigheterna att få ett jobb. De anklagade föreningar, förbund, RF, SOK och tidigare sponsorer för bristande intresse när karriären tagit slut och strålkastarljuset hade slocknat. En av de före detta elitidrottarna tog till slut (efter tio år) tag i den trista situationen och sökte och gick en utbildning som ledde till ett arbete (fastighetsskötare). En annan fick ett arbete på ett bemanningsföretag där han dock brände ut sig och återgick till arbetslöshet och den tredje hade när intervjun genomfördes flera år efter att karriären avslutades ännu inte fått något jobb.

Det kan kanske tyckas som ganska litet då ungefär en tiondel av de studerade elitidrottarna råkat ut för stora problem under avslutningsfasen. Man bör dock tänka på att det är fråga om extremt framgångsrika människor som under en lång period av systematisk och hård träning och med stark beslutsamhet lyckats nå en mycket hög nivå. Även om elitidrott till viss del handlar om en ganska utvecklad egocentrism (vilket kanske är en nödvändighet för att nå toppen enligt många av de intervjuade informanterna), men som oftast måste tonas ned i arbetslivet, borde alla toppidrottare ha en god potential inte bara att få ett arbete utan även att lyckas bra i arbetslivet. Kan de överföra den målmedvetenhet och passion som är så viktig för att lyckas i vilken verksamhet som helst, bör samhället (och inte minst idrottsrörelsen själv) se till att tillvarata den minoritet som haft allvarliga problem även om dessa saknar en adekvat utbildning då de lämnat elitkarriären.

Även bland de två andra grupperna - de som i stort sett problemfritt klarade övergången och de som hade vissa smärre problem - framkom att de haft mycket liten hjälp av RF, SOK, specialförbund och föreningar med att hantera övergången till ett civilt liv. Det råder utan tvekan fortfarande en ganska stor okunskap och vilsenhet bland svenska idrottsorganisationer om hur man skall tackla de olika mer eller mindre svåra frågor som ofta uppstår när utövarna lämnat sin elitkarriär bakom sig. Det som fungerat bäst tycktes vara i de fall, då den egna föreningen i samband med karriärslutet

valde att utnyttja de erfarenheter och den kompetens som de ansåg att elitidrottsutövaren besatt genom att anställa denne som tränare eller ledare av något slag.

Det välkända ordspråket att "tiden läker alla sår" har fått ett rejält stöd både i svensk och internationell forskning. I undersökningar där man kunnat studera tidigare elitidrottare över tid (retrospektivt eller longitudinellt) har det visat sig att även de som haft besvärliga karriärslut med tiden har återhämtat sig och i stort sett varit tillfredsställda med sina liv (Patriksson, 1993, 1995; Stråhlman, 1997; Park et al, 2013). Finns samma tendens i föreliggande studie? I samtliga intervjuer (N=28) som gjordes ställdes frågor om hur respondenterna upplevde "nusituationen" vid intervjutillfället. Det samlade resultatmönstret visade tydligt att oavsett hur karriärslutet gestaltat sig och hur den närmaste tiden efteråt (från några månader till flera år) upplevdes tonade en samstämmig positiv bild fram. Samtliga intervjuade var i stort sett nöjda med sin livssituation och mådde bra. De insåg, några efter en del tidigare tvivel, att idrotten spelat en central och betydelsefull roll i deras liv ("vad hade jag varit utan idrotten") och alla betonade att de genom idrotten fått lära sig värdefulla egenskaper (som att sätta upp mål, systematisk planering, att ta ansvar, social kompetens etc) som de haft nytta av i andra sammanhang. Ingen ångrade sin elitidrottssatsning även om vissa på frågan om man skulle gjort något annorlunda om man fått möjlighet till det, menade att de nog borde satsat mer på utbildning, men att detta då kunde fört med sig att man lyckats något sämre idrottsligt.

Vilken typ av arbete erbjuds efter karriärslutet?

I tidigare svensk forskning om vad som hände efter elitidrottskarriärens slut har det framkommit att de som var stjärnor under 1950- 80-talen i hög utsträckning lyckades väl i sina yrkeskarriärer. Av dem som inte studerade hade en majoritet hel- eller deltidsarbete parallellt med idrottsutövandet och hade således redan hunnit att etablera sig på arbetsmarknaden under elitidrottstiden (Patriksson, 1994, 1995; Stråhlman, 1997). Även bland de toppidrottare som lade av i slutet av 1990-talet var andelen som arbetade hel- eller deltid betydande under den tid de var elitidrottare, speciellt bland män (för kvinnor var det vanligast att man ägnade sig åt studier) (Stråhlman, 2006).

Hur har det gått för en grupp framgångsrika idrottare som slutade med elitidrott under 1990- talet och under de första tio åren av 2000-talet? Under denna tid har kvalifikationskraven på arbetsmarknaden successivt höjts och konkurrensen om jobben har blivit allt hårdare, vilket medfört att en relevant och högre utbildningsstatus blivit alltmer viktig för att få ett arbete. Samtidigt har, som diskuterats tidigare, även kraven på elitidrottaren skärpts ytterligare både kvantitativt (ökad mängd träning) och kvalitativt (intensivare träning). Detta har inneburit att det för en del elitsatsande ungdomar kan ha blivit svårare att kombinera toppidrott och studier, speciellt inom några lagbollidrotter (se kapitel 7). Kan den förändrade situationen

både på arbetsmarknaden och inom idrotten ha påverkat möjligheterna att komma in i arbetslivet och att få kvalificerade arbetsuppgifter där? I jämförelse med tidigare epoker har dock den idrottsrelaterade arbetsmarknaden ökat ganska kraftigt i samband med att globalisering, kommersialisering och medialisering generellt sett expanderat påtagligt under senare år. Ett representativt (bland flera) exempel från intervjumaterialet visade att flera var medvetna om den kärvare situationen på arbetsmarknaden:

R 32: Men där tror jag också att samhället har utvecklat sig väldigt mycket. Det var nog lite lättare förr för en idrottsstjärna att få en bra civil karriär utan att ha en utbildning och nu är det så hårt företagsklimat så det går inte att komma in och leva på ett namn och vara en skön kille. Även om dom ser upp till dig som idrottsman så måste du leverera på samma sätt som de andra gör i ett företag, så har du inte den utbildningen så. Och där är min reflektion att arbetsklimatet har blivit tuffare, förr kunde man anställa lite lättare på lösa boliner. (man)

Avsikten är att ge en grov bild av hur, det är ju inte fråga om en totalstudie eller en statistiskt helt representativ undersökning med sannolikhetsurval, det har gått för denna grupp av forna elitidrottare att hävda sig på arbetsmarknaden. Från föregående avsnitt vet vi att tre i undersökningsgruppen hade stora problem att hitta ett arbete. En lyckades efter lång tid få ett jobb, medan de två övriga (som slutat under 2000-talets första decennium) inte hade något arbete vid tiden för undersökningens genomförande 2012. Men hur gick det för de övriga 25 individerna? Tanken är också att studera hur många som hamnat i idrottsrelaterade jobb kontra andra anställningar.

Det visade sig emellertid inte vara helt enkelt att klassificera yrkestillhörigheten som antingen idrottsrelaterad eller ej. Många, speciellt de som slutade under 1990-talet, hade ofta hunnit med att byta arbete/yrke flera gånger. Fokus kommer därför att ligga på det/de jobb som de intervjuade hade vid undersökningstillfället. I några fall fanns vissa svårigheter att exakt identifiera vilken yrkesposition den intervjuade innehade, då svaren ibland var något vaga. En grov klassifikation var dock möjlig att göra. En annan komplikation utgjorde det faktum att åtskilliga individer inte hade ett jobb utan två eller flera deltidsanställningar eller att man utöver ett heltidsarbete ägnade sig åt ”extraknäck”, som oftast hade idrottskoppling på något sätt.

Oavsett hur elitkarriären avslutades hade samtliga övriga före detta toppidrottare (N=25) någon form av arbete. En majoritet av gruppen (15-18 stycken, några var svåra att placera entydigt)) hade anställningar, där huvudriktningen bedömdes vara idrottsrelaterad. Det kunde röra sig om arbete som tränare, huvudtränare, förbundskapten för landslag, sportchef, VD för idrottsorganisation, administratör på specialförbund, mångsysslade egenföretagare med fokus mot idrott (bl.a. föreläsningar, försäljning av idrottsredskap, evenemang, speaker, idrotts- och träningsresor, fystränare, idrottskommentator i media mm) och idrottslärare. Vissa av dessa yrke-

stitlar kunde innebära välbetalda jobb, men för sådana med erfarenheter från professionell idrott i utlandet handlade det troligen ändå om väsentligt lägre lön än de hade som aktiva elitidrottare. Några egenföretagare i idrottsbranschen, med mycket välkända namn, hade sannolikt också relativt stora inkomster, men risken finns givetvis att dessa minskar betydligt om de tidigare stjärnorna på sikt tappar sin lyskraft (det skall påpekas att i intervjun ställdes inga direkta frågor om inkomster). Vissa egenföretagare med idrottskoppling verkade också leva under ganska knappa ekonomiska förhållanden.

Några (N=2) var sysselsatta inom yrken som låg idrotten nära som t ex hälso- och friskvårdare och sjukgymnast. Övriga (ett tiotal) var verksamma inom områden som fanns utanför den idrottsliga sfären. Det var ett fåtal (två stycken) av dessa som erhållit topp- eller chefsjobb inom näringslivet, någon ägde en affär, men flertalet hade arbete i mellanställning inom privata företag eller offentlig förvaltning. Det bör tilläggas att en del av dem de som slutade under 2000-talet ännu inte varit ute i arbetslivet särskilt länge och har därför möjlighet att fortsätta sin civila yrkeskarriär under många år framåt. Slutdestinationen var troligen inte uppnådd. För att få en djupare inblick i de deskriptiva resultaten kommer, liksom tidigare i rapporten, en del illustrativa citat att redovisas. Först några exempel från den största gruppen, den med idrottsrelaterade anställningar. En idrottslärare berättade om hur hon ser på sitt jobb.

R 15: Det är klart att man nu med den situation man befinner sig i att få jobba med idrott och peppa unga tjejer, jag är ju både deras idrottslärare och idrottsutvecklare på idrottsgymnasiet ihop med (namn), och det är ju otroligt inspirerande att få vara med och göra det man brinner för med yngre förmågor.
(kvinna)

Nästa exempel kommer från en förbundskapten som slutade vid 40 års ålder.

R 32: Jag halkade ju in på tränarspåret. Sista året som spelare så hjälpte jag även den som var tränare med vissa delar...Jag tog mitt beslut om att sluta långt innan säsongen var slut och då började ju dom att prata och försökte övertala mig att bli tränare. Och det var ju inget jag hade planerat, jag hade ju någon naiv tro att nu ska jag bli en normal människa med normalt jobb och sådär. Men sen lät jag mig övertalas och sa att jag prövar i två år...och efter de två åren så tyckte jag det var så himla kul så då bestämde jag mig på riktigt att satsa på tränarskapet...och jag tyckte det var kul med själva ledarskapet.
(man)

Ett annat exempel på en snabb och framgångsrik civil karriär inom idrotten som planerade sin avslutning av elitkarriären redan fyra år innan det skedde.

R 19: Jag hade tur, jag hade kunnat få både ett och två finanstjänstjobb direkt. Men sen så fick jag chansen att jobba med projektet (ett stort idrottsrelaterat "mästerskapsprojekt") så då kände jag att det kunde vara kul. Dels fick jag träffa mycket folk från min idrott i Sverige som man hade varit borta från i tio år, dels kunna få kontakter inom företag och liknande och se vilka möjligheter som öppnade sig... Idag är jag VD för (namn på en elitidrottsorganisation)...Jag mår bra och känner mig bra. Jag har testat kommentatorsjobb på TV så det finns mycket jag skulle kunna tänka mig. Jag tycker det är jättekul att arbeta med (namn på idrottsgren), men jag kan inte säga att jag har något drömjobb nu direkt heller, det är hårt slit och mycket administrativt som jag har. (man)

Några röster från egenföretagare som arbetade med olika typer av idrottsrelaterade uppgifter:

R 27: För det var efter ett år efter (namn på ett specialidrottsförbund) fick jag en chans att bli kommentator så jag pendlade i tio års tid...Men min kommentatorskarriär har gjort att jag fått speakerjobb och jobb som konferencier och så.. Jag blev egenföretagare på heltid 1997 och sen dess har jag varit frilansare t ex pressansvarig för (namn på ett landslag), jobbat inom (namn på ett förbund)... så för mig har det varit fantastiskt bra. (man)

R 20: Rent ekonomiskt valde jag att starta eget så till och med året innan jag slutade så startade jag ett företag med min kollega där vi anordnar träningsresor till (namn på plats) och event... sen har jag väl gjort en plan där jag steg för steg kommer att göra olika delar av min karriär...och just nu handlar det mycket om träning. Jag älskar att försöka föra över mina kunskaper om fysträning och mental inställning till olika idrotter eller motionärer...så jag tränar folk och anordnar träningsresor...och det är kämpigt för man får vända och vrida på varje krona. (man)

R 42: Jag hade egentligen ingen plan på vad jag skulle göra. Så det var ett tag som jag inte hade någonting att göra...men sen startade jag en cafeteria på en skola i ungefär ett år. Men när jag stod där i cafeterian så ringer det i telefonen och då är det en representant för ett danskt företag som frågar om jag är intresserad att sälja deras grejer (idrottsredskap). Så jag hoppade på det och sen dess har jag kört med det. ..Han som

ringde mig var exportchef för det märket och han kände ju mig sedan vi spelade. (man)

De redovisade intervjuцитaten speglar väl den spännvidd som fanns både bland idrottsrelaterade arbeten som erbjöds de tidigare toppidrottarna inom idrottsvärlden (föreningar, förbund, utbildningssektorn etc) och bland de egna företagarna som satsat på att utnyttja sina erfarenheter och kontakter från elitidrottskarriären.

Det tiotal som huvudsakligen jobbade utanför den idrottsrelaterade arbetsmarknaden hade, som nämnts tidigare, mestadels arbeten som kan klassificeras som mellanpositioner inom privat och offentlig sektor. Ett par citat kan exemplifiera denna grupp. I fallet nedan var det en person som slutade på 1990-talet och yrkesmässigt först fungerade som coach på elitserienivå och därefter som landslagstränare för att senare få ett arbete inom det privata näringslivet.

R 34: Definitivt fick jag det första uppdraget som konsult på (namn på ett företag) för att jag var den jag var. Men sen när jag fick jobb på (namn på ett företag), där fick jag promotion för att jag var väldigt duktig. (man)

Nästa illustration är från en individ som avbröt sin elitkarriär under början av 2000-talet och som nästan omedelbart efteråt började en intern företagsutbildning som ledde till arbete inom den privata sektorn, där respondenten såg tydliga fördelar med sitt tidigare idrottande (vilket de allra flesta före detta elitidrottare gjorde på ett eller annat sätt).

R 11: Visst, det var en utmaning även för mig att gå det där programmet... Första perioden ska man ju praktisera som säljare så då stod jag där på (namn på företag) och packade upp i hyllorna...och det är klart jag tror att det var väldigt nyttigt att ta den grejen...Jag jobbar i företag där vi arbetar med kvartalsrapporter, där ser man det precis som ett mästerskap, där man ska leverera resultat på topp en gång per kvartal och det är väldigt likt att gå in och göra en tävling. (man)

I hela den studerade gruppen var det endast två som nått chefspositioner inom de företag eller organisationer som inte var idrottsrelaterade. Nedanstående fall visar en tidigare elitaktiv som studerade på universitet utomlands samtidigt som han var professionell spelare i en lagidrott. Efter karriärens slut hade respondenten olika arbeten där han successivt arbetade sig uppåt i den civila karriären parallellt med att ha ett eget idrottsrelaterat företag och styrelseuppdrag på klubb- och förbunds nivå i den idrott han tidigare utövade.

R 23: Jag hade ju inga avslutade studier på universitetet, jag studerade bara i två år vilket jag tyckte var lite jobbigt... om jag avslutat med en examen när jag väl höll på så skulle jag ha

varit bättre skaffad att få en annan typ av jobb snabbare...
 Idag jobbar jag på (namn på företag). Jag är områdeschef för försäljning i sex europeiska marknader, parallellt med det driver jag mitt egna företag med (namn på TV-bolag) där jag kommenterar (namn på idrottsgren) och det har jag gjort i nästan tio år. (man)

Resultaten visade tydligt att en klar majoritet av de tidigare toppidrottarna fått jobb som hade stark koppling till idrott antingen inom idrottsrörelsen som tränare och ledare av olika slag eller genom att starta egna företag som på olika sätt hade idrottsanknytning. Att så många arbetade inom idrottssektorn kan dels ses som en indikation på att den idrottsrelaterade arbetsmarknaden ökat kraftigt under senare år, dels kan denna tendens vara ett tydligt tecken på att det blivit betydligt svårare att ta sig in på arbetsmarknaden utanför idrottssektorn på grund av att stora delar av den studerade gruppen hade otillräcklig utbildning för att komma ifråga för andra typer av jobb. Ytterligare ett tecken på det sistnämnda var att så få personer kunde nå höga positioner i yrken som låg utanför det idrottsliga området.

I jämförelse med tidigare svensk forskning om vad som hände yrkesmässigt efter elitidrottskarriärens slut (Patriksson, 1994, 1995; Stråhlman, 1997, 2006) var det uppenbart att de som slutade med toppidrott under den tidsperiod som denna studie omfattade hade det avsevärt svårare att etablera sig på arbetsmarknaden utanför den idrottsliga sektorn än vad som var fallet tidigare. Det är tveklöst så att de ökade kraven på högre utbildning i arbetslivet liksom de ökade kraven inom elitidrotten (som diskuterats flera gånger tidigare i rapporten) gjorde det svårare att etablera sig och lyckas på arbetsmarknaden, åtminstone om siktet var inställt på att arbeta utanför den idrottsliga sfären. De refererade svenska studierna från 1990-talet och tidigt 2000-tal inkluderade visserligen ett längre tidsomfång, dvs det hade för många av de undersökta före detta elitidrottarna förflutit en längre tid sedan de slutade och därmed hade de längre tid på sig att göra karriär i yrkeslivet än de i föreliggande studie, men ändå tyder det mesta på att det var svårare för den studerade gruppen i denna undersökning att få jobb om man inte valde att fortsätta med eller tvingades till ett arbete som hade anknytning till idrotten. Här ligger en stor utmaning för den svenska idrottsrörelsen och samhället i övrigt inför framtiden att försöka skapa relevanta och flexibla utbildningsmöjligheter för elitsatsande idrottare liksom att – bättre än hittills - underlätta övergången från elitidrotten till en civil karriär. Mycket tyder dessutom på att den utveckling vi sett (med högre krav och konkurrens inom både elitidrotten och arbetslivet) kommer att accelerera i fortsättningen.

7. Parallella karriärer – vilka olika stöd behövs?

Syftet med detta kapitel är att beskriva respondenternas upplevelser av olika stödfunktioners betydelse under och efter elitidrottskarriären. Synpunkter kommer att diskuteras både från dem som kommit i åtnjutande av dessa funktioner men också från dem som inte haft denna möjlighet, från dem som haft positiva erfarenheter liksom negativa. Diskussionen i detta kapitel skall dels ses som en naturlig följd av resultaten från de två tidigare kapitlen, dels också som ett ytterligare bidrag till den debatt som förts under en relativt lång tid om möjligheterna att bedriva idrott på hög internationell nivå, samtidigt som individen skall utveckla parallella karriärer.

Kapitlet är uppdelat i tre delar:

- utbildning
- yrke och arbetsliv
- signifikanta andra (familj, tränare)

... och det avslutas med en kortare syntetiserande diskussion av kapitlets innehåll.

Utbildning

Idrottsgymnasierna startade år 1972 efter att en statlig utredning utrett frågan om att underlätta kombinationen elitidrott – utbildning, och verksamheter med anknytning till idrottsgymnasiernas uppbyggnad och drift har kontinuerligt utvärderats och avrapporterats sedan verksamhetens start. Grovt uttryckt har denna utbildningsform fått proportioner och inriktningar som var relativt svåra att förutse vid starten, både vad gäller anslutningen av olika idrottsgrenar, men också genom utvecklingen av olika nivåer i systemet (jfr. riks-idrottsgymnasier, olika regionala och lokala initiativ). Därför måste tillkomsten av idrottsgymnasierna anses vara den största enskilda och också mest framgångsrika satsningen som gjorts i Sverige inom området elitidrott och utbildning. Påståendet skall naturligtvis ses i ljuset att det både är en allmän utbildningssatsning och en satsning på idrottaren. Men att idrottsgymnasierna skulle vara den enda vägen till idrottslig framgång, torde vara gripet i luften (tyvärr finns relativt få omfattande studier inom området). I en studie av Stråhlman (2006) av 343 svenska elitidrottare (OS- och VM-deltagare) var det enbart 35 % som hade gått idrottsgymnasium, d.v.s. drygt 1/3. Den helt övervägande delen av dessa var dock nöjda eller mycket nöjda med studieformen. Undersökningsgruppen bestod av elitidrottare som avslutade sin karriär i slutet av 1980-talet och under 1990-talet.

Val av studier – val av idrott

Åldern, som beskrevs i kapitlet om den tidigare forskningen, har för steget in i elitidrotten sjunkit med åren. För dagens elitidrottare är det ofta tiden då man skall börja i gymnasieskolan, som man upplever att man inträder som regelrätt elitidrottare. Dessutom har utbildningsreformer i det svenska skolväsendet (skolornas kommunalisering, friskolereformen) inneburit att olika strukturer för tävlingsidrott inom skolväsendet organiserats och idrottsalternativ finns även inom grundskolan.

R 25: Jag gick på idrottshögstadium i tre år, ganska nära idrottsarenan och sen gick jag vanlig naturvetenskaplig linje på gymnasiet. (kvinna)

Idrottsval och idrottstillägg på högstadiet har blivit ett vanligare koncept och denna företeelse har ökat i takt med den statliga och den kommunala avregleringen av skolan. Det är dock bland respondenterna i denna studie vanligare att gymnasieskoletiden är den tid som betraktas som elitidrottsstarten. Respondenten nedan uttrycker dock att hennes relativa idrottsliga mognad förde henne in i elitidrotten tidigare än gymnasieskolan, men att tiden på idrottsgymnasium blev den första med rationell träning.

Int: *Så idrottsgymnasiet var egentligen starten på din karriär?*

R 15: Ja, det kan man säga. Innan spelade jag i ett flicklag och i div ett, samt i andra damlag och man slängdes runt med äldre damer, så jag började nog inte träna riktigt ordentligt förrän jag kom till idrottsgymnasiet. (kvinna)

Respondenten nedan upplevde tiden innan gymnasieskolan utvecklande både vad gäller grundskolestudier och idrottsutveckling, men gymnasieperioden blev en besvikelse.

R 47a: Grundskolan fungerade bra för mig. Men sen när gymnasiet började så var det jobbigt för jag flyttade så mycket. Då började jag tappa fokus på skolan.

Int: *Blev det problem?*

R 47a: Ja, det gjorde det. Efter två år och fyra månader så hoppade jag av. (man)

I den stad som kvinnan nedan växte upp i fanns ingen gymnasieskola överhuvud tagit. Valet var att börja gymnasieskolan i en annan närliggande ort och där hade de för övrigt ett idrottsgymnasium. Flytten blev också ett val av specialidrott, eftersom hon hade praktiserat flera idrotter fram till denna tidpunkt.

Int: *När valde du bort all annan idrott?*

R 13: Det var när jag började gymnasiet. För där jag bodde fanns det inget gymnasium överhuvudtaget, man var tvungen att åka till grannstaden för att gå på gymnasiet. Och då fanns det idrottsgymnasium och även om jag inte hade varit särskilt framgångsrik så var det här precis i början av gymnasietiden ... det var ju inte jättekonkurrens på de där platserna

Int: *Börjar din elitkarriär då ...*

R 13: Ja, det tycker jag nog att man kan säga, trots att jag inte var med på något ungdoms-SM, så bra var jag inte. (kvinna)

För mannen nedan så stod valet mellan två grenar, en individuell löpgren och en lagbollsport. Han kom in på idrottsgymnasiet i den individuella grenen, men det var i lagbollsporten som han slog igenom som landslagsman, med VM-guld på meritlistan.

R 29: Jag slutade spela (i lagbollsporten) när jag var sexton år för att börja på idrottsgymnasiet (i den individuella grenen). Jag tackade nej till pojklandslaget. Så jag var (individuell idrottare) i ett och ett halvt år. Jag spelade ju med mitt juniorlag. En dag så hade de inte tillräckligt med folk till A-laget, så jag debuterade när jag var sjutton år och så spelade jag resten av säsongen. Året efter gick jag på idrottsgymnasium och gjorde satsning för juniorlandslaget och junior-VM. Jag bodde i en stad i Mälardalen och jag åkte hem och tränade, så till sist var jag tvungen att fatta ett beslut. Den hösten blev det som ett nålsöga. Jag vunnit en stor tävling på sommaren. Jag skulle springa SM på söndagen och så var det juniorlandslagsläger fredagen och lördagen. Jag tränade alltså 8 timmar de dagarna innan jag skulle springa SM och insåg att, det här går inte. (man)

Informanten nedan hade också att klara av två idrotter samtidigt...

R 14: Ja. Fast jag kom in på idrottsgymnasiet, så jag gick ju där men jag fortsatte parallellt med min andra idrott. Men det var ju på sikt svårt att förena det där, så det blev ett val i årskurs två.

Int: *Släppte du den andra idrotten då?*

R 14: Ja, tävlingsmomentet, men fortfarande än idag så utövar jag gärna min andra idrott. (kvinna)

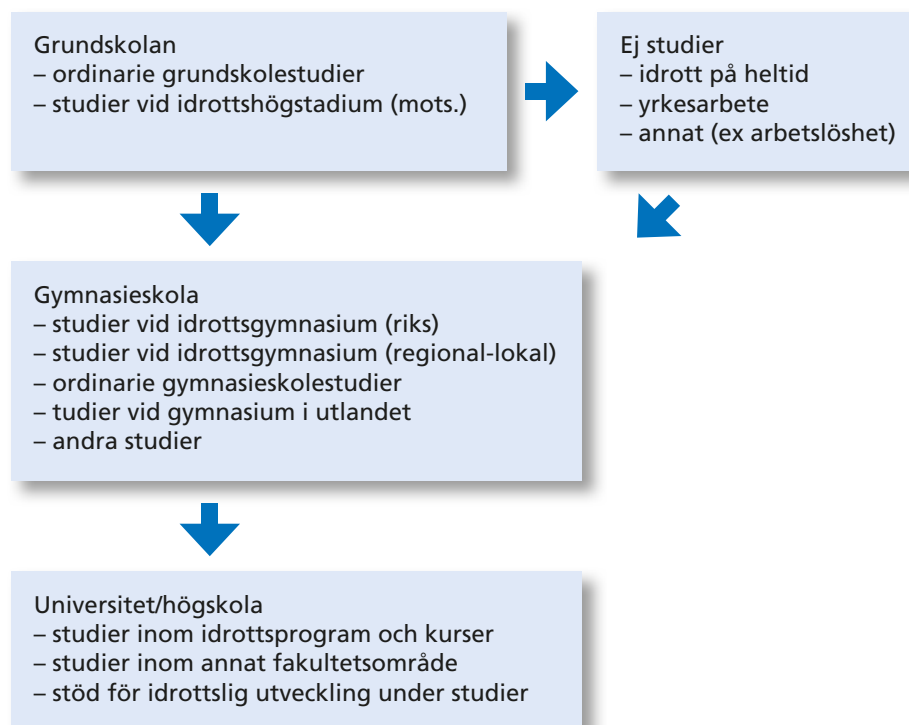
Idrottsgymnasierna erbjöd, och erbjuder, i varierande grad olika jämkningsmöjligheter för studier. En sådan möjlighet är att genomföra studierna på fyra år istället för tre, med en anpassad studiegång.

Även kvinnan nedan talar om de idrottsliga framgångarna i samband med gymnasietiden, som fick henne att välja specialidrottsgren.

Int: När kände du att din elitsatsning började, var det under gymnasiet?

R 14: Ja, det kan man väl säga. Jag hade väldig framgång direkt första året på gymnasiet, så där startade väl ganska mycket när jag märkte att jag fick framgång och tyckte det var väldigt roligt. (kvinna)

Tidigare forskning har visat att åldern då man betraktar sig som en elitidrottare har sjunkit ur ett tidsperspektiv. Skälen till detta är flera. Händelser som att man blir uttagen i ett ungdomslandslag eller att man får en plats på ett idrottsgymnasium, kan uppfattas som en legitimering av uppnådd individuell idrottsutveckling ur ett resultatperspektiv. Tidig satsning på en specialidrott har diskuterats under decennier och argumentationen är den samma från sakfrågans motpoler och huvudkombattanter; nyttigt – onyttigt, farligt – ofarligt, frivilligt – påtvingat, destruktivt – konstruktivt. Den fortsatta resultatredovisningen utgår därför från att den unga idrottaren ställs inför ett antal val både under och efter grundskoletiden och dessa val kan sammanfattas på följande sätt:



Figur 2. Val av studier och idrott

Att studera och idrotta vid ett idrottsgymnasium

En brännande fråga som dök upp under 1980-talet var om ungdomar i 16-17 års-åldern var mogna att flytta hemifrån och hantera studier och idrott på annat håll än i sin hemmiljö. Rapporter (Patriksson, 1989; Stråhlman, 1986, 1987) visade att flera ungdomar inte klarade av omställningen om det sociala stödet, från den skola och förening som var värd för eleven, inte

höll måttet. Ett resultat av denna problematik var att det s.k. hemortsalternativet etablerades. Alternativet innebar i korthet att man fick jämkning för specialidrott på sin ordinarie gymnasieskola och tränade med den egna klubben och bodde hemma. Alternativet ansågs likvärdigt med idrottsgymnasierna och flera förbund, bl.a. Svenska simförbundet antog hemortsalternativet som sitt huvudalternativ. Tillkomsten av de regionala och lokala idrottsgymnasierna kan sägas vara en utveckling av hemortsalternativ idén.

R 44: Jag började på idrottsgymnasiet när jag var 16 år, men i och med att jag fortfarande bodde kvar hemma hos mamma och pappa och gymnasiet var i grannkommunen, så jag tränade vidare med den tävlingsgrupp jag hade. Så jag bytte inte tränare eller så utan jag körde med det gänget jag hade. (man)

För respondenten ovan var detta ett framgångsrikt alternativ då det både gav idrottsliga och civila framgångar.

Andra som bodde kvar hemma hade det inte lika lätt med studierna på gymnasiet. Idrotten tog mycket tid med hög frånvaro som följd. Respondenten nedan studerade vid ett idrottsgymnasium som fanns på hemorten (minst fem individer i studien har studerat på idrottsgymnasium).

R 51: Jag gick ju på idrottsgymnasiet. Där gick jag i tre år och gick färdigt skolan...

Int: *Gick det att kombinera?*

R 51: Ja, men ju längre gymnasiet gick, desto svårare blev det ju. Därför att ju äldre du blev, desto mer engagerad blev du ju i klubbens A-lag. Första året så gick det jättebra att kombinera, då var det liksom träningar på eftermiddagarna, för då tränade man med juniorlaget och då gick ju alla i skolan. Sen blev jag uppflyttad i A-laget i årskurs 2 och då började vi träna klockan 10 ibland och det är klart att det blev ju att man missade en del. Jag tror jag hade runt 30 % frånvaro de sista ett och ett halvt åren. (man)

Tidsaspekten är den faktor som ofta nämns i intervjuerna. Ett av syftena med idrottsgymnasiernas införande var att kunna periodisera sina studier, att man kanske behövde fyra år för att genomföra en tre-årig utbildning.

Int: *Du klarade det på tre år trots idrotten?*

R 14: Ja, på den tiden fick man utöka, sista året delade man på, så då kunde man läsa det i full fart och jag hade väl sett då att det blev väldigt slött. Idag har de ju delat på fyra år vilket är mycket bättre. Så därför valde jag att gå tre och sedan flyttade jag och sökte in på en idrottshögskola. (kvinna)

Eller som respondenten nedan uttrycker det...

Int: *Hur mycket kostar din idrott i tid när du börjar satsa på riktigt?*

R 52: Det var ju från den tiden tre, max fyra träningar i veckan, plus match. Men sen när man flyttade hit till gymnasiet då var det ju träning varje dag, så det blev en helt annan satsning.

Int: *Hinner du med något annat?*

R 52: Nej, det var ju skola och idrott som gällde. Sen blev man ju som en liten familj på skolan, det var ju många som flyttade dit och bodde själva, så vi umgicks ju mycket. (man)

Eriksson (1999) har i en studie av idrottsgymnasieelever (riksidrottsgymnasier) ställt frågan vad som eleverna anser viktigast på idrottsgymnasiet – skolan eller idrotten? En klar majoritet av eleverna menade att idrotten hade högst prioritet och att skolan kom i andra hand. De som har sökt till ett riks-idrottsgymnasium gör naturligtvis detta för att utvecklas idrottsligt, så resultatet är föga överraskande. Den påträngande frågan är istället – varför prioriteras dessa båda inte lika högt? Syftet med idrottsgymnasierna är att kunna kombinera idrott på hög nivå med studier så att ingen av de två blir lidande. Kanske ett annat betraktelsesätt vore att fördrö. Stråhlman (2006) skriver att elitidrott enligt EU:s regelverk skall betraktas som ett yrke och elitidrottare följaktligen som yrkesutövare. Specialidrotten på idrottsgymnasierna kan därför inte betraktas som att de studerande får tid till sin favoritfritidssysselsättning under några timmar, utan detta skall ses som en skarp yrkesutbildning till vad man skulle kunna kalla en idrottsarbetare (Eriksson & Stråhlman, 1999).

Int: *... hur ska man ändra på det här då?*

R 47a: Man ska inte ändra på det, men man ska se till att 17- till 19-åringarna som verkligen vill bli proffs, ska ha ett alternativ med sig. Och det är här jag tror RF kan ha en stor roll i det som vi ska göra i erbjudandet till ungdomar. Och jag tror att integrering i skolan är jätteviktigt. Jag tror stenhårt på det här med att få med båda karriärerna idag. För jag tror att karriär när vi växte upp var att karriär är inom det ordinarie yrkeslivet. Karriär idag för en femtonåring det är att bli idrottsproffs. Men vad är det som säger att vi inte skulle kunna kombinera detta genom att ha drömmen och skolan parallellt. Då måste vi ge den möjligheten. (man)

Men hur skall det gå till och vem tar ansvaret...

R 47b: ... det måste vara individen i det läget. ... av dem som kommer in på idrottsgymnasium, det är en av tio som får vår idrott som yrke, de andra nio försvinner i våra mätningar. Så redan där kan man ju se att det är nio stycken då som går ut med halvdåliga betyg från skolan (och inte blir idrottsarbetare).

Men även den som lyckas och gör karriär, han kanske inte lyckas ta hand om sig själv efter karriären. Så man behöver sätta in åtgärder för att individen kanske redan på högstadie-nivå. (man)

Det är ingen garanti att de som går på idrottsgymnasium får den aktuella idrotten som yrke, dels är förutsättningarna mellan idrotter olika, och de som anses vara "talanger" i gymnasieålder kanske stannar i utvecklingen och går eventuellt ut i det "ordinarie" yrkeslivet med dåliga betyg och en tveksam framtid. En studie av s.k. ungdomsproffs i fotboll (Bring & Dohlsten, 2012) visade att enbart 2 av 117 ungdomsproffs i fotboll hade spelat i det svenska landslaget.

R 45: Efter gymnasiet så flyttade jag till en stad i Mellansverige och tävlade för en klubb där och jag fick möjligheten och kunna livnära mig på idrotten och satsa helhjärtat. Och hade jag inte gjort det så hade jag inte blivit så bra som jag blivit. I min värld så fanns det inte utrymme till att plugga på halvfart, den energin fanns inte.

Int: *Med helhjärtat menar du att efter gymnasiet fortsatte du inte att plugga?*

R 45: Nej, jag har tränat på heltid sen dess. (man)

Som *sammanfattning* på detta avsnitt kan nämnas att "lärlingsutbildningar inom idrott", s.k. "foundation degrees" har provats i flera länder som exempelvis Storbritannien⁷. Idrottsgymnasieelever i Sverige väljer utbildningsprogram oavsett val av idrott, vilket i någon mån anger att specialidrottslig kunskap inte går att inordna i något renodlat idrottsligt inriktat utbildningsprogram och där elevens idrottsliga utveckling i dagsläget delvis står utanför skolans didaktiska ansvar (idrottseleverna skall utvecklas idrottsligt både inom skolans regi, och också i de föreningar där de idrottar). Om eleverna upplever att de utvecklar sina idrottsliga kunskaper på ett bättre sätt inom föreningen, så kommer de naturligtvis att parentessätta den kunskap som erhålls på idrottsgymnasiet. Det blir som att utvecklas mer genom praktiska erfarenheter på fritiden, än man gör på skolans undervisningstillfällen. Skulle den delvis motsägande dikotomin i respondenternas utsagor och som är kopplad till deras ambitioner, både inom den civila karriären och inom idrotten, kunna lösas genom att den idrottsliga kunskapen får en större arbetsmarknadsrelaterad legitimitet? För frågan måste ställas om den idrottsliga verksamheten på idrottsgymnasierna är så organiserad att den förhindrar möjligheterna att erhålla höga betyg i den ordinarie skolundervisningen? Ur ett bredare perspektiv, hur ser man på den idrottsliga kunskapen ur ett lärandeperspektiv, framför allt ur ett perspektiv på hållbart och livslångt lärande?

⁷ <http://www.bath.ac.uk/>

Att bedriva elitidrott på ordinarie gymnasium

Grundtanken och grunden för att antas till ett idrottsgymnasium handlar om studiemeriter och idrottsliga meriter (avsteg från detta har gjorts på vissa lokala initiativ i frågan). Men hur går det då för dem som inte studerar på idrottsgymnasium eller avstår dessa och liknande studieformer helt. Stråhlman (2006), har som tidigare redovisats, kunnat visa att bland svenska elitidrottare som avslutade sin elitidrottskarriär mellan åren 1988 – 2000, att dem var det närmare 2/3 som inte hade studerat vid något idrottsgymnasium. Respondenten nedan, elitspelare i en lagbollidrott, valde bort idrottsgymnasium.

Int: *Du gick inte på idrottsgymnasium då?*

R 18: Nej. Det var faktiskt lite tanke på det sättet, för jag gick inte ut skolan med några toppbetyg precis, skolan har varit sekundärt för mig, det var mer idrotten som jag var intresserad av. Faktiskt så hade jag ett par kompisar som var äldre än mig som flyttade till ett idrottsgymnasium och det var jag lite sugen på att söka.

Int: *Men du fullföljde gymnasiet (det ordinarie)?*

R 18: Ja, det gjorde jag. Sen började det ju rulla rätt så fort under gymnasiet där med idrotten och det gick rätt så bra för mig och jag började elitserien som nittonåring. Och sen rullade det på och många klubbar var intresserade... (man)

En respondent började på ordinarie gymnasium men flyttade till idrottsgymnasium senare.

R 37: Nej. Jag gick först 2,5 år på vanligt gymnasium, och sen så började jag på idrottsgymnasiet. Jag tror att efter jag hade gått på idrottsgymnasiet i två år, då fick jag mitt definitiva genombrott och hoppade av gymnasiet. Då hade jag två ämnen kvar som jag läste in sen när jag var skadad, så jag fick min gymnasieutbildning. (man)

Respondenten nedan valde att flytta studierna utomlands...

Int: *Funkade skolan för dig?*

R 49: Ja, det funkade väldigt bra faktiskt. Och efter ettan så åkte jag till USA ett år, för att idrotta och plugga. Och det gick också bra, jag bodde i södra USA, och kunde tävla hela året runt där. (man)

Respondenten nedan studerade på ordinarie gymnasieskola, men med reducerad timplan.

R 23: 1983 fanns inte idrottsgymnasier, men man fick ersätta fem lektioner med idrott i veckan, och det valde jag andra året i gymnasiet så jag kunde träna mer. Sen efter gymnasiet hade jag ett uppehåll från skolan där jag jobbade lite grann och gjorde lumpen och sen åkte jag till USA och studerade på universitetet, så det var när jag kom tillbaka därifrån som jag började jobba och idrotta samtidigt. (man)

Sammanfattningsvis kan sägas att idrottsgymnasium inte är avgörande för att individen skall nå idrottslig framgång, men många är de som upplevt verksamheterna som utvecklande (likväl som motsatsen också finns). Preliminära resultat (Stråhlman, 2006) visade att den socioekonomiska fördelningen på yrken inte skiljer sig åt vad gäller de som gått idrottsgymnasium eller ordinarie gymnasieutbildning och därmed skulle man också kunna säga att det kan spela mindre roll för den framtida civila karriären huruvida man går på idrottsgymnasium eller inte. Respondenterna i studien menade att valen återspeglas i de önskemål man hade och att man också var nöjda med dessa val. Den forskning som finns kan inte visa att något av alternativet generellt skulle vara att föredra, både vad gäller civil och idrottslig framgång.

Att bedriva elitidrott utan gymnasium

Om man ser till den historiska utvecklingen av förvärvade utbildningsnivåer i det svenska samhället, under framför allt förra seklet, så skedde en kontinuerlig individuell utveckling. I början av 1900-talet var det få förunnat att erhålla en studentexamen medan gymnasieskolan under slutet av 1900-talet i praktiken blev obligatorisk. Trots detta finns de som valt att överhuvud tagit inte genomföra gymnasiestudier och siffror visar att det är cirka 5 % av dem som slutat med sin aktiva idrottskarriär under 1980- och 1990-talet. I denna undersökning finns några mycket meriterade idrottare som valde att inte genomföra eller slutföra sina gymnasiestudier.

Int: *När blev det allvar med idrotten?*

R 48: Man kan nog säga när jag blev junior, det var då det började gå bra. Då var jag 17 år, och då kom jag med i juniorlandslaget. Och sen var det junior-VM, och då tog vi medalj, och det var då man började förstå att man kanske kunde bli duktig...

Int: *Idrottsgymnasium gick du inte på?*

R 48: Nej, det gjorde jag inte. När det var dags för det så tyckte jag att vi hade det så himla bra här hemma. Jag gick bara ett år på gymnasiet, sen hoppade jag av och började arbeta, skolan var inte sådär jätteviktig för mig. Plus att jag ville satsa hårt på idrotten och det var lite svårare att kombinera då. (kvinna)

... eller som respondenten nedan uttrycker det...

Int: *Börjar elitkarriären då eller när är det?*

R 39: ... jag hoppade av gymnasiet för att jag skulle satsa på idrotten. Jag gick ett år på gymnasiet och då tänkte jag att det inte höll, jag blev tvåa på junior-VM, och ville vinna nästa år, så jag hoppade av och tränade. Men det gick tvärtom, jag blev trea året efter.

Int: *Så du fullföljde aldrig gymnasiet sen då?*

R 39: Nej. Och tyvärr så är det ju lite så i de här fattiga sporterna att, går du inte i skolan från början så är chansen väldigt liten att du kommer ta tag i det sen, för vi tjänar ju inga pengar. (man)

Som Stråhlman (2006) har kunnat visa så när man inte större idrottsliga framgångar enbart för att man har en hög utbildningsnivå, inte låg heller.

Sammanfattningsvis så skriver Sjöstrand (1980) att individers förhållande till önskad karriärutveckling genomgår ett antal stadier, där initialt önsketänkande med tiden övergår i en högre grad realism. Det är ovanligt att 16-åriga individer har en rak och realistisk utstakad karriärväg, utan denna väg baseras ofta på en dröm om framtiden.

Respondenterna har i avsnitten ovan gett uttryck för sina resonemang kring val av gymnasieutbildning, och forskning som bl.a. Stråhlman (2006) bedrivit visar att val av idrottslig gymnasieutbildning tycks spela mindre roll för yrkesval och yrkesframgång, precis som val av gymnasieutbildning också ser ut att betyda för idrottslig framgång. Det kanske är bäst att tillägga att vi inte vet vad de idrottsgymnasiestuderande hade åstadkommit idrottsligt om de inte haft denna studieform. Den motsägelsefulla dikotomi som framkommer både i den logik som finns inbyggd i idrottsgymnasierformen och som accepteras av eleverna är att, skolutbildning är en sak (värdefull och framtidsorienterad) och idrottsutbildning är en annan (temporär och fås som en slags belöning för tidigare uppnådda resultat). Synen på den avancerade idrottskunskapen och på det avancerade utförandet har historiskt nedvärderats och ansetts opassande framför allt inom akademiska världen, men har med tiden accepterats, i takt med att forskning kring motorik och motoriskt tänkande, samt den fysiska aktivitetens betydelse för hälsan har accentuerat ett annat synsätt. En omvärdering har börjat se dagens ljus och kanske skall man i ljuset av denna också omorganisera synen på idrottsutbildning på gymnasieskolan, så att den också ses som en slags yrkesutbildning och också studieförberedande utbildning.

Universitets- och högskoleutbildning

R 11: Ja, det var ju mycket idrott såklart, men jag läste ju på universitet, och jag ville utbilda mig. (man)

Det finns i ett internationellt perspektiv många idéer och tillvägagångssätt för hur man löst frågan om idrottsligt stöd i kombination med universitets- och högskolestudier (och vi har i avsnittet om den tidigare forskningen diskuterat aspekter av detta). Om man ser tillbaka i backspegeln till 1950-talet och fram till Berlinmurens fall (i slutet på 80-talet och tiden därefter), så finns i huvudsak två system för postgymnasial idrottsutbildning och idrottsutveckling. Det västorienterade (med USA som förebild) utgick och utgår också från kapitalistiska synsätt, och det östorienterade (som hade Sovjetunionen och Östtyskland – DDR som förebild) med de kommunistiska ideologierna som drivande. (se t.ex. Houlihan & Green, 2008 och Sotiriadou & De Bosscher, 2013) De nordiska länderna och framför allt Sverige positionerade sig mitt emellan dessa system. Till skillnad från systemen i USA så har Sverige haft en centralstyrning av idrottspolitiken och ett mycket starkt föreningsliv, främst genom att den svenska staten, delvis genom Riksidrottsförbundet, styr idrottsutvecklingen genom övergripande politiska beslut ("idrott för alla" och införandet av idrottsgymnasierna är sådana beslut). I Sverige har dessutom funnits sanktionerade idrottsverksamheter inom det militära försvaret (både fast anställda befäl som bedrev elitidrott och s.k. idrottsplutoner för de dito meniga) som hämtade näring från det kommunistiska systemet med statligt anställda idrottsmilitärer, verksamheter som i princip var en förtäckt professionell idrottsverksamhet (ex ishockeylaget CSKA Moskva där alla de stora stjärnorna hade militära grader).

Efter Berlinmurens fall och de östeuropeiska kommunistiska staternas kollaps, så har stödsystemen i Europa (och inom EU) i allt högre grad hämtat näring från det USA-initierade systemet. Prestationsidrottens roll i skolan diskuteras på ett öppnare sätt och statligt finansierade megaprojekt som Handslaget och Idrottslyftet har accentuerat samarbetet mellan skola och föreningsliv på flera plan. Skolorna har, som diskuterades i det förra avsnittet, i större utsträckning etablerat idrottsprofiler. Men hur är det då med möjligheterna för elitidrottare att bedriva studier på universitet och högskola och också bedriva en parallell idrottskarriär. Respondenten nedan menar att...

R 32: ... när jag var tränare i vår elitklubb och tränade många från 17 till 24 år ... det är tufft för dem att kombinera idrotten och studierna. Och det sympatiserar väl inte så mycket med USA:s tankar men, just om att få den här collegeverksamheten, den är jag nyfiken på.

Int: *Man skulle önska att tränare och förbundet skulle sätta krav på pluggandet.*

R 32: Vi försökte göra det i vår förening, eller fixa halvtidsjobb, för att jag är motståndare till att de bara går och drar bena efter sig. Vi jobbade mycket med att de skulle ha någon sysselsättning, det är bra både för deras personliga utveckling, men också hålla igång hjärnan. (man)

Respondenten har också ett exempel på ett icke-samarbete med universitetet där en landslagsspelare inte fick möjlighet att anpassa sina universitetsstudier.

R 32: ... en spelare, som varit väldigt målmedveten, och han gick ju ut förra året och är helt färdig med sin yrkesutbildning. Och han hade en jättetuff tenta samtidigt som vi hade ett landslagsuppdrag och då bad vi professorn att få skjuta upp hans tenta, men det struntade professorn i. Då tog jag faktiskt kontakt med SOK och frågade om det här. Och enligt SOK fanns det inget sådant samarbete mellan idrotten och universiteten.

Int: *Det borde man kunna få tentera på annat tillfälle.*

R 32: Och även det här att kunna få studera i lite långsammare takt. (man)

Eller...

R 18: Nej, det var ju inte det. Men på den tiden kunde jag ta ett sabbatsår men sen gjorde de om reglerna för jag flyttade till Norge år 1991, när jag hade två tentor kvar och sen så var tanken att ta ett sabbatsår och sen läsa lite på distans, men sen så började ju säsongen och då hade jag andra värderingar just då. Men sen ändrade de reglerna att hade du inte gjort färdigt utbildningen inom ett år så fick du göra om. Så då hade jag lite otur och det är någonting som jag är lite halvt bitter till. (man)

Studier och idrott på universitet och högskola

Utgångspunkten för den fortsatta diskussionen i detta avsnitt är hur dikotomin elitidrott – utbildning på universitets- och högskolenivå fungerar och hur den skulle kunna utvecklas.

Frågan om hur och förslagen till, ett system där individer som bedriver utbildning på hög nivå, parallellt skall kunna genomföra en idrottskarriär också på hög nivå, har diskuterats länge. Problematiken är i grunden densamma som på gymnasienivån – att få tiden att räcka till och att också sprida ut arbetsbelastningen över den tillhandahållna tiden, samt ändå kunna er hålla sådana kunskaper att båda en idrottslig och en icke-idrottslig yrkeskarriär kan etableras. Idrottens yrkesrelaterade karaktär är dock något respondenten nedan inte håller med om.

R 25: Ja, alltså skolan är ju jätteviktig på många olika sätt. Du skapar ju en identitet också genom att gå på universitetet och utbilda dig... och jag tror att det är skitviktigt att utbilda sig och ha koll på saker och ting. Idrott är bara idrott, säga vad man vill, men det är en lek. (kvinna)

Trots uppfattningen att det är en lek så tar denna aktivitet relativt mycket tid i anspråk och den nämnda tidsbristen är ett centralt bekymmer och en problematik att lösa.

R 20: Det måste jag säga, att det var svårt fram tills man var 26, då var det tolv pass idrott i veckan och då hade jag inte haft tid eller ork att plugga. Så där får man ju ta ett aktivt beslut, och där menar jag inom t.ex. i min idrott så kanske det är tio stycken i Sverige som kan leva på sin idrott. Och så ska man ju ta ett aktivt beslut att antingen satsa på sin dröm eller fokusera på sin civila karriär. Då väljer många att inte satsa på karriären för att det inte finns någon bra lösning för att kunna gå vidare med sin satsning. Jag tror att skulle man hitta en sådan lösning med universitet, så skulle det nog kunna få fler talanger att hålla kvar sin idrott under längre tid och verkligen kunna satsa fullt ut. (man)

Respondenten har skaffat sig akademiska meriter och ville dra nytta av sina kunskaper från idrotten in i den civila karriären.

R 20: Jag läste beteendevetenskap och har en massa poäng på universitetet och min tanke hela tiden var att jobba med företagseffektivisering och försöka föra över mina kunskaper och erfarenheter kring det... (man)

Respondenten nedan har skaffat sig sina akademiska meriter i annat land.

Int: *Tror du att det har varit någon fördel för dig att du lyckades kombinera högskola med ditt idrottande?*

R 23: ... men självklart, det var en period i mitt liv som jag växte som människa, flyttade till ett annat land, bo själv, studera universitet samtidigt som att utöva idrott. Så visst har jag haft glädje av att jag har studerat på universitet. (kvinna)

... precis som respondenten nedan...

R 11: ... så att jag åkte först till USA och skulle läsa college där i flera år, men det blev bara ett år, för jag var inte helt nöjd med träningsförutsättningarna, sen när jag kom hem så jobbade jag som lärarvikarie i ett år innan jag började plugga igen. (man)

Respondenten nedan hade planer på att börja läsa på universitet, men drivkrafterna att utvecklas som idrottare var större, så när de ekonomiska förutsättningarna var de rätta blev det en totalsatsning på idrott.

Int: *Jobbade du för att du var tvungen att tjäna pengar eller?*

R 42: Vi tjänade ju inga pengar överhuvudtaget som junior. Men när jag var i Göteborg då så fixade de jobb, så vi jobbade mellan 7-16 och tränade på kvällen. Och då blev jag ju bättre och bättre eftersom jag tränade varje kväll. Så där jobbade ja i ett år. Sen tog jag ett halvt studielån och jag visste att kom jag in på universitet så skulle jag få ett stipendium, så då gjorde jag det. Jag var egentligen inte intresserad av att läsa då heller, men det var ett sätt att kunna livnära sig. Så jag tog ett halvt studielån och fick studiebidrag givetvis. Jag var där på föreläsningar några gånger till första tentan sen struntade jag i det. Men då hade jag möjlighet att träna två gånger om dagen så jag tänkte att nu har jag ett halvår på mig och få lite resultat och tjäna lite pengar så jag kan spela på heltid sen. Det gick väldigt bra den perioden ... så började jag spela in pengar, och så hjälpte klubben till lite också. Så jag fick ett leverne som gjorde att jag kunde börja träna riktigt. (man)

Stödfunktioner, idrott och studier

På ett idrottsgymnasium har skolan ansvar för den idrottande elevens idrottsliga utveckling och resurser i form av lärare med specialidrottskunskap skall finnas som stöd för utvecklingen. På universitets- och högskolenivån finns inget sådant obligatorium, utan där ligger ansvaret på den enskilda individen att arrangera sina studier och sitt eget idrottande tillsammans med sin tränare, förening och förbund. Förvisso har somliga lärosäten i landet tagit upp problematiken och själva skapa vad man kan kalla "idrottsuniversitetalternativ" där man både ger studierelaterade och idrottsligt stöd av olika slag. Men någon nationell, statligt sanktionerad strategi har ännu inte sett dagens ljus. I regeringens budgetproposition så långt tillbaka som 2006 (2006/07:1; 7.2.6) beskrevs förutsättningar att kombinera *elitidrott - högskolestudier* och regeringen ansåg att ... *svenska idrottare på elitnivå bör kunna bedriva högskolestudier parallellt med sin idrottsatsning*. Den dåvarande regeringen menade också att det var viktigt för elitidrottare att efter sin karriär kunna skapa ett nytt yrkesliv, inte minst med tanke på att ekonomiska villkor varierar stort dels mellan olika idrotter och dels mellan manliga och kvinnliga idrottsutövare. Förutsättningarna ansågs goda eftersom man menade att högskolestudier i Sverige kännetecknas av flexibilitet, genom möjligheterna till individuell anpassning och distansstudier. Regeringen såg också positivt på det samarbete som vissa lärosäten hade utvecklat med Riksidrottsförbundet och olika specialidrottsförbund. Respondenten nedan menar just att mycket större kraft och resurser skall läggas på universitetsnivån.

R 44: Jag tror ändå att utbildningsvägen är rätt väg att gå. Man måste öppna upp bland idrottsrörelser och i universitetsvärlden. Jag tycker personligen att idrottsgymnasier är bortkastade pengar. Jag tycker att den satsningen ska göra på universitetsnivån istället, därför att det är där det behövs. (man)

Respondenten ovan belyser den uppmärksammade problematiken. Vid riksidrottsmötet i Uppsala 2011 togs frågan upp om utvecklingsstöd och tillgång till specialistkompetens för att kombinera en satsning på elitidrott parallellt med studier på bl.a. postgymnasial nivå, vilket medfört en skrivelse (daterad 2011-06-14) till landets universitet och högskolor. I denna skrivelse efterlyste RF ett djupare samarbete med landets lärosäten för att skapa förutsättningar för elitidrottande studenter att kombinera *elitidrott – utbildning* och i vilken utsträckning en antagen student kan ges möjligheter till stöd för att parallellt genomföra studier och elitidrott och vilka möjligheter det finns att stödja den studerandes idrottsutveckling. Problematiken är inte ny, men det nya är att man i kombination mellan idrottens organisationer och lärosäten har ambitionen att skapa, låt oss kalla det, en svensk modell för *Elitidrott och utbildning på akademisk nivå*. Även Sveriges Olympiska Kommitté (SOK) har provat och genomfört olika initiativ i frågan med olika utvecklingsprogram, även de i samarbete med olika lärosäten.

Int: *SOK har ju en modell idag med talangutveckling.*

R 19: Men det kom de fem sista åren på min karriär kan man säga. Så jag var aldrig aktuell för något sådant.

Int: *Tror du det funkar, eller har du hört från någon?*

R 19: Så som jag uppfattar det, så är det bra, mycket kost och näring och bra baskunskaper att ta med sig. Framförallt ställer de ett antal krav på rapportering och det tror jag är bra, att man måste visa att man tar ansvar för att kunna få stödet. (man)

Respondenterna nedan ger uttryck för att det även på föreningsnivå finns idéer hur problematiken kan lösas i samarbete mellan föreningar och lärosäten.

R 47a: ... diskutera med oss (föreningen) och SF hur vi ska lösa det. Finns viljan så kommer man fram till något som är bra.

R 47b: Vi har väl försök och skräddarsytt utbildningar till våra spelare. Det kan vara att vi har ordnat någon faddergrupp, med att en gång per vecka åka till något företag och vara med. Men i ärlighetens namn så är inte drivkraften hos spelarna så stor. Det måste vara tidigare input med värdet av att du som spelare och människa ska vidga vyerna lite grann. Och där tror jag att det är någon slags pedagogisk process att jobba med parallellt i samråd med universitet och näringsliv. (man)

Som nämndes inledningsvis i detta avsnitt har idéer och praktiker för elitidrottsstöd hämtats från olika håll, men det är framför allt de system som har funnits och finns i USA som man ofta refererar till.

Int: *RF jobbar med idrottsuniversitet...*

R 28: Det är ju en jättebra grej. Jag gillar den amerikanska stilen, där du får olika stipendier du kan studera på, tack vare att du är duktig inom idrotten. (man)

I takt med att EU utvidgats till flera länder så har gränser öppnats, och i samverkan har skapats utbildningssystem (Erasmus, Sokrates m.fl.) med möjligheter till idrottsligt stöd även internationellt. I länder som Frankrike, Tyskland och Storbritannien finns olika utbildningsrelaterade stödformer för elitidrottare (Houlihan & Green, 2008). En problematik är dock att stora och penningstarka klubbar i vissa idrotter knyter unga talanger till sin verksamhet tidigt och där finns inte alltid det utbildningsrelaterade stödet. Många av dessa klubbar lockar också med betald professionell verksamhet.

R 19: Ja, det var ju många som kombinerade vår idrott med högskolestudier under min tid.

Int: *Grabbar från andra stora lagbollidrotter då?*

R 19: Nej, för de tjänade så pass mycket pengar, så de behövde inte tänka på det. (man)

Slutligen, flera respondenter är ändå nöjda med ”det svenska systemet” och menar att det trots uppenbara brister också har sina fördelar. Bl.a. handlar det om att få vara kvar på hemmaplan med möjlighet att sprida utbildningen på flera år, för utbildning är trots allt en väg in i någon form av andra karriär.

Sammanfattning utbildning

Frågeställningarnas kärna i detta avsnitt handlar om i vilken utsträckning elever och studenter, som ser en potentiell idrottskarriär framför sig, parallellt kan genomföra gymnasiala och postgymnasiala studier med ett nöjaktigt resultat, trots att dessa både är tidskrävande och ianspråktagande aktiviteter. Redan tidigare i denna text har lyfts vad som kallades en motsägelsefull dikotomi för synen på den idrottsliga kunskapen, en dikotomi som i grunden betraktas som paradoxal. Målet med lärandet för enskilda ämnen i slutet av grundskolan och i gymnasieskolan, är att alla skall ha haft möjlighet att utveckla optimal kunskap, man skall m.a.o. fått lära sig så mycket som möjligt (kvantitet) och införlivat så avancerade kunskaper som möjligt (kvalitet) och detta är en grundläggande princip som även hyllas i den akademiska lärandemiljön. Respondenterna i studien uttrycker på flera sätt motsägelsen mellan skolundervisningens allmänna delar och den högt specialiserade kunskapen inom idrottsgymnasiets ram. De som vill utveckla excellenta och högt specialiserade kunskaper inom en idrott, hänvisas utbildningsmässigt till en specialform av undervisning inom utbildningsväsendet – idrottsgymnasium. I flera avseenden är dessa idrottsgymnasieelever en privilegierad grupp, som får möjlighet att erhålla en mer avancerad idrottskunskap än gängse och också få mer tid till att införliva denna kunskap, samtidigt som de kan bedriva ordinarie studier. Men frågan måste ställas

om det inte är alla elevers självklara rätt att få tillgodogöra sig denna kunskap, som i grund och botten innebär att de skall ha sådana kunskaper i idrott, att de själva kan göra de val som handlar om på vilket sätt de vill använda sina idrottsliga kunskaper senare i livet (principen om målrelaterad undervisning i relation till livslångt lärande).

Om möjligheten på gymnasienivå finns att studera sin specialidrott och också få ett betyg (examinera) denna, så är denna möjlighet på akademisk nivå i princip obefintlig, det finns mycket få eller ens några kurser eller program i landet där man kan studera hur man utvecklar sin idrottsliga förmåga exempelvis i handboll, fotboll, ishockey, friidrott, simning, d.v.s. där man examinerar idrottsliga färdigheter och får akademiska poäng för sina idrottsliga kunskaper. På landets musikhögskolor finns kurser och program för musiker där man får möjlighet att utveckla sina kunskaper i exempelvis olika musikinstrument, som pianospel. När det gäller idrottandets akademisering har man inte kommit så långt, medan man på det internationella planet hunnit längre (se tidigare forskning). I Sverige finns en uppsjö av olika, vanligen kallade, idrottsvetenskapliga program och kurser, där man saluför olika studieformer som skall utveckla den studerande i idrott. Men det är mycket få, om ens någon, som erbjuder kurser i specialidrott, möjligen för att det saknas speciell lärarkompetensen inom akademien, men också för att det saknas forskning för kunskapsutveckling.

Yrke

Stråhlman (1997, 2006) har visat att relationen idrottskarriär på hög nivå och yrkesarbete kan delas in i relationen till arbetsmarknaden, arbetsgivare och till idrottsorganisationer. Frågeställningar har fokuserats på om idrottaren har ett yrke innan elitkarriären, skaffar sig en civil anställning under karriären eller om man söker en annan utkomst efter karriären. Val av yrke kan i dessa fall antingen vara relaterade till både den idrottsliga arbetsmarknaden och arbetsmarknaden i stort. Den fråga man bör ställa sig i relation till redovisade resultat är om det skett en förändring i synen på idrott i relation till framtida yrke i ett tidsperspektiv.

R 47a: Jag tror att föräldrar, när jag var ung, sa oftare att prioritering var att du måste ha ett ordentligt yrke. Då längtade ju jag efter att bli t.ex. polis, brandman eller läkare. Frågar du någon som håller på med idrott idag och är femton år, så är det nästan säkert att de vill bli proffs. (man)

I tidigare avsnitt i denna rapport slogs fast att idrott på hög nivå, och med Sveriges inträde i EU, mer och mer har betraktats som ett yrke. Så har det uppenbarligen inte alltid varit, utan man har i vissa fall betraktat idrottsperioden som relativt oviktig för framtida utkomster inom ”ett riktigt jobb”. Stråhlmans (1997) forskning om elitidrottare efter karriären visar att flera av de intervjuade menade att man från idrotten hade fått kunskaper och

egenskaper som mycket väl kunde vara viktiga inom ett yrke utanför idrotten och flera hade också, vad man kallar, ett ”kapital” att bygga vidare på.

R 13: När jag berättade för dem på förbundet att jag skulle sluta så sa de att ”då får du jobba hos oss” och sen samtidigt så bestämde jag mig för att jag skulle söka in till en utbildning till ekonom, så då jobbade jag på förbundet på hösten och började plugga vid årsskiftet och då var det halvtidsstudier. Dessutom arbetade jag med en branschorganisation kring ett stort sponsorsamarbete... och jag har ju nytta av min idrottskarriär i jobbet vad jag än gör. (kvinna)

En annan respondent beskriver betydelse av de idrottsliga kvaliteterna på följande sätt...

Int: *Det verkar som att du har haft en viss nytta av idrotten i ditt nuvarande yrke då?*

R 20: Så är det, och jag känner att jag börjar hellre i en ände där jag känner mig stark och bygger upp ett kapital och då menar jag inte ekonomiskt kapital utan förtroendekapital, för att kanske senare ge mig in i olika företag. Men någonstans känns det som att jag behöver ha självförtroende och komma in i arbetslivet. (man)

Men idrotten kan också generera negativa aspekter...

R 20: Det är svårt att sluta med idrott inte bara ekonomiskt och känslomässigt, utan jag upptäckte också att min inställning till livet, den som har varit så naturlig och superegoistisk och jättefokuserad på mig själv, plötsligt skulle man ändra den inställningen, för den fungerar inte i det vanliga arbetslivet. Även om det alltid är positivt att tro på sig själv, så är det en helt annan sak där. Så där kände jag att jag fick lära mig snabbt att ha en annan inställning. (man)

... eller som nedanstående respondent uttrycker det...

R 32: Jo, det är ju många egenskaper som är positiva och framförallt från lagsporten... Men om man inte har en kunskapsbas för olika yrken, visst kan man börja utbilda sig efter karriären, men det är tuffare. Jag levde på en naiv dröm om att jag kunde få ett jobb på mitt namn. (man)

Stråhlman (1997) visade att flera elitidrottare minskade sin disponibla inkomst kraftigt efter elitkarriärens slut. De löner som betalades ut inom somliga idrotter motsvarade inte alls motsvarande dito på den reguljära arbetsmarknaden. Dessutom kunde Stråhlman (1997) visa att det även i den studien fanns de som hade viljan att bygga en karriär på sitt namn, vilket

ofta slutade med ett negativt resultat och en besvikelse. Upptäckten av att yrkeskunskaper är nödvändiga kan slå hårt mot den enskilda individen.

I den forskning som genomförts både nationellt och internationellt är ett stående råd till alla som håller på med elitidrott att förbereda sig för en karriär efter idrotten. Frågan är hur man kan gå in i en yrkeskarriär och vara väl förberedd.

R 36: ... jag har under hela min karriär satt av lite pengar för att "om ifall att", och som idrottsman har man alla chanser att sätta av lite av sin lön. I Holland gör de det vare sig man vill eller inte, för då kan man ha de pengarna när karriären är slut och utbilda sig. Jag tycker att klubbar skulle kunna hjälpa till med detta för de unga. Är man 20 år och får 70 000:-/mån, det är kanon. (man)

Om den f.d. elitidrottaren saknar utbildning är naturligtvis möjligheterna på arbetsmarknaden begränsade. Respondenten nedan valde att bli tränare inom idrott (ett sätt att i någon mån stanna kvar inom idrotten) ...

R 29: När jag skulle bli tränare så förstod jag att jag måste ge 100 procent för att klara av det, för det var nytt, men ju mer man håller på, ju mer erfarenheter får man.

Int: *Hur ser det här ut imorgon då? Har du tänkt fortsätta att leva ditt liv som tränare eller...?*

R 29: Vid något läge har jag trott att jag ska lämna sportträsket, men bevisligen så kommer jag ju inte att göra det. Men jag vill nog växla över lite mer. (man)

Respondenten nedan uttrycker det på följande sätt...

Int: *Var det en slump att du fick det där bankjobbet eller har du skaffat dig en ekonomutbildning?*

R 19: Nja, jag började sommarjobba de sista två åren på gymnasiet och sen så fortsatte det där.

Int: *Vad hade hänt om du inte fått något bankjobb?*

R 19: Men jag skapade ju kontakten själv, mamma och pappa hade vänner som var högt uppe i bankyrket, så jag gjorde praktik och det gick väldigt bra. Sen rullade det på och jag slutade på banken -95 tror jag och började jobba som marknadsförare för att kunna kombinera idrottssatsningen och kunna träna mer och samtidigt ha en inkomst.

Int: *Vad gör du idag?*

R 19: Idag är jag VD (man)

Eller...

R 35: Jo, det är väl så att sportchefer är massa gamla spelare som inte har någon utbildning förutom fotbollen. Men jag är övertygad att inom en framtid så kommer det att vara ett etablerat yrke och då kommer det att krävas mer saker. Jag kom in i rätt tid där sportchef inte fanns egentligen, utan det är ett nytt yrke. Så det är ju inga akademiker som är sportchefer i dagsläget. (man)

Respondenten nedan hade sin elitkarriär under 1970-talet och ombeds att se tillbaka på sina lag- och landslagskamrater och hur det har gått för dem.

Int: *Men i din erfarenhetsfär, du känner ju ganska många, är det majoritet som det går bra för?*

R 24: Om du tar min klubb, där hade ju alla ett yrke, och det upplever jag som oerhört framgångsrikt. Vi umgås fortfarande och spelar golf osv så där kan jag verkligen svara på att där har inte den problematiken funnits. (man)

Orsaken till att respondenten kunde skapa sig en framgångsrik yrkeskarriär, är enligt honom själv, att finna ett annat fokus...

R 24: Jag var mer engagerad i mitt civila än vad jag var i idrotten. Orsaken var att jag hade så lätt för mig i det idrottsliga så jag kunde vara lite slapp. Så hade inte idrotten varit så lätt för mig så hade jag nog avbrutit tidigare för mig var det yrkesmässiga var det viktiga (man – lagbollidrott).

Som *sammanfattning* av diskussionen om yrkeskarriärer kan konstateras, att det är ett känt faktum sedan tidigare, att elitidrottare har en relativt hög social yrkesmobilitet i relation till sina föräldrar (i detta innefattas inte att elitidrott är ett yrke i sig). Precis som synen på utbildning i relation till idrottsutbildning behövs ett nytt synsätt på premisserna för den idrottsliga arbetsmarknaden. Elitidrott är i sig ett accepterat yrke och i det avseendet krävs också yrkesutbildning och frågan är om det är gymnasieskolan eller högskolan, eller båda, som skall tillhandahålla denna utbildning, eller vem har ansvaret?

När idrottskarriären ersätts av den civila karriären, har av tradition funnit två yrkesmöjligheter, att fortsätta arbeta inom idrotten eller ta ett jobb inom andra civila verksamheter. I denna studie finns exempel på båda alternativen. En ofta förekommande rekommendation till individen är att under elitkarriären, vid sidan om idrotten, ha en annan anställning och det är få som uttrycker något negativt med detta. Kanske är synen på den idrottsliga betydelsen av att vara heltidsproffs betydligt överdriven. Respondenterna i studien har också på flera sätt uttryckt betydelse av olika idrottsliga yrkesnätverk både under och efter karriären, nätverk som kan vara praktiska stöd för att möta framtiden.

Familj och tränare

I avsnittet om idrottsgymnasierna diskuterades betydelsen av närhet till familjen i relation till en idrottsatsning. Gymnasieelever på riksidrottsgymnasierna lämnar ofta sina hem för att bo på annan ort och förväntas i varierande grad klara av sitt dagliga liv borta från hemmet. När det gäller den vuxne elitidrottarens ambitioner att skapa en "egen" familj så visar studier av bl.a. Patriksson (1995) och Stråhlman (1997) att det framför allt var elitidrottande män som gjorde detta under sin elitidrottskarriär, de elitidrottande kvinnorna har en benägenhet att först avsluta sin idrottskarriär innan de bildar egen familj. Oavsett hur familjekonstellationer ser ut, så är frågan om familjen är ett idrottsligt stöd eller en begränsning. I de studier som Patriksson och Stråhlman genomfört, så talar de allra flesta om betydelsen av familjens stöd i alla sammanhang, men också om förväntningarna på att vara en familjemedlem i praktiken, när man ofta är på resande fot både vad gäller träning och tävling.

Int: *Du nämnde det här med att föda barn och mammarollen och det var ju en av grejerna som fick dig på andra tankar. Kan det vara skillnad på kvinnor och män? Att även om grabbarna tidigt blir familjefar så är det vanligare att de "rymmer ifrån den situationen" och fortsätter elitidrott?*

R 15: Ja absolut, de kan ju parallellt fortsätta. De skaffar familj och kan fortsätta i några år till. Så länge de har motivation och inspiration till det. (kvinna)

I Stråhlmans studie (2006) var det nästan 50 % av de elitidrottande männen som hade barn som var 16 år eller yngre under karriären, medan motsvarande siffra för kvinnorna var 12 %. Nedanstående respondent, en kvinna, valde dock att etablera en familj och ändå fortsätta att idrotta

Int: Är det en styrka att få en chans att få bilda familj?

R 12: Jag var ju nästan först bland mina kompisar att skaffa barn. Och bilda familj är ju extremt stort, men om man säger att man ska prestera på det yttersta så måste man sätta sig själv i första rummet och det går inte att ta för mycket hänsyn till andra utan man får liksom bestämma, nu ska jag äta lunch, nu ska jag vila middag osv. Så kommer någon och säger att nu ska vi gå till lekplatsen och så. Man får helt enkelt bli lite självisk om man ska få ut max av sin kapacitet. Man kan givetvis bli duktig ändå, men ska man få ut max av sin kapacitet så måste man sätta sig själv i första rummet.

Int: *Funkar det? Och hålla på med elitkarriär samtidigt som man har familj?*

R 12: Ja, det får man ju ta diskussion med sin partner. Och sen är det ju om sin partner supportrar till 100 %, så kan man ju

ändå få dåligt samvete att man borde ta bättre ansvar för familjen, för barn osv. Så det är väldigt svårt att få ut 100 % av sin kapacitet.

Int: *Men du höll på några efter ni hade skapat familj?*

R 12: Ja, fem år. (man)

Nästa respondent, en kvinna, menar att man måste förbereda familjebildningen.

R 13: Jag tror ju att det viktigt att man inom elitidrotten också pratar om hela livet, för att det är ju så att när man är inom elitidrottssammanhang så är man ju i sin bubbla och det måste man ju vara. Men emellanåt måste det ju finnas utrymme för att få perspektiv, vad är hela mitt liv? För det är familj, det är jag själv, det är idrotten och det kanske är något annat. Alltså försöka få lite perspektiv och också starta en diskussion om vad som kommer att hända efter karriären. (kvinna)

Diskussionerna bland respondenterna hamnar i flera fall dels om stödet från familjen, men också om att elitidrottaren har försummat familjen med tanke på elitidrottens karaktär. Här handlar det om den dubbla lojaliteten, lojaliteten mot familjen men också mot idrotten och laget. Flera av idrottsarbetarna menar också att de stundom får mer tid för familjen än gängse yrkesgrupper, då de har stor möjlighet att planerar träning och att de ”off-season” kan vara mycket tillsammans med familjen. Vissheten om att man eventuellt försakar familjen kan ibland leda till att man överbeskyddar de sina.

Familjen betyder också att man slutar med elitidrotten som i fallet nedan.

R 19: Jag var mätt på min idrott. Jag kände inte att, vi bodde i Tyskland, vår son hade gått ur fjärde klass och då byter man skola, och vi hade köpt tomt och byggt hus och planerat för det. Rent fysiskt hade jag säkert kunnat spelat i ett par år till, men motivationsmässigt tror jag inte att jag skulle tycka det vore kul att spela i Sverige, som då var alternativet. Jag hade säkert kunnat spela ett par år till utomlands om det hade passat familjesituationen. (man)

Man är noga med att skilja på idrottslaget som en form av familj och den egna familjen. En respondent menar att det finns idrottare som inte kan göra detta. Andra menar att den egna familjen får sitta emellan och pekar på att engagemanget i idrotten tagit mycket tid i anspråk, att man utvecklar en slags egoism.

Tränare

Stråhlman (2006) skriver att det finns en motverkande risk till en framgångsrik avslutning av idrottskarriären och han kallar denna risk *missriktade beroendeförhållanden*. I denna text har talats mycket om stöd från olika organisatoriska konstruktioner och signifikanta andra och detta stöd är, rätt hanterat, av godo. Men individer som lever sin idrottskarriär utan att läras i konsten att ta ett personligt ansvar och skapa en egenkontroll, har betydligt svårare att anpassa sig till en ny eller parallell karriär. I detta rollskapande spelar exempelvis coacher, tränare och olika typer av managers en viktig roll. Men det finns som Stråhlman (2006 s. 27) uttrycker det ... *some athletes are so spoiled that they seldom have to think about training and competition, or even about day-to-day matters such as laundry and cooking. These athletes could be worse off in terms of ability and self-management and there is a clear risk of them leaving their elite career without the ability to take care of everyday matters. Furthermore, dependency on sport may create a sense of loss in the retirement situation and it is thus important to transfer and transform sporting ambitions into new life situations and habits*. I detta avseende är de idrottande männen särskilt utsatta.

Tränaren⁸ har ett stort ansvar härvidlag, därför att denna person mycket ofta är den individ som utanför familjen står idrottaren närmast. Dessutom är det naturligtvis betydelsefullt för den idrottsliga prestationen att samarbetet idrottare – tränare fungerar.

Int: *Var det något som inte funkade så bra under karriären?*

R 30: Det mesta folk klagat på är ju det här med tränarfrågan. Men det är ju så mycket med hur du själv är som människa, vilken typ utav tränare du ska ha. Jag hade tur att hitta min tränare och han var även tränare för damlandslaget under några år då. (kvinna)

Det är inte sällan som individuella idrottare finner sin tränare inom den egna familjen.

R 44: Jag hade oerhörd trygghet i allting här, dels med en av mina föräldrar som tränare, nära till mental coachare, nära till sjukgymnastik. Jag hade min familj här i närheten och allt var väldigt enkelt med träningarna. Även om det pågick någonting i min träningslokal så kunde jag alltid träna. Alla tog för givet att jag skulle vara där och träna. Även om det var tävlingar så kunde jag köra träningspass, för alla hade respekt för det. Så sett så var allting rätt enkelt, korta reseavstånd och jag la väldigt lite tid på sådana grejer. (man)

Eller...

⁸ I denna text används ordet tränare synonymt med ordet coach och ledare.

Int: *När känner du att din elitkarriär börjar?*

R 20: Ganska tidigt. För min pappa såg en potential i mig och jag tror det är svårt för en liten kille att se det själv.

Eller...

R 25: ... min pappa var tränare och det var så jag började med idrotten. Sen har jag alltid varit intresserad av idrott vad det nu än har varit. Jag har spelat innebandy, simmat, ridning, m.m.. (kvinna)

Eller...

R 16: Min mamma är ju tränare så var väl med henne redan när jag var några veckor gammal... Jag kom med ungdomslandslaget när jag var 11-12 år kanske och det var egentligen då jag började elitsatsa, 15 timmar i veckan. (kvinna)

I ovanstående fall var kombinationen med föräldrar som tränare ett framgångsrikt koncept. Personen nedan upplevde att hon efter alla år som aktiv ville ge något tillbaka som ledare.

R 38: Alltså det var ju därför jag studerade därför att jag ville ge tillbaks som tränare. Jag har fått så mycket av mina ledare genom tiderna, så mycket fantastiska människor som har hjälpt mig och jag anser att det är min plikt att ge tillbaks. Och jag hade så gärna gjort det, för min idrott är ju ändå den vackraste idrotten som jag vet. Så jag tycker det är jättesynd, men det är inte jag som väljer så då får jag ta det. (kvinna)

Det finns dock ett antal väldokumenterad fall där motsatsen har förekommit (Augustsson, 2007). Exempelvis i fallet nedan...

R 39: När jag trivdes som bäst med mitt idrottsliv var faktiskt här i staden, för jag är väldigt hemmakär. När jag flyttade till en större stad så blev det lite... jag tränade men inte under kontrollerade former. Jag hade en tränare som sket fullständigt i mig och jag behövde ha någon som uppmärksammade mig. Och det fick jag inte av den tränaren i alla fall, tills vi vann någonting. Jag vann ju EM då och helt plötsligt så var jag tränarens favorit under en period. Men jag är ju sån att var jag inte favorit innan, så är jag inte det efter heller. (man)

Det är få, om ens någon av respondenterna i denna studie, som talat om tränarens betydelse vid elitidrottsavslutningen. I studier av Stråhlman (2006) så visar resultaten att det är idrottarens föräldrar som oftast är de som ger olika former av stöd till den avslutande idrottaren, både vad gäller ekonomiska stöd och mental stöd. Tränarens betydelse när det gäller avslutningen är av mindre betydelse, men uttryck för betydelser förekommer.

Tränare som yrke

Både under och efter elitidrottskarriären är det relativt vanligt att elitidrottare tar på sig ledar- och tränaruppdrag. Nu är det inte alla dessa uppdrag som leder till att man kan leva på sitt uppdrag som professionell tränare (tränare som yrke har diskuterats i ett tidigare avsnitt). Många ställer upp för de tycker om sin idrott och har egna barn i olika verksamheter. Några får förfrågningar men tackar nej av olika skäl...

R 36: De ringde mig för tre år sedan och frågade om att hjälpa till som tränare, men det fungerade inte med jobbet här så då tackade jag nej. Sen har jag inte hört något. (man)

Flera av respondenterna i studien har varit och är fortfarande tränare på hög nationell och internationell nivå (bl.a. som förbundskaptener eller i klubbar utomlands).

R 18: ... nu har ju jag fått glädjen att hänga kvar för att bli tränare, men jag känner att idrotten har varit det som präglat hela mitt liv och det har varit min inkomstkälla och idag står man här och det är inte lätt att komma in på det andra livet igen. Och oavsett om jag har haft akademiska utbildningar eller vad jag har haft, så är det inte lätt när du varit borta i så många år. (man)

Respondenten nedan var inte bara tränare utan provade också på att vara sportchef.

R 17: För min del var det ganska klart att jag skulle jobba med min idrott. I och med att jag hade ett jobb och vi hade två bra tränare, då ville vi utveckla lagen ännu mer och då fick jag förfrågan om att bli sportchef min klubb, en stor europeisk klubb. Och det var ju ett annat spår än spelare och tränare, det var en annan typ av jobb. Det var att syssla med ekonomi, fixa nya spelare mm., så det såg jag som utvecklande. Så det var både bra, nyttigt och lärorikt. I den tjänsten låg ändå en halvtid som tränare, så jag hade det benet kvar hela tiden. Och sen fick jag förmånen att sista året ta steget till att bli huvudtränare, och då släppte jag sportchefsrollen. (man)

Men hur ser det ut inom idrottsrörelsen, tas elitidrottarnas kunskaper tillvara?

R 13: Jag kan ju tänka mig att det finns områden inom idrotten där man suger upp f.d. elitaktiva som ledare, tränare, stödpersoner och resurser inom idrotten. Hur man gör det systematiskt vet jag inte, eller om det ens finns någon systematik för det. Att man har sina aktiva som sedan försvinner är att kunskap hela tiden går förlorad. Hur ser man till att den erfarenheten och kunskapen som varje elitidrottande individ har, förs till-

baka någon slags samlad kunskap. Detta är ett område som man möjligtvis skulle kunna tänka sig att hitta systematik kring. (kvinna)

Sammanfattningsvis så var syftet med detta avsnitt att diskutera betydelser av andra personer som s.a.s. ger stöd till idrottaren både före, under och efter karriären. Patriksson (1989) beskriver hur idrottarna i den studien såg på det betydelsefulla i att etablera en utvecklande re-socialisation från elitidrottskarriären och en de-socialisation in i en ny karriär. Idrottarna i den studien, liksom i denna, pekar bl.a. på betydelser av ekonomisk support, stöd från familj, ledare, tränare och inte minst idrottsorganisationer. Här spelar både RF (och specialförbunden) och SOK en betydande roll. Stråhlman (1997) har tidigare kunnat visa att skapa sig ett yrke som tränare kunde vara ett sätt att få en enklare socialisationsprocess. Det finns även många exempel i denna studie på individer som valt denna väg.

8. Diskussion

Metoddiskussion

Den datainsamlade metoden i projektet har varit semistrukturerade intervjuer. Exakt hur urvalet av intervjupersoner och hur frågeformuleringarna har byggts upp (teoretisk utgångspunkt mm.) finns ingen dokumentation kring (se förord). I rapportens metoddel har så långt som möjligt redogjorts för datainsamlingarnas förutsättningar, men som påpekats finns försvårande omständigheter. Till det som inte fullödigt kan redogöras för, är under vilka förutsättningar urvalet är sammansatt. Vi kan heller inte redogöra för den interna kommunikation som fanns mellan den dåvarande projektledaren och respondenterna.

Till projektens styrkor hör datamaterialets omfattning, ett rikt och mångfasetterat material med mycket substans. Dessutom finns intervjuerna inspelade på diktafon samt utskrivna på papper för analys. Det är få svenska undersökningar inom detta område, som kan visa upp ett så rikt datamaterial. Intervjuarens kunskaper inom området är väl dokumenterad och dessa kunskaper kan vara till fördel för projektets genomförande, men de också kan ha skapat viss förförståelse i intervjusituationen, vilket kan försvåra analysen. I rapportens metoddel diskuterades olika metodologiska angreppssätt såsom *Life history*- och *Life story-approach*. Till viss del har respondenternas berättelser utgått både från *Life history-metoden* och *Life-story*. Dock är berättelserna om respondenternas levnadshistoria kompletterad med andra frågor som mer handlar om funktioner vid sidan om levnadshistorien, exempelvis betydelser av olika stödfunktioner (vilket också tonar ned betydelsen av den narrativa ansatsen som analysmetod). Ambitionen har därför varit att koppla en traditionell intervjumetod med textanalys till teoretiska utgångspunkter och insamlad data. Urvalet av respondenter omfattar framgångsrika idrottare med mängder av meriter och medaljer. Det innebär, å andra sidan, att vi inte har någon dokumentation från idrottare på lägre nivå med mindre framgångar. Därför blir generaliseringar av statistisk karaktär relativt ointressanta i detta sammanhang. Men målet att skapa ett utfallsrum av erfarenheter, teoretiskt kopplade till avslutningen av en idrottskarriär på hög nivå, har dock uppfyllts.

Resultatdiskussion

Målet med denna studie kan formuleras som ett empiriskt baserat fältarbete med syftet att beskriva olika framgångsrika elitidrottarens upplevelser och erfarenheter av livet före, under och efter elitidrottskarriären, i ljuset av olika stödfunktioners betydelser. Analysen har inte genomförts förutsättningslöst utan både teoretiska och metodologiska avgränsningar har redovisats tidigare i denna rapport. Den metodologiska avgränsningen har ut-

gått från semistrukturerade intervjuer och textanalys av insamlade data. De teoretiska utgångspunkterna har främst hämtas från socialisationsteoretiska utgångspunkter med drag av funktionalistisk analys, och med tillämpning i modeller av Taylor, Ogilvie and Lavalée (2006) och Stråhlmans (2006) processteoretiska modell.

Den, tidigare kommenterade, könsfördelningen gör att sammantagna generaliseringar ska göras med största försiktighet eftersom undersökningsgruppen har en dominans av manliga utövare. Inte minst är detta viktigt eftersom forskningen visat på skillnaderna ibland annat i de ekonomiska villkor under vilken manlig och kvinnlig elitidrott utövas (se t.ex. Hellborg, 2013). Det finns skäl att anta att detta också påverkar de kvinnliga respektive manliga utövarnas syn på sin karriär och livet efter karriären. Hellborg menar att man utifrån etablerade ekonomiska och managementmodeller kan förklara hur kvinnlig idrott kan ses som mindre ”säljbar”. Vilket också medför att förutsättningarna för ett kunna leva på sin idrott är mindre för kvinnliga idrottare. Detta skulle kunna förklara varför kvinnorna i vår studie lättare klarat övergången till en karriär efter idrottskarriären. De har nämligen varit inne i båda karriärerna hela tiden. För kvinnorna har det varit mera självklart att genomgå en utbildning och skaffa ett arbete redan under idrottskarriären eftersom de inte haft några inkomster från sitt idrottande till skillnad från flertalet av de manliga utövarna. Därför innebär inte karriärövergången på samma sätt som för männen att man lämnar en karriär för att övergå i en annan. Man slutar med sin elitidrott men fortsätter i sitt vanliga yrkesliv.

I inledningen till denna rapport framhölls att den internationella forskningen kring karriärövergångar inom elitidrotten ökat påtagligt och att speciell uppmärksamhet ägnats åt avslutningsfasen. I Sverige har inte motsvarande ökning av forskningsintresset för detta område kunnat observeras. De senaste större studierna gjordes i början av 2000-talet och frågan ställdes om resultaten från dessa studier fortfarande ägde full giltighet med tanke på de förändringar som skett inom både elitidrotten, där framför allt intensifieringen ökat ytterligare, och på en arbetsmarknad som präglats av större krav på högre utbildning och en hårdnande konkurrens om jobben. Därför fanns det all anledning till att genomföra en studie som kunde belysa sådana frågor och förhoppningsvis bidra till att fylla det kunskapsglapp som förmodades finnas.

Den första delen av rapportens syfte behandlade den svaranden *upplevelser och erfarenheter av vägen till och genom elitidrottskarriären*. Den delen var för projektets övergripande syfte av lite mindre betydelse i och med att den inte fokuserade på karriärslutet eller livet efter idrottskarriären utan på vägen till idrottskarriären. Resultaten från denna del är dock mycket intressanta, dels för att det handlar om vägen till landslagsnivå för några av landets mesta framgångsrika idrottsutövare, men framför allt för att svaren ger intressanta och nya tillskott till forskningen på området.

Den första frågeställningen inom detta område berörde de intervjuades familjebakgrund. Det finns starkt forskningsstöd för att hävda familjebakgrundens betydelse både vad gäller generell inställning till idrottsaktiviteter, engagemang och involvering i den aktuella idrotten. De intervjuade kom från idrottsfamiljer. Familjer som är intresserade av idrott, i många olika former, både eget utövande och konsumtion. Dessa resultat ligger väl i linje med den relativt omfattande forskning som finns om familjens betydelse för de idrottande barnen Kay (2003) menar att såväl föräldrar som syskon stor betydelse. Detta ser vi exempel på hos nästan alla de intervjuade. Enbart någon enstaka säger att föräldrarna inte var intresserade av deras idrottsaktiviteter. Särskilt föräldrarna har en betydande inverkan på sina barns delaktighet och utveckling inom idrotten. Denna påverkan sker, dels genom att föräldrarna är aktiva och på så sätt goda förebilder, dels genom olika typer av uppmuntran och stöd. (Toms & Fleming, 1995; Kirk m.fl.1997; Carr m.fl., 2000).

Bourdieu (1984) menade att när en grupp lever under homogena förutsättningar likformas deras grupp eller klass, därmed skapas en norm och en harmoniserad objektivitet. Man producerar individuella och kollektiva värnor i enlighet med den verklighet man finns i. Bourdieu kallade detta habitus. Forskningen har också visat att idrottshabitus påverkar idrottsaktivitet i allmänhet och val av idrottsaktivitet i synnerhet (Lund & Olofsson, 2009). Resultaten visade tydligt hur föräldrarnas eller andra närståendes aktivitet och engagemang påverkade idrottsvalet. Det handlar om allt från att dessa betydelsefulla personer är ledare eller tränare till att de har möjlighet att skjutsa till och från träningen och träningsanläggningen. Det betyder dock inte att föräldrarna själva alltid varit aktiva inom idrotten, men att de är intresserade av att stödja barnen i de aktiviteter de väljer.

När det gäller val av specifik idrott kan resultaten kopplas samman med Schelins (1985) välkända forskningsresultat. Han kunde identifiera ett antal faktorer – *närheter* – som påverkade barns intresse för och val av idrottsaktiviteter. Flera av dem bekräftas i denna studie. De två närheter som mest svarar mot hur den idrottande individens personliga egenskaper passar den aktuella idrotten, *fysiologisk* och *psykisk* närhet, finns naturligtvis ”på plats”. Men många idrotter är ganska lika varandra och de egenskaper en individ har kan därför vara framgångsfaktorer i flera olika idrotter. Så därför kan ytterligare två av Schelins närheter ge närmare förklaring till den valda idrotten. *Personell* närhet avser att någon eller några personer i individens närhet sysslar med eller har sysslat med den aktuella idrotten. Detta fann vi åtskilliga exempel bland de intervjuade. Detsamma gällde *geografisk* närhet som avser i vilken utsträckning individen har tillgång till den aktuella idrotten inom någorlunda kort avstånd. Denna närhet är intressant, dels eftersom geografisk närhet är ett relativt begrepp, dels beroende på att närheten kan ”förkortas” om man har intresserade föräldrar som är villiga att skjutsa till och från träning. I många fall kan vi också se exempel på hur den valda idrotten är en sorts ”självklart val” eftersom den, förutom

föräldrarnas engagemang, har en stark ställning på orten som gör att man gärna väljer den. För att ta typiska exempel från svensk idrott skulle det till exempel kunna gälla alpin idrott i Tärnaby, ishockey i Skellefteå eller friidrott i Växjö. Fahlström (2001) kallar detta *kulturell* närhet, den (lokala) kulturen påverkar idrottsvalet.

Vi kan alltså sammantaget se att involveringen i idrott och valet av aktuell egen idrott påverkats av individuella förutsättningar, stöd och påverkan från familjen eller andra betydelsefulla personer samt nära tillgång till idrotten.

Den andra frågeställningen inom detta område berörde de aktivas idrottsbakgrund, vilka idrotter de sysslat med, när de valde sin idrott och när de började elitsatsa. En ständigt återkommande fråga beträffande talangutveckling inom idrotten är om det är en fördel eller till och med en nödvändighet att specialisera sig tidigt i en enda idrott eller prova ett antal sporter innan de specialiserar sig. Även om många olika åsikter ofta framförs i debatten så saknas tydliga empiriska belägg på detta område, i varje fall enligt Baker, Copley och Fraser-Thomas (2009).

I forskningen anges två typiska vägar till elitnivå inom idrott prestation. Den vägen som dominerat i forskningen och som haft en stark ställning inom idrotten kallade vi tidigare *elitprestation genom tidig specialisering* (Coté & Fraser-Thomas, 2007). De mest kända förespråkarna för denna väg är K. Anders Ericsson och hans kollegor (Ericsson, Krampe, och Tesch-Römer, 1993). Enligt denna väg krävs minst 10 000 timmar av intensiv träning för att bli en expert och de förespråkar därför tidig specialisering som en nödvändig förutsättning för att nå elitnivå. De betonar också antalet timmar av *deliberate practice*, systematisk stegrad träning, som den avgörande faktorn för att nå expertis. Den andra vägen kallade vi *elitprestation genom sampling*. Den företräds bland annat av Coté m.fl. (2007, 2009). Med sampling menas att det idrottande barnet under ett antal år prövar flera idrotter. Här förespråkas alltså en gradvis utveckling från aktivitet i en mängd olika idrotter till fokusering på en idrott. Denna väg till elitprestation anses ha färre negativa konsekvenser som risk för ohälsa, minskad tillfredsställelse och lägre nivå av drop-out än specialiseringsvägen. Dessa två vägar har varit de dominerande i forskningslitteraturen, men senare tids forskning har kunnat visa att elitidrottarnas vägar till elit är mera komplexa, unika och ickelinjära (Phillips, Davids, Renshaw & Portus, 2010a.).

Det senare framkommer med stor tydlighet i denna studie. De intervjuades idrottsbakgrund visar på aktivitetsmönster som inte framkommit i tidigare svensk forskning och ger ny kunskap om ”vägen till eliten”. I stället för de två ovan presenterade vägarna fann vi fem olika vägar till landslaget. Den första tidigt idrottsval och tidig specialisering är en av de klassiska vägarna. Den idrottande går på den väg vi kallat *elitprestation genom tidig specialisering*. Denna väg ligger alltså i linje med Ericsson och hans kollegors forskning (Ericsson, Krampe, & Tesch-Römer, 1993). I vår studie var det dock enbart några få av de intervjuade som gått denna väg. Det fanns

dock ytterligare en grupp som specialiserat sig tidigt, men de hade dock haft några år av sampling, men inte så lång period som bland annat förspråkas av Coté m.fl (2003, 2009). I denna studie var också denna grupp relativt liten. Så tidig specialisering tycks, i varje fall utifrån denna studie, inte vara den normala vägen till de svenska landslagen. Den tredje gruppen följde den typiska väg som kallats *elitprestation genom sampling*. De har sysslat med många idrotter och så småningom valt vilken de ska satsa på. Denna grupp som var den största i studien. Men det fanns ytterligare två grupper som specialiserade sig sent. Den ena av dessa vägar handlade om att välja sin idrott tidigt för att först många år senare välja att elitsatsa inom denna idrott – alltså ett tidigt idrottsval men senare specialisering. Här beskrevs hur man inom en idrottsförenings ram sysslat med en mycket allsidig träning och många aktiviteter som faktiskt inte alls hade direkt att göra med den valda idrotten. Henriksen (2010) fann i sin forskning liknande resultat, att man inom en idrottsförening sysslar med en stor mängd olika idrottsaktiviteter. Han kallar det *intra-sport diversification*. Den femte gruppen hade en lång samplingsperiod och specialiserade sig sent, men de hade egentligen valt idrott tidigt. De kunde se sig som t.ex. skidåkare men var under en lång period aktiva i flera andra idrotter innan de så småningom enbart satsade på sin huvudidrott.

Vår studie visade alltså att en mindre del av landslagsutövarna specialiserat sig tidigt, medan de allra flesta specialiserat sig senare. Dessa resultat har till exempel stöd i dansk forskning (Storm, m.fl., 2012). Dessa vägar väcker naturligtvis frågor: är idrotten rustad att ta emot dessa heterogena idrottsgrupper, löper idrotten risk att missa dem som inte följer vanliga aktivitetsmönster, etc. Våra resultat är också ett argument för att den anglosaxiskt dominerande litteraturen med forskning utförd i en kontext som är mycket olik vår är svår att applicera på vår idrottsrörelse. I de nordiska länderna finns ett stort idrottsutbud och kostnaderna för att vara med är i en internationell jämförelse relativt låga. Detta gör det möjligt att vara aktiv i många idrotter under längre tid. Därför ser ungdomars idrottsvanor annorlunda ut i Sverige jämfört med t.ex. USA. Detta understryker behovet av ytterligare en kontextuell förståelse av talangutvecklingsprocessen.

Den sista frågeställningen inom detta område berörde processen då de intervjuade idrottarna valde att specialisera sig på sin idrott. De kan tydligt beskriva hur de valde att elitsatsa på sin idrott, men också att det valet kunde bero på flera olika faktorer, samtidigt. Storm och hennes kollegor (2012) kunde konstatera att övergången till elitidrott är tydlig och markant hos de idrottande däremot är den inte relaterad till en viss ålder som anges i DMSP-modellen (Coté & Fraser-Thomas, 2007) utan Storm m.fl. (2012) konstaterar att den kan inträffa i olika åldrar beroende på individ, idrott etc. De fann vidare att idrottsutövare ofta, väldigt klart kan komma ihåg när de valde att satsa på sin idrott. De menar att detta bland annat kan förklaras med övergången från ett bredare idrottsutövande till ett mera fokuserat och resultatinkänt utövande är väldigt markant i vår idrottskultur som i

stor utsträckning präglas av att man har möjlighet att prova många idrotter och att man ofta idrottar tillsammans med närboende vänner och klasskamrater. Den här redovisade bilden bekräftas i vår studie. Tidpunkten då satsningen på en elitidrottskarriär startade framstår som tydligt markerad. De intervjuade i denna studie menar att denna övergång ofta sammanfaller med byte av klubb, att bli utvald till landslag, annan träningsgrupp, ny tränare eller liknande. Övergången markerar en tydlig början på en ”satsning” på den utvalda idrotten. Detta innebär en ökning av *deliberate practice*, egna individuella mål och en ökad fokusering på resultat. Men karriärövergången äger rum i olika åldrar för olika idrottare och idrotter. Dessa resultat stöder t.ex. Stambulova med fleras forskning (2009) som beskriver övergången från junior till seniorelitnivå som den kanske mest betydelsefulla i en idrottares karriär. För de idrottande innebär denna övergång ett byte från en idrottstillvaro innehållande lek, lekfull träning, glädje och samvaro med kompisar till en idrott präglad av allvar, intensiv satsning och betoning på (tävlings-) resultat.

Denna karriärövergång innebär ett beslut att ge idrotten en chans. Svaren visade på tre huvudsakliga, ibland sammanfallande, skäl till detta beslut. De handlade om ett beslut att höja sin personliga målsättning, att prestera på så hög nivå som möjligt. Detta skäl sammanfaller ofta med ett andra skäl, nämligen att utövarna inser att de har en potential att nå långt. De ser en möjlighet att nå landslag, internationell nivå. Denna tro på den egna förmågan påverkas ofta i sin tur av olika typer av uppmuntran och bekräftelse. Det kan handla om allt från stöd och uppmuntran från betydelsefulla personer, familjemedlemmar, andra idrottsutövare eller tränare till mera formella bekräftelser som att bli uttagen till högre träningsgrupp, distriktslag, landslag etc.

Som tidigare nämnts beskrivs ofta den optimala och rättvisa talangmodellen som en pyramid. (se t.ex. Bailey, Collins, Ford, MacNamara, Toms & Pearce, 2010). Den innebär att ”idrottskarriären” inleds med en vid bas med många utövare som deltar i bred verksamhet och förvärvar grundläggande färdigheter varefter allt färre utövare utövar mera omfattande och allt mer avancerad och specialiserad träning. I toppen av pyramiden kommer de slutliga toppidrottarna att framträda. Ibland åberopas ofta den modellen som den ”svenska” modellen, ”så många som möjligt så länge som möjligt”. Pyramiden är en sort Darwinistisk modell som genom konkurrens kommer att utveckla de bäst lämpade – *survival of the fittest*.

Denna modell har under senare år omvärderats. Man har ifrågasatt om det verkligen alltid är så att avancemanget mot toppen enbart beror på idrottsutövarens egen förmåga. Denna kritiska hållning får stöd i vår studie. De intervjuade framhåller familjens påverkan och stöd. Det verkar vara så att det är svårt att kunna aktivera sig i idrott, kunna hitta den idrott som passar och elitsatsa på denna om man inte har ”rätt” föräldrar. Pyramiden förutsätter att urvalet av barn som når högre i pyramiden baseras på förmåga och prestationer, medan den samlade erfarenheten visar att en mängd psykoso-

ciala och miljöfaktorer har stor betydelse. Några av dessa faktorer anknyter till Schelins (1985) närheter, som tidigare diskuterats. Det verkar rimligt att säga att talangutvecklingen till en stor del påverkar deras idrottsliga prestation, men också att slump eller tillfälligheter har betydelse för möjligheten att utveckla den potential de har (se t.ex. Bailey, 2007). Hela detta område kräver ytterligare forskning, såväl breda och stora kartläggningar som djupare analyser. Dessutom är det åter på plats att poängtera att denna forskning bör kontextualiseras – den måste ta hänsyn till i vilket sammanhang de idrottande finns och verkar.

I det tredelade syftet med denna studie (se s.7) fanns ett som hade följande lydelse: ”beskriva upplevelser av övergången från elitidrottskarriären till livet efter elitidrottskarriären.” Detta (del)syfte har av RF betraktats ett av studiens mest angelägna och var också det som stod i fokus när detta forskningsprojekt initierades. Rapportens huvudtitel ”Vägen från landslaget” indikerar också vikten av denna fråga. Utrymmet i rapporten som ägnats åt detta område, dels genom forskningsöversikten (kap. 2) och de teoretiska utgångspunkterna (kap. 3), dels i presentationen och analyserna av de egna empiriska resultaten (kap. 6), är ett annat tecken som visar att vi har haft ambitioner att fördjupa oss i detta ämne.

I inledningen antyddes vilka processer i avslutningsfasen som kunde vara intressanta att belysa. Det var bland annat att studera hur många som fått större eller mindre problem vid karriärslutet, hur vanligt det var att klara utträdet ur elitidrottsrollen mer eller mindre problemfritt, hur eventuella problem yttrade sig och vilka faktorer som kunde ligga bakom de upplevda problemen. I kapitel 6 preciserades frågorna ytterligare och fokus kom slutligen att ligga på följande frågor som både hängde ihop och delvis överlappade varandra: (1) vilken typ av avslutningar som framträdde i intervjuvaren, (2) vilka skäl som respondenterna hade haft för att avsluta elitkarriären (3) vilka upplevelser man hade haft i samband med avslutningen och (4) hur den civila arbetssituationen hade sett ut efter karriärslutet.

Resultaten från den första frågeställningen kunde på ett övertygande sätt avslöja – delvis i linje med tidigare forskning (Patriksson, 1995; Stråhlman, 1997,2006; Park et al, 2013) – att avslutningen var en *komplex* och *utdragen* beslutsprocess som ofta pågått under lång tid. Intervjuvaren gav också värdefulla inblickar i att denna långdragna process till viss del kunde förstås genom att toppidrottare brukade ha ett långt, passionerat och hängivet förhållande till sin idrott; ett slags kärleksrelation som man gärna ville hålla fast vid och det var först när förhållandet svalnade (t ex om motivationen tröt) som man kunde tänka sig att lämna det. Trots den ofta ”blinda” kärleken till sitt idrottande fick många över tid också ett rationellt förhållande till elitidrotten och insåg att det en gång skulle ta slut. Denna insikt ledde hos ganska många till medvetna beslut om *när* avslutningen skulle ske och *hur* den skulle gestalta sig. Sådana beslut fattades i många fall flera år före den faktiska avslutningen ägde rum. Trots ett fattat beslut om att sluta var det nästan en tredjedel av elitidrottarna som ångrade sig och återvände till

idrotten (comeback) en eller flera gånger. På strukturell nivå kunde det vara elitidrottens förändrade villkor med större möjligheter att inte bara försörja sig utan även att tjäna stora pengar – åtminstone i vissa grenar – som gjorde att troligen fler än vad som skedde tidigare drogs tillbaka till elitidrottsfären igen. De svar som de intervjuade gav indikerade att en del hade en stark längtan att visa att de fortfarande dög eller hade ouppfyllda mål. Andra kunde uppleva att de kanske för ett tag kunde återfå den identitet de delvis hade förlorat. I vissa fall var det mer motvilligt man återvänt – av lojalitets-skäl mot en förening eller förbund som fortfarande ansåg sig behöva deras ”tjänster” för att förstärka sin tävlingsverksamhet. I detta sammanhang kan det också nämnas att vissa idrottare, speciellt i precisionsidrotter som skytte och bågskytte, ofta hade haft en mycket lång karriär och ibland svårt att avgöra när egentligen elitkarriären tog slut. Var det när man mentalt bestämde sig att inte topp satsa längre internationellt (men fortfarande var bäst i Sverige) eller var det först när man slutat att tävla på nationell toppnivå? Sådana resonemang visade ytterligare på områdets komplexitet och att det kan vara vanskligt att dra en skarp gräns när en elitkarriär verkligen tar slut.

Frågeställning nummer två kunde på ett tydligt sätt komplettera och förstärka det mönster som framträtt; att avslutningsfasen inte gick att beskriva och förklara på ett enkelt och okomplicerat sätt (såsom den tidigaste forskningen ofta framställde detta förlopp) utan med nödvändighet måste ses som en *mångdimensionell process* med ett flertal komponenter inblandade. Varför avslutades elitidrottskarriären? När de intervjuade informanterna själva satte ord på sina skäl att sluta visade det sig att det sällan var ett enskilt skäl som låg bakom beslutet att lämna elitidrotten. Snarare var det flera samverkande faktorer som ledde till detta beslut. Vissa skäl var dock vanligare än andra och i likhet med flera andra senare studier (Moech, Mayer & Elbe, 2012; Reints, 2011; Stambulova et al, 2007) framkom det att de viktigaste skälen bakom beslutet att lämna elitidrotten var bristande motivation, skador eller andra hälsoproblem och åldersrelaterade motiv. Dessa tre i kombination, eller i interaktion med ett eller flera andra skäl, var de vanligaste konstellationerna av upplevda orsaker till att sluta som uppgavs av respondenterna. Det är viktigt att ha kunskap om den multifaktoriella bakgrunden till varför elitidrottare lämnar elitidrotten dels i ett förebyggande syfte (t ex i stödprogram för att underlätta avslutningen), dels i åtgärdande program för idrottare som upplevt problem under avslutningsfasen eller efter karriärslutet.

Den tredje frågeställningen som analyserades var utan tvekan den mest centrala och som har stått i fokus sedan forskningen om elitidrottsavslutningen inleddes i början av 1960-talet. Hur upplevdes karriärslutet och hur många var det som klarar av detta på ett relativt okomplicerat sätt och (omvänt) hur vanligt var det att det får allvarliga konsekvenser i form av olika psykiska eller sociala problem som gjorde att anpassningen till ett liv efter karriären blev svårt att hantera? Den tidiga (mest idrottspsykologiska men även sociologiska) forskningen gav en markant problemfylld bild av de svårighe-

ter som mötte elitidrottaren vid karriärlutet. Det var dels teoribildningen som man utgick ifrån som snedvred resultaten, dels bristfälliga designer (se kap 2 och 3) som påverkade den bild som framträdde både i forskningen och i massmedia (Coakley, 1983; Patriksson, 1989; Stråhlman, 1997). Den senare forskningen har kunnat visa att flertalet toppidrottare har varit kapabla att hantera övergången till ett civilt liv utan några större problem och det utan att forskarna för den skull negligerat det faktum att ingen har lämnat elitidrotten helt oberörd. Att ta avsked från något man ägnat så mycket tid, träning, tankar – ja rent av älskat - och som till stor dels styrt ens liv utan att det skulle ha någon inverkan på individen vore att underskatta elitidrottens betydelse. I detta sammanhang är det viktigt att påpeka att också positiva känslor är vanligt förekommande vid karriärlutet (Patriksson, 1993; Stråhlman, 1997, 2006; Park et al, 2013). Den hårda träningen, det inrutade livet och den starka fokuseringen på tävling kan i längden bli påfrestande och leda till befrielse och lättnad när idrottaren fattat beslutet att lämna toppidrotten; en omställning som kan ge möjlighet att upptäcka även andra sidor av personligheten och livet.

Även resultaten i denna studie visade att en majoritet av elitidrottarna klarade övergången till ett civilt liv på ett i stora drag problemfritt sätt. Det gick att identifiera vad som kännetecknade huvuddelen av de individer som hade en oproblematiserad avslutning. De hade en god utbildning (oftast akademisk), flertalet hade planerat sitt utträde ur toppidrotten i god tid innan man slutade, hade redan ett jobb eller ett som väntade eller hade planerat för en ny verksamhet efter att man slutat. Utbildning och arbetslivserfarenhet var centrala nyckelfaktorer för att lyckas efter den idrottsliga karriären.

En mindre del hade upplevt en besvärlig, i vissa fall mycket besvärlig elitidrottsavslutning kombinerat med stora svårigheter att hitta en meningsfull sysselsättning sedan man slutat. I jämförelse med vad de flesta studier under senare tid har funnit (se t.ex. Park, et al, 2013 s 32) så var den gruppen mindre i vår studie, men då är det viktigt att återigen understryka att vår studie baseras på ett ganska litet antal individer och att man skall vara försiktig med att använda sig av generaliserande jämförelser utifrån en kvalitativ studie. Det kan ändå vara angeläget att påminna om att detta resultat ändå ligger väl i linje med senare forskning och långt ifrån den bild som ofta har förmedlats av massmedia av tidigare idrottsstjärnor som har stora problem med att klara av sina vardagsliv efter karriärens slut.

Än viktigare att diskutera är dock de gemensamma drag som kunde identifieras i den hos de idrottare som fick svåra problem, inom flera områden under avslutningsfasen och tiden därefter, hade att hantera. Alla upplevde relativt grava problem rätt så långt före beslutet att sluta, vilket påverkade deras prestationsförmåga negativt. Som redogjorts för tidigare (kap 6) hade några personerna allvarliga kontroverser med landslagsledningen och ansåg sig dessutom vara orättvist behandlade vid uttagningar till viktiga tävlingar. Dessa drabbades också av ofrivilliga slut, vilket tidigare forskning visat ökade risken för att få problem vid karriärens slut (Stråhlman, 2006; Park, et

al, 2013). Samtliga i tillägg problem med hälsan eller skador under de sista åren före avslutningen, som bidrog till beslutet att avbryta elitkarriären. Ytterligare en gemensam nämnare hos denna grupp var att ingen gått vidare efter gymnasiet (en avbröt gymnasiestudierna redan efter ett år). Sedan de slutat kände de till en början en stor lättnad och befrielse, men ganska snart blev de isolerade av förening, förbund och sponsorer. Telefonen slutade att ringa och inga jobberbjudanden kom, vilket ledde till nedstämdhet, bitterhet och passivitet. De framförde kraftiga klagomål mot centrala idrottsorganisationer (RF, SOK och specialförbund) och tidigare sponsorer för deras totala ointresse när de försvann från rampljuset.

Det var emellertid inte bara de som hade haft allvarliga problem som var missnöjda med den ringa hjälp de fått av idrottens centrala organisationer och föreningar, utan även många av de övriga elitidrottarna var av samma uppfattning. De efterlyste en *större medvetenhet hos idrottsrörelsen* om hur man tar tag i denna problematik och att man borde börja bygga upp en stabil organisation för att hantera situationen vid avslutningen för dem som är behov av sådan hjälp. Tidigare forskning (Patriksson, 1995; Stråhlman, 1997; Park, et al, 2013) har visserligen visat att problemen även efter besvärliga karriärslut tenderade att klinga av allteftersom tiden gick och så skedde också i föreliggande studie, där det framkom att - oavsett typ av karriäravslutning - samtliga intervjuade i stort upplevde tillfredsställelse med sin nuvarande livssituation och mådde bra vid intervjutillfället. Detta är dock inget vägande skäl för att inte skapa en organisation för att på ett systematiskt sätt försöka finna lösningar på de problem som i mindre eller större grad kan dyka upp vid övergången från elitidrott till ett civilt liv. En sådan organisation kan – som framgår av olika typer av utländska program - bidra till att förebygga, lindra och komma tillrätta med de problem som kan uppstå (Albion, 2007; Torregrosa et al, 2007; Gilmore, 2008; Park, 2012). I det ännu gällande idéprogrammet för elitidrott (Elitidrottsrådet, 1984) finns också förpliktigande skrivningar om att idrottsrörelsen och samhället skall ta ansvar för att ingen svensk idrottsutövare skall få sociala problem på grund av en ambitiös elitsatsning.

Den fjärde frågeställningen låg nära den föregående, då den handlade om vad som hände med den civila karriären i termer av vilka anställningar eller yrken som de före detta toppidrottarna hade hamnat i. Vid flera tillfällen i rapporten har det diskuterats huruvida de förändrade villkoren inom elitidrotten och på arbetsmarknaden har gjort det svårare för toppidrottare att få ett civilt arbete (i den mån man inte arbetat parallellt med idrottandet) efter karriärslutet jämfört med hur det var för 10-20 år sedan eller ännu tidigare, då elitidrottarna hade en klart högre utbildnings- och yrkesstatus än befolkningen som helhet (Patriksson, 1995; Stråhlman, 2006). Inte minst har kvalifikationskraven på arbetsmarknaden höjts samtidigt som också kraven skärpts för att kunna bedriva idrott på elitnivå. En annan intressant fråga har handlat om den expanderande idrottsrelaterade delen av arbetslivet, dels har kunnat suga upp de som ville fortsätta med denna typ

av arbete, dels de som hade svårt att komma in på den övriga arbetsmarknaden på grund av bristande arbetslivserfarenhet eller otillräcklig utbildning beroende på att elitsatsningen försvårat möjligheten till att arbeta ”vid sidan av” eller få en adekvat utbildning.

Resultaten bekräftade i mångt och mycket de (spekulativa) antaganden som vi fört fram. En tydlig majoritet av den intervjuade gruppen har erhållit arbeten som haft en klar koppling till idrottsrörelsen som tränare och ledare – alltifrån förbundskaptener och sportchefer till tränare på lägre nivåer – eller också har de startat egna företag som på olika sätt varit idrottsrelaterade. De sistnämnda jobben har för somliga inte varit särskilt inkomstbringande utan medfört att de nätt och jämt fått verksamheten att gå ihop. Vi har tolkat dessa resultat dels som ett tecken på att arbetsmarknaden inom idrottsområdet har ökat i betydande grad under senare år och dessutom fortfarande, kanske i alltför stor grad, har gett utrymme för personer med elitidrottsbakgrund men med låg (idrotts-) utbildningsnivå, dels att denna trend kan vara en indikation på att det blivit avsevärt svårare att få fotfäste inom arbetslivet utanför idrotten beroende på att stora delar av den intervjuade gruppen har haft en otillräcklig meritering för att kunna konkurrera om dessa jobb. Dessutom var det få som hade lyckats nå yrkespositioner på toppnivå i den del av arbetsmarknaden som låg utanför den idrottsliga. Jämfört med hur det gick yrkesmässigt för svenska elitidrottare som avslutade sina karriärer under perioden 1950 – 1990 och den aktuella gruppen som har studerats här var det ingen tvekan om att den sistnämnda haft det betydligt svårare att både etablera sig på den icke idrottsliga arbetsmarknaden och nå höga positioner där (Patriksson, 1994,1995; Stråhlman, 1997, 2006). Som diskuterats tidigare i rapporten finns det här en stor utmaning för idrottsrörelsen och samhället att försöka hitta konstruktiva och flexibla lösningar på dessa problem. Annars finns en risk att de toppidrottare som haft svårt att förena elitidrott och studier, och de kan ha ökat i antal på senare tid, kan få det allt besvärligare att hitta arbete efter karriärens slut.

Har de frågor som ställdes om elitidrottarens karriärslut fått den helhetsbelysning och gett det kunskapsstillskott som vi hoppades på? Vårt svar är att det intervjumaterial som vi fått förmånen att analysera har varit mer mångfacetterat och innehållsrikt än vi på förhand kunnat förvänta oss. Trots vissa smärre metodiska brister som diskuterats både i kapitel 4 och även i detta kapitel är det vår uppfattning att denna studie framför allt har kunnat fördjupa kunskaperna om vad som hände i avslutningsfasen för de studerade elitidrottarna som fattade beslut att avsluta sina karriärer under 1990-talet och under 2000-talets första decennium. De fynd som har presenterats bör ha gett en realistisk och levande bild av karriärslutet och delvis nya insikter och infallsvinklar som kan vara användbara i fortsatt forskning och planering för att förstå och underlätta övergången från elitidrott till ett ”vanligt” liv efter att den idrottsliga karriären har tagit slut.

Utveckling av idrottslig kunskap och prestationsförmåga i studiemiljöer diskuterades bl.a. i avsnittet om den tidigare forskningen utifrån studier av

Albion (2007) samt Redmond, Gordon och Chambers (2007) och att se idrottslig prestationsutveckling som en form av utbildning och att bedriva utbildning på gymnasie- och akademisk nivå som förutsättning för ett civilt liv efter karriären, är nyckelfrågor i diskussionen om att lyckas med parallella karriärer. Albion (2007) och Redmond et.al (2007) har utvärderat det australiensiska *Athlete Career and Education Programme* (ACE), en elitidrottsmodell och med ambitionen att bl.a. få elitaktiva mer motiverade till strategiska karriärval, betydelsefulla val som också lyfts av respondenterna i föreliggande studie. Andra kompetenser som tas ut upp med betydelse för strategiska karriärval, både i intervjustudien och i den tidigare forskningen, handlar om strategier för att söka arbete (Gilmore, 2008) och att utveckla kompetenser inom områden som ledarskap, beslutsfattande, karriärplanering och kommunikation (Goddard, 2004; Torregrosa et al, 2007), alla viktiga komponenter för den elitaktiva, både inom idrotten och i livet efter karriären (Stråhlman, 2006).

I Sverige talas om stödprogram för att underlätta kombinationen elitidrott och studier, men en bättre beteckning hade varit kunskaps- eller kompetensutvecklingsprogram. Fryklunds (2012) resultat visar att stödprogram (eller utvecklingsprogram) förvisso existerar inom svensk idrott och företrädesvis inom akademien (till skillnad från idrottsgymnasiet som är en studieform), men dessa utnyttjas inte av alla. Fryklund (2012) kunde också visa att kombinationen mellan universitetsstudier och en ambition att nå en internationell elitnivå var svår, men högst möjlig. Kombinationen utvecklade en mångfacetterad identitet hos individerna, men det fanns behov av att stärka karriärövergångar genom mer ekonomiskt och praktiskt stöd. Flera av individerna i föreliggande intervjustudie uttryckte svårigheter att kombinera elitidrott och utbildning, dock inte alla. Uttryck för behovet av ekonomiskt och praktiskt stöd varierar också i intervjuundersökningen, delvis beroende på individens val av idrott (vissa idrotter ger på elitnivå bättre ekonomiskt utfall än andra och här kan det också skilja inom idrotter, exempelvis när man betraktar förutsättningar för olika kön).

Ovan diskuterade komponenter har på flera sätt exemplifierats av Stråhlman (2006) i modellen *Elite Sport Retirement Processes*. Dessutom har Westermarck och Larsson (2013) visat att dubbla karriärer var viktiga och betonade att stöd från både universitet och idrottsförbund var nödvändiga, något som respondenterna i intervjustudien också understryker. En upplevd svårighet var att kunna balansera toppidrottsatsning, studier och ett socialt liv, då idrottsrollen ofta stod i centrum och då är konceptet dubbla karriärer (eller bättre *parallella karriärer*) en framkomlig väg. Stråhlman (2006), å andra sidan, diskuterar en idrottsligt-akademisk utvecklingslinje som skulle kunna realiseras inom ramen för RF:s satsning Riksidrottsuniversitet⁹ och utvecklingslinjen innebär att man *inte* talar om dubbla karriärer, utan karriärutveckling som gör det möjligt att utveckla multipla kompetenser inom en och samma karriär. Förutsättningen för detta är att den tillämpade idrotten

9 <http://www.svenskidrott.se/Elitidrottochutbildning/Riksidrottsuniversitet/>

måste bli akademiskt salongsfärdig och utvecklad i akademiska kursplaner som poänggivande moment (och då också studiestödsgrundande), samt meriterande för andra utbildningar inom akademien som exempelvis coachingutbildningar och lärarutbildningar inom idrott. Synsättet går att applicera på ett flertal akademiska utbildningar och senare yrkeskarriärer, där den idrottsligt tillämpade kunskapen är en merit för t.ex. yrken som idrottsjurist, idrottsjournalist, supporterpolis eller yrken inom medicinsk rehabilitering (sjukgymnaster inom idrott). Det är i detta sammanhang som betydelsen av att inte använda ordet stödsystem utan kunskaps- eller kompetensutvecklingssystem får sin fulla betydelse. Forskningsprogram och utbildningsfaciliteter blir viktiga inte bara för idrottslig utveckling, utan för utveckling av kunskapsområden där idrott i alla sina former blir ett studerat område och en betydelsefull kompetens inom andra samhällsliga verksamheter. Här öppnas också möjligheter för ämnesöverskridande utbildningsprogram som kan knytas till forskningsprogram med målet att skapa kompletta akademiska miljöer som samverkansprojekt för att etablera ny kunskap till gagn, inte bara för den studerande elitidrottaren.

Några sammanfattande råd och synpunkter

En viktig del i denna rapport handlar om *parallella karriärer* och vilka olika former av stöd som behövs. Stråhlman (2006) har i sin forskning inom området elitidrottsavslutning tidigare visat att de tre områdena, utbildning, yrke och signifikanta andra, tillhandahåller viktiga ingredienser, inte bara för en lyckad postidrottslig socialisation, utan också för individens utveckling till en kvalitativt framgångsrik elitidrottare, samt för fortsatt kunna utveckla dessa kvalitéer under elitkarriären. Men Stråhlman (2006) har också kunnat visa att dessa kvaliteter är viktig i det fortsatta livet efter idrottskarriären. Att något av de tre nämnda områdena skulle vara viktigare än de andra, är vanskligt att uttala sig om, men det står helt klart att det är inom utbildningsområdet som det finns mycket att utveckla. Nära kopplat och i det närmaste sammanflätat med utbildning är forskning, ny kunskap behövs kontinuerligt och utbildning som inte är forskningsanknuten har svårt att finna lösningar på nya utvecklingsrelaterade problem.

Hur skulle man då kunna tänka sig en sådan utvecklingslinje. Nedan diskuteras några stödjande aspekter för utveckling av kunskaper inom idrott och då främst relaterat till den akademiska nivån, i relation till att idrottaren utvecklar en parallell yrkeskarriär. Förutsättningarna i detta exempel är att en blivande idrottsstudent söker och antas till utbildning, vilken som helst, vid ett lärosäte utifrån fastställda förordningar (högskolelagen och högskoleförordningen). När en studerande antagits och registrerats på utbildning bör möjligheter finnas att erhålla stöd för kombinationen *elitidrott - utbildning*. Stödåtgärderna kan kategoriseras i tre nivåer:

1. Den aktiva elitidrottaren söker och antas till lärosätet på samma premisser som övriga studerande¹⁰, genomför studier inom något utbildningsområde, program eller kurs, men med olika typer av anpassad studiegång. Kriterier för vilka som kan komma i åtnjutande upprättas och uttagningsprocessen sker centralt. Utformningen av stödet sker i samarbete med utbildningsansvarig och studievägledare på lärosätets olika institutioner. Den sökandes elitidrottsliga aktiviteter ligger helt utanför lärosätets verksamheter och ansvar.
2. Den aktiva elitidrottaren söker och antas till en utbildning på samma premisser som ovan (1), men lärosätet tillhandahåller också stöd för den studerandes idrottsliga utveckling. Detta stöd kanaliseras som ett samarbete mellan akademien och den idrottandes organisationer såsom idrottsförbund, idrottsföreningar och andra intressenter. En styrgrupp och ett resurscentrum kan upprättas med uppgiften att organisera och administrera verksamheten. Ett avtal mellan den studerande, akademien och den idrottandes organisationer upprättas där ansvarsfördelning, stödåtgärdernas omfattning, deras innehåll och former anges, samt hur finansiering av åtgärderna skall fördelas.
3. Idrottaren söker och antas till ett utbildningsprogram eller kurs (i enlighet med högskolelag och högskoleförordning) där ett av programmets mål är att utveckla den studerandes kunskaper inom specialidrott. Till detta utbildningsprogram knyts ett avancerat forskningsprogram med målet att skapa en komplett akademisk miljö som ett samverkansprojekt dels mellan lärosätets institutioner, dels också med intressenter från relaterade samhällssektorer (myndigheter, idrottens organisationer och privata intressenter). Dessutom finns möjligheter att utveckla en progression i studenters idrottsutveckling genom att en fortsättning på den statligt sanktionerade studieformen idrottsgymnasier¹¹ kan realiseras. För verksamhetens genomförande träffas avtal mellan lärosätet och andra parter, både vad gäller finansiering och kompetensförsörjning.

Ovan nämnda insatser kan genomföras som en stegvis lösning. Om lärosätet (tillsammans med seriösa aktörer) kan genomföra ovan skisserade åtgärder och utvecklingssteg kan samarbetet mellan idrottens organisationer och universiteten på sikt bli ett internationellt centrum för utveckling av idrottsligt kunskap (genom forskning) och utbildning. Förvisso drivs utbildning inom de olika specialförbunden kontinuerligt, men i vilken utsträckning bedrivs forskning inom förbund och föreningar. Utbildning inom specialförbundens regi är fortsatt mycket viktigt eftersom alla idrottare inte studerar på universitet och högskola. Kunskapsutveckling genom forskning är nyckeln till en hållbar utveckling av idrottslig kunskap och denna forskning leder också till förbättrade möjligheter för idrottare att finna en postidrottslig arbetsmarknad och kunskaper om utvecklade stödfunktioner. En framkomlig väg som informanterna ger sitt stöd är idéerna och tankarna om Riksidrottsuni-

10 Här bör också föras en diskussion om meriteringsvärdet av studier vid idrottsgymnasium när man exempelvis söker en idrottsutbildning.

11 Högskoleförordningen kap 7, § 7 samt § 10 p.4 och p.6

versitet. Många menar att detta dels skulle underlätta både den idrottsliga utvecklingen under elitkarriären, dels också bidra till att underlätta övergången till en annan civil karriär.

Utifrån resultaten i denna rapport har vi sett olika exempel på vad som skulle kunna kallas framgångsrika eller mindre framgångsrika strategier för en god övergång från en elitidrottskarriär till ”det fortsatta livet”. Utifrån dessa erfarenheter är det också möjligt att sätta ned några punkter som kan ses som *goda råd till aktiva och förbund*:

Råd till aktiva:

- Det är viktigt att slutföra gymnasiestudierna även om det inte känns väsentligt där och då på, t.ex. av goda idrottsresultat, frestande erbjudanden och möjligheter etc.
- Det är en fördel att skaffa en god (gärna akademisk) utbildning under elitidrottskarriären. Detta leder till en större möjlighet att etablera sig på arbetsmarknaden.
- Förbered för karriärslutet genom att planera för kommande arbete eller verksamhet.
- Bygg nätverk under din karriär. Det kan du ha stor nytta av. Många av de före detta landslagsidrottarna får sina första arbeten inom idrottsområdet.
- Särskilt viktigt är det att bygga nätverk och goda relationer inom den egna idrotten. Specialidrottsförbunden knyter gärna till sig före detta framgångsrika utövare för olika roller, på olika nivåer inom sina organisationer.
- Därför är det en god investering att börja planera för det ”fortsatta livet” i god tid. I bland kommer karriärslutet tvärt och ”ofrivilligt” genom skada, vikande resultat, etc. och då är det bra att förberett sig i tid.

Råd till Idrottsförbunden:

- Idrottsförbunden bör uppmärksamma de råd vi gett här ovan. Försök påverka de aktiva att redan tidigt i karriären börja planera för ”det fortsatta livet”. Det bör vara en självklar del i förbundens verksamhet likväl som planering av träning och tävling.
- Förbunden bör ta ett brett och långt ansvar för de aktiva. Många av dem uttrycket att deras förbund visat ett minskande intresse så fort de började försvinna ur rampljuset.
- Förbunden bör (eventuellt i samarbete över förbundsgränserna) bygga upp en stabil organisation för att hantera olika situationer inför och i samband med karriäravslutningen för dem som är behov av sådan hjälp.
- Förbunden bör uppmuntra de aktiva att skaffa en utbildning under elitidrottskarriären.

- Med anledning av detta bör olika former för anpassad studiegång diskuteras såväl som möjligheten att studera elitidrott (som diskuterades tidigare i sammanfattningen)

Slutord – fortsatt forskning

Med utgångspunkt i de redovisade resultaten och de diskussioner som förts i anslutning till dem både i den tidigare löpande texten och i detta kapitel finns mycket goda möjligheter att ytterligare gå vidare i en större statistiskt representativ undersökning och med kvalificerade hypoteser som grund pröva och eventuellt styrka generaliseringspotentialen i de fynd som redovisats i denna studie.

Referenser

- Abbott, A., Button, C., Pepping, G-J., & Collins, D. (2005). Unnatural selection: talent identification and development in sport. *Non-linear Dynamics. Psychology and Life Sciences*, 9, 61-88.
- Albion, M. J. (2007). *Restoring the balance: Women's experiences of retiring from elite sport*. Paper presented at the International Women's Conference: Education, Employment and Everything ... the Triple Layers of a Woman's Life, Toowoomba, Queensland, Australia.
- Alfermann, D., Stambulova, N., & Zemaityte, A. (2004). Reactions to sport career termination: A cross-national comparison of German, Lithuanian, and Russian athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 61-75. doi: 10.1016/S1469-0292(02)00050-X
- Andersson, H. (2012). *Elitfotbollsgymnasier: studieplan nationella idrottsutbildningar*. Solna: Fotbollförlaget.
- Araújo, D., Fonseca, C., Davids, K., Garganta, J., Volossovitch, A., Brandão, R., & Krebs, R. (2010). The role of ecological constraints in expertise development. *Talent Development & Excellence*, 2, 165-179.
- Archer, D. E. (2010). *Preparing for exit from sport: A phenomenological examination of the pre-transition experiences of division 1 female intercollegiate athletes* (Doctoral dissertation).
- Atchley, R. C. (1972). *The social forces in later life*. Wadsworth Pub. Co. Belmont, California, USA.
- Augustsson, C. (2007). *Unga idrottares upplevelser av föräldrapress*. Diss. Karlstad; Karlstads universitet, 2007. Karlstad.
- Bailey, R. (2007). Talent Development and the Luck Problem. *Sport, Ethics and Philosophy*, 1 (3), 367-377.
- Bailey, R., Bailey, R., Collins, D., Ford, P., MacNamara, A., Toms, M. & Pearce, G. (2010). *Participant Development in Sport: An Academic Review*. UK Sport, 2010.
- Baker, J. (2003). Early specialization in youth sport: A requirement for adult expertise? *High Ability Studies*, 14(1), 85-94.
- Baker, J., Cobley, S., & Fraser-Thomas, J. (2009). What do we know about early sport specialization? Not much! *High Ability Studies*, 20(1), 77-89.
- Barker, D., Barker-Ruchti, N., Lee, J., & Rynne, S. (2012). *Taking the person out of sports? A sociocultural examination of athletic career transitions*. Research Quarterly for Exercise and Sports.
- Barners, C.J. (2002). *The retirement experiences of female collegiate team sport athletes* (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database (ProQuest document ID: 727429271).
- Berry, J., Abernethy, B., & Côte, J. (2008). The contribution of structured activity and deliberate play to the development of expert perceptual and decision-making skill. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30, 685-708.
- Blackburn, J. Z. (2003). *A cross-sectional comparison of college athletes and non-athletes on factors of career exploration, academic motivation, and ego identity status: Implications for sport retirement research* (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database (ProQuest document ID: 765220741).

- Blæsild, K., & Steler, R. (2003). Psychological and social consequences of career transition out of professional football - A multiple case study. Paper presented at the 11th European Congress of Sport Psychology, Copenhagen, Denmark. Retrieved from http://www.ktn.gv.at/24078_DE-PDF-Abstractband_FEPSAC.pdf
- Bloom, B. S. (1985). *Developing talent in young people*. New York, NY: Ballantine Books.
- Bourdieu, P. (1984). *Distinction – a social critique of the judgement of taste*. London: Routledge.
- Brandao, M. R. F., Winterstein, P., Pinheiro, C., Agresta, M., Akel, M. C., & Martini, L. (2001). Career transitions of former Brazilian top level athletes. Paper presented at the 10th World Congress of Sport Psychology, Skiathos, Hellas, Greece.
- Bridge, M., & Toms, M. (2012). The specialising or sampling debate: a retrospective analysis of adolescent sports participation in the UK. *Journal of Sports Sciences*, 2012; 1–10,
- Bring, M., & Dohlsten, J. (2012). *Ungdomsprofvs i fotboll*. Kandidat-uppsats, Göteborgs universitet, Institutionen för kost- och idrottsvetenskap
- Burwitz, L., Moore, P.M. & Wilkinson, D. M. (1994) Future directions for performance-related sports science research: an interdisciplinary approach. *Journal of Sport Sciences*, 12 (1), 93–109.
- Butt, J., & Molnar, G. (2009). Involuntary career termination in sport: A case study of the process of structurally induced failure. *Sport in Society*, 12, 240-257. doi: 10.1080/17430430802591027
- Carr, S., Weigand, D., & Jones, J. (2000) The relative influence of parents, peers and sporting heroes on goal orientations of children and adolescents in sport. *Journal of Sport Pedagogy*, 6, (2), 34-55.
- Cecic Erpi, S., Wylleman, P., & Zupancic, M. (2004). The effect of athletic and non-athletic factors on the sports career termination process. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 45-59. doi: 10.1016/S1469-0292(02)00046
- Chow, B. C. (2001). Moving on? Elite Hong Kong female athletes and retirement from competitive sport. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 1, 47-81w (2001).
- Coakley, J. (1983). Leaving competitive sport: Retirement or rebirth. *Quest*, 35, 1-11.
- Coakley, J. (1986). *Sport in society*. Third edition. St Louis: Times Mirror/Mosby.
- Coakley, J. (2010). The “logic” of specialization: Using children for adult purposes. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 81(8), 1–58.
- Coakley, S. C. (2006). *A phenomenological exploration of the sport-career transition experiences that affect subjective well-being of former National Football League players* (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database (ProQuest document ID: 1264617981).
- Cosh, S., LeCouteur, A., Crabb, S. & Kettler, L. (2013). Career transitions and identity: a discursive psychological approach to exploring athlete identity in retirement and the transition back into elite sport. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 5:1, 21-42.
- Conzelmann, A., & Nagel, S. (2003). Professional careers of the German Olympic athletes. *International Review for the Sociology of Sport*, 38, 259-280. doi: 10.1177/10126902030383001

- Coshab, S., LeCouteur, A., Crabbe, S., & Kettler, L. (2013). Career transitions and identity: a discursive psychological approach to exploring athlete identity in retirement and the transition back into elite sport. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, Volume 5, Issue 1, 2013
- Côté, J., & Fraser-Thomas, J. (2007). Youth involvement in sport. In P. Crocker (Ed.), *Introduction to sport psychology: A Canadian perspective* (pp. 266–294). Toronto, ON: Pearson Prentice Hall.
- Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2007). Play and practice in the development of sport expertise. In G. Tenenbaum & R.C.Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 184–202). New York: Wiley.
- Côté, J., Lidor, R., & Hackfort, D. (2009). ISSP position stand: To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 7–17.
- Craig, P., Dieppe, P., Macintyre, S., Michie, S., Nazareth, I., & Petticrew, M. (2008). Developing and evaluating complex interventions: *The new Medical Research Council guide*. *British Medical Journal*, 337.
- Crook J. M., & Robertson S. E. (1991). Transition out of elite sport. *International Journal of Sport Psychology*, 22, 115-127.
- Csikszentmihalyi, M., Rathunde, K., & Whalen, S. (1993). *Talented teenagers: The roots of success and failure*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Denzin, N. K. (1975). *The research act. A theoretical introduction to sociological methods*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Douglas, K., & Carless, D. (2009). Abandoning the performance narrative: Two women's stories of transition from professional sport. *Journal of Applied Psychology*, 21, 213-230.
- Durand-Bush, N., & Salmela J. H. (2001). The development of talent in sport. In R.N.Singer, H. A. Hausenblas, & C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2nd ed., pp. 269-289). New York, NY: Wiley.
- Ericsson, K.A., Krampe, R.T., & Teschmer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100, 363–406.
- Eriksson S. & Stråhlman, O. (1999). *Vägen till eliten: riksidrottsgymnasieverksamheten ur ett elevperspektiv 1982 – 1998*. Farsta: RF.
- Eriksson, S. (1989). *Idrott-Utbildning. En svensk modell i historiskt perspektiv*. Institutionen för pedagogik. Göteborgs universitet.
- Eriksson, S. (2007). *Idrottsgymnasiernas bidrag till elitidrotten? Svensk idrottsforskning*. (2007(16):1, s. 54-56).
- Eriksson, S. (2010). *Utvärdering av RIG-verksamheten: ur ett SF och elevperspektiv 1999-2009*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Eriksson, S. & Stråhlman, O. (2002). *Ny modell för idrottsgymnasier? - en studie av olika idrottsgymnasieformer*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Eriksson, S., Patriksson, G & Stråhlman, O. (1992). *Efter elitidrottskarriären: bakgrund, undersökningsuppläggning, genomförande och bortfallsanalys*. Göteborg: Institutionen för pedagogik.
- Fahlström, P.G. (2001). *Ishockeycoacher. En studie om rekrytering, arbete och ledarstil*. Akademisk avhandling. Umeå: Umeå universitet.
- Ferry, M., Meckbach, J. & Larsson, H. (2013). School sport in Sweden: what is it, and how did it come to be? *Sport in Society*, 16(6): 805-818.

- Fisher, R.J. & Borms, J. (1990) *The Search for Sporting Excellence*. Berlin: International Council of Sport Science and Physical Education. ISBN, 978-3-778064-31-3.
- Ford, P.R., Low, J., McRobert, A.P., & Williams, A.M. (2010). Developmental activities that contribute to high or low performance by elite cricket batters when recognizing type of delivery from bowlers' advanced postural cues. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32, 638.
- Franzén, M., & Peterson, T. (2004). *Varför lämnar ungdomar idrotten? En undersökning av fotbollstjejer och – killar från 13-15 år* (FoU-rapport, nr. 2004:3).
- Fryklund, S. (2012). *Swedish Student-Athletes' Within-Career Transitions*. Licentiatuppsats. Malmö: Malmö högskola.
- Gilmore, O. (2008). *Leaving competitive sport: Scottish female athletes' experiences of sport career transitions* (Unpublished doctoral dissertation). University of Stirling, Scotland.
- Gladwell, M. (2008) *Outliers: The Story of Success*. London: Allen Lane. ISBN: 978-1-846141-21-8.
- Goddard, M. (2004). *An assessment of the effectiveness of the CHAPMPS/Life Skills program at the university of North Texas: A pilot study* (Unpublished doctoral dissertation).
- Greendorfer, S. L. & Blinde, E. M. (1985). Retirement from intercollegiate sport. Theoretical and empirical consideration. *Sociology of Sport*, 2, 101-110.
- Grøn, A., Lübcke, P., Bengtsson, J. & Prawitz, D. (red.) (1997). *Filosoflexikonet: [filosofier och filosofiska begrepp från A till Ö]*. ([Ny utg.]). Stockholm: Forum.
- Gulbin, J.P., Oldenziel, K.E., Weissensteiner, J.R., & Gagné, F. (2010). A look through the rear view mirror: Developmental experiences and insights of high performance athletes. *Talent Development & Excellence*, 2, 149-164.
- Halldén, O. (1963). *Stjärnidrottsmannens anpassningsproblem efter idrottskarriärens slut*. Stockholm: Stockholms universitet, Pedagogiska institutionen.
- Harrison, C.K., & Lawrence, S.M. (2004). Female and male student athletes' perceptions of career transition in sport and higher education: A visual elicitation and qualitative assessment. *Journal of Vocational Education and Training*, 56, 485-505.
- Hedberg, M. (2011). Coachens betydelse för elitgymnasister. *Svensk idrottsforskning*. (2011(20):3, s. 47-50).
- Heinilä, K. (1982). The Totalisation Process in International Sport. *Sportwissenschaft*, 3, 235-254.
- Hellborg, A. M. (2013) *Professionell idrott för kvinnor – en (o)möjlig ekvation? Ett avhandlingsprojekt*. Idrottsforum.org, 2013-04-19.
- Helsen, W., Hodges, N., Van Winckel, J., & Starkes, J. (2000) The roles of talent, physical precocity and practice in the development of soccer expertise, *Journal of Sports Sciences*, 18, (9), 727–36.
- Henriksen, K. (2010). *The Ecology of Talent Development in Sport: A Multiple Study of Successful Athletic Talent Development Environments in Scandinavia*. Institute of Sports Science and Clinical Biomechanics Faculty of Health Sciences, University of Southern Denmark
- Houlihan, B. (2000). Sporting excellence, schools and sports development: the politics of crowded policy spaces. *European Physical Education Review*, 6 (2), 171–93.

- Houlihan, B. & Green, M. (2008). *Comparative Elite Sport Development*. Butterworth-Heineman.
- <http://www.svenskidrott.se/Barnochungdomsidrott/Begreppinombarnochungdomsidrotten/> Stockholm: Riksidrottsförbundet, 2013.
- Hussain, A., Trudel, P., Patrick, T., & Rossi, A. (2012). Reflections on a Novel Coach Education Program: A Narrative Analysis. In *International Journal of Sports Science & Coaching* Jun2012, Vol. 7 Issue 2, p227-14p.
- Johansson, C. (1999). *Narrativ forskning - biografiskt perspektiv på berättelser*. Universitetet i Linköping. Institutionen för tema, avdelningen för sociologi.
- Jonsson, R. (2000). *Kroppen eller knoppen: en ESO-rapport om idrottsgymnasierna : rapport till Expertgruppen för studier i offentlig ekonomi*. Stockholm: Fritzes offentliga publikationer.
- Kadlcik, J., & Flemr, L. (2008). Athletic career termination model in the Czech Republic: A qualitative exploration. *International Review for the Sociology of Sport*, 43, 251-269. doi: 10.1177/1012690208098544
- Kay, T. (2003). *The Family Factor in Sport: a Review of Family Factors Affecting Sports Participation: Report Commissioned by Sport England*. Loughborough: Institute for Youth Sport. pp.37-58
- Kirk, D., & Gorely, T. (2000). Challenging thinking about the relationship between school physical education and sport performance. *European Physical Education Review*, 6 (2), 119-34.
- Kirk, D., Brettschneider, W.D., & Auld, C. (2005) Junior Sport Models Representing Best Practice Nationally and Internationally. In *Australian Sport Commission Junior Sport Briefing Papers*. Canberra, ACT: Australian Sports Commission.
- Kirk, D., Carlson, T., O'Connor, A., Burke, P., Davis, K., & Glover, S. (1997). The economic impact on families of children's participation in junior sport. *Australian Journal of Science and Medicine in Sport*, 29 (2), 27-33.
- Kolbasovsky, A. D. (2001). When the cheering stops: Adjustment to life after college basketball (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database (ProQuest document ID: 728442751).
- Krogh-Christensen, M. (2009). "An Eye for Talent": Talent Identification and the "Practical Sense" of Top-Level Soccer Coaches. *Sociology of Sport Journal*, 26, 365-382
- Kubler - Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York, MacMillan Pub.Co.
- Lally, P. (2007). Identity and athletic retirement: A prospective study. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 85-99. doi: 10.1016/j.psychsport.2006.03.003
- Lavallee, D. (2005). The effect of a life development intervention on sports career transition adjustment. *The Sport Psychologist*. 19(2), pp.193-202
- Lavallee, D., & Robinson, H.K. (2007). In pursuit of an identity: A qualitative exploration of retirement from women's artistic gymnastics. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 119-141. doi: 10.1016/j.psychsport.2006.05.003
- Lavallee, D., Nesti, M., Borkoles, E., Cockerill, I., & Edge, A. (2000). Intervention strategies for athletes in transition. In D. Lavallee & P. Wylleman (Eds.), *Career transitions in sport: International perspectives* (pp. 111-130). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Lavallee, D., Wylleman, P. & Sinclair, D. (2000). Career transitions in sport: An annotated bibliography. In D. Lavallee & P. Wylleman (Eds), *Career transitions in sport: International perspectives* (pp 2007-288). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

- Law, M., Côte', J., & Ericsson, K. (2007). Characteristics of expert development in rhythmic gymnastics: A retrospective study. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 5(1), 82–103.
- Leite, N., & Sampaio, J. (2010). Early sport involvement in young Portuguese basketball players. *Perceptual and Motor Skills*, 111, 669–680. doi: 10.2466/05.10.pms.111.6.669-680.
- Leite, N., & Sampaio, J. (2012). Long-term athletic development across different age groups and gender from Portuguese basketball players. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 7, 285–300.
- Leite, N., Baker, J., & Sampaio, J. (2009). Paths to expertise in Portuguese national team athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 8, 560–566.
- Lidor, R., & Lavyan, N.Z. (2002). A retrospective picture of early sport experiences among elite and near-elite Israeli athletes: Developmental and psychological perspectives. *International Journal of Sport Psychology*, 33, 269–289.
- Lotysz, G. J., & Short, S.E. (2004). 'What ever happened to' The effects of career termination from the National Football League. *Athletic Insight*, 6, 47-66. Retrieved from <http://www.athleticinsight.com/Vol6Iss3/WhatEverHappened.htm>
- Lund, S. (2012). *Nationellt godkända idrottsgymnasier: certifiering och talangidentifikation I*. Stockholm:
- Lund, S. & Olofsson, E. (2009). *Vem är idrottseleven? Idrottsprofilerad gymnasieutbildning och selection*. LUND: SVEBI årsbok 2009.
- Lynch, D. (2006). *Adjustment to retirement of horse racing jockey* (Unpublished master's thesis), Melbourne: Victoria University.
- MacPhail, A., & Kirk, D. (2006). Young people's socialisation into sport: Experiencing the specialising phase. *Leisure Studies*, 25(1), 57–74. doi: 10.1080/02614360500116290.
- Marthinus, J.M. (2007). *Psychological effects of retirement on elite athletes* (Unpublished doctoral dissertation). Stellenbosch University, South Africa.
- Marton, F., & Booth, S. (2000). *Om lärande*. Lund: Studentlitteratur
- McKenna, J. & Thomas, H. (2007). Enduring injustice: A case study of retirement from professional rugby union. *Sport, Education, and Society*, 12, 19-35.
- McKnight, K. (2007). Athletic career transition and transferable skills (Master's thesis). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database (ProQuest document ID: 1459912651).
- Merriam, S. B. (1994). *Fallstudien som forskningsmetod*. Studentlitteratur, Lund.
- Miller-Tiedeman, A., (1999) *Learning, practicing, and living the new career*. Ann Arbor, Michigan.
- Moesch, K., Elbe, A-M., Hauge, M-L.T., & Wikman, J.M. (2011). Late specialization: the key to success in centimeter, grams, or seconds (cgs) sports. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 21, e282–e290.
- Moesch, K., Mayer, C. & Elbe, A-M (2012). Reasons for Career Termination in Danish Elite Athletes: Investigating Gender Differences and the Time-point as Potential Correlates. *Sport Science Review*, 21, 49-68.
- Muscat, A., C. (2010). *Elite athletes' experience of identity changes during a career-ending injury: An interpretative description* (Unpublished doctoral dissertation). University of British Columbia, Vancouver.

- Musch, J., & Grondin, S. (2001) Unequal competition as an impediment to personal development: a review of the relative age effect in sport, *Developmental Review*, 21 (2), 147–67.
- Newell, C. P. Q. (2005). *Identification of intrinsic, interpersonal, and contextual factors influencing disengagement from high performance sport* (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database (ProQuest document ID: 1051260701).
- Norberg, J. (2012). En översikt av det svenska elitidrottssystemet. I J. Norberg (Red), *För framtidens segrar. En analys av det svenska elitidrottssystemet*. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.
- Ödman, P. (2007). *Tolkning, förståelse, vetande: hermeneutik i teori och praktik*. Stockholm: Norstedts akademiska förlag.
- Park, S. (2012). *Investigating Athletes' Retirement from Sport: From decision-Making to Optional Support Programmes*. (Unpublished doctoral dissertation). University of Stirling.
- Park, S., Lavallee, D. & Tod, D. (2013). Athletes' career transition out of sport: a systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6:1, 22-53.
- Patriksson, G. (1987). *Elitidrott och utbildning. En internationell översikt*. Mölndal: Institutionen för pedagogik. Göteborgs universitet.
- Patriksson, G. (1989). *Vad händer efter elitidrottskarriärens slut*. Mölndal: Göteborgs universitet, Institutionen för pedagogik.
- Patriksson, G. (1993). När elitidrottskarriären tar slut. *Svensk idrottsforskning*, 1, 16-19.
- Patriksson, G. (1994). Social rekrytering av svenska elitidrottare. *Svensk idrottsforskning*, 2, 5-11.
- Patriksson, G. (1995). *The elite sports career*. Mölndal: Institutionen för pedagogik. Göteborgs universitet.
- Patton, W., & McMahon, M., (2006). *Career development and systems theory: Connecting theory and practice*. Rotterdam: Sense Publishers.
- Peterson, T. (2011). *Talangutveckling eller talangavveckling?* Stockholm, SISU Idrottsböcker.
- Phillips, E., Davids, K., Renshaw, I., & Portus, M. (2010a). Expert performance in sport and the dynamics of talent development. *Sports Medicine*, 40, 271-283.
- Phillips, E., Davids, K., Renshaw, I., & Portus, M. (2010b). The development of fast bowling experts in Australian cricket. *Talent Development and Excellence*, 2, 137-148.
- Piffaretti, M., Schnyder, P., Mahler, P., Barbat, S., & Keller, L. (2003). *Pursuing competitive sports or dropping out: A longitudinal study on young athletes' career transitions*. Paper presented at the 11th European Congress of Sport Psychology, Copenhagen, Denmark. Retrieved from http://www.ktn.gv.at/24078_DE-PDF-Abstractband_FEPSAC.pdf
- Redelius, K. & Uebel, M. Den australiensiska modellen – ett elitstöd för svensk idrott? *Svensk idrottsforskning*, 4, 1-6.
- Redmond, J., Gordon, S. & Chambers, T. (2007). *An in-depth evaluation of the Australian Athlete Career Education (ACE) program*. Paper presented at the 12th European Congress of Sport Psychology. Halkidiki, Greece..
- Reints, A. (2011). *Validation of the holistic athletic career model and the identification of variables related to athletic retirement*. Brussels:VUB Press.

- Ristolainen, L., Kettunen, J., Kujala, U. & Heinonen, A. (2011). Sport injuries as a main cause of sport career termination among Finnish top-level athletes. *European Journal of Sport Science*, 12, 274-282.
- Schelin, B. (1985). *Den ojämlika idrotten: om idrottsstratifiering, idrottspreferens och val av idrott*. Akademisk avhandling. Lund: Lunds universitet.
- Schlossberg, N. K. (1984). *Counselling Adults in Transition*. New York: Springer.
- Schlossberg, N. K., & Leibowitz, Z. B. (1980). Organisational support systems as buffers to job loss. *Journal of Vocational Behaviour*, 17, 204-217.
- Schwenk, T. L., Gorenflo, D. W., Dopp, R. R., & Hipple, E. (2007). Depression and pain in retired professional football players. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 39, 599-605.
- Simonton, D.K. (1999). Talent and its development: An emergent and epigenetic model. *Psychological Review*, 106 (3), 435-457.
- Sjöblom, P. & Fahlén, J. (2012). Nationella elitidrottssystem och internationell konkurrenskraft. En forskningsgenomgång. I J. Norberg (Red), *För framtidens segrar. En analys av det svenska elitidrottssystemet*. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.
- Smith, B. (2010). Narrative inquiry: on going conversations and questions for sport and exercise psychology research. *International Review of Sport & Exercise Psychology* Mar2010, Vol. 3 Issue 1, p87-21p.
- Snyder, E. E., & Barber, L. A. (1978). A profile of former collegiate athletes and non-athletes: Leisure activities, attitudes towards work, and aspects of satisfaction with life. *Journal of Sport Behaviour*, 2(4), 211-219.
- Sotiriadou, P. & De Bosscher, V. (2013) *Managing High Performance Sport*. Routledge.
- SOU 1969:29. Statens offentliga utredningar. Stockholm, Fritzes förlag.
- Stambulova, N. (2009). Talent development in sport: The perspective of career transitions. In E. Tsung-Min Hung, R. Lidor, & D. Hackford (Eds.), *Psychology of sport excellence* (pp. 63-74). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Stambulova, N., & Alfermann, D. (2009). Putting culture into context: Cultural and crosscultural perspectives in career development and transition research and practice. *International Journal of Sport & Exercise Psychology*, 7(3), 292-308.
- Stambulova, N., Stephan, Y., & Järphag, U. (2007). Athletic retirement: A cross-national comparison of elite French and Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 101-118. doi: 10.1016/j.psychsport.2006.05.002
- Stambulova, N.B. (2001). *Sport career termination of Russian athletes: Readiness to the transition*. Paper presented at the 10th World Congress of Sport Psychology, Skiathos, Hellas, Greece.
- Starkes, J.L., & Ericsson, K.A. (2003) *Expert Performance in Sport: Advances in Research on Sport Expertise*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Stephan, Y., Bilard, J., Ninot, G., & Delignières, D. (2003). Repercussions of transition out of elite sport on subjective well-being: A one-year study. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 354-371. doi: 10.1080/714044202
- Stier, J. (2009). *Kändisskap och statuspassager. Idrottslig identitet i upplevelseindustrins tjänst*. Lund: Studentlitteratur.
- Storm, L. K., Henriksen, C. & Krogh-Christensen, M. (2012). Specialization pathways among elite Danish athletes: A look at the developmental model of

- sport participation from a cultural perspective. *Int. Journal of Sport Psychology*, 2012, 43, 199-222
- Stråhlman, O. (1997). *Elitidrott, karriär och avslutning*. Göteborg: Acta Universitatis Gothoburgensis (Akademisk avhandling).
- Stråhlman, O. (2006). *Elite sport retirement process: career analysis of former Swedish elite athletes*. Göteborg: Department of Education, Göteborg University.
- Stråhlman, O. (2009). Elite sport sampling, specialization, investment and retirement: a descriptive and explorative analysis. *SVEBIS årsbok*. (2009, s.177-195).
- Stråhlman, O., (1986). *Hemortsalternativet : försöksverksamhet med gymnasie studier och idrott : en undersökning av de första elevernas erfarenheter*. Göteborgs universitet: Idrottspedagogiska rapporter, nr 19.
- Stråhlman, O., (1987). *Hemortsalternativet : en intervjustudie med skolpersonal*. Göteborgs universitet: Idrottspedagogiska rapporter, nr 26.
- Stronach, M., & Adair, D. (2010). Lords of the square ring: Future capital and career transition issues for elite indigenous Australian boxers. *Cosmopolitan Civil Societies Journal*, 2, 46-70. Retrieved from <http://epress.lib.uts.edu.au/journals/index.php/mcs/article/view/Article/1512>
- Sveriges Riksidrottsförbund (1984). *Elitidrott i Sverige*. Stockholm.
- Taylor, J. Ogilvie, B. & Lavalley, D. (2006). Career transition among elite athletes: Is there a life after sport? In J. Williams (Ed), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (5th ed)(480-496). Mountain View, CA: Mayfield.
- Toms, M. & Fleming, S. (1995). Why play cricket...?: A preliminary analysis of participation by young males, *The Sports Historian*, 16, 89–106.
- Toms, M.R. (2005). *The developmental socialisation of young people in club sport*. PhD thesis. Loughborough University.
- Torregrosa, M., Boixado´ s, L., Valiente, L., & Cruz, J. (2004). Elite athletes' image of retirement: The way to relocation in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 35_43.
- Torregrossa, M., Mateos, M., Sanchez, X. & Cruz, J. (2007). *Evaluation of a programme to combine elite sport and university education*. Paper presented at the 12th European Congress of Sport Psychology; Halkidiki, Greece.
- Vaeyens, R., Güllich, A., Warr, C.R., & Philippaerts, R. (2009). Talent identification and promotion programmes of Olympic athletes. *Journal of Sports Sciences*, 27, 1367–1380.
- Wagnsson, S. (2009). *Föreningsidrott som socialisationsmiljö: en studie av idrottens betydelse för barns och ungdomars psykosociala utveckling*. Diss. Karlstad: Karlstads universitet, 2009. Karlstad.
- Wagnsson, S., & Patriksson, G. (2007). *Specialisering i barn- och ungdomsidrotten*. Svensk idrottsforskning. 2007(16):1, s. 6-9).
- Wall, M., & Côte´ , J. (2007). Developmental activities that lead to dropout and investment in sport. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 12(1), 77–87.
- Ward, P., Hodges, N.J., Williams, M.A., & Starkes, J.L. (2007). The road to excellence in soccer: A quasi-longitudinal approach to deliberate practice. *High Ability Studies*, 18, 119–153.
- Warriner, K., & Lavalley, D. (2008). The retirement experience of elite female gymnasts: Self identity and the physical self . *Journal of Applied Sport Psychology* Jul-Sep 2008, Vol. 20 Issue 3, p301 17p.

- Werthner, P., & Orlick, T. (1981). Transition from sport: Coping with the end. In T. Orlick, J. Partington, & J. Salmela (Eds.), *Mental training for coaches and athletes*, s. 188-192. Ottawa: Fitness and Amateur Sport.
- Westermark, M. & Larsson, S. (2013). *Dubbla karriärer. Elitidrottsstudenters uppfattningar om kombinationen elitidrott och akademiska studier*. Umeå: Umeå universitet.
- Wiersma, L.D. (2000). Risks and benefits of youth sport specialization: Perspectives and recommendations. *Pediatric Exercise Science*, 12(1), 13–22
- Wilson, S. (1979). Explorations of the usefulness of case study evaluations. *Evaluations Quarterly*, 3, 446-459.
- Wippert, P., & Wippert, J. (2008). Perceived stress and prevalence of traumatic stress symptoms following athletic career termination. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 2, 1-16.
- Wong, H. (2010). *The transition process from competitive sport to retirement: Future engagement in physical activity and involvement in figure skating* (Master's thesis). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database (ProQuest document ID: MR62451).
- Wuerth, S., Lee, M. J., & Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes' career in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 21-33. Retrieved. December 5, 2005 from Science Direct database
- Wylleman, P., De Knoop, P., Verdet, M. & Cecić Erpic', S. (2007). Parenting and career transitions of elite athletes. In S. Jowett & D. Lavallee (Eds), *Social psychology in sport* (pp 233-248). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Yin, 1994 Yin, R. K. (1994). Case study Research: *Design and Methods*. Vol. 5. Sage, London.
- Young, J. A., Pearce, A. J., Kane, R., & Pain, M. (2006). Leaving the professional tennis circuit: Exploratory study of experiences and reactions from elite female athletes. *British Journal of Sport Medicine*, 40, 477-483. doi: 10.1136/bjism.2005.023341
- Zaichkowsky, L., King, E., & McCarthy, J. (2000). The end of an era: The case of forced transition involving Boston University football. In D. Lavallee & P. Wylleman (Eds.), *Career transitions in sport: International perspectives* (pp. 195-205). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

