



Vägen till elittränarskap?



FoU-rapporter

2003

1. Idrott, kön och genus – en kunskapsöversikt
2. Man vill ju inte att föreningen ska dö – en studie om idrottens föreningsledare våren 2003 (Anders Rönmark)
3. Etnisk mångfald och integration – visar idrotten vägen? (Jesper Fundberg)
4. Möjligheten till motion och fysisk aktivitet – lika för alla?
5. Kvinnor och män inom idrotten 2003 – statistik från Riksidrottsförbundet

2004

1. Ätstörningar – en kunskapsöversikt (Christian Carlsson)
2. Kostnader för idrott – en studie om kostnader för barns idrottande 2003
3. Varför lämnar ungdomar idrotten – en undersökning av fotbollstjejer och – killar från 13 till 15 år (Mats Franzén, Tomas Peterson)
4. IT-användning inom idrotten (Erik Lundmark, Alf Westelius)
5. Svenskarnas idrottsvanor – en studie av svenska folkets tävlings- och motionsvanor 2003
6. Idrotten i den ideella sektorn – en kunskapsöversikt (Johan R Norberg)
7. Den goda barnidrotten – föräldrar om barns idrottande (Staffan Karp)
8. Föräldraengagemang i barns idrottsföreningar (Göran Patriksson, Stefan Wagnsson)

2005

1. Doping- och antidopingforskning
2. Kvinnor och män inom idrotten 2004
3. Idrottens föreningar - en studie om idrottsföreningarnas situation
4. Toppningsstudien - en kvalitativ analys av barn och ledares uppfattningar av hur lag konstitueras inom barnidrott (Eva-Carin Lindgren och Hansi Hinic)
ISBN 91-975766-0-3
5. Idrottens sociala betydelse - en statistisk undersökning hösten 2004
ISBN 91-975766-6-2
6. Ungdomars tävlings- och motionsvanor - en statistisk undersökning våren 2005
ISBN 91-975766-7-0
7. Inkilning inom idrottsrörelsen - en kvalitativ studie
ISBN 91-975766-8-9

2006

1. Lärande och erfarenheters värde (Per Gerrevall, Samantha Carlsson och Ylva Nilsson)
ISBN 978-91-976081-2-1
2. Regler och tävlingssystem (Bo Carlsson och Kristin Fransson)
ISBN 978-91-976081-3-8
3. Fysisk aktivitet på Recept (FaR) (Annika Mellquist)
ISBN 978-91-976081-4-5
4. Nya perspektiv på riksidrottsgymnasierna (Maja Uebel)
ISBN 978-91-976081-5-2
5. Kvinnor och män inom idrotten 2005
ISBN 978-91-976081-6-9
6. Utvärdering av den idrottspsykologiska profilen - IPS-profilen (Göran Kenttä, Peter Hassmén, Carolina Lundqvist) ISBN 978-91-976081-7-6
7. Vägen till elittränarskap (Sten Eriksson)
ISBN 978-91-976081-8-3
8. Näridrott i skolmiljö (Björn Forsberg)
ISBN 978-91-976081-9-0

Rapporterna kan beställas från Riksidrottsförbundets kundtjänst – kundtjanst@rf.se eller tel 08-699 62 03



9 789197 608183

Förord

Utvecklingen av svensk elitidrott är en ständigt pågående process. En utveckling som ofta handlar om aktiva och deras villkor. Inte lika ofta berörs tränaren och ledarskapet.

Hittills genomförda undersökningar om ledarskap, ledar-/tränarrollen och ledarutbildning tar oftast upp frågan i ett generellt perspektiv. När det gäller fokusering på just elittränarskapet finns få studier gjorda utifrån svensk synvinkel.

Betydelsen av tränarskapet framhålls dock tydligt i tidigare studier av elitidrotten och dess villkor. I RF-studien "Vägen till A-landslaget" framhålls tränarskapet och tränarrollen som en viktig framgångsfaktor i svensk elitidrott.

"Coach is the center of sports" (Parameswara, 1985) är snart ett klassiskt uttryck och visar med all önskvärd tydlighet var idrottsutvecklingens kraftcentrum ligger.

Det är mot denna bakgrund föreliggande studie initierats av Riksidrottsförbundet (RF) - att skapa en bild av den viktigaste resurspersonen inom svensk elitidrott – elitidrottstränaren!

Rapporten är resultatet av en bred studie bland svenska elittränare. Den beskriver elittränarskapet och vägen dit samt villkor och förutsättningar för tränare på idrottsrörelsens absoluta elitnivå.

Studien har genomförts av docent Sten Eriksson vid Göteborgs universitet.

Camilla Hagman
Chef Idrottsutveckling
Riksidrottsförbundet

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

PRELUDIUM.....	4
RESULTAT.....	8
INLEDNING.....	9
BAKGRUND OCH UPPVÄXTMILJÖ.....	9
IDROTTSUTVECKLING OCH IMPULSER TILL TRÄNARSKAP.....	14
TRÄNARROLLEN FRÅN "GRÄSROTSNIVÅ" TILL ELIT.....	18
TRÄNARUTBILDNING OCH TRÄNARKUNSKAPER.....	27
TRÄNARROLLEN – VÄRDERING/ ERFARENHET.....	37
TRÄNARFILOSOFI OCH SJÄLVVÄRDERING.....	39
OPTIMAL ELITIDROTTSMILJÖ.....	43
POSITIVT OCH NEGATIVT OM ELITKARRIÄREN.....	46
SAMMANFATTANDE REFLEXIONER.....	49
SLUTSATSER OCH FÖRSLAG.....	59
UNDERSÖKNINGSMODELL.....	62
METOD OCH URVAL.....	62
GENOMFÖRANDE.....	64
BORTFALL.....	64
REFERENSLISTA.....	66

PRELUDIUM

”Vinden och vågorna är alltid på de bästa navigatorernas sida.”

(Edward Gibbon)

Svensk idrott har länge varit internationellt mycket framgångsrik i flertalet idrottsgrenar. Förklaringen ligger delvis i den lättillgänglighet och mångfald som folkrörelsesystemet innebär. En orsak hittar vi också i den generösa tillgång till idrottsanläggningar som samhället (främst kommunerna) skapat. Måhända finns det också andra mer eller mindre tydliga förklaringar. Vad sägs om den svenska tränarkåren?

Ofta handlar tränarrollen om att skapa laganda. Laganda eller gruppkänsla inom idrotten är vi erkänt bra på i Sverige. Kanske tillhör vi världseliten när det gäller att inordna oss i ett rollspel med andra för att idrotta. Följande citat är hämtade ur en skrift om vinnande laganda (Eriksson & Stockfelt 1998):

”Vi får ofta frågor om den svenska lagandan när vi är utomlands. Den måste ha sitt upphov någonstans i det svenska samhällssystemet. Det är något i själva idrottsrörelsen.” (Stellan Bengtsson).

”Vi har inte den stjärnkult i Sverige som man har i södra Europa. Där hyllar man individualismen. Det är ju lite av svensk policy att man ska jobba kollektivt. Lagandan bygger nog mycket på vår tradition bakåt.....men jag tror att vi i idrottsrörelsen också har sett till att låta egenheterna få framträda. Vi har ju i övrigt blivit fostrade lite för mycket till att det är samhället som ska ta hand om oss – att inte ta eget ansvar. Jag tycker att idrotten har lyckats få den enskilde att ta eget ansvar på ett bättre sätt...Sen är det ju så att inom folkrörelsen och idrotten jobbar man frivilligt. Man hjälps åt. Glädjen är viktig, hierarkin minimal. Jag tror det har skapat den svenska lagandan.” (Bengt ”Bengan” Johansson).

Oavsett orsaker känns den svenska idrottens internationella statusmarkering som viktig – i ett land som på många andra områden tappar mark gentemot omvärlden. Det gäller dock att hela tiden sträva efter förbättrad kompetens för att inte tappa den positionen. Hur vill vi ha det i morgon och hur försöker vi markera den ambitionen? Finns det någon dokumenterad långsiktig policy för framtidens elitidrott? Hur ser idrottsrörelsens elitidrottsprogram ut?.....Frågeställningarna förekommer i ett antal studier från senare tid (RF 2001, 2002) där det bl.a. efterlystes ett kraftfullt idéprogram för elitidrott med liknande ambitionsnivå och i samma serviceanda med bidrag från olika samhällsområden som gällde för ”Elitidrott i Sverige” (Wallin 1984). Detta elitprogram, som utformades av dåtidens ”Elitidrottsråd” med Ulf Lönnqvist som ordförande, tycks vara det första och hittills även det senaste i RF:s historia som gjort en temagenomgång och utarbetat ett samlat filosofiförslag beträffande elitidrott.

Hittillsvarande diskussion och forskningsdokumentation kring elitidrotten i Sverige domineras av 80-talet och det ger i backspeglarna en känsla av att det var just den tidsepoken som fram tills idag varit elitidrottsfilosofins starkaste decennium. Dagens officiella idrottsideologi för den samlade idrottsrörelsen hittar vi i RF:s idéprogram ”Idrotten vill”. I den första versionen (RF 1995) finner vi elitidrotten under rubriken ”prestationsinriktad tävlingsidrott för vuxna”. Ordet ”elit” känns i sammanhanget som lite nedtonad.

Delar av förklaringen ligger kanske i att elitbegreppet inom svensk idrott och i samhället över huvud taget i många år varit lite tabubelagt. Exempelvis accepterade inte dåvarande skolöversty-

relsen (SÖ) att ordet elitidrottare användes i beskrivningen av idrottsgymnasier. I stället omformulerades begreppet till ”intensivsatsande idrottsungdomar”.

”Dimmorna” tycks dock ha lättat under senare tid. Elitidrotten markeras tydligt som underhållningsfaktor i den senaste statliga idrottsutredningen (Kulturdepartementet 1999) vilket bl.a. resulterade i extra stöd till prestationsidrotten. Det bästa tecknet finner vi kanske inom idrottsrörelsen själv där RF tillsammans med Sveriges Olympiska Kommitté och SISU Idrottsutbildarna skapat ett ”Elitidrottsråd” och utvecklat systemet med ”regionala elitidrottscentra”. Den historiska framväxten av regionala utvecklingscentra finns beskriven i en tidigare RF-skrift - ”Vägen till A-landslaget” (2001). Ett annat bevis på att elitbegreppet nu kommit ”in på banan” är måhända att temat för Riksidrottsforum i Göteborg 2004 var ”Elitidrott – en del av en sammanhållen idrott”. Det handlar om ett ömsesidigt samspel bredd/elit där varje nivå har ett egenvärde med den idrottande individen som utgångspunkt.

Elitidrottsrådets roll för den framtida utvecklingen känns intressant. Rådet som skapades efter beslut vid RF-stämman 1999 fick i uppgift att bl.a. följa upp elitidrottsstödet och förslå åtgärder för samordning, utveckling och anpassning av stödsystemet. Lägesrapporten ”Det gemensamma elitstödet i svensk idrott” presenterades vid RF-stämman 2003. Rapporten byggde bl.a. på resultatet från utredningsgruppen ”elitidrott – utbildning” under Karin Mattsons ordförandeskap. Efter motioner till RF-stämman 2005 (från Södermanlands och Östergötlands idrottsförbund samt Västsvenska idrottsförbundet) fick Elitidrottsrådet mandat att fortsätta det påbörjade arbetet i nära dialog med SF. Det handlar främst om strukturen för det gemensamma elitidrottsstödet och regionala EIC:s funktion – ett område där tränarfrågan måste ses som mycket viktig. Måhända kommer det därifrån ett nytt samlat idéprogram för elitidrott?

Tidigare nämnda försiktiga rubrik i ”Idrotten vill” är idag ändrad och elitambitionen totalt i texten känns mycket tydlig. I en senare version – reviderad vid RF-stämman 2005 – har kapitelrubriken fått namnet ”Elitinriktad idrott för vuxna”. Bland ”riktlinjer” markeras t.ex. att ”Idrottsliga framgångar är bra för Sverige. Därför ska svenska idrottsutövare ges möjligheter att, inom ramen för svensk idrotts etiska värderingar, maximalt få utveckla sin prestationsförmåga med sikte på att uppnå internationell elitnivå” (s.21). I övrigt rekommenderas, förutom samarbete över grengränserna, även samverka med idrottsforskningen. Just sådana samverkansprocesser är en delförklaring till de stora idrottsframgångarna i grannlandet Norge

Utveckling av elitidrotten har självfallet varit en process som ständigt pågått inom idrottsrörelsen. I huvudsak har det handlat om de aktiva och deras villkor. Sedan 70-talet har diskussionen ofta handlat om kombinationen elitidrott-utbildning (bl.a. SOU 1969:19; Eriksson 1989a). I olika studier av elitidrottarens villkor betonas dock även tränarskapet och tränarrollen (t.ex. RF 2001).

”Coach is the center of sports” (Parameswara 1985).……tydligare kan det inte uttryckas; budskapet om var idrottens tonvikt och styrmekanismer finns. Speciellt gäller detta barn- och ungdomsidrotten där citatet lika gärna kan omformas till.……”Coach is the center of life”! Tränarens pedagogiska genomslagskraft, speciellt bland ungdomar, har tidigare påvisats i flertalet svenska studier (t.ex. Jonsson 1985, Eriksson 1987, 1989b; Redelius 2002).

Tränarkåren är idrottsrörelsens nyckelgrupp när det gäller att få den levande idrotten att fungera på alla nivåer. Det är Kalle Karlsson, Anna Andersson, Sven Svensson och vad dom nu heter – alla fältarbetande ungdomstränare – som är den verkliga kraftkällan bakom karaktärsfostran, tävlingsidrott och slutligen även elitprestationen i svensk idrott. Utvecklingen av denna anonyma trä-

narkår är således väsentlig för idrottens samhällsnytta. Även merparten av elittränarna har börjat sin tränarkarriär på samma delvis anonyma sätt. I sin nuvarande roll har de alltså att förvalta och utveckla det ”pund” som de själva och andra en gång satt in i systemet.

En av de allra första tränarna i svensk RF-historia var Ernie ”Gubben” Hjertberg. Han var i alla fall den förste helt professionella tränaren i Sverige - arvoderad motsvarande dåtida statsrådslön. Han anställdes 45 år gammal inför det viktiga Stockholms-OS för att garantera en bra svensk insats på hemmaplan speciellt i paradgrenen friidrott – stadiontävlingarnas höjdpunkt. Hans viktigaste insats under sin tränarkarriär låg dock inte i träningen av de aktiva idrottarna utan i att ha inspirerat och utbildat den första generationen inhemska tränare. Bland dessa finner vi t.ex. Gösse Holmér, Martin Jansson, William Kreigsman och Knut Lindberg – namn som ofta kom att nämnas under den efterföljande tiden.

Antalet ledare totalt inom svensk idrottsrörelse uppskattas idag till närmare 600.000 personer - merparten i huvudsak ideellt verksamma. Ungefär hälften av dessa är tränare på olika nivåer. Det pedagogiska trycket inom idrottsrörelsen – och därifrån totalt ut i samhället – är således ganska avsevärt. Om det också resulterar i samhällspositiva resultat är en diskussion som sedan länge pågått inom och utanför idrottsrörelsen.

Stora delar av ansvaret för det sociala, kulturella och psykologiska utfallet och de tävlingsmässiga framgångarna ligger alltså hos tränarna. En del fråga i sammanhanget är naturligtvis på vilket sätt tränarutbildningen kan bidra till att påverka skeendet. Genom tidigare studier (bl.a. Eriksson 1982, 1985) har vi ganska klart för oss de stora dragen när det gäller organisation och framväxt av svensk tränarutbildning.

Mycket har hänt genom åren när det gäller den svenska tränarutbildningen, men det kanske fortfarande ligger något i följande påstående som gjordes för c:a 20 år sedan av en annan s.k. kändis inom tränarkåren:

”Jag har en känsla av att vi på tränarfronten inte riktigt hunnit med i den internationella utvecklingen när det gäller utbildning. Vi har i Sverige många duktiga tränare. Det är många som står sig internationellt, men i mångt har man en känsla av att det sker genom att deras personlighet och förmåga att påverka andra är den största tillgången – inte alltid det idrottsliga kunnandet. Många av dem är utomordentliga praktiska psykologer. Men i det långa loppet räcker inte detta. Vi har ingen tränarutbildning i Sverige. Instruktörsutbildning på olika nivåer syftar inte till tränarskap och framför allt har man inom många idrotter inte förståelsen för nödvändigheten av att här måste det till något nytt.” (citater ur ett brev till RF-kansliet 1984 från Gusti Laurell – tidigare bl.a. rikstränare i friidrott).

En nyligen gjord undersökning ger en kompletterande beskrivning och åsiktsmarkering från i stort sett samtliga SF (SISU 2000). Där framgår ganska tydligt att flera svenska specialförbund ändå har en välutvecklad tränarutbildning – även i det internationella perspektivet. Sedan 2003 driver SISU Idrottsutbildarna ett treårigt projekt för att utveckla den högre tränarutbildningen.

Mycket talar för att den tidigt utvecklade respekten för tränaren – ”den som leder det roligaste jag vet” – sitter kvar under hela idrottskarriären långt upp i A-laget och på landslagsnivå (kanske t.o.m. ännu längre?). Många ingredienser är således desamma oavsett idrottslig tränarnivå. Trä-

narrollen utifrån tidigare svensk och internationell forskning beskrivs i korthet i en rapport från slutet av 80-talet (Eriksson 1987). I en undersökning av "idrottsrörelsens gräsrotsnivå" – aktiva i olika idrotter och deras inställning till bl.a. tränarrollen - förekommer också beskrivningar av önskvärda tränaregenskaper (Eriksson 1988). En av de aktiva sammanfattar mångas uppfattning ganska väl i en enda mening....."Jag vill ha en välutbildad kompis med pondus".

De flesta hittills gjorda svenska studier om ledarskap, ledarrollen och ledarutbildning har handlat om idrotten generellt i det breda perspektivet. Bl.a. har Fahlström (2004) gjort en gedigen introduktion till ledarskap i en skrift om perspektiv på Sport Management. När det gäller fokusering på just elittränaren och elittränarskapet tycks det vara ganska sällsynt med undersökningar från senare tid. Temat förekommer dock i olika sammanhang (bl.a. Eriksson 1998; Eriksson & Stockfelt 1998; Fahlström 2001; Isberg 1991, 1992, 1997, 2001, 2004). Även i en tidigare nämnd skrift (Eriksson 1988) görs ett försök att beskriva inblandade elitidrottare och det aktuella tränarkravet. För just elitgruppen nämns där tränarna som den viktigaste faktorn för idrottsutveckling jämfört med totalgruppen i övrigt där kamraterna överlag markerades som viktigare än tränarna.

En annan dimension av elitidrotten får vi genom den växande flora av mer populariserade böcker av kända tränare och förbundskaptener (bl.a. Göran Andersson/Rolf Käck, Lasse Falk, Lasse Hogedal, Bob Houghton, Bengt Johansson, Curre Lindström, Pia Nilsson, Torbjörn Nilsson, Tommy Sandlin, Tommy Söderberg och Mats Wilander) där ledar-/tränarskapet och den egna tränarfilosofin ofta beskrivs.

Trots flerårig forskningsverksamhet av ledarskap och ledarutbildning och ett växande intresse för elitidrotten är det fortfarande ganska magert beträffande kunskaperna om och studierna av just elitidrottens tränarskap. De ambitiösa insatser som hittills gjorts ger ännu ingen heltäckande bild av tränarrollen inom svensk idrotts elitskikt. Numera är det inte bara aktiva elitidrottare som försvinner utomlands till olika proffskarriärer. Även tränarna uppmärksammas i allt högre grad. Svenska elittränare har under det senaste decenniet alltmer blivit en populär exportartikel.

Spetsningen av underhållningsidrotten ligger i huvudsak i händerna på våra elitcoacher. Vilka människor handlar det om? Bakgrund? Tränarfilosofi? Kunskaper? Önskemål när det gäller optimering av elittränarrollen? Vägen till elitnivån?.....Går det att hitta vägen till elitcoaching eller snarare vägarna till detta coachingområde . Även på extrem elitnivå handlar det om väldigt olika villkor för tränare i olika idrotter – vilket förmodligen även medger olika vägar dit, eftersom den svenska folkrörelseidrotten är så bred och flerdimensionell. Just "vägen dit" är kanske den viktigaste av de frågor vi försöker besvara med föreliggande studie – försiktigt uppbackad av Karin Boye:s diktande filosofi...."nog finns det mål och mening i vår färd, men det är vägen dit som är mödan värd". Svaren kan vara intressanta för pågående arbete med högre tränarutbildning och temat bör även finnas med i ett framtida elitidrottsprogram!

*"A poor coach TELLS An average coach EXPLAINS
A good coach DEMONSTRATES An excellent coach INSPIRES!"*
(Parameswara 1985)

RESULTAT

*Det viktigaste är inte att aldrig falla utan
kunna resa sig efter varje fall*

(Kinesiskt ordspråk)

I den fortsatta texten förekommer de anglosachsiska beteckningarna coach/ coaching blandat med de svenska begreppen tränare/ tränarskap. I denna studie markeras ingen innehållslig skillnad mellan beteckningarna. Blandningen är gjord enbart för att ge variation åt språket. I sammanhanget förekommer även ordet mästerskapscoach synonymt med elittränare. Detta görs medvetet för att markera den idrottsliga nivån på undersökningsgruppen – där nästan hälften är förbundskaptener.

Det är svårt att motstå frestelsen att redan här försöka presentera den genomsnittliga ”mästerskapscoachen” när man tittar på redovisade medelvärden. Förmodligen är det ingen i tränarskaran som helt känner igen sig...eller?

Elittränaren?

Den svenske elitcoachen är en gift, högskoleutbildad, man i 40-årsåldern. Han är uppvuxen i småstadsmiljö och oftast äldst i en syskonskara.

Ungefär i 9-årsåldern började han i en idrottsförening och sysslade sedan som aktiv med flera olika idrotter. Han har haft en lyckosam idrottskarriär upp till landslagsnivå och internationella mästerskap. Han fortsätter idag med motionsidrott.

Ledarskapet betraktar han som naturligt inbyggt i personligheten – nästan som medfött. Tränarpremiären skedde under gymnasietiden i hans egen ”huvudidrott”. Han har haft tränarsysslor i över 15 år och är nu oftast deltidsanställd inom grenen parallellt med annat ”civilt” arbete och eventuellt extraknäck i andra grenar.

Han har tidigare erfarenhet av tränarskap inom barnidrott och är idag sysselsatt med

bl.a. landslag och internationella mästerskap. Under högsäsongen arbetar han dagligen med tränarjobbet – en insats som oftast minskar till hälften under lågsäsongen. Beroende på idrottsgren tycker han att hans aktiva idrottare antingen tränar mindre än sina internationella konkurrenter – eller ungefär lika mycket.

Tränarjobb har han haft i 3-4 olika föreningar och tränar idag (främst individuella grenar) aktiva av båda kön. Den egna tränarutvecklingen har starkt påverkats av egen personliga drivkraft och nyfikenhet, av impulser från och samarbete med andra tränare samt av erfarenheter/kunskaper från eget idrottande, idrottskamrater och tränarutbildning.

Han har genomgått förbundets högsta utbildning på stegnivå (kompletterat med enstaka seminarier/konferenser) men jobbade som tränare redan före den första tränarkursen. Utbildningen tycker han inte är tillräcklig, men röjer ändå ganska goda kunskaper inom olika idrottsämnen (speciellt ledarskap samt teknisk och taktisk träning). De största svagheter ligger inom områdena idrottsmedicin och IT/databehandling samt (speciellt i lagidrotterna) även idrottspsykologi/mental träning.

Idrottsgrenens tränarutbildning bedömer han som knappt godkänd (3,2) men är ändå nöjd med sin senast genomgångna kurs och anser sig haft nytta av den egna tränarutbildningen (3,9). Den totala tränarcompetensen i grenen tycker han är ”så där” (3,3) och anser knappast att tränarfunktionen har någon större status i Sverige (3,1). Han tjänar c:a 100.000:- om året på sin idrott.

Idealmodellen för högre tränarutbildning handlar, enligt hans uppfattning, om behovs-anpassad fördjupning/ spetsutbildning gärna på högskolenivå. Den innehåller även internationellt samspel, samarbete över grengränser, mentorskap och återkommande fortbildning. De viktigaste ämnena (bör behandlas i grupp-diskussioner och med erfarenhetsutbyte) är ”Ledarskap” och ”Idrottspsykologi” i olika

former – kompletterat med specialidrottens träningslära/teknik/taktik.

Det som hittills saknats i utbildningen är den ”röda tråden”, SF-engagemanget, ämnesför djupningen och utbytet över grengränserna samt - bland ämnena - främst idrottspsykologi och det mentala området.

Den individuella tränarfilosofin handlar om individen i centrum, egenansvar/hjälp till självhjälp, att skapa trivsel och trygghet, helhetssyn, krav och målinriktning. Viktiga personliga egenskaper är erfarenhet, engagemang, lyhördhet, tålmod/envishet, social kompetens, ödmjukhet och självförtroende.

De stödåtgärder han hittills saknat är tid, finansiella resurser, mentorskap, SF-stöd, experthjälp och avlastning, internationellt utbyte och grensamverkan.

Hans optimala elitidrottsmiljö berör både aktiva och tränare och innefattar en komplett satsning beträffande utbildning, träningsklimat och miljö, ekonomi och samverkande stödinsatser. Tidigare nämnda idealsituation – harmoni i helheten – gäller även här (se RF 2001 – ”Vägen till A-landslaget”).

INLEDNING

Fortsättningsvis får vi dock en mer differentierad bild av elittränarskapet och dess olika dimensioner.

Resultaten från de olika undersökningsmetoderna (d.v.s. enkät- och intervjudata) presenteras i delvis integrerad form. Med enkätundersökningen som bas - där resultaten redovisas kortfattat och med hjälp av tabeller och figurer - har ambitionen varit att skapa en helhetsbild av elittränarrollen med stöd av kompletterande citat från intervjuerna. Samtalen har således – förutom inblick i delvis andra teman – möjliggjort fördjupning och utveckling av vissa frågor som förekommer i enkätformuläret.

Enkätresultaten beskrivs huvudsakligen i form av genomsnitt- och spridningsvärden för hela undersökningsgruppen. För att få en rättvisande bild av eventuella olikheter mellan kön och även beträffande idrottsgrenar – förekommer också en sådan uppdelning av resultaten. I aktuella fall redovisas även olikheter grundade på andra profiler och bakgrundsvariabler.

Som framgår av undersökningsgruppen (avsnittet ”Undersökningsmodell” sist i rapporten) är vissa SF representerade enbart av förbundskapten (motsvarande). Kommande presentation av medelvärden från idrottsgrenar innefattar således uttalande från enstaka grenrepresentanter. Att grentränarnas generella situation skulle överensstämma med utsagor från någon enda förbundskapten är naturligtvis ganska slumpbetonat. De grenar det gäller är framför allt bilsport, bowling, bågskytte, curling, cykel, danssport och kanot – vilkas resultat i studien alltså bör tas med en viss försiktighet.

Intervjustudiens utfall beskrivs med hjälp av citat som belyser olika uppfattningar och utsagor. Citaten är utgallrade ur delar av de bandade samtalen. Vid urval och tolkningar har hänsyn tagits till kontexten – d.v.s. vad som sagts före och efter de valda citaten. Tyvärr blir läsaren delvis utlämnad till författarens egen bedömning och ”förförståelse” eftersom hela intervju-materialet av utrymmesskäl inte kan redovisas.

Sammanfattande synpunkter och reflekterande kommentarer lämnas i slutkapitlet.

BAKGRUND OCH UPPVÄXTMILJÖ

Inledningsvis kan vi konstatera att 34 av RF:s specialförbund finns representerade i studien. Trots att förbunden fick en passning om att i görligaste mån bevaka könsfördelningen vid urvalet av berörda elittränare – ser vi att kvinnorna är i tydlig minoritet (långt ifrån idrottsrörelsens normala könsförhållande). Av inblandade förbund är det 17 SF som representeras av kvinnliga tränare på elitnivån. Den

totala undersökningsgruppen består av 13% kvinnor. Bland förbundskaptenerna/ landslagstränarna i studien (c:a 45% av totalgruppen) är 17% kvinnor.

Det har visat sig i många idrottsledarstudier att tränarpositionen är den roll som har svårast att få kvinnlig besättning. Inom elitidrotten gäller också – i likhet med flera olika andra miljöer utanför idrotten – att ju högre upp på rangskalan desto färre kvinnor. De grenar som i denna studie har den största andelen kvinnliga tränare är orientering, sportskytte, gymnastik och – inte helt oväntat – konståkning.

Lagbollsporterna bandy, basket, fotboll, handboll, innebandy och ishockey täcker 45% av tränarna i studien. 23% kommer från ”större” individuella grenar (bordtennis, friidrott, golf, gymnastik, orientering, simning och skidor) medan resterande grupp (32%) innefattar övriga inblandade idrotter.

De kvinnliga elittränarna i studien representerar i huvudsak individuella grenar medan männen är ganska jämnt fördelade på lagsporter respektive individuella idrotter

Ålder?

Vid vilken ålder anses man vara lämplig att leda och utveckla elitidrott i Sverige? Studien visar - i likhet med situationen bland aktiva elitidrottare (RF 2001) - att tränarkårens åldersspannvidd totalt är ganska stor. Vi finner svenska elittränare i åldrarna 25-69 år. Det handlar dock om en ganska liten andel (max 10%) under 30 respektive över 55 år. En klar majoritet (ca: 60%) hittar man inom åldersgruppen 30-45 år. Genomsnittsåldern i totalgruppen framgår nedan (ingen noterbar skillnad mellan lagsporter och individuella grenar):

Tabell 1: Elittränarnas medelålder.

Kvinnor	Män	Totalt
37 år	42 år	42 år

Trots åldersbegränsningen inom merparten av tränarkåren, kan olikheter i gren- och trä-

narkrav, men också skillnader i personlighetsprofil, göra att tränarskap - även på elitnivå - tycks vara aktuellt under en stor del av en människas liv.

Inblandade specialidrotter är genomsnittligt ganska jämt fördelade på båda sidor om totalmedelvärdet. De yngsta respektive äldsta medelåldrarna hos elittränarna finner vi i följande grenar:

Lägsta medelålder	Högsta medelålder
Kanot 32 år	Bilspport 69 år
Boxning 35 år	Curling 56 år
Skridsko 35 år	Bågskytte 55 år
Badminton 36 år	Rodd 52 år
Handikappidrott 36 år	Ridsport 50 år
Innebandy 37 år	Bowling 49 år

Civilstånd?

Drygt 3/4 (77%) av hela elittränarkåren är gifta eller lever i ett samboförhållande. Läget är ungefär detsamma oavsett kön (kvinnor=72% och män=78%). Det vanligaste är också en familjesituation med barn med i bilden (70% bland kvinnorna resp. 75% av männen). Genomsnittligt handlar det om 2 barn i respektive förhållande.

”Det viktigaste för mig är ändå familjen. Jag har kanske ändrat inställning de senaste åren. Jag har sambo och två barn, 6 och 10 år gamla. Min sambo har jag känt sen 22 år tillbaka.” (friidrott)

Även om majoriteten elittränare är gifta/sambo så finns det enstaka representanter inom flertalet grenar som är ensamstående. Samtliga grenföreträdare från bilspport, bowling, bågskytte, curling, golf, ridsport, skidskytte och tennis är däremot gifta/samboende.

Intervjusamtalen röjer att samlevnadssituationen ofta blir besvärlig p.g.a. idrotten.....

”Jag hade naturligtvis varit en bättre far och en bättre människa att leva med, för idrotten

tar ju tid i anspråk....då andra inte jobbar....
Många elittränare har nog inte några problem
att knyta första kontakten med andra könet,
utan det handlar ju mycket om det här som
håller i längden.” (rodd)

”Det har varit tuffa tider, bitar där det varit
väldigt skört...vi har haft människor runt om
oss som ställt upp, framförallt mina föräld-
rar....Då berodde ju allt på....att vi klarade
familjelivet, den planeringen är oerhört viktig.”
(bandy)

”Rent generellt, om man ser hur det ser ut
inom ledargänget i gymnastik, så är det tyvärr
mycket singlar, helt klart....det är en fördel om
man har ett samboförhållande och man sysslar
med ungefär samma saker....Internationellt
sett, runt om i världen så ser man tränarpar,
åtminstone på hög nivå.....det går väl an
på lägre nivå om man står i hallen 2-3 dagar
i veckan mot 6 dar som man gör på högsta
nivå.” (gymnastik)

”Att vara elittränare kräver mycket av dig. Det
kräver mycket rent fysiskt och psykiskt, det
måste man vara medveten om. Det gäller att
hitta balansen mellan familj och yrkesliv. Det
har varit stunder när man har känt....”
(fotboll)

”Jag har missat en del. Jag har två små grab-
bar. En som är 10 år och en som är 12. Där
har jag missat en del. Det är inget att ljuga
om, det har jag gjort....jag är borta mycket i
helger och mästerskapen går ju alltid sommar-
tid.” (bowling)

”Det är jäkligt svårt.....när man ger sig in i
det här. Man blir en flyttfågel. Problemet är
när man börjar tidigt, när man har små barn
hemma. Man kan vara 2 år på ett ställe och
tre på ett annat. Då kommer oftast de där kra-
scherna.” (ishockey)

Vi finner också inom elittränargruppen många
exempel på kraschlandade förhållanden samti-
digt som flera vittnesmål markerar vikten av
ett fast umgänge vid sidan av idrotten....

”Det är viktigt att ta sig tid med familjen....
man är inte outhärlig. Det tror man ibland
som tränare. Jag hade kunnat ha mer tid med
min dåvarande sambo.” (sportskytte)

”När man tittar lite på den biten...det är ju
många som är ensamma och jag tycker att
det är synd att det bara är en kategori som
kan jobba med idrott. Det är viktigt att få in
de som har familj och faktiskt har en annan
värld i det. Jag tror att det är en styrka som
idrottsledare att ha familj också.....när äkten-
skapet kraschar, då blir det lite si och så. Då
tappar man motivation. Så blir det att man blir
ensamstående och har barn varannan vecka.
Jag ser det som ett problem...dom två bitarna.
Man väljer. Det blir lite konstigt.” (boxning)

”....det skulle jag inte...det skulle inte funka för
mig att bara satsa på idrotten.” (orientering)

”Jag skulle inte mått bra av att vara ensam. Jag
har en fantastisk kvinna vid min sida...som fått
bära upp ryggraden i vår familj...och accep-
tera det faktum...hon har sett att jag mått bra.
Jag säger att utan de här s.k. idrottsänkorna
så hade svensk idrott inte varit så stor.” (friidrott)

Utbildning ?

Vi efterlyste även tränarnas nuvarande utbildningsnivå. Följande tabell visar nuläget:

Tabell 2: Högsta skolutbildning vid undersökningstillfället (procent).

	Kvinnor	Män	Totalt
Grundskola/folkskola	8	7	7
Gymnasieskola	13	32	29
Högskola/universitet	76	52	55
Annat	3	9	9

En majoritet av de svenska elittränarna (speciellt kvinnorna) har alltså högskoleutbildning. Gruppen individuella grenar har en något större andel högskoleutbildade tränare jämfört med lagsporterna (56% resp. 53%). Högskoleutbildning är också något som utmärker totalgruppen ”förbundskaptener” (58%).

Den högre utbildningsnivån är kanske en fördel om man i ledarskapet skall kunna balansera den växande skaran av högskoleutbildade elitidrottsaktiva. Att just högskoleutbildning skulle vara ett ”måste” i sammanhanget stämmer dock inte när vi ser på läget hos flertalet inblandade idrottsgrenar. Här är några tankar hämtade från ett av intervjusamtalen: *”Jag var inte intresserad av skolan. Jag kände att idrott var så viktig för mig. Jag var inte motiverad att läsa.....Formell utbildning är en sak, men livet är ju en ständig utbildning och utveckling.... Jag säger som Loa Falkmans pappa sa...det är inte kunskaperna som är viktiga, det är egenkaperna.” (friidrott).*

I följande idrotter är emellertid mer än 70% av elittränarna högskoleutbildade: Basket, bowling, boxning, budo, judo, orientering, ridsport, skridsko, sportskytte och vattenpolo. Högskoleutbildning har också representanterna för cykel och kanot. Samtalen med berörda tränare visar att högskoleutbildningen ofta hade anknytning till idrott på ett eller annat sätt.

”Kom in på Socialhögskolan och läste lite samhällsfrågor...praktiserade på Närkes idrottsförbund, som egentligen inte var den rätta praktikplatsen.....men ändå var det lite kansli.....organisationsfrågor.” (fotboll)

”....och så kom jag upp dit och kunde kombinera idrotten och läsa på högskolan. Då läste jag beteendevetenskapliga linjen.....och i och med att jag läste beteendevetenskap på universitetet med inriktning på psykologin, som har intresserat mig, så har jag haft den i mitt tänk...” (bandy)

”Och då blev det GIH....Innan dess, innan jag kom in där hade jag läst pedagogik och sociologi, och så gick jag den militära Gymnastik- och idrottsutbildningen på Karlberg som civil elev.” (handboll)

Uppväxtmiljö

Har det varit viktigt för den idrottsliga utvecklingen vilken geografisk uppväxtmiljö man

haft? Frågan, som ställdes i en tidigare studie bland elitidrottare (RF 2001), riktades även till tränarkåren med följande resultat:

Tabell 3: Huvudsaklig uppväxtmiljö under barn- och ungdomsåren (fram till 15/16-årsåldern) (procent).

	Kvinnor	Män	Totalt
Storstad	33	32	32
Mindre stad	49	52	52
Landsbygd	18	16	16

Jämfört med aktiva elitidrottare – där barndomstiden och idrottspremiären för ganska många (c:a 35%) ägde rum i småsamhällen/landsbygd – tycks elittränarkåren i större utsträckning ha växt upp i stadsmiljö. Tydligast är detta hos lagidrotternas tränare. En något större andel av förbundskaptenerna (36%) har också vuxit upp i storstadsmiljö.

Vi hittar i intervjugruppen någon enstaka tränare med uppväxtbakgrund på landsbygden:

”Jag växte upp på en gård mellan Varberg och Falkenberg.....många barn och mycket liv och rörelse. Jag är född in i skyttet, då både pappa och hans bror höll på med skytte.” (sportskytte)

”Jag är född ute på landet på en gård...” (orientering)

”Jag är uppväxt på landet, så jag har alltid varit väldigt fysisk. Jag bodde ett par mil utanför Stockholm.” (boxning)

I vissa fall har barndomen börjat på landsbygden för att senare under uppväxten fortsätta i stadsmiljö:

”Jag är född uppe i Hälsingland i en liten by som heter Korsbogen....det var ju spontanfotboll. Man var ute och spelade fotboll jämt..... när vi var 10-11 år var vi tvungna att flytta söderut. Där fastnade vi i Gävle.” (fotboll)

”.....växte upp i Västergötland utanför Trollhättan och så småningom flyttade vi in till Trollhättan.” (fotboll)

Mestadels var det dock stadsmiljön som gällde direkt:

”Jag växte upp i Halmstad, mitt i centrum, där det var mycket spontanidrott....och vi spelade från sex års ålder fotboll överallt där det fanns gräs och blev bortkörda...det var en sån härlig miljö mitt i staden, där det även fanns trädgårdar och man kunde palla äpplen....” (handboll)

”Jag är född och uppvuxen i Göteborg..... nu bodde vi jättecentralt så att man ganska snabbt kunde ta sig till dom olika sakerna, om man ville.” (simhopp)

”Jag växte upp i en liten stad....det fanns alltid is och en innergård, som var stor som en fotbollsplan.” (bandy)

”Jag är uppväxt i en handbollshall. Pappa var handbollstränare i Hallsberg och alltid, när jag var liten, så var jag med honom på arenorna.” (handboll)

”Ja, det är Karlstad från början till slut....än så länge i alla fall. Jag är uppväxt där och kommer väl aldrig att lämna Karlstad.” (friidrott)

I likhet med elitidrottare (RF 2001) har det inom tränarkåren varit en fördel för idrottsutveckling och ambitionsnivå att växa upp tillsammans med syskon. Färre än tio procent av undersökta elittränare (bland flickorna bara 6%) var enda barnet i familjen. En majoritet av gruppen (c:a 55%) hade fler än ett syskon – i enstaka fall handlade det t.o.m. om så många som 9 personer i barnaskaran.

Bland elitaktiva kunde vi se en viss majoritet som var yngst i syskonskaran. Tävlingsinstinkten vaknar tidigt. Det gäller att ta för sig och vara snabb vid pannkaksbordet. Hur ser det ut bland elittränarna?

Tabell 4: Tränarnas "plats" i syskongruppen (procent)

	Kvinnor	Män	Totalt
Äldst	39	42	41
Mellansyskon	25	20	21
Yngst	36	38	38

Spridningen är som synes ganska stor. Det finns fördelar med både lillebror/lillasysterrollen och att vara äldst och "ordningsman". Till skillnad från läget bland aktiva tycks dock ledarskapet vara tydligare kopplat till den äldste i syskonskaran. Vi ser också att situationen som mellanbarn kan ha skapat träning i diplomati som varit användbart senare i livet. Man är ofta uppvuxen i en miljö mellan olika viljor och van vid konflikter. Det gäller t.ex. gruppen förbundskaptener, som innehåller en större andel mellansyskon (extra tydligt- 36% - bland de mindre grenarnas förbundsöreträdare)

I gruppen "yngst" finner vi två tredjedelar eller fler bland tränarna från basket, bordtennis, golf, handboll, skidor, simning och vattenpolo (till skaran hör även cykelsportens enstaka representant). Bandy, innebandy, judo, ridsport (100%), rodd, skridsko och tyngdlyftning har nästan alla sina elittränare från "äldsta"-gruppen.

Här följer några vittnesmål från intervjusamtalen:

”Jag är andra barnet av fem.....min äldre bror är fem år äldre....vi var för långt isär om man säger så.” (ishockey)

”Ja, vi är fyra stycken. Jag ligger....jag har två yngre bröder och en äldre syster.” (boxning)

”Jag har min tvillingsyster.” (fotboll)

”Jag är den äldste av fyra syskon.” (rodd)

”Ja en yngre bror. Man kan väl säga att man hade inte så mycket kontakt med honom för han var fem år yngre.” (handboll)

"Ja, jag är äldst i syskonskaran." (bandy)

Ja, jag har tre syskon, två flickor och en pojke, och jag är äldst i syskonskaran." (sportskytte)

Att vi, trots intervjuцитaten ovan, finner en så stor andel elittränare som är yngst i syskongruppen kan möjligen förklaras av att många f.d. elitidrottare fortsätter sin karriär "av bara farten" som tränare...eller att man kanske mer eller mindre omedvetet hittade förebilder bland äldre syskon.....

"...och kommer från en familj där jag hade sex syskon. Jag är näst yngst." (simhopp)

"...en äldre bror....som var lite mer framsynt än jag....ville bli militär och gick och läste vidare....blev överste av första graden så småningom." (friidrott)

IDROTTSUTVECKLING OCH IMPULSER TILL TRÄNARSKAP

Vägen till tränar-/ledarskap inom idrott går nästan alltid via eget idrottande. Idrottlivet i organiserad föreningsverksamhet börjar för de flesta barn ganska tidigt. Hur är situationen bland undersökta elittränare?

Idrottspremiär?

Den genomsnittliga premiäråldern ligger på knappt 9 år (flickorna något år tidigare). Totalt ser vi en omfattande åldersspännvidd för det första idrottandet från 4 till 22 år. Spridningen över olika åldersperioder framgår nedan. Någon könsmissig skillnad är knappast märkbar.

Tabell 5: Tränarnas idrottspremiär i organiserad föreningsverksamhet.

4 - 6 år	25%
7 - 9 år	40%
10 -12 år	30%
13 -22 år	5%

Det är ganska sällsynt bland undersökta

ledare-/tränare att man börjar idrotta efter 12 års ålder (gäller även elitidrottsaktiva – se RF 2001).

Genomsnittlig grenpremiär (högst 7 år gammal respektive efter 10 års ålder) hittar vi bland följande idrotters tränare:

Kanot 5,0	Bilsport 16,0
Curling 6,0	Rodd 13,7
Konståkning 6,6	Bågskytte 12,5
Cykel 7,0	Budo 10,4
Skridsko 7,0	

Här följer några uttalanden som röjer lite av spridningen när det gäller elittränarnas idrottsliga premiär:

"Jag började skjuta när jag var fem, vilket faktiskt alla vi barn gjorde. Våra föräldrar tog oss med till skjutbanan. Vi sköt Hallandsserie. Dels tävlar barnen för sig, dels barn och föräldrar – partävling heter det då." (sportskytte)

"...jag har alltid sportat. Jag började med innebandy när jag var 9-10 år....och lite senare när jag var 11-12-13 med ishockey och fotboll... sen började jag boxas. Då är jag 13 ungefär." (boxning)

"Idrotten började väldigt tidigt. Jag levde med den....där spelade vi ständigt och jämt då spontant...och som 8-åring gick jag själv...det var en liten klubb. Det var ju kvarteret som hade klubben. Så där började jag." (bandy)

"Jag är väl en 7-8 år, men det var sådär lite med fotboll och allmänt.....så fanns det en bowlinghall i samma hus och sen dess har jag spelat. Då är jag 12 år." (bowling)

"Jag var 6 år, men kom in i mer organiserade idrotter när jag var 13-14 år." (handboll)

"När jag började skolan....7 år kan man säga. Det var då jag började idrotta för det var mest pojkar som jag hade på gården och i klassen också....sen började jag inte i föreningslivet förrän jag flyttade till Nödinge. Då är jag 11 år och fick spela i damlaget." (fotboll)

Grenvalet?

I allmänhet börjar idrottandet lite sökande bland olika idrotter för att eventuellt hitta "sin" idrott. Olika tidigare studier har visat att det är en klar minoritet som direkt fastnar för en enda idrott. Så här ser det ut bland undersökta tränare:

Tabell 6: Antal idrotter under uppväxttiden (före 15/16-årsåldern) (procent).

	Kvinnor	Män	Totalt
I huvudsak en idrottsgren	46	14	18
2-3 olika idrotter	27	56	53
Fler än tre olika idrotter	27	30	29

Totalbilden är en nästan exakt kopia av undersökningsresultatet bland elitaktiva. Det är en tydlig majoritet för flergrensidrottande. Vi ser dock en klar könsskillnad med betydligt större andel kvinnor som tidigt koncentrerar sig på en idrott. Skillnaden är ännu större inom tränargruppen än bland undersökta elitidrottare.

Generellt är det vanligare att tränare inom individuella idrotter ägnat sig åt en enda idrottsgren (24%) – oftast i gymnastik och konståkning - medan elittränarna i lagbollsporter i något större utsträckning varit flergrensutövare (mer än 3 olika grenar = 32%).

"Jag höll på med idrott av allt som fanns... och pappa undrade när jag skulle sluta leka.....ja, mer organiserat blev det fotboll i Halmia...och så övergick det långsamt och växte mycket... och stukade fötterna...sen blev det ju handboll för där dominerade jag rätt mycket. När jag slutade med fotbollen så spelade jag mycket tennis på somrarna....Jag hade ju en väldigt idrottslig uppväxt...inga brudar, ingen sprit och ingen tobak och morsan höll en hemma på lördagskvällen och då var det mest Hylands hörna." (handboll)

"...och det var fotboll, handboll, bandy och hockey." (bandy)

De individuella idrotter, där flergrensutövandet bland elittränarna ändå varit vanligast, är golf, orientering, skidor och skidskytte. Gäller

även curling, cykel och kanot. Här följer några intervjuexempel från olika individuella idrotter:

"När jag var yngre höll jag på med flera idrotter, sen så blev det mer och mer friidrott och basket och orientering. Under min juniortid spelade jag nästan bara elitseriebasket. Orientering sprang jag också...men egentligen så är jag individualist så orientering passade mig bäst." (orientering)

"Jag började med innebandy....har alltid sportat...lite senare med ishockey och fotboll..... och sen började jag boxas." (boxning)

"För mig.....först var det sån där småbarnsbalett och sen så var det gymnastik och så var det simning först och så kom simhoppet och sen seglingen. Det var ett ganska varierande utbud av aktiviteter." (simhopp)

"Jag prövade väl på allting i princip. Jag spelade bandy. Jag var med och simmade i Karlstads simsällskap. Jag testade skinning och provade kanot.....Jag ville egentligen bli skidåkare men det fanns ju ingen skidklubb i Karlstad....och det blev mer och mer spännande med friidrott." (friidrott)

Idrottsgren?

Huvudgrenen som idrottsaktiv var för de flesta samma som i nuvarande tränarskap.

Tabell 7: Huvudsaklig gren som aktiv idrottsutövare jämfört med tränarskapet (procent).

	Kvinnor	Män	Totalt
Samma som i dagens tränarskap	97	82	84
Annan idrottsgren	3	17	15
Både samma och annan	0	1	1

Det är ju inte oväntat att man jobbar som tränare inom tidigare aktiv huvudgren. Bland förbundskaptenerna är det c:a 90%. Förhållandet är tydligare inom lagbollsporter än i individuella grenar. Könsskillnaden förklaras i huvudsak av att kvinnorna under den aktiva

perioden i större utsträckning var fokuserade på en enda gren och då blev ju grenvalet som tränare också lite enklare. Intressantare är kanske att notera den andel som idag fungerar som tränare i annan idrottsgren än den ursprungliga "huvudgrenen".

"Gymnastik var egentligen det som jag tyckte var roligast, som jag älskade mellan 6 års ålder tills jag var 12.....men jag hade inga förutsättningar för det. Jag var klumpig men jag älskade det." (sportskytte)

Aktiv idrottskarriär?

Följande tabell visar att merparten av dagens elittränare även varit lyckosamma i sin tränar-karriär. Flertalet har nått väl så långt som sina nuvarande "lärjungar".

Tabell 8: Högsta nivå som aktiv idrottsutövare (procent).

	Kvinnor	Män	Totalt
"Normal" föreningsnivå	0	23	20
SM	24	29	28
Landskamp	28	17	19
EM	12	7	7
OS/VM	30	19	21
Annat	6	5	5

De kvinnliga elittränarna i studien har utan undantag hämtats bland tidigare elitidrottare (d.v.s. minst SM-nivå). Det finns också en tydlig skillnad mellan lagsporter och individuella grenar. I lagbollssporterna har en högre andel (34%) tränare en "normal" föreningsnivå som högsta merit medan individuella gruppen i större utsträckning består av tränare med meriter från landskamper (21%) och OS/VM-nivån (25%).

"...samtidigt som jag tog min första VM-medalj började jag att plugga på Bosön och sen så rodde jag och avslutade med OS i Atlanta och var färdig med mina studier ett år senare." (rodd)

"Precis när jag kom in på GIH så tog jag medalj som andraårssenior på VM." (orientering)

Sistnämnda konstaterande (större andel med högre tävlingsmeriter) gäller även gruppen förbundskaptener:

"Vi hade just vunnit Europaligan, bäst i hela Europa." (ishockey)

"Då när jag hade vunnit OS....." (simhopp)

"Vid ett tillfälle boxades vi i landslaget allihopa, vi bröder." (boxning)

"Jag var lagkapten i landslaget vid ett tillfälle något år där...och sen så Boltic...det var ju en väldigt speciell tid. Vi vann ju så mycket." (bandy)

Hur ser det ut med tränarnas eget idrottsutövande idag? På vilket sätt och på vilken nivå utövar man för tillfället sitt idrottande?

Tabell 9: Eventuellt eget aktivt regelbundet idrottande (procent).

	Kvinnor	Män	Totalt
Nej	15	26	24
Motionsidrott	70	62	63
Tävlingsidrott – lägre nivå	12	8	9
Elitidrott	3	4	4

Några enstaka tränare (både kvinnor och män) är fortfarande aktiva elitidrottare. Majoriteten håller sig i form med motionsidrott, men relativt många (speciellt bland männen) har lagt av helt. Lagidrotternas tränare har i större utsträckning helt slutat att idrotta (32% jämfört med 19% bland de individuella tränarna). I sistnämnda grupp är något flera fortfarande tävlingsaktiva – även på elitnivå. Också bland förbundskaptenerna – speciellt bland de mindre grenarnas enstaka företrädare – är en något större andel fortfarande tävlingsaktiva.

Varför tränare?

Varifrån kommer impulsen till dagens tränarutövande? Varför väljer man tränarskapet (i vissa fall t.o.m. parallellt med den aktiva karriären)?

Tabell 10: Huvudorsak till tränarengagemang (procent).

	Kvinnor	Män	Totalt
Egna barn i verksamheten	0	3	3
Inte tillräckligt bra som aktiv	0	1	1
Skador avbröt karriären	3	9	8
Inspirerad av andra tränare	6	9	8
Övertalad	9	9	9
Kändes naturligt	44	47	47
Annan orsak	22	6	8
Kombination av orsaker	16	16	16

Det dominerande svaret blev att det "kändes naturligt". Ledarskapet tycks ha legat i blodet.

"Tränarskapet det kommer in redan när man spelar. Det finns med på något sätt...att tänka...kom in väldigt tidigt. Att tänka förebilder...så ska jag agera...ledare kom och gick och dom höll inte nivån i kvalitén...under den tiden skrev jag träningsprogram till den tränaren, för han hade inte erfarenhet alls, så där började jag som spelare att börja tänka ledare." (bandy)

"För mig var ju idrotten allting i princip...mina ledaregenskaper tog sig väl uttryck i att jag hittade på mycket och fick med mig kompisar i unga år...och började arrangera lite tävlingar hemma som jag höll i...eftersom jag kände att idrott var så viktigt för mig, jag var inte motiverad att läsa...och att jag var begränsad i min egen aktiva karriär...så var planen klar. Jag ville bli tränare." (friidrott)

Liknande orsaksresonemang (det kändes naturligt...) finner vi i en tidigare studie av f.d. förbundskaptener (Eriksson 1998). Förutom spontankänslan och självklarheten att engagera sig som ledare/tränare är det också ganska naturligt med en kombination av flera olika skäl bakom tränarskapet.

"Jag tror nog...en inspiratör lite grand...som värvade mig till Örebro. Han var ju verkligen en inspirationskälla i just den frågan....I slutet av min spelarkarriär så började det...hand i hand...medvetet och omedvetet så tror jag det

växte fram...och när så båda mina knän...ja man är kvar i omklädningsrummet. Precis som Du borstar tänderna så går Du till omklädningsrummet och byter om. Jag tror det handlar lite om att det här är min hemmamiljö." (fotboll)

"Jag hade en lärare som stimulerade mig....så jag var med då redan från början....sen tyckte jag att det var ingen ordning på ledarskapet. Det var så många spelare som ballade ur.... Jag hade ju ledarskapsutbildning genom det militära...så det fick man nog se till att det sköttes. Jag fick alltid dom med mig och jag lärde ju mig väldigt mycket." (handboll)

Initiativet till tränarpremiären tar man ju oftast själv.....

"I gymnasiet så ordnade jag och en annan tjej ett läger för skyttar över hela Halland och bjöd in ungdomar överallt ifrån...då fanns ett läger varje år, men det var väldigt gamla ledare.... och jag tror inte man lärde sig nåt på dom lägrenna. Så då organiserade vi vårt eget läger och det blev jättelyckat." (sportskytte)

"Jag älskade simhoppningen...den hade gett mig så fantastiskt mycket....men någonstans så kände jag att jag inte ville hålla på med simhopp aktivt för då kunde jag inte göra klar min utbildning. Nånstan så fanns det där att man skulle ha en riktig utbildning. Jag ville egentligen utöva den men jag hade inga ekonomiska resurser att göra det....OK, jag ville nog gärna bli tränare nu." (simhopp)

.....men det är inte ovanligt att intresset för ledarskap växer fram i huvudsak på grund av externa kontakter.....

"Jag tror att intresset för ledarskap växte fram när jag började plugga. Då träffade jag på ledare som hade tänkt väldigt mycket, som var intresserade och entusiasmerande av att utveckla verksamheten på ett riktigt sätt. Jag blev mer inspirerad av andra ledare än av idrotten själv. Intresset för ledarskap växte nog fram i läran i ledarskap." (rodd)

"Det bara slumpade sig så. Det var egentligen inte...jag vill inte säga att det var nåt kall eller så.....Det var en äldre kollega som bad mig, som var lite föregångsman. Det var ju han som var den drivande där. Jag följde med som hjälptränare från början. Jag hade en viss fal-lenhet för det. Jag tyckte det var roligt. Jag var ju fortfarande aktiv...vid sidan om så körde jag en del tränaruppdrag." (bowling)

.....och vi ser också exempel på när tränarskapet kommer mer eller mindre "påtvingat" och till skänks:

"Jag var nästan tvingad att bli tränare, för om klubben skulle gå vidare så var de tvungna att ha en ny tränare. Vi hade just vunnit Europaligan....vår tränare flyttade till Schweiz..... jag fick en förfrågan från klubben.....det kändes att ska nån träna klubben vidare så måste det vara nån inifrån.....då kände jag väl...OK, jag provar på....men jag tänkte att jag tar ett år. Sedan är jag fast." (ishockey)

"...så han lurade in mig på den militära banan....Det var en fantastisk tid i mitt liv. Dels fick jag ägna mig åt idrott och dels fick jag insyn i elitidrottens villkor, därför att jag jobbade i dom första idrottsplutonerna som kom 1967....Jag var alltså instruktör för idrottsplutonen i Karlstad. Där fick jag då komma i kontakt med världsstjärnor i idrott." (friidrott)

Vi ser i övrigt en jämn spridning över olika enskilda orsaker (det är dock få som inte anser sig varit tillräckligt bra som tidigare aktiv och heller inte så många som valt tränarengagemanget p.g.a. egna barn i verksamheten). Det sistnämnda förklaras huvudsakligen av att tränarskapet vanligen börjar i åldrar innan det blivit aktuellt med familjebildning och barn.

En måhända intressant notering i sammanhanget är att det bara är lagidrottstränare som ursprungligen startade sitt tränarskap p.g.a. egna idrottande barn (7% jämfört med 0% inom individuella grenar). Lagidrotterna dominerar också när det gäller tränarengage-

mang p.g.a. skador i den egna idrottskarriären. Däremot blev tränarna i den individuella gruppen i högre utsträckning övertalade. I övrigt är det inga större skillnader jämfört med totalsiffrorna.

TRÄNARROLLEN FRÅN "GRÄSROTSNIVÅ" TILL ELIT

Tränarengagemanget började mer eller mindre frivilligt (för vissa har skador satt stopp för en planerad aktiv karriär) och med olika orsakergrunder. Hur gamla (unga) var då dagens elittränare när ledarengagemanget startade?

Enkätresultaten visar på en överraskande stor total åldersspännvidd när det gäller ledare/tränarpremiären. Från ett fåtal pojkar som började redan i 11-årsåldern till någon enstaka "medelålders" man, där tränarkarriären inledes först vid 43 års ålder.

Genomsnittsåldern vid tränarpremiären var drygt 22 år (kvinnorna ett knappt år tidigare). Följande tabell visar procentandelar med begynnelseåldrar uppdelat i femårsintervaller:

Tabell 11: Premiärålder som ledare/tränare.

	Kvinnor	Män	Totalt
15 år eller yngre	12	14	13
16-20 år	50	35	37
21-25 år	16	17	17
26-30 år	12	21	20
31-35 år	6	10	10
Äldre än 35 år	4	3	3

"Gymnasieperioden" 16-20 år tycks vara den åldersnivå som dominerar tränarpremiären. Just 18 år utmärker sig särskilt. Det är den ålder då var tionde tränare i undersökningsgruppen startade sin tränarkarriär. Sett till enskilda idrottsgrenar kan vi nedan urskilja de idrotter med den tidigaste respektive senaste genomsnittliga ledarepremiären.

Under 20 år	Äldre än 25 år
Kanot 14,0	Ishockey 30,1
Danssport 15,5	Bågskytte 29,0

Judo 17,2	Badminton 27,7
Simning 17,3	Bandy 27,6
Cykel 18,0	Rodd 26,0
Basket 18,2	Skidskytte 25,3
Orientering 18,6	Sportskytte 25,1

Premiäråldern för tränarskapet har oftast två ”planhalvor”. Den första handlar om tiden(åldern) för de första prövande stegen som ledare/tränare medan den andra tidpunkten inträffar när tränarskapet kommer lite mer ”professionellt” och medvetet i tillvaron:

”Han var gymnastiklärare och vi tränade ihop fast jag var elev....och där kom mitt första ledarskap. Han skulle åka iväg ett halvår nånstans.....och då frågade han mig. Då tog jag alltså lärarskapet under tiden då jag var elev. Så där började väl ledarskapet.....och sen när jag slutade med landslaget...jag slutade vid 30 år...och så trappade jag ner och så tog jag en div. 2-klubb i bandy. Så började det egentligen.” (bandy)

”Jag började egentligen att träna småkillar och småtjejer redan när jag var 13 år.....ja tränarskapet... egentligen hade jag ju det hela tiden.....när jag slutade som aktiv spelare...jag gick ju direkt över och blev tränare då när jag flyttade till Stockholm.” (fotboll)

”Sen blev det Handbollspojkarna. Där fick jag stort engagemang och var med och startade upp bingo där när jag var 17-18 år....ja, sen blev det ju...jag var ju lagkapten ofta för lagen, läroverkslaget då.....ja tränarjobbet direkt kom jag väl in på när jag började i Stockholm – på GIH.” (handboll)

”När jag började skjuta stående, då var jag 13 år. Då sköt jag kanske ett år stående och sen blev det naturligt att jag blev ledare för sittande.....Det var väl efter Idrotts-högskolan...det var då som jag började som tränare.” (sportskytte)

”....parallellt med basketen så hade jag också lag som jag tränade. Det är liksom tradition inom basket, att man tränar...då gick jag i gym-

nasiet, tror jag....sen så får jag ett samtal...jag anmälde mig till kursen.....parallellt jobbar jag som ämneslärare.. Bara genom att ha varit med där ett halvår så blev jag tillfrågad om jag ville ta hand om juniortjejerna.” (orientering)

Vi hittar emellertid också flera exempel på att tränarskapet kommer in direkt lite senare i livet och då oftast efter egen aktiv karriär och/eller genomförd utbildning.....

”....och anser fortfarande att så länge man är aktiv så är man aktiv. Men däremot...den dag jag slutade så var det helt naturligt....det var naturligt att man gick rakt in i tränarskapet.” (friidrott)

”Jag fick jobb på roddgymnasiet i Strömstad direkt efter studierna. Jag blev ledare och tränare kan man säga på riktigt och då anställd på roddgymnasiet som lärare.” (rodd)

”Jag slutade i väldigt unga år. Jag slutade när jag var 21 år. Det var väl då som jag började som tränare. Jag hade nån liten grupp då och då, men det var väldigt sporadiskt...När jag var färdig i Örebro och vi flyttade hit...det var då jag blev tränare...man hade utbildat sig till idrottslärare och på nåt sätt....” (simhopp)

Antal år som tränare i huvudgrenen?

Flertalet studier har tidigare visat att just tränarrollen har längre ”livslängd” än andra ledarfunktioner inom idrottsrörelsen. Ett sådant konstaterande stämmer även här. Det gäller också kvinnorna som annars är svårare att locka till tränarjobbet. Genomsnittet bland kvinnliga elittränare ligger på 13 år, medan männen i medeltal har fungerat som tränare i grenen c:a två år längre. Totalmedeltalet är 14,6 år. Respektive förbundskapten har i genomsnitt något års längre erfarenhet.

Erfarenheterna från tränarskapet i den egna grenen varierar dock starkt inom undersökningsgruppen. Vi finner här hela skalan från en handfull elittränare, som gör sitt första år (??)

som tränare, till ett fåtal veteraner som jobbat i "gamet" upp till 40 år. Nästan hälften har fungerat som grentränare i mer än 15 år. Just 15 år tycks vara den enskilt vanligaste erfarenhetsperioden (gäller var tionde elittränare).

Genomsnittstiden för de tränare i studien som har en erfarenhetsperiod kortare än 10 respektive längre än 20 år i den egna grenen ser vi i följande förteckning :

Kortare än 10 år	Längre än 20 år
Kanot 5,0	Bilsport 30,0
Curling 8,0	Rodd 23,7
Danssport 8,0	Bowling 22,5
Badminton 8,5	Cykel 22,0
Bandy 8,7	Ridsport 21,3
Innebandy 8,8	
Skridsko 9,3	

Antal år som tränare generellt ?

Om vi vidgar fältet till erfarenhet av tränarskapet generellt (även i andra grenar) så ökar medelvärdena – men bara något. Genomsnittet ligger på 15 år för kvinnorna och några år längre år bland männen (totalmedel = 16,8). Varannan elittränare har sysslat med tränarskap inom tidsintervallet 10 - 25 år. För vissa människor handlar tränarjobbet alltså om en sysselsättning under stora delar av livet. Nedan följer grengensnittet för funktionen som tränare under längre tid än 20 år (grenen avser dagens huvudtränarskap):

Danssport (27,0), Cykel (25,0), Bowling (24,2), Tyngdlyftning (22,7), Vattenpolo (21,6), Friidrott (21,8), Bordtennis (21,2), Golf (20,4) och Gymnastik (20,1). Bilsport, ridsport och rodd finns med på listan med sina värden från egna grenen. Uppräkningen innehåller som synes enbart individuella grenar. Det finns många lagidrottstränare med motsvarande erfarenhetstid – men spridningen inom respektive gren är så stor att medelvärdena hamnar utanför 20+ listan. Noterbart är här de höga värdena för danssportstränarna, vilka i genomsnitt tycks ha lång erfarenhet av tränarskap generellt (i huvudsak i andra idrotter?).

Idrottsgren(ar) i tränarskapet?

En fråga i studien gällde nuvarande eventuella engagemang som tränare också i annan gren än den s.k. huvudidrotten (där man blivit uttagen av respektive SF).

Tabell 12: Funktion som tränare även i annan idrottsgren (procent).

	Kvinnor	Män	Totalt
Ja	12	15	14
Nej	88	85	86

De allra flesta tränarna håller sig till en enda idrottsgren. Vi hittar t.ex. ingen tränare engagerad utanför grenen i följande idrotter: Bilsport, bowling, boxning, budo, curling, cykel, ishockey, ridsport, skridsko, sportskytte och tennis. Det är dock inte ovanligt (oavsett kön) med engagemang också på annat håll. Ledar-/tränarskap innehåller faktorer som inte behöver vara grenanpassade. Att hjälpa till även i andra idrotter är något vanligare inom individuella grenar. Procentandelen elittränare, som jobbar som tränare i annan idrott än "huvudgrenen", är större än genomsnittet (var femte eller fler) inom bandy, friidrott, judo, konstakning, orientering, rodd, skidskytte, tyngdlyftning och vattenpolo. Även kanotförbundets och danssportens representanter har tränarsysslor också i annan idrottsgren. Det finns naturligtvis en ekonomisk förklaring till att man ibland måste söka andra tränarsysslor, eftersom man oftast inte är heltidsanställd i egna klubben/förbundet.

Anställningsform och tidskrav?

Formellt noterar man en betalt arbetsinsats som framgår av följande tabellsiffror:

Tabell 13: Nuvarande arbete inom idrotten (procent).

	Kvinnor	Män	Totalt
Heltid	33	44	43
Halvtid	27	25	25
Deltid (mindre än halvtid)	40	31	32

Tabellen visar tydligt att det är mindre än

hälften av den svenska elittränarkåren som har sin tränarsyssla på heltid (en större andel dock bland förbundskaptener/ landslagstränare). Vi ser också könsskillnaden i sammanhanget. Lagsporterna i gruppen innehåller färre heltidsanställda (39%) jämfört med gruppen individuella idrotter (45%).

De flesta, som inte arbetar som heltidstränare, har tränarsysslan vid sidan av något av andra alternativ (hel- eller deltidsarbete respektive studier). I likhet med gruppen elitaktiva (RF 2001) är det alltså mer än hälften av elittränarna som klarar av (tvingas till av ekonomiska skäl?) att förena idrottssatsningen med hel- eller deltidsarbete.

”Heltidsanställning....det skulle underlätta jätte-jättemycket....att man har 40 timmars jobb och resten av tiden ägna sig åt familjen, vänner, andra intressen. Det skulle underlätta jättemycket.” (sportskytte)

”Ja, det är klart man skulle kunna göra så mycket. Som det nu är så är det mest ideellt arbete.....jag har en viss ersättning när jag reser, men det täcker inte upp min frånvaro på jobbet.....det finns inte resurser...men däremot skulle jag vilja jobba halvtid. Det skulle underlätta mycket.” (boxning)

”Jag måste berätta hur min situation är idag. Jag jobbar halvtid i skolan. Jag jobbar halvtid som förbundskapten sen har jag simhoppsträning fyra timmar om dan...utan ett enda öre i ersättning.” (simhopp)

För flera i undersökningsgruppen har läget förändrats under resans gång.....

”Jag har aldrig varit tränare på heltid förrän nu utan jag jobbade ju. Jag hade ett jobb vid sidan om hela tiden.” (friidrott)

I undersökningsgruppen har följande idrotts-grenar en klar majoritet av sina elittränare anställda på heltid (rangordningen bygger på procentandelar inom respektive gren – spänn-

vidd 56%-91%) (obs! grenar med enstaka representanter inräknas ej här):

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1. Ishockey | 7. Fotboll |
| 2. Golf | 8. Rodd |
| 3. Skidskytte | 9. Friidrott |
| 4. Badminton | 10. Orientering |
| 5. Tennis | 11. Simning |
| 6. Bordtennis | 12. Basket |

Vilket tidsmässigt engagemang krävs idag av elittränarskapet under olika säsonger? Följande tabell ger en översiktlig bild:

Tabell 14: Elittränarskapets arbetskrav – antal dagar/vecka under olika säsonger.

	Högsäsong			Lågsäsong		
	Kv	M	Tot.	Kv	M	Tot.
Varje dag	47	65	63	23	22	22
4-5 dgr/vecka	25	23	23	16	34	32
3 dgr/vecka	9	4	5	23	19	20
1-2 dgr/vecka	19	6	7	26	18	19
Mera sällan	0	2	2	12	7	7

Vi ser både totalt och inom kön en klar skillnad i tidsengagemang mellan hög- och lågsäsong. Under högsäsong/tävlingsperiod krävs i stort sett dagligt arbete av mer än varannan tränare medan situationen är betydligt lugnare för många under lågsäsong/mellanperiod. Generellt är en större andel (67%) av lagidrottstränarna sysselsatta dagligen under högsäsongen jämfört med gruppen individuella grenar (58%), medan motsatt förhållandet råder under lågsäsongen (lagidrott = 16% resp. ind. idrott = 26%).

Samtliga tränarrepresentanter från badminton, ishockey, kanot, konståkning och rodd är engagerade dagligen under högsäsong. Samma gäller minst 75% av elittränarna från följande grenar (uppräknings i bokstavsordning – ej procentandelar): Basket, fotboll, friidrott, golf, skidor, simning, skidskytte och tennis.

När det handlar om lågsäsong/mellansäsong finner vi heldagsengagemang inom minst halva elittränarkåren från grenarna friidrott, skidor, ridsport, rodd, simning och tyngd-

lyftning. ”Mera sällan” - röster ser vi nu från tränare i något fler idrotter än vad som gäller beträffande högsäsong. Arbetsinsatsen omräknat i timmar noteras i följande genomsnittliga beräkning:

Tabell 15: Beräknat tidsengagemang totalt (inkl. resor, förberedelser m.m.) Antal timmar/vecka.

	Kvinnor	Män	Totalt
Högsäsong	28	38	37
Lågsäsong	16	22	22

Som en logisk följd av tidigare uppgifter noterar vi också här en klar skillnad i tidsengagemang mellan olika idrottssäsonger. Totalgenomsnittet (i huvudsak påverkat av manliga tränare) ligger under tävlingssäsongen i nivå med ett normalt heltidsjobb – vilket för många är mer än man får betalt för. Under lågsäsongen handlar det i snitt om en halvtidssyssla. I totalgruppen finns dock en stor spridning i tränarkravet från 2 (!?) till nästan 100 tim/vecka oavsett säsong.

Nästan var tredje elittränare har under högsäsong/tävlingssäsong en total arbetsbörda på 50 timmar eller mer. Sett till grenar finner vi följande genomsnittliga tidsangivelser från grentränare med mer än 40 timmars arbetsinsats:

Ishockey 74,4	Friidrott 46,8
Skidor 55,1	Golf 45,7
Skidskytte 54,6	Fotboll 45,2
Ridsport 50,0	Basket 44,3
Badminton 48,3	Simning 41,4
Bordtennis 47,3	Orientering 40,7

Mästerskapscoaching blir för många en mer eller mindre självvald livsstil.....

”Otroligt många som....om vi pratar om friidrott, fotboll eller hockey t.ex.....är man inte aktiv och man är inte coach heller 2 gånger 2 timmar/dag utan man är det 24 timmar om dygnet.” (friidrott)

”Idrotten är en del av mitt liv, det är mitt jobb, min fritid, mitt allt liksom. Det har ju styrts var jag har bott....” (fotboll)

Under lågsäsongen minskar den totala tidsinsatsen för merparten av elittränarna. Inom följande idrotter är dock tränarna genomsnittligt minst halvtidssysselsatta (uppräknade i rangordning efter tidsangivelser): Skidor, friidrott, skidskytte, fotboll, simning, badminton, ridsport, ishockey, basket, bordtennis, konstämning, orientering, golf och gymnastik.

Indirekt ger dessa uppgifter även en bild av de aktivas träningsituation. Vi har i en tidigare studie (RF 2001) synpunkter beträffande träningsmängden hos sekelskiftets A-landslagsgrupper jämfört med internationella konkurrenter. Nästan hälften (48%) av elitidrottarna ansåg att den egna träningsdosen var ungefär densamma som konkurrenterna. Ungefär lika många trodde att dessa tränade mer. Bland kvinnliga aktiva var det betydligt fler (58%) som menade att man låg i underläge när det gäller träningsmängden.

En liknande fråga ställdes till elittränargruppen. ”Hur mycket tror Du att man tränar i den internationella eliten jämfört med Dina egna aktiva?” Så här blev svaren:

Tabell 16: Åsikter om träningsmängd i den internationella eliten (procent).

	Kvinnor	Män	Totalt
Mindre än vi	6	5	5
Ungefär lika mycket	47	47	47
Mer än vi	41	47	46
Vet ej	6	1	2

Osäkerheten om det internationella läget är större i den kvinnliga tränargruppen. Annars verkar det vara färre kvinnliga elittränare (jämfört med kvinnliga aktiva) som idag anser att konkurrenterna tränar mer. I övrigt är bilden nästan en exakt kopia av de aktivas åsikter. Det handlar heller inte om att tro eller gissa. Man har tydligen – både bland aktiva och tränare – en mycket bra koll på läget bland idrottsgrenar och konkurrenter i andra länder.

Grupperna lagbollsporter respektive individuella idrotter skiljer sig här ganska tydligt. Genomsnittligt anser tränarna från den indi-

viduella gruppen att utländska konkurrenter tränar mer än deras egna svenska aktiva (56%) jämfört med lagidrotterna (37%).

Inom följande grenar är man bland tränarna ense att man har en mindre egen träningsmängd än den internationella eliten: Bilsport, danssport, sportskytte, tennis, tyngdlyftning och vattenpolo. Samma gäller minst 2/3 av tränarna från grenarna basket, bordtennis, gymnastik, judo, simning, skidor och skidskytte.

Antal föreningar i tränarkarriären?

I genomsnitt är det knappt var femte tränare som under sin karriär varit knuten enbart till en enda förening. Föreningstroheten är något större inom den individuella tränargruppen (30%) - jämfört med 12% hos lagidrottstränare. Totalt handlar det för nästan halva skaran om maximalt två olika klubbar. Enkätresultaten visar annars på en spridning ända upp till 12 olika föreningar under karriären (en enda tränare i en individuell idrott har t.o.m. fungerat i sammanlagt 20 olika klubbar). Totalgenomsnittet för lagsporter ligger på tränarverksamhet inom 3,6 olika föreningar. Motsvarande medelvärde för individuella grenar är 3,3 klubbar. Den mer omfattande "hoppjerka-stilen" – tränarjobb i fyra olika föreningar eller fler – gäller för nedan uppräknade idrottsgrenar:

Bowling 9,5	Basket 4,3
Ridsport 7,0	Ishockey 4,3
Cykel 6,0	Friidrott 4,2
Fotboll 5,1	Kanot 4,0

Totalt handlar det om en ganska föreningstrogen ledarskara (speciellt bland kvinnorna), där många – för egen försörjning och med olika karriärambitioner – ändå tvingas till olika föreningsbyten.

Målgrupper i tränaransvaret?

Drygt hälften av elittränarna (56%) har tidigare erfarenhet av tränarskap inom barnidrott (upp till 12 år). Motsvarande siffra bland förbundskaptenerna är 60%. Skillnaden mellan

könen är ganska obetydlig (kvinnor=53% och män=57%). Bland idrottsgrenarna hittar vi störst andel (minst 2/3) tidigare barntränare inom bandy, basket, bordtennis, golf, handboll, kanot, konståkning, orientering, rodd, simning, skridsko, tyngdlyftning och vattenpolo. Dagens tränarskap handlar för samtliga tränare i undersökningsgruppen om arbete med elitidrottare. Vilken könsmissig målgrupp rör det sig om? Svaren framgår översiktligt i följande tabell:

Tabell 17: Genusmässig träningsgrupp i dagens elittränaransvar (procent).

	Kvinnor	Män	Ind	Lag	Totalt
Enbart kvinnliga aktiva	55	18	10	39	23
Enbart manliga aktiva	0	30	6	53	26
Aktiva av båda kön	45	52	84	8	51

Det är ingen av de kvinnliga elittränarna som enbart tränar aktiva av det motsatta könet – vilket däremot gäller för nästan en femtedel av männen. I totalgruppen är det tydlig övervikt för tränare som har aktiva av båda könen i sitt tränarskap. Bland förbundskaptenerna har hela 67% tränaransvar för både män och kvinnor. Alla grenar (utom bilsport) representeras av tränare med tvåkönade träningsgrupper. I bordtennis, budo, bågskytte, curling, cykel, danssport, friidrott, kanot, skidor, ridsport, rodd, simning och skidskytte gäller detta förhållande samtliga representanter i studien. Som synes rör det sig om en betydligt större andel tränare inom gruppen individuella idrotter än bland lagidrottstränarna. Sistnämnda skara har i stället övervägande enkönade träningsgrupper.

Elittränare med enbart kvinnor i träningsgruppen finner vi i stor utsträckning inom basket och innebandy medan majoriteten i bandy, fotboll, handboll, ishockey och vattenpolo bara tränar grabbar. Sistnämnda gäller även bilsportens representant.

Bland elittränarna med enkönade träningsgrupper har 58% av kvinnorna och 66% av männen tidigare även tränat aktiva av annat kön. Fördelat på idrottstyper blir siffrorna 70% för lagtränare och 62% bland individuella elittränare. Totalt är det ungefär en tredjedel som helt saknar tränarerfarenhet inom annat könsområde än där de idag arbetar.

Idrottsmässigt högsta tränarnivå?

Hur långt har man nått i sin elittränarskap? Vilken är den högsta idrottsliga nivån så här långt i tränarkarriären?

Tabell 18: Hittills högsta tränarnivå (procent)

	Kvinnor	Män	Ind	Lag	Totalt
Nationell					
Klubbnivå	6	20	1	39	18
Distrikt/region	0	3	1	4	2
Internationell					
Klubbnivå	12	9	4	17	10
Landslag	82	68	94	40	70

Sammantaget är det en idrottsligt väl kvalificerad tränargrupp. Vi ser dock en ganska tydlig könsskillnad med enbart ett fåtal kvinnliga tränare som ”bara” har erfarenhet av svenskt klubbarbete, medan övervägande delen har landslagsmeriter. Bland männen är det större spridning. Ännu större blir skillnaden om vi ser till olika idrottstyper. Elittränarna från individuella grenar har nästan undantagslöst landslagsmeriter, medan situationen är annorlunda bland lagidrottstränare.

Nästan varannan tränare i undersökningsgruppen (kvinnor=60% och män=42%) har idag någon form av landslagsansvar som förbundskapten eller motsvarande. Ungefär 2/3 av dessa representerar individuella idrotter. Motsvarande syssla har också andra i tränargruppen (var tionde kvinna och 18% av männen) haft tidigare. I hela undersökningsgruppen är det bara 35% som hittills saknar erfarenhet av förbundskaptensarbete.

Förbundskaptensgruppen har i genomsnitt drygt 5 års erfarenhet av jobbet (kvinnor=4 år

och män= 6 år). Det är dock en stor spridning från knappt 1 år till drygt 25. Ungefär hälften av gruppen har förbundskaptenserfarenhet inom tidsspannet 2-5 år. Vi konstaterar också att ungefär 15% av tränarna i undersökningsgruppen har minst 10 års vana av förbundskaptensjobbet.

De mest meriterade tränarna på detta område finner vi inom nedan uppräknade grenar (genomsnittligt antal år):

Rodd 11,0	Golf 7,8
Bordtennis 8,8	Fotboll 7,1
Vattenpolo 8,7	Bowling 6,7
Bågskytte 8,0	Ridsport 6,5
Curling 8,0	Friidrott 6,4
Cykel 8,0	Badminton 6,3

Viktigast för egna tränarutvecklingen

Elittränarna ombads också markera vad man tycker varit väsentligast för den egna utvecklingen som tränare. Oftast handlar det om flera delvis samverkande orsaker. Följande tabell visar angivna alternativ rangordnade efter antalet ”röster” från dem som markerat respektive faktor som allra viktigast. Totalsiffrorna anges i procent för att markera styrkeförhållandet – medan könsuppdelningen enbart presenterar de rangordnade faktorerna:

Tabell 19: Viktigaste faktorer för tränarutvecklingen.

Totalt	Kvinnor	Män
Idrottskamrater (34%)	Tränarutbildning	Idrottskamrater
Tränarutbildning (33%)	Civil utbildning	Tränarutbildning
Annat (23%)	Idrottskamrater	Annat
Förening (22%)	Annat	Förening
Civil utbildning (21%)	Förening	Civil utbildning
Make/maka/sambo (17%)	Förbund	Maka/sambo
Förbund (14%)	Make/sambo	Förbund
Föräldrar (7%)	Föräldrar	Föräldrar

Sammantaget ser vi en röstspridning över hela skalan med en viss kraftsamling på idrottskamraterna och tränarutbildningen. Svartalernativet ”idrottskamrater” bör nog hanteras med en

viss försiktighet, märker jag så här i efterhand. Vissa har i svaret lagt in ledar-/tränarkamrater – en kategori som hos andra hamnat under alternativet ”annat”.

Totalgruppen är könsmässigt ganska olika i den här frågan. Det är tydligt att kvinnorna värdesatt utbildning högre än männen. Det märks bl.a. på markeringen av civil utbildning (ofta på högskolenivå). Tränarutbildningen markeras tydligast bland kvinnorna....

”Utbildning, kunskap och stöttning...utbildning...mycket från Bosön, Katrinebergs folkhögskola och sen Idrottshögskolan och dom kontakterna man har därifrån....samtidigt också stöttningen. Man känner att det man gör är uppskattat. Man får stöttning från äldre ledare och det uppskattar jag.” (sportskytte)

”...men på nåt sätt...med den utbildning som man har skaffat sig, tror jag att man har fått en bra självkänsla. Jag tror inte att jag hade vågat det här annars om jag inte hade utbildat mig.” (fotboll)

”Det var väl lite grand....i och med att jag blev idrottslärare så hade man väl nånstans..... att jag gärna ville vara tränare.....och jag har fått ut mycket av SOK:s utbildningar.” (simhopp)

... medan idrottskamrater respektive tränarutbildning är ungefär likvärdiga bland männen. Vi noterar också föräldrarnas något blygsamma roll i tränarutvecklingen – en situation som skiljer sig från flertalet elitaktivitas uppfattning (RF 2001). Alternativet ”annat” står bl.a. för egen drivkraft och nyfikenhet men även impulser från och samspel med andra tränare.

”Jag tror att det är en massa inre drivkraft som betytt mest....att man haft ett mål med det man gjort.” (fotboll)

”....sen så kontakten med andra tränare, absolut....Men det har varit mycket egna initiativ.” (rodd)

”Hon (egna tidigare tränaren - förf. anm.) har

följt med mig väldigt mycket, samtidigt som jag känner att det är vissa grejer som jag inte vill göra som hon gjorde. Jag har lärt mig mycket av henne.....lärt mig mycket av min hemsituation också...att man hade många att ta hänsyn till.” (simhopp)

Om vi koncentrerar oss på ”idrottstyper” så dominerar tränarutbildningen som huvudorsak för individuella idrotter följt av idrottskamraterna – medan ordningen är den omvända bland lagtränarna. Vi kan här också konstatera att förbundet hamnar lägst på listan i genomsnitt bland lagidrotternas tränare. På samma plats hos tränarna i individuella grenar ligger alltså förvånande nog föräldrarna.

Betydelsen av make/maka/sambo är tydligast markerad inom basket, fotboll, handkappidrott, innebandy och ishockey men även hos minst 1/3 av tränarna i budo, skidor och tennis.

Föreningarna nämns mera synligt i bowling och badminton men förekommer också hos nästan hälften av tränarna i fotboll, handboll och innebandy. Hos tränarna i bågskytte, curling och cykel märker vi också vikten av förbundet i sammanhanget.

Intervjusamtalen röjer att det oftast handlar om en kombination av orsaker, där den egna personligheten och den egna idrottserfarenheten, tillsammans med olika utmaningar i tränarkarriären, varit viktiga byggstenar i utvecklingen:

”När det gäller ledarskapsbiten så är det från pappa. Jag tror att jag omedvetet har lärt av honom....hans sätt att ta människor och såna saker.....pratad med framgångsrika ledare.....än idag blir jag mer inspirerad av människor som gör fel än av människor som gör rätt....oavsett vad det är. Herregud det kan jag göra bättre...det viktigaste för en ledare – eller spelare.....man måste ha den inre drivkraften att söka kunskapen själv.....det är nog snarare en inre drivkraft....att när jag ser saker som inte är bra så vill jag gå in och styra.” (handboll)

”Att ha varit landslagsspelare och spelat själv....den biten har ju påverkat processen hela vägen....för mig var det nog att titta tillbaka på hur olika ledare gjort....Sen gick jag några utbildningar då....har fått träffa många människor och varit inne i processer...att lära mig under tiden men också gå in på andra vägar...där har jag ju mina bästa vänner som levt i ett japanskt tempel väldigt länge, så där har jag lagt på olika bitar. Sen har jag lärt mig under tiden av spelarna.” (bandy)

”Det är väl alla intermezzon, alla situationer som man börjar fundera på....Ja det hände mycket och jag lärde mig otroligt på mina misstag.....Jag hade ju inget mer ledarskap än från det militära med mig och egen erfarenhet från mina ledare som jag haft.....många förebilder som jag tagit ut, kanske det bästa av allt....utbildning är ju trygghet om man säger så. Det är mer den långsiktiga utbildningen.... misslyckas, lyckas...den militära utbildningen. Sen gick jag ju högre idrottsledarutbildning på högskolan...så jag har mycket i bagaget. Men dom olika metoderna som jag använt, dom är självlärda.” (handboll)

”...och i mitt fall....spelade i hela världen och den erfarenheten har jag tagit med mig i mitt ledarskap.....Det första året var ett riktigt hundår. Jag fick mycket erfarenhet. Jag fick va med i ett jäkla uppochner. Ibland handlade det mer om pengar än om hockey. Jag fick gå in och medla och försöka hålla allt vid liv så gott det gick. Det var ett år med ideellt arbete....jag fick en start som var värd mycket.” (ishockey)

Även om karriären innehållit en ganska omfattande tränarutbildning så framhävs ändå andra skäl.....

”Formell utbildning är ju en sak men livet är ju en ständig utbildning....jag har gått dom kurser och utbildningar som går att få i Sverige i friidrotten....Jag är alltså specialinstruktör i alla dom här grenarna, så det som finns att få i Sverige har jag fått....nyfikenhet absolut. En tro på mig själv i den posten....lite förmåga

att läsa och känna av människor....sen har jag varit på såna här 4-dagars utomlands och sökt upp lite tränare...men framför allt så är det egen verksamhet.” (friidrott)

Ekonomi

I samband med elitidrott går det inte att undvika den konkreta frågan om hur mycket tränarna tjänar på sitt arbete. Tabellen visar elittränarnas fördelning på olika inkomstgrupper:

Tabell 20: Årlig ersättning från idrotten i form av lön och arvoden?

	Kvinnor	Män	Ind	Lag	Totalt
Mindre än 50.000:-	43%	34%	37%	34%	35%
50.000-100.000:-	19%	14%	13%	17%	15%
101.000-200.000:-	19%	14%	10%	19%	14%
201.000-500.000:-	19%	30%	39%	15%	29%
Mer än 500.000:-	0%	8%	1%	15%	7%

Det är en viss övervikt för tränare som tjänar max. 50.000:-/år på sitt tränarskap. Samtidigt ser vi skillnaden mellan kön (betydligt större andel manliga tränare har bättre betalt – fler är heltidsanställda) och idrottstyper. Förhållandet över respektive under 100.000:- är totalt ungefär 50/50 för båda grupperna (individuella grenar respektive lagsporter). En betydligt större andel tränare inom individuella grenar tjänar mer än 200.000:-/år – men se i tabellen vilken idrottsgrupp som har flest över 500.000:-! Vi kan i sammanhanget konstatera att 45% av förbundskaptenerna/ landslagstränarna tjänar max. 100.000:-/år på sitt idrottsengagemang.

I inkomstgruppen mindre än 50.000:-/år finner vi tränarna från boxning och budo samt de enstaka SF-representanterna från bilsport, bågskytte, danssport och kanot. Här finns också majoriteten tränare från gymnastik, innebandy, judo, rodd, skridsko, sportskytte, tyngdlyftning och vattenpolo.

Inom intervallet 201.000-500.000:-/år finns alla ridsport- och tennistränarna samt SF-representanten från cykel. Vi hittar även

merparten elittränare i badminton, basket, bordtennis, friidrott, golf, orientering, skidor och skidskytte. Inkomstklasser över 500.000:-/år innehåller i studien enbart enstaka tränare från fotboll, golf och ishockey.

TRÄNARUTBILDNING OCH TRÄNARKUNSKAPER

Egen tränarutbildning?

De flesta tränarna i undersökningsgruppen (86%) har genomgått organiserad tränarutbildning i den egna grenen (kvinnor=82% och män=87%). Andelen utbildade tränare i lagbollsporterna är dock lägre (76%). I följande grenar har samtliga tränare i studien någon form av tränarutbildning: Boxning, fotboll, friidrott, golf, handboll, ishockey, konståkning, orientering, ridsport, rodd, skridsko och tyngdlyftning – liksom förbundsrepresentanterna från bågskytte, cykel, danssport och kanot.

En stor majoritet (77% kvinnor och 83% män) har också fungerat som tränare innan man eventuellt gick sin första tränarkurs. Genomgången tränarutbildning är ju heller inget krav för tränarskap i flertalet idrottsgrenar. I följande idrotter fungerade samtliga som tränare redan före första kursen: Bordtennis, bowling, cykel, dans, golf, gymnastik, handboll, kanot, ridsport, skridsko, sportskytte, tennis och tyngdlyftning. Följande tabell visar genomgångna nivåer inom tränarutbildningen hos undersökningsgruppens majoritet:

Tabell 21: Högsta tränarutbildningsnivå (procent)

	Kvinnor	Män	Totalt
Steg 1 (motsvarande)	7	4	4
Steg 2	7	9	9
Steg 3-4	28	42	40
Högskolenivå	24	21	22
Annan	31	17	19
Kombination av ovan	3	7	6

I den totala elittränargruppen finner vi ett mindre antal som hittills enbart har en organiserad tränarutbildning på någon av de lägre nivåerna..."Jag har gått steg 1 över en helg,

i övrigt är jag utbildad..." (handboll) Det vanligaste är att man gått förbundets högsta tränarkurser (normalt steg 3-4). Situationen är tydligast bland manliga tränare och klart dominerande inom lagbollsporter (52% jämfört med 31% bland individuella grenstränare). Ganska många har också olika kortare eller längre utbildningar på högskolenivå (något lägre andel lagtränare).

"Så började jag på Idrottshögskolan...jag ville ha med mig så stor grund som möjligt att stå på." (sportskytte)

"Jag var med på den där C-kursen, där Sveriges olympiska kommitté var delaktig...på Idrottshögskolan...alldeles utmärkt utbildning, tycker jag." (rodd)

Även i det här sammanhanget (liksom i bakgrundsavsnittet om högsta utbildningsnivå) får vi synpunkter som berör formell utbildning contra kunskaper förvärvade på annat sätt.

Under rubriken "annan" döljer sig olika former av HTU-kurser, clinics, konferenser, internationella kurser och seminarier på fortbildningsnivå – se exempel längre fram i texten.

"Vi hade en sån där ledarutveckling i Färjestad. Vi skulle se hur det fungerade i andra länder." (ishockey)

"Nu sist...då var vi i Örebro...förbundet gör ju det...man har en elittränarkonferens varje år i två dagar." (fotboll)

"Vid dom träffarna man haft via SOK, när man jobbat på tvären med olika idrotter, fantastiskt bra." (friidrott)

"Jag har inte gått en enda stegkurs i boxningsförbundet.....däremot så gick jag...det som jag verkligen har attraherats av.....en utbildning här på Bosön, en coachutbildning." (boxning)

Angiven total utbildningstid har i undersökningsgruppen noterats i dagar, alternativt

veckor eller år. Så här ser den totala fördelningen ut beträffande de olika tidsmarkeringarna för tränarutbildning:

Dagar	Veckor	År
21%	30%	35%

Total utbildningstid angiven i dagar har en spännvidd på 2-50 dagar. Mer än en tredjedel uppger en total utbildningstid angiven i år (en mindre könsskillnad till kvinnornas fördel). Den största enskilda andelen har en tvåårig utbildning. Vi ser här en total spridning från 1-6 år (66% = max 3 år).

Det finns ingen nämnvärd skillnad mellan lagsporter och individuella grenar. Noterbart i det här sammanhanget – med tanke på att vi talar om elittränare – är att mer än var tionde tränare har en total organiserad utbildningstid inom skräet på 2 veckor eller mindre (steg 1-2?), förutom dem som helt saknar utbildning! Om vi vänder på resonemanget så visar studien också att ungefär var fjärde elittränare har en tränarutbildning på 2 år eller mera.

Tillräcklig tränarutbildning?

Trots att många alltså har en flerårig tränarutbildning – även på högskolenivå – är det ändå bara var femte elittränare som idag anser att tränarutbildningen är tillräcklig.

Tabell 22: Åsikter angående eventuellt tillräcklig tränarutbildning (procent).

	Kvinnor	Män	Ind	Lag	Totalt
Ja	16	21	21	20	20
Nej	44	39	35	45	40
Delvis	40	40	44	35	40

Vi kan se att den största andelen anser att man har mer att lära. Tabellen visar också ganska tydliga skillnader mellan både kön och idrottstyper.

Frågan är förmodligen svår att besvara och svaren är dessutom svårtolkade. Vad menas

med utbildning? Frågeställning handlade ursprungligen om formell, organiserad utbildning (oftast i kursform) men många har här satt likhetstecken mellan utbildning och praktisk erfarenhet. Här är några röster i sammanhanget:

”Det är erfarenhet allting och så har jag gått utbildning i Sverige. Jag har ingen utbildning, tycker jag själv, att träna ungdomslag, men jag har en kunskap om hur det fungerar på elitnivå”. (ishockey)

”Eftersom jag själv inte har någon riktig form av utbildning så tycker man kanske att det inte behövs.....sen tror jag det har betydelse vad man håller på med. Handboll är så komplext. Du kan kompensera dina brister med andra kvalitéer”. (handboll)

”Ja alltså, utbildning kunskapsmässigt är ju inte så svårt, men formerna....jag är oerhört tilltalad av lärlingssystemet....När jag hade hållit på som tränare i ett år så kunde jag allt. Det var ingen som kunde tala om för mig, för jag visste precis....Jag har inga högskolepoäng, men jag har varit oerhört intresserad av att läsa mig till saker och ting.” (friidrott)

Vi märker också i intervjusamtalen exempel på en ganska ödmjuk inställning till utbildning och kunskaper.....

”Jag tror aldrig nånsin att man blir fullärd. Jag tror att i olika perioder i ens liv så är man olika som människa....det är också viktigt att man utvecklas som tränare, ständigt och konstant....jag känner att jag fortfarande står och stampar och känner att jag kan ingenting.” (simhopp)

”Jag tycker väl att man har bra kunskap, men det finns saker som man inte vet att man inte vet. Jag behöver ta ett steg till i utbildningen. Det var ett tag sedan jag gjorde nånting.” (boxning)

Kunskaper?

Ett antal frågor efterlyste uppfattningen om egna kunskaper på vissa områden som bedöms som viktiga i tränarbetet. Åsikterna markerades på en 5-gradig skala (1=mycket dåliga och 5=mycket bra). Tabellresultaten nedan visar medelvärdet för respektive område:

Tabell 23: Uppfattning om egna kunskaper.

	Kvinnor	Män	Ind	Lag	Totalt
Ledarskap	3,92	4,11	4,06	4,10	4,08
Fysisk träning	3,76	3,65	3,77	3,54	3,66
Teknisk träning	4,15	4,15	4,21	3,94	4,15
Taktisk träning	3,65	4,10	3,96	4,09	4,02
Mental träning	3,61	3,36	3,62	2,86	3,42
Idr.med./ idr.skador	3,09	2,70	2,84	2,65	2,78
Kost och näringslära	3,63	3,15	3,35	3,01	3,21
IT/ databearbetning	2,93	2,89	3,03	2,74	2,90

Totalt verkar det som om tränarkunskaperna är störst inom områdena ”ledarskap”, ”teknisk” och ”taktisk träning”.....

”Jag är duktig att ta människor.....alltid haft lätt för sporten, taktik....sen skulle jag behöva mycket med t.ex. mental träning.” (handboll)

”Det taktiska, att jobba taktiskt med laget, där tror jag inte många slår mig på fingrarna. Ledarskap har jag också ganska klart för mig hur jag vill bedriva..” (fotboll)

.....medan det idrottsmedicinska området inte är så mycket instuderat (förklarligt nog eftersom man på elitnivå normalt har andra som sköter den sektorn). Även på IT-området är kunskaperna (ännu så länge!) lite sämre.

Vi ser skillnader både beträffande kön och idrottstyper. Kvinnorna har kunskapsöversläge på de flesta områden (tydligast i mental träning, idrottsmedicin samt kost och näringslära) medan männen är klart bättre på taktik. Lagtränarnas kunskaper ligger överlag något lägre jämfört med sina kollegor i individuella grenar. Största skillnaden verkar finnas inom området ”mental träning”.

”Den mentala sidan är oändlig. Där tror jag de flesta av oss tränare är dåligt kunniga.” (ishockey)

”Jag ser ju att det blir viktigare och viktigare med den mentala biten...den mentala biten i vardagen...där är det gruppsykologi som gäller. Jag tror vi kan lägga otroligt mycket kraft på att utveckla oss mentalt.” (bandy)

Bristerna inom det här området erkänns dock även tydligt bland individuella idrotters tränare....

”Jag tror vi behöver bli bättre inom den mentala biten....” (simhopp)

Det finns olika uppfattningar när det gäller sistnämnda område och under vilken rubrik, vilket ämne detta hör hemma.....

”Idrottspsykologi, det tycker jag är inflätat i ledarskapsfrågan. Jag tror inte på en separat psykologi....Det fysiska välmåendet har lika stor psykologisk effekt på prestationen, som ett separat psykologiskt kunnande om avslappning, mental träning...det är det som jag tror är farligheten med idrottspsykologin idag, att man försöker göra det till en separat del av prestationen.” (fotboll)

Sammantaget är det en stor spridning på alla områden längs hela skalan (1-5). Den minsta variansen (nästan 100% inom intervallet 3-5) finns hos de tidigare nämnda högt rankade områdena ”ledarskap” (25%=5), ”teknisk” (32%=5) och ”taktisk träning” (28%=5). På IT-området har var tionde elittränare markerat 1=mycket dålig.

Självfallet är skillnaden stor mellan olika idrotter. Nedan följer en förteckning över de idrotter som ligger klart över respektive under medelvärdet för olika kunskapsområden. Observera att markering från enstaka representanter (se tidigare uppräknade grenar) får tydligt genomslag här.

	Högst	Lägst
Ledarskap		
	Cykel 5,00	Bilsport 3,00
	Boxning 4,50	Bågskytte 3,50
	Danssport 4,50	Vattenpolo 3,58
	Rodd 4,50	Konstakning 3,70
	Friddrott 4,42	Tennis 3,72
	Basket 4,39	Orientering 3,78
	Bordtennis 4,33	Badminton 3,83
	Skidskytte 4,30	Tyngdlyftning 3,83
Fysisk träning		
	Cykel 5,0	Curling 2,00
	Friddrott 4,50	Bowling 2,50
	Tyngdlyftning 4,50	Bilsport 3,00
	Gymnastik 4,07	Bågskytte 3,00
	Skridsko 4,07	Ridsport 3,00
	Boxning 4,00	Bordtennis 3,17
	Danssport 4,00	Golf 3,29
	Kanot 4,00	Vattenpolo 3,47
Teknisk träning		
	Curling 5,00	Ishockey 3,70
	Kanot 5,00	Innebandy 3,83
	Tyngdlyftning 4,83	Gymnastik 3,93
	Budo 4,70	Vattenpolo 3,96
	Badminton 4,67	Bandy 3,99
	Bordtennis 4,67	Bågskytte 4,00
	Orientering 4,56	Golf 4,00
	Bowling 4,50	Ridsport 4,00
Taktisk träning		
	Curling 5,00	Bilsport 3,00
	Cykel 5,00	Kanot 3,00
	Bordtennis 4,83	Simning 3,03
	Badminton 4,67	Konstakning 3,20
	Budo 4,45	Bågskytte 3,50
	Basket 4,35	Bowling 3,76
	Fotboll 4,33	Judo 3,79
	Skidskytte 4,29	Handboll 3,80
Mental träning		
	Ridsport 4,50	Bilsport 2,00
	Orientering 4,11	Bowling 2,70
	Bordtennis 4,00	Bågskytte 3,00
	Budo 4,00	Konstakning 3,00
	Curling 4,00	Rodd 3,00
	Cykel 4,00	Vattenpolo 3,00
	Danssport 4,00	Handboll 3,06
	Kanot 4,00	Basket 3,13

Idr.med./idrottsskador

Tyngdlyftning 4,20	Bågskytte 1,50
Kanot 4,00	Ridsport 1,50
Friddrott 3,50	Bowling 1,70
Budo 3,40	Bilsport 2,00
Orientering 3,28	Curling 2,00
Skridsko 3,14	Golf 2,00
Ishockey 3,13	Rodd 2,33
Konstakning 3,00	Innebandy 2,43

Kost och näringslära

Cykel 5,00	Bilsport 2,00
Budo 3,90	Curling 2,00
Simning 3,81	Bågskytte 2,50
Orientering 3,67	Handboll 2,55
Skidskytte 3,57	Vattenpolo 2,83
Boxning 3,50	Basket 2,84
Friddrott 3,50	Bowling 2,88
Konstakning 3,40	Judo 3,00

IT/databehandling

Danssport 4,00	Bilsport 1,00
Ridsport 4,00	Konstakning 1,80
Tyngdlyftning 3,90	Bordtennis 1,83
Skridsko 3,79	Curling 2,00
Golf 3,43	Ishockey 2,23
Orientering 3,33	Fotboll 2,38
Friddrott 3,21	Bandy 2,42
Gymnastik 3,21	Tennis 2,50

Tränarna fick också möjlighet att - på motsvarande femgradiga skala som tidigare - uttala sig om olika sidor av tränarutbildningen. En fråga gällde uppskattad egen nytta av genomgången tränarutbildning (1=mkt liten och 5=mkt stor):

Tabell 24: Bedömd nytta av egen tränarutbildning?

Kvinnor	Män	Ind	Lag	Totalt
4,3	3,8	4,2	3,6	3,9

Totalt verkar man vara ganska nöjd sin tränarutbildning. Vi kan emellertid se ganska tydliga skillnader mellan både kön och idrottstyper. Lagsporternas kurser är i sammanhanget lägre värderade.

”Det har inte kittlat mig...när jag var där... det har inte gett mig liksom...dom bitarna just då...sen att det finns en grund. Då hade jag

slutat som spelare.” (bandy)

”Ingen utbildning som förbundet har gett mig...utan det är mer den långsiktiga utbildningen....Det måste vara lite status i det.” (handboll)

Följande förteckning visar de idrotter där tränarna tycks haft mest respektive minst nytta av sin tränarutbildning:

Mest nöjda	Minst nöjda
Cykel 5,0	Bordtennis 2,7
Skidskytte 4,8	Kanot 3,0
Tyngdlyftning 4,8	Bandy 3,4
Rodd 4,7	Ishockey 3,4
Konståkning 4,6	Badminton 3,5
Orientering 4,5	Vattenpolo 3,5
Tennis 4,5	Innebandy 3,6

Förteckningen över senast genomgångna kurser inom elittränarkåren ger exempel på en ganska omfattande flora av tillgängligt utbildningsutbud (alternativen uppräknas i rangordning efter antalet deltagare):

1. Årtalsmarkerade kurser utan specificering (blandade kön)
2. Högre stegkurser i SF-regi (flest män)
3. Internationella kurser och konferenser (blandade kön)
4. Fortbildning, föreläsningar, seminarier (mest män)
5. Lägre stegkurser i SF-regi (blandade kön)
6. Högskolekurser/GIH/Idrottshögskolan (ngt fler kvinnor)
7. HTU-kurser (nästan enbart män)
8. Bosön-kurser (mest män)
9. Elittränarutbildning/fortbildning (ej specificerad) (mest män)
10. Temakurser (bl.a. mental träning, konfliktlösning, mediahantering, kost och näring, SISU-kurser) (blandade kön)
11. Clinics/coachprojekt (mest män)
12. SOK-utbildning

Vad tyckte man? Anser man att den senaste kursen gav vad man hoppats? Se tabellen nedan:

Tabell 25: Tycker Du att kursen svarade mot dina förväntningar?

	Kvinnor	Män	Ind.	Lag	Totalt
Ja	59%	57%	65%	47%	57%
Delvis	41%	38%	33%	45%	39%
Nej	-	5%	2%	8%	4%

Majoriteten svarade att kursen svarade upp mot förhoppningarna (bland förbundskaptenerna t.o.m. 62%). Största skillnaden ser vi mellan grentyperna, där lagidrotterna ges sämre betyg – ganska logiskt om vi ser till resultatet av tabell 24 (ev. nytta av egen tränarutbildning).

”När jag gick min kurs, så tyckte jag vi pratade lite fysiologiskt som var nytt för mig, men annars var det mycket onödigt....Jag kände att det var inget för mig.” (ishockey)

”Självklart, när jag gått den här coach-utbildningen, det är ju en ny dimension i det också.” (friidrott)

Entydigt ”Ja” får vi från samtliga tränare i boxning, gymnastik, konståkning och tennis (samt SF-representant från cykel och ridsport). Ja-svar får vi även från övervägande delen bland tränarna i badminton, bordtennis, fotboll, friidrott, golf, judo, orientering, rodd, skidor, skidskytte, tyngdlyftning och vattenpolo. Nej-rösterna kommer från enstaka tränare i basket, bordtennis, innebandy, ishockey, skridsko och simning. I övrigt var det mest markeringar för ”delvis”

Vad har man då för åsikt generellt om tränarutbildningen i sin egen idrottsgren? Svaren framgår nedan (1=mkt dålig och 5=mkt bra):

Tabell 26: Generell uppfattning om tränarutbildningen i den egna grenen?

Kvinnor	Män	Ind.	Lag	Totalt
3,3	3,2	3,2	3,3	3,2

Tränarutbildningen i allmänhet får som synes godkänt – men det är ju inte så mycket mer. Vi ser heller ingen nämnvärd skillnad mellan kön eller idrottstyper. Sett till enskilda idrottsgrenar är det dock en ganska stor spridning och

skillnad mellan tränarna i olika idrotter (kom ihåg att det handlar om uttalande från enstaka representanter vi i vissa grenar).

Bäst	Sämst
Konståkning 4,4	Badminton 1,8
Tyngdlyftning 4,2	Cykel 2,0
Curling 4,0	Danssport 2,0
Tennis 4,0	Kanot 2,0
Friidrott 3,9	Vattenpolo 2,1
Fotboll 3,7	Bordtennis 2,2
Ridsport 3,7	Skidskytte 2,3
Rodd 3,5	Sportskytte 2,6

Intervjusamtalen rörde lite olika uppfattningar om den egna grenens tränarutbildning...

”Det behövs något nytt...för det är ju patetiskt. Utbildningsplan för elittränarna är ju ett skämt och har varit så i 30 år...men just nu pågår ett arbete inom förbundet. Jag tror det blir bra.” (fotboll)

”Jag tycker att de har börjat bra...sen är ju det stora bekymret, när man ska lägga det för att folk ska komma. Jag kan inte bedöma kvalitetsnivån. Jag vet bara att det har kommit väldigt lite folk.” (bandy)

”Förbundet, tycker jag, har en rimlig nivå när det gäller ungdomsträning, ungdomsledarutbildning. Vi tycker väl att den här klassiska stegutbildningen med ungdomsledare och påbyggnad...den är fortfarande bra där man varvar kurser med praktik och ledarskap...men när det gäller högre tränarutbildning så är det mera nätverk....” (rodd)

”Jag tror nog att dom har en ganska bra plan. Det ska va att man tvingas gå vidare på nåt sätt. Efter två år måste Du gå utbildningar annars drar dom licensen...sen är det ju frågan om...har man bara anmält sig så passerar man och klarar kursen. Du har gått kursen, grattis! Folk måste vara delaktiga...alla satt där för att dom skulle sitta där. Ingen engagerade sig.” (ishockey)

Idealmodell?

Studien efterlyste bland tränarna en even-

tuell idealmodell för högre tränarutbildning i grenen. Det var en öppen fråga som besvarades av drygt 70% av tränargruppen. Det vanligaste svaret (ungefär var femte) var ganska kort ”Nej” - eller att man inte visste. Man var osäker eller hade inte tänkt i dom banorna.

De konstruktiva synpunkterna toppas tydligt av mer internationellt samarbete – ”utbyte med världsledande nationer”, ”internationella seminarier”, ”skicka tränare utomlands”, ”steg 5 med internationell koppling” m.fl.

”....kanske åka ner till Tjeckien och se hur det fungerar, hur dom jobbar...typ såna impulser tror jag skulle ge mycket mer. Vad jag skulle vilja uppleva själv...ha möjlighet att hamna på studiebesök i andra länder....just att vara på plats, få intryck...vad gör dom annorlunda än vi. Är det nånting?...det är lätt att man går i sin egen lilla verkstad här hemma.” (ishockey)

”Internationella erfarenheter av tränarskapet....att man får möjlighet till erfarenhet och praktik...sen om det är genom att följa ett landslag eller någon utbildning internationellt....eller vara mitt i verksamheten i någon förening....det ger väldigt mycket. Det är som ett mentorskap ur internationellt perspektiv.” (fotboll)

”Jag tror kanske att den kontakten skulle knytas tidigt...att Du fick en utländsk mentor kanske så att den kontakten var med hela utbildningen. Jag vet att människor är sugna på att veta vad vi gör också. Jag tror det blir mer fruktsamt om man kan byta lite grand.... vad skulle motprestationen vara? Ska man stå för en utbildning där? Ska man stå för nåt speciellt...jag tror alltså via det internationella förbundet att det finns många former att utveckla sig.” (rodd)

”....så kanske det ska ingå två veckors utbildning i Kina. Det kan ju hela simhoppssverige ha nytta av.” (simhopp)

I många elittränargrupper fungerar redan den internationella kontaktytan fullt tillfredsstäl-

lande även om man rekommenderar fortsatt utveckling på det här området.....

”Vi har ju en oerhört stor internationell kontakt ändå via tränare o.s.v.....extern kompetens från utlandet....Det tror jag vi tar in.....Jag försöker att ha utländsk kontakt varje år på nåt sätt. Vi måste hålla tentaklarna öppna. Där tycker jag att vi coacher har ett ansvar..... Om det finns nåt område i träningsprocessen där jag inte riktigt har koll på läget så söker jag mig...i Sverige, jag söker utomlands. Var finns den? Var tror jag kompetensen finns..... och så lyssnar jag av.” (friidrott)

Högt på förslagslistan låg även ökat samspel över grengränserna – ”samordning med andra idrotter”, ”erfarenhetsutbyte”.

”Sen tror jag att när det gäller högre utbildningar, som man kallar elit o.s.v. där tycker jag att det ska hänga ihop med andra idrotter. Vi har inte kapacitet att bedriva den utbildningen själva.” (rodd)

”Där tror jag att vi har så mycket att lära av varandra. Där har det varit positivt med SOK, erfarenhet och dialog....” (simhopp)

”....och sen tror jag...ska Du bli elittränare så är det viktigt att Du har erfarenheter av andra idrotter också...om Du tittar på den egna tränarutbildningen så är den ju grenspecifik. Vill Du ha en bredare utbildning så ska Du ta vara på de erfarenheter som finns i andra idrotter.” (fotboll)

”...när man jobbat på tvären med olika idrotter...fantastiskt bra. Det enda man behöver jobba med i sin idrott det är det grenspecifika.” (friidrott)

”När man pratar om spets, då gäller det att träffa andra ledare som lyckats och få annan syn på saken.....andra idrotter dom har säkert mycket att tillföra oss. Det har man ju sett på utvecklingen under sommarsäsongen. Där är väldigt mycket andra idrotter inblandade.” (ishockey)

”Allting kan bli bättre....jag tror vi kan gå över

grengränserna. Ledarskap är ju idag mycket kommunikation. Man kan bygga en hel kurs på kommunikation.” (handboll)

Önskemål om samarbete med högskolorna – gärna med högskolepoäng förekom också.

”Dels är det väl över grengränserna på nåt sätt...men även att det är vetenskapligt förankrat....jag tror väldigt på en modell som skulle ge högskolepoäng med en träff en halv dag var fjortonde dag och med olika idrottsgrenar... Jag tycker nog att det är viktigt med poäng.... det är något slags kvitto på en vetenskap man tillgodogjort sig. Man har en högre kunskapsnivå.” (handboll)

”Absolut, och det är nånting som jag själv skulle vara högintresserad av...Jag fick min ledarutbildning på Lillsved, gymnastikförbundets egen folkhögskola och skulle gärna läsa högskolepoäng om något sånt här fanns.” (gymnastik)

”Även om jag inte är akademiker på nåt sätt, utan precis tvärtom, så skulle jag vilja koppla det till universitetet....vi har ju ett hjälpmedel som heter internet idag, som vi kan göra oerhört mycket på. Jag kan inte se nånting, som man inte skulle kunna köra den vägen.” (friidrott)

”Om den kunskapen finns tillgänglig på högskolor så måste det ju vara perfekt att lägga dom här föreläsningarna eller utveckling, vad man håller på med, på såna ställen...för att åka dit i några dagar.” (ishockey)

”Vad jag tror är att man skulle kunna ha lite mer högskoleanknutna kurser som var över lite längre sikt med lägre tempo och omfatta några helger här och där.” (rodd)

”....att komma närmare forskningen, det är ju en jätte viktig del. Det är ju en sak som ska ingå i elittränarutbildningen.” (sportskytte)

Kopplingen teori - praktik känns nödvändig

för många – ”stegutbildning kopplat till eget praktiskt utövande”, ”mentorskap/trainee-utbildning”, ”teori och praktik förenat”, ”följa tränarens vardag”. I sammanhanget betonades också behovsanpassningen – ”individuell utvecklingsplan för varje tränare”, ”aktivas behov styr – fysiska, taktiska, mentala och sociala”, ”skicka de bästa tränarna utomlands för att lära från de bästa länderna – använd oss tränare för att utbilda kommande”. Vi märker också flertalet andra synpunkter på metod och upplägg av kurserna.

”Jag tycker ju det ska börja väldigt praktiskt och ”hands-on”, tycker jag.....hur gör vi...och få nån slags förståelse. Människosyn tycker jag är en oerhört viktig faktor att börja med bums.....På den allra högsta nivån ska det nästan handla om miniprojekt. Man utvecklar speciella saker med andra...men också trainee-tanken gillar jag.” (rodd)

”Javisst, koppla det gärna till högskolan, men samtidigt måste det vara en utbildning som ger mig något praktiskt som man kan omvandla. Inte bara statistik hit och dit, diagram, rapporter o.s.v.....Det ska ge mig handlingskraft på nåt sätt för att gå vidare till nästa grej..... Absolut koppling till högskolan men då gäller det att ha lite praktiker också som sätter ihop de här bitarna.” (simhopp)

”Det behövs en helt annan syn på elittränarskap än vad vi har idag...helt annan kompetensriktning. Man måste sätta sig ner och prata om vardagen för fotbollstränaren eller ishockeytränare....Hur ser träningarna ut? Hur ser matcherna ut? Kunskapen, taktik...” (fotboll)

”Det gäller att stämna i bäcken när det gäller vilka som ska få träna elit....Du måste ha gått följande utbildning....jag tror det är viktigt att ställa någon form av krav på dom som har tränarskap idag....Det måste påbörjas ett arbete där man parallellt läser in en utbildning. Om 5-10 år så krävs det här....att det finns tydliga krav på att det här ska Du kunna.....vi är för flata i vår hantering av tränarna. Dom är för dåligt utbildade.” (fotboll)

”Det gäller att göra en diagnos på dom som ska gå så man vet var man befinner sig kunskapsmässigt...då tänker jag att alla behöver inte gå hela biten...här har Du inte grunden på.... andra saker behöver man fräscha upp sitt sätt...” (bandy)

”Det krävs någon form av upplägg så att man kan kombinera det. Jag tycker det är alldeles ypperligt med distansutbildningar och träffar. Jag har ju genomgått några såna utbildningar också.” (fotboll)

Det var heller inte ovanligt med synpunkter på återkommande fortbildning – ”obligatorisk fortbildning årligen”, ”sammankomster med andra tränare”, ”Längre samling varje höst med alla elittränare. Föreläsningar av forskare, workshops kring viktiga faktorer. Aktiva med för bl.a. tester som utvecklar aktiva och tränare”.

På önskelistan finner vi flera markeringar för utvecklad stegutbildning - ”stegutbildning OK men gärna flera steg”, ”steg 5 gärna återkommande vartannat år (nya saker)”. Enstaka noteringar finns också med lite annat innehåll: ”Elittränarutbildning via RF.” ”Certifikat för tränaryrket ger status (obligatorisk lång utbildning).” Några tränare tycker att man redan i förbundet har en bra modell (friidrott och ishockey nämns i sammanhanget som exempel).

Som avslutning på det här avsnittet presenteras delar av ett intervjusamtal som delvis sammanfattar många tidigare redovisade synpunkter....

”Jag är mycket för det här med mentor...att få möjlighet att på nära håll följa en framgångsrik tränare under rätt lång tid, inte gästspel, utan en längre tid under olika perioder.....i motgång och framgång och ta del av tankar. Det är ett bra sätt att gå en genväg i utbildningen..... Jag tror att respektive specialförbund skulle kunna skraddarsy akademiska utbildningar inom ramen för begränsade områden och att man skulle ha en certifiering.....Man skulle

ha institutioner där det sitter experter på dom områdena som är resurser för idrotten, men den grenspecifika träningen den får man ju väldigt mycket själv designa.....Man måste bedriva sin praktiska tränargärning parallellt med det här. Då finns det inte utrymme att gå på helfart. Det handlar nog om halvfartsutbildningar eller distans eller nåt som gör att man kan upprätthålla tränarjobbet....jag tycker som jag sa förut att man har gemensamma gränsöverskridande ämnen....fördjupning i det grenspecifika måste man klara av lite utanför den akademiska världen.....Jag tror det är nödvändigt för att markera status lite. Idrottstränarjobbet är ju fortfarande ett yrke eller en gärning, det beror ju på elitidrottens utveckling. Jag har ingen siffra på hur många tränare som lever av sin idrott.... Det är klart att i takt med att det blir fler så får ju också det här yrket ett slags rättmätigt status...men för att påskynda det, så skall de här poängen in.....Det skulle vara revolution om det kom till stånd nånting sånt. Det skulle ju verkligen lyfta nivån på kunskapsidan inom svensk idrott....skapa en utbildning som inte finns idag. Högsta tränarutbildningen....då ska man, tycker jag, alliera sig med andra förbund...ha 60-70% gemensamt....sen gå vidare med speciella spåren...Då ska man ta nytta av kompetens som finns i landet, man måste skraddarsy utbildningen och man måste ta hit utländsk kompetens....ömsesidigt utbyte. Vi får skicka två tränare till Ukraina mot att dom får komma hit och följa.....svenska friidrottstränare har idag fått ett anseende eftersom friidrotten är framgångsrik” (friidrott)

Viktigaste ämnen i den högre tränarutbildningen?

Tränarna fick i en annan öppen fråga chansen att tycka till om vad man bedömer som viktigast i den egna grenens högre tränarutbildning, något som drygt två tredjedelar utnyttjade. Innan vi redovisar åsikterna beträffande innehållet, kan det vara viktigt att redogöra för de metodiska synpunkter och generella krav/önskemål som noterats.

Utbildningen bör till stor del bygga på gruppdiskussioner och erfarenhetsutbyte inom olika områden. Samtidigt som man markerar krav på idrottsspecifika analyser efterlyses erfarenhetsutbyte med andra grenar och det internationella perspektivet. Utbildningen bör vara spetsinriktad och vinklad mot mästerskap. ”Se gärna runt hörnet (vad behövs i framtiden?)” – säger någon. Alla ämnen på denna nivå bör innehålla fortbildning/fördjupning i respektive ”ämne”. Det är viktigt att tränarutbildningen kvalitetssäkras genom vetenskapligt förankrad kunskap – gärna rapporter från senaste forskningsrön på respektive område. Någon efterlyser mera utbildning/kurser på högskolenivå. I sammanhanget nämns också att utbildningen mycket väl skulle kunna varieras beroende på deltagarnas bakgrund. ”Checka gapet mellan krav och kompetens!”

I samtalen skymtar enstaka kommentarer till hur utbildningsinnehållet bör skapas....

”Att sätta ihop vad det är man vill ha med sig, det tror jag RF och SOK tillsammans med några representanter från SF-en kan klara av....det här vill vi ha med, dom här grunderna, dom här sakerna ska ingå i en elittränarutbildning.” (sportskytte)

”Man har inte förtroende för förbunden, utan om det är ...någon stark på något universitet kan göra det eller så är det SOK som skulle kunna driva detta eller RF:s högsta ledning...alltså att man kommer så pass högt upp.” (handboll)

”Jag tror att samarbetet högskolan, den enskilde och dess förbund eller förening får vara nåt slags triad för att skapa en del av kursinnehållet. Högskolan får stå för säkerställning...det här är studier på hög nivå. Förbundet, klubben eller distriktet ser till att tränaren har nånstans att verka och också vara katalysator till kontakten med en mentor.” (rodd)

Fortsättningsvis listas markerade ämnen/ämnesområden (antalet röster inom parentes):

Ledarskap/ledarutveckling/ledarfilosofi (68)
Mental träning/mentala processer/mental rådgivning (50)
Träningslära/fysiologi/fysisk träning/tester (48)
Teknik/teknikträning (45)
Taktik/tävlingsanalys/spelutveckling (42)
Psykologi/prestationspsykologi/idrottspsykologi (25)
Kommunikation/relation/att hantera människor (20)
Matchning/coaching (15)
Pedagogik/metodik kopplat till den specifika grenen (14)
Kost och näringslära (12)
Träningsplanering/träningsmodeller/toppning (9)

Ämnesuppräknigen bygger på nedskrivna formuleringar från tränarna. Flera av ”ämnesbeteckningarna” kan mycket väl grupperas under samma rubrik (t.ex. mental träning.... respektive psykologi...).

Några enstaka röster fick biomekanik/rörelselära, materialkunskap samt idrottsmedicin/idrottskador. I sammanhanget nämns även strävan efter helheten – total balans mellan kropp och själ – i elitutvecklingen. Utbildningen bör också, enligt någon, innehålla information om de fortsatta ”verktyg” som finns att tillgå i utvecklingen (t.ex. Bosön, högskolor, regionala elitidrottscentra) Intervjusamtalen gav ytterligare substans åt ämnesinnehåll och metodfrågor.....

”Ja, framför allt så tycker jag det här med ledarskapsfrågan.....den och taktik är absolut det viktigaste.....idrottspsykologi tycker jag är inflyttat i ledarskapsfrågan.....uthållighet, styrka, balans, snabbhet...det är ett viktigt område som kräver fackkunskaper.” (fotboll)

”Idrottspsykologi eller mental träning är det som faller inom ramen för det som jag tycker fortfarande känns rätt utvecklade i idrottsvärlden. Ett fält som fortfarande har mycket forskning.” (friidrott)

”Där tycker jag är väldigt viktigt att alla coacher har läst mycket om mental träning och allt som finns där. Det har egentligen med kommunikation att göra, förbereda sig för något som kommer...vi har inte haft någon psykolog med för det tycker jag är något som

coachen måste vara utbildad på.” (handboll)

”Det skulle innehålla ganska mycket beteendevetenskap...att coacherna har förståelse för vad som händer i en grupp...att man har ledarskapsutbildning och kan sätta ihop ett team, förstår vad som händer i en grupp och kan vara ledare och förstå vad som händer med människor.” (boxning)

”Ledarskap, grupparbete...hur man formar grupper. Där finns mycket som är intressant....sen är det ju mycket med det här...den mentala sidan är oändlig. Där tror jag de flesta tränare är dåligt kunniga.” (ishockey)

”Generellt sett tror jag det handlar om, oavsett vilken idrott, så tror jag det är coachingbitarna. Där tror jag den springande punkten finns.” (friidrott)

Vad har man saknat?

Frågan resulterade i en blandad flora av synpunkter. Innan vi tittar på utpekade ämnesområden (inte oväntat sådana som man tidigare betecknat som viktiga) – finns det även här anledning att inleda med olika metodiska/organisatoriska reflexioner och generella krav och önskemål.

Vissa tränare efterlyser en tydligare röd tråd i tränarutbildningen – från steg 1 och uppåt. Kravet på kompetenta ledare/kunniga utbildare märker vi också, liksom önskemålen om grenspecifik utbildning (även i ledarskap), samtidigt som man önskar erfarenhetsutbyte (inom och över grengränser). Återigen ser vi noteringar om tydligare spetsning av utbildningen (vidareutbildning/mer på djupet) och utbyte med/influenser från andra länder.

”Det ser jag som en stor brist. Vi har ingen naturlig koppling till forskning....till grenöverskridande...” (gymnastik).

Det får inte gå för lång tid mellan utbildningstillfällen. Chans till uppdateringar och fördjupning i intressanta ämnen. Någon vill ha längre

utbildning, mer praktisk tillämpning och krav (examination). I den praktiska utbildningen nämns bl.a. mentorskap/praktik tillsammans med annan tränare. Bättre engagemang från SF – var en annan synpunkt.

Mest saknade ämnesområden i den högre tränarutbildningen listas nedan i rangordning efter antal markeringar:

Mental träning/rådgivning/utveckling (34) - Psykologi/ idrottspsykologi (5)
 Ledarskap (16) samt Pedagogik/metodik kopplat till grenen (6)
 Fysiologi/fysisk träning/träningslära (16)
 Kost och näringslära (15)
 Teknikträning/teknikutveckling (14)
 Taktik/matchanalys (12)
 Idrottsmedicin/idrottsskador (11)
 Coaching/mästerskapscoaching (5)
 IT/databehandling kopplat till grenen (4)

Listan med saknade teman har som synes stora likheter med förteckningen över ämnen som bedömts vara viktiga i den högre tränarutbildningen. Det verkar som om de största blottorna hittills gäller det mentala/psykologiska området.

Enstaka röster fick tester (fysiologiska och psykologiska) liksom kommunikation och feedback-teknik samt biomekanik/rörelselära. Någon vill ha mera av ”allt” medan en handfull tränare inte tycker sig sakna något i utbildningen.

Det man saknat och inte fått någon utbildning i kan ju också bero på att eventuella utbildningsgrupper än så länge är för små för att bilda underlag för utbildning.....

”Vårt problem är att vi har en alldeles för liten skara av verkligt dugliga tränare på högre nivå....och då menar jag att så länge vi inte har fått fart på den här utbildningen så att vi får flera dugliga tränare att välja mellan, så ser jag en svårighet att rekrytera till det här som du beskriver.” (spetstränarutbildning – förf. anm.)(bowling)

TRÄNARROLLEN – VÄRDERING/ERFARENHET

Vissa frågor i studien handlade om värderingar och tyckande inom några olika områden. Svaren markerades på en skala i likhet med vad som förekommit i andra sammanhang tidigare.

Första frågan här gäller uppfattningen om vad tränarfunktionen betyder i det svenska samhället (1=mkt låg och 5=mkt hög):

Tabell 27: Uppfattning om tränarfunktionens status i Sverige?

Kvinnor	Män	Ind.idrott	Lagsport	Totalt
3,1	3,1	3,0	3,3	3,1

Det är OK överlag (knappt godkänt) men inte mer. Resultatet kan måhända uppfattas som lite förvånande med tanke på hur ofta ledar-/tränarfunktionen figurerar i den massmediala elitidrotten. Som synes verkar dock lagidrotts-tränarnas position vara lite starkare. Så här tycker tränarna från grenar med störst avvikande skillnader från totalgenomsnittet:

Högst status	Lägst status
Curling (obs. 1 person) 4,0	Konstämning 1,9
Ishockey 3,8	Gymnastik 2,2
Golf 3,7	Bordtennis 2,8
Bandy 3,5	Budo 2,8
Sportskytte 3,5	Friidrott 2,8
Innebandy 3,3	Rodd 2,8
Ridsport 3,3	
Skidor 2,8	
Tennis 3,3	
Skridsko 2,8	

Även i intervjusamtalen skymtar vi enstaka synpunkter om tränarskap och status....

”Idrotten är en del av mitt liv....den har gett mig berömmelse, uppmärksamhet.... också kritik....men framför allt uppmärksamhet.” (fotboll)

”Man har ju fått en viss status i samhället. Är man i Halmstad så hade man ju lite status som tränare...så när man blev landslagsledare så

fick man ju ännu mer status.” (handboll)

”....svenska friidrottstränare har idag fått ett anseende eftersom friidrotten är framgångsrik.....man skulle kunna utnyttja det eftersom svensk friidrott, de facto, är het.” (friidrott)

”Status kan jag ju tycka inom vissa kretsar. Det skapas en identitet och det skapas möjligheter att få pengar.....ja, statusen, om vi återkommer till det, ligger nog i att man söker inte statusen utanför idrotten utan man söker den i idrotten och den är tillräcklig, alltså.” (handboll)

Nästa spørsmål handlade om tränarkårens kompetens i den egna grenen (1=mkt dålig och 5=mkt bra):

Tabell 28: Vad anser Du om kompetensen hos tränarna i Din egen idrottsgren?

Kvinnor	Män	Ind.idrott	Lagsport	Totalt
3,2	3,3	3,0	3,5	3,3

Det blir ju inga större applåder här heller. Vi ser dock en klar skillnad mellan olika idrottstyper och konstaterar uppfattningar över hela skalan. Var femte tränare kryssar för max 2 (klart underkänt). Å andra sidan finner vi hela 45% för siffran 4 eller mer. Nedan ser vi spridningen mellan uppfattningen inom olika grenar:

Bra	Dålig
Curling (1 person) 5,0	Kanot (1 person) 1,0
Friidrott 4,2	Bordtennis 1,6
Fotboll 4,2	Cykel (1person) 2,0
Ishockey 4,2	Danssport 2,0
Simning 4,1	Sportskytte 2,3
Bandy 3,9	Vattenpolo 2,4
Orientering 3,8	Badminton 2,5
Skridsko 3,6	Rodd 2,5

Vad tycker man då om svårighetsgraden i det egna arbetet som elittränare? Även här noterades uppfattningen på en femgradig skala (1=mkt enkelt och 5=mkt svårt):

Tabell 29: Uppfattning om svårigheten i det egna tränarjobbet?

Kvinnor	Män	Ind.idrott	Lagsport	Totalt
3,5	3,4	3,4	3,5	3,4

Vi ser ingen skillnad i uppfattningen totalt och gruppvis. Jobbet uppfattas som ganska besvärligt. Det är dock individuellt en spridning totalt över hela skalan. 2,5% tycker att jobbet är mycket enkelt medan var tionde tycker att det är svårt (4-5). En tydlig markering för hög svårighetsgrad finner vi bland förbundskaptenerna (kanske inte helt oväntat). Genomsnittligt är skillnaden dock inte så stor som i vissa tidigare redovisade frågor. Det är naturligtvis inte så många som vill säga att tränarjobbet är enkelt – man har ju konkurrens om jobbet. Så här tycker tränarna från några av undersökta grenar:

Svårt	Enkelt
Bilsport (1 person) 5,0	Cykel (1 person) 2,0
Bågskytte (2 p.) 4,0	Friidrott 3,0
Curling (1 p.) 4,0	Golf 3,0
Danssport 4,0	Kanot (1 p.) 3,0
Bordtennis 3,8	Ridsport 3,0
Fotboll 3,8	Skidor 3,1
Bowling 3,7	Sportskytte 3,1

Inom intervjugruppen berörs frågan i förbifarten enbart i enstaka fall.....

”....att vara elittränare det kräver mycket av Dig...mycket rent fysiskt och psykiskt.....är man på elitnivå så måste man vara medveten om att man får ta smällar. För min del klarar jag konstruktiv kritik. Det är OK...men det är ju dom här personliga påhopp.....” (fotboll)

”Det som känns lite jobbigt just nu det är att man jobbar med sin förening och landslaget och deltidsarbetet och familj. När det rör ihop sig med damlandslaget får man sitta och arbeta in allting. Det är inte bara att hålla träningsläger och åka på turnering utan samtidigt ska man ta fram ranking, man ska göra säsongplanering, titta på budget, planera och ta internationella kontakter.” (boxning)

”Du är också helt i händerna på många oserösa sammanhang med styrelsemänniskor som inte alls har någon idrottsförankring. Du har supportrar som inte förstår sammanhangen, spelare som tjänar mer än vad Du själv gör. Media skall vi inte prata om hur de numera behandlar människor...ändå så lever man kvar i det här som nån slags gift, va. Jag säger att man älskar fotboll.” (fotboll)

En annan fråga gällde internationellt erfarenhet av tävlingar (mästerskap).

Tabell 30: Egen erfarenhet av internationella mästerskap?

Kvinnor	Män	Ind. idrott	Lagsport	Totalt
4,1	3,6	4,1	2,9	3,8

Sammantaget ser det ganska bra ut med de svenska elittränarnas erfarenhet av den internationella verksamheten (speciellt bland förbundskaptenerna där genomsnittssiffran ligger klart högre). Även i denna fråga är det en stor total spridning (från 8% mycket dålig till nästan 30% mycket bra). Situationen ser gynnsammare ut bland kvinnorna men vi ser också att den största skillnaden ligger mellan idrottstyper – där lagidrottstränarna i studien är långt efter sina kollegor i den individuella gruppen.

”Jag valde att ta med mig en kille nu som tränare till VM, som har väldigt stort mästerskapskunnande.....det var fantastiskt bra och jag tror att de flesta hopparna kände sig väldigt trygga, för vi har båda två ett mästerskapskunnande. Vi har varit i situationer i mästerskap innan.” (simhopp)

Merparten undersökta elittränare inom lagsporterna har oftast sin elitverksamhet begränsad till den nationella elitklubbsnivån, där enbart ett fåtal ges tillfälle till internationellt utbyte.

TRÄNARFILOSOFI OCH SJÄLVVÄRDERING

Egen tränarfilosofi?

En intressant fråga i allt tränarskap är om arbetet styrs av någon genomtänkt arbetsmodell/människosyn – kalla det gärna tränarfilosofi. Hur ser det ut bland undersökta elittränare? Har man någon medveten filosofi i sitt tränarjobb? Så här ser den översiktliga bilden ut:

Tabell 31: Eventuell egen tränarfilosofi i sitt tränarskap (procent).

	Kvinnor	Män	Ind.	Lag.	Totalt
Ja	82	92	89	94	91
Nej	9	5	6	3	5
Vet ej	9	3	5	3	4

Inte oväntat har ju de allra flesta någon form av filosofi bakom sitt tränararbete. Det borde vara ganska självklart på den här nivån. Mer överraskande är den andel som svarat ”nej” eller ”vet ej” på frågan (till denna grupp hör också en handfull förbundskaptener!). Vi ser en viss skillnad mellan kön och även mellan olika idrottstyper.

Innehållet i den egna tränarfilosofin har beskrivits på olika sätt och i flertalet fall med ganska mångordiga formuleringar. Här följer inledningsvis de vanligaste tankarna, strukturerade i rubrikform och presenterade i rangordning efter antalet tränare som noterat just detta ”filosofiinnehåll”:

1. Skapa delaktighet/medbestämmande/ökat egenansvar, 44
2. Skapa trivsel och glädje/ha kul/roligt, 32
3. Individbaserat/individ i centrum, 20
4. Målinriktat/gemensamma tydliga mål, 18
5. Hjälptill självhjälp – att finna egna lösningar, 14
6. Alla lika viktiga, 13
7. Skapa trygghet (nära ”släktskap” med p. 2), 12
8. Tydliga roller/klara regler/konsekvent handlande, 11
9. Se helheten, 10
10. Kunskap/förberedd/päläst, 8

Tränarfilosofin innehåller hos de flesta tränare flera begrepp som faller under olika rubriker. Vissa listade ”filosofier” går måhända delvis in i varandra. Med i sammanhanget finner vi

även markeringar som ”ställa krav, tålmod, ödmjukhet och lyhördhet”. Fortsättningsvis följer ett antal exempel på formulerade tränarfilosofier i enkätsvaren, där ovan rubricerade tankar på olika sätt framkommer:

”Ta utgångspunkt i verksamhetens plattform, vision, värderingar och mål. Säkerställ att intentioner, uppfattningar och beteende stämmer överens i hela organisationen.”

”Den aktive ska få en bra idrottslig grundutbildning. Skapa ett bra arbetsklimat. Den aktive ska känna delaktighet. Tränaren ska vara kunnig, social, humoristisk, engagerad, lyhörd, förändringsbenägen.”

”Engagemang. Brinna för det Du gör. Skapa en vision. Sätt upp en karta för att nå målet. Bocka av steg för steg.”

”Sätta individen i centrum. Utgå från dess förutsättningar mentalt, fysiskt och socialt. Använda den aktives inre motivation och glädje för att utvecklas.”

”Systematisk. Positivt och offensivt tänkande. Tar utmaningar och ser möjligheter. Förmåga att ta konsekvenser av vad man gör. Engagemang.”

”Individen har eget ansvar för sin egen träning och hälsa. Jag som tränare skapar förutsättningar och eliminerar hinder.”

”Lika för alla. Högt i tak, långt till dörren. Ärlighet. Engagemang. Kunna lyssna men också kunna ta objektiva beslut. Våga förändra i tid.”

”Sikta högt. Seriös inställning. Göra sitt bästa i alla situationer. Gemensamt uppsatta mål som både aktiva och jag tror på. God stämning i gruppen. Ha roligt. Elitidrott gör ont ibland.”

”Kommunikation och information är viktigt. Att vara lyhörd. Viktigt med engagemang och att få aktiva att förstå och arbeta mot kravet för idrotten och samtidigt må bra. Att må och nå toppen.”

”Möta den aktive där den befinner sig. Utveckla tillsammans en strategi för hur vi ska jobba för att nå den aktives målsättning. Betona förmågan att ha tålmod, ta en sak i taget. Mitt jobb är att öka sannolikheten för den aktive att nå målet.”

”På den här nivån är det resultatbaserad verksamhet. Det ska belysas så att ingen hamnar i någon sagovärld. Jag har ett rakt och tydligt ledarskap. Alla ska delta, alla ska må bra och vinna ofta. Helst jämt.”

Tränarfilosofin berördes bara i enstaka fall under intervjusamtalen. Här är ett exempel.....

”Frågan du ställde var filosofin....Människan i centrum är viktigt för mig. Resultatet får inte ta överhanden över allt annat. Det har jag fått med mig från de tidigare åren....händer det nåt så får man ta det direkt, så att det inte blir långdraget.” (orientering)

Personliga egenskaper?

I de flesta fall baseras alltså arbetet på en medveten tränarfilosofi. Ganska sällan går det dock att bygga tränarjobbet på en imitation av andras tankar och filosofi. Arbetet måste formas av en egen personlig stil. Vilka personliga egenskaper tycker man då att man har? Vad är det för personlighetsdrag som gör att man lyckats så bra? Vi talar ändå om elittränare i respektive gren.

Även i denna fråga rör det sig om ganska långa och ofta flerdimensionella formuleringar. Ett försök att strukturera tankarna under olika rubriker ger följande rangordnade lista (vissa punkter går delvis in i varandra):

1. Engagemang/egen drivkraft/hängiven/brinner för uppgiften 67
2. Erfarenhet/kompetens/kunskap/egen aktiv karriär 54
3. Lyhördhet/ förmåga att lyssna 47
4. Social kompetens/människokännedom/kan hantera aktiva 24

5. Målinriktad/målmedveten/tydliga mål och visioner 20
6. Envishet 19
7. Öppen/ärlig 18
8. Självförtroende/vilja till egenutveckling 17
9. Positiv människosyn/individ i centrum 16
10. Tålmod/uthållighet/långsiktighet 15
11. Lugn/trygg/säker 14
12. Rak/tydlig/enkel/strukturerad 14

I svaren finner vi också egenskaper som ”vinnarvilja/vinnarinstinkt”, ”bra på kommunikation”, ”nyfiken”, ”noggrann/discipline-rad”, ”hårt arbete/tar tag i saker” samt ”jag är mig själv”.

Det enklaste sättet att beskriva de egenskaper, som tränarna själva tycker sig ha, är genom direkta citat. Här följer några exempel hämtade från enkätundersökningens begränsade kommentarer:

”Ödmjukhet och respekt för utövarna – de ska göra jobbet. De ska känna tillit och trygghet. De ska ha roligt och känna glädje och självförtroende.”

”Ambitiös, engagerad, besitter hög social kompetens, lättsam, glad, humoristisk. Intresserad av att arbeta med ungdomar. Förstående hustru och familj.”

”Ser och letar möjligheter. Tycker om att dela glädje med andra. Ser idrottaren som en människa där alla har olika egenskaper som måste få utrymme.”

”Är en extrem känslomänniska som kan läsa av individer och tolka signaler. Detta gör nog att jag är bra på att reagera/agera gentemot individen och påverka den aktive i en positiv riktning.”

”Vill tävla och gläds åt en passning mer än ett mål. God analytisk förmåga. God social kompetens. Vågar spänna bågen. Positiv människosyn.”

”Genom att jag själv varit aktiv så kan jag förmedla känslan i så mycket jag varit med om – såväl tekniska saker som psykiska moment när det gäller tävling o.s.v. Jag tror att jag uttrycker mig på ett sådant sätt att ungdomar får förståelse för det hela.”

”Tålmodet, envisheten, engagemanget, kreativiteten, förändringsbenägenheten, tron på mig själv, den sociala kompetensen.”

”Jag är envis och målmedveten. Stor förmåga att engagera och entusiasmera. Kunnig inom teknik, fysik och mental träning. Stor förmåga att se individen och dennes behov.”

”Har alltid varit hård men rättvis, fått spelare att växa. Varit ärlig mot laget och mig själv. Har en egen linje som jag arbetar efter.”

”Egen erfarenhet. Nära till dem jag leder. Strukturerad. Organiserad. Självgående. Teoretisk och praktisk kunskap. Ansvarstagande. Positiv inställning i allmänhet. Flitig och vill utvecklas.”

”Att jag själv gått igenom de faser som många av de aktiva går igenom. Jag har själv varit i samma situation och kan sätta mig in i deras.”

”Lugn. Taktisk. Vet hur man kommer till toppen av egen erfarenhet. Vet hur spelaren ska träna för att hitta sin specialitet.”

”Lyhördhet. Viljan att vara bland dom bästa. Intresse för vad som ligger bakom framgång och utveckling.”

”Jag har en drivkraft som är sjukt stark. Vet inte var den kommer ifrån. Målmedveten, nyfiken, intresserad, lyhörd. Bra på att läsa av människor.”

Ovan uppräknade tankar bygger alltså på genomtänkta och medvetet nedskrivna formuleringar i koncentrerad form. Låt oss även studera resultatet av motsvarande frågeställning under intervjusamtalen:

”Jag tror att ödmjukhet och förmågan, tycker jag, att ta åt mig, lyssna på folk. Jag tar gärna synpunkter och så sållar jag, tar fram de synpunkter jag tycker är bäst....just sortera bort... inte lägga energi på det här nu, det kan vi ta en annan gång....Låta folk runt i kring känna sig delaktiga.” (ishockey)

”Jag får väl säga att jag lyssnar ganska bra. Jag har en rätt bra utvecklad diplomatisk förmåga också. Det kan vara väldigt användbart ibland....och att inte försöka vara nån man inte är....Dom brister som man har, att man inte försöker skyla över dom. Då får man inte försöka bluffa nån....Är det nåt som det känns att jag har upprätthållit hela tiden, så är det förtroendet”. (bowling)

”Jag vet vad jag vill, tar ofta ansvaret....i olika grupper är det ofta jag som tar ledarskapet. Jag tror det ligger i min natur.” (sportskytte)

”Jag har satt människan i fokus...förberett dom som hela personer, tror jag...att kunna ha en glimt i ögat med allvar i. Dom vet när det är dags....att se vad vi behöver göra, läsa gruppens känsla. Hålla uppe energinivån under tiden....att samla gruppen och gå igenom för att få medvetna spelare....få dom att tro på sig själva. Ge dom mycket signaler, självförtroendesignaler....Se på andra idrotter....Nyfikenhet runt saker.” (bandy)

”Om jag inte får vara med längst fram så tröttnar jag. Jag tror det är någon exhibitionistisk, egoistisk sida hos alla elittränare....Man vill ju synas. Man vill ha uppmärksamhet, ha bekräftelse....Jag kan ha varit bra på att få med mig folk. Jag är ganska bra på att ta beslut när ingen annan törs....det är en av mina få positiva sidor. Där kan jag vara väldigt bra....att jag kan gå i täten för något som är väldigt, väldigt jobbigt för andra. I dom situationerna kan jag inspirera människor. Det har jag märkt.... Jag tror det är därför jag har överlevt så många år.” (fotboll)

”Jag har lätt att få med mig folk....jag är entusiastisk för nånting jag brinner för...nyfikenhet, absolut....lite förmåga att känna av människor, men jag har ju ändrat min personlighet mycket under många, många år.” (friidrott)

”Den största egenskapen jag har är att jag haft målinriktning.....som förbundskapten att jag valt rätt personer runt omkring mig. Jag har insett min egen begränsning. Man kan inte göra allting själv. Man är inte bäst på allting heller utan då handlar det om att knyta personer runt omkring som är bäst på det man själv inte är bäst på och utnyttja den bästa kvalitén.” (fotboll)

Saknade stödåtgärder?

I sammanhanget ställdes också en fråga om vad man mest saknar för stödåtgärder för att kunna utveckla sig själv maximalt som tränare. Så här ser önskelistan ut – rangordnad efter antalet ”röster”:

1. Finansiella resurser (till bl.a. utbildning, internationella miljöer och tränarlöner) 63
2. Tid (till up-to-date-utbildning, fortbildning, eftertänksamhet och planering) 39
3. Olika utbildningsformer (längre, internationell nivå, fler korta seminarier, bättre tränarutbildning inom SF, steg 5-nivå, elitutbildning med ersättning) 29
4. Mentorskap/Jobba i team 17
5. Stöd från SF/fungerande SF/SF-planering/röd SF-tråd 13
6. Inget/vet ej 10
7. Experthjälp inom stödområden utanför specialidrotten 7
8. Internationellt utbyte/samarbete 6
9. Avlastning/för ensam (vill ha fler som gör mindre) 6
10. Samverkan mellan tränare och över grengränser/nätverk 5

Från några håll har man också efterlyst ”bättre klubborganisation”. En handfull tränare efterlyser opreciserat ”stöd i allmänhet”.

OPTIMAL ELITIDROTTSMILJÖ

Hur skulle man vilja ha det för att få fram fler och bättre elitidrottare i den egna grenen? De flesta har svarat i kortare eller längre ordalag och mycket känner vi igen från tidigare svar (antal "röster" inom parentes).

Det klart dominerande svaret berör på olika sätt tränarna/tränarskapet. Dels är det kravet på mer och bättre utbildning/utveckling och bättre tränare (35) (lagidrotterna dominerar) – men önskemålen handlar också om fler tränare på heltid (i huvudsak mindre idrotter) och fler tränare/ledare runt den aktive (22). I sammanhanget efterlyses också från flera håll ett bättre ungdomsarbete/mer resurser och högre status på ungdomstränaren. Fler tränare på lägre nivå (8).

Ett annat tydligt och ganska väntat önskemål handlar om ekonomi. Pengar och resurser till främst elitaktiva. Idrottseliten betraktad som kulturarbetare med grundlön från staten. Ekonomisk grundtrygghet. Träningsmöjligheter på betald arbetstid (35).

Helt i linje med idrottsrörelsens tre klassiska problem – ledare, pengar, lokaler – är det också lokaler/anläggningar som här tydligt utmärker sig. Fler och bättre anläggningar – i vissa fall gärna egna (19).

Fortsättningsvis rangordnas merparten av övriga önskemål/synpunkter när det gäller den optimala elitmiljön:

Möjligheter till mer träning. Mer tid. Mer anläggnings-/lokalytor (20). - närbesläktat är även bättre träningsförhållande/träningsmiljö (9).

Samspel över gren- och klubbgränser. Lära av andra idrotters träning. Gärna ett eller flera elitcentra (gäller speciellt individuella grenar) (16).

Uppmuntra/ge utrymme för spontanidrott. Lättillgängligt. Samverkan med skola. Mång-

sidighet/flergrensidrott. Undvik tidig specialisering/selektering (12).

Kombination idrott-utbildning viktig – speciellt efter gymnasieperioden. Samverkan med högskola. Idrottsuniversitet? Bättre resurser efter gymnasietiden även om RIG-verksamheten är bra (någon vill dock lägga ner RIG) (8).

Röd tråd i SF:s elitpolicy. Långsiktig strategi från ungdom till senior. System från grunden. Tydliga kravprofiler (i huvudsak ind. idrott)(6).

Bland synpunkterna finner vi även "mer träningsläger/turneringar" liksom "mer internationellt utbyte/samspel" och "mer stöd till talangutveckling". En handfull tränare efterlyser också "bättre/högre status på idrott/elitidrott i Sverige".

Inte minst viktigt - men måhända svårare att i detalj precisera - är alla kommentarer kring den viktiga helhetssynen:

Att få det att fungera på det sociala planet. Bra förhållande i vardagen. Helheten – balansen i tillvaron. Bra miljö och bra tränare (miljö för elitidrott). Helhetssyn på individen/individerna i centrum.

Som exempel på olika tankar när det gäller den optimala elitidrottsmiljön följer här ett antal grenpreciserade citat från enkätsvaren:

"Rätt attityd. Koncentrera oss på det vi kan påverka. Helhetssyn på individen på och utanför planen." (handboll)

"Bättre stöd till klubbagen i form av finansiella medel och rekryteringsansvariga." (handikappidrott)

"Ge utrymme för spontanidrotten – idrott i skolan varje dag. Satsa på skolidrottstävlingar. Högskola i kombination med elitidrott. RF och SOK under samma tak. Skapa toppidrottscentrum. Se idrottsmannen som kulturarbetare

– grundlön från staten.” (orientering)

”RIG är otroligt bra, men det måste skapas bättre möjligheter på högskolenivå så att man kan gå vidare efter RIG-tiden. Skapa fler miljöer där olika idrotter tränar tillsammans.” (orientering)

”Skapa en tydligare röd tråd från ungdom mot junior till seniorlandslag. Bättre utbildning av ledare som gör vår idrott lockande, häftig och spännande.” (skidskytte)

”Talangrekrytering tidigare. En modell där distrikt och klubbar gör mer och på rätt sätt. De aktiva ska klart och tydligt se möjligheterna och målen på respektive steg. Fler utbildade och avlönade tränare.” (skidskytte)

”Bra förhållande i vardagen – bra sparring, tränare och ekonomiska möjligheter att kunna satsa fullt. Fler heltidsanställda tränare med hög kompetens. Mer genomtänkt träning i de yngre åldrarna så att de är bättre förberedda när de blir äldre.” (kanot)

”Mångsidighet i ungdomsidrotten – d.v.s. låt ungdomarna hålla på med mer än en idrott. Samarbete med andra grenar.” (fotboll)

”Proffs. Tid för träning och vilja att kunna prestera. Män och kvinnor i ledarteamet – olika egenskaper, olika uttrycksätt.” (fotboll)

”Skapa möjlighet ekonomiskt och tidsmässigt för de unga tränarna. Ideell verksamhet kommer inte att finnas länge till.” (gymnastik)

”Positiv attityd till de aktiva. Skapa förutsättningar. Utnyttja misslyckanden som vänds till framgång. Stötta individer att våga. Skapa utrymme/arenor där intresserade duktiga aktiva träffas, samtalar, tränar, tävlar och utvecklas. I vårt förbund har vi startat upp en regionsatsning där aktiva inte måste åka långa sträckor utan kan träffas i sin egen landsända. Det är en spännande satsning som vi i vårt förbund ser vart vi kan nå med detta.” (budo)

”Fler klubbmiljöer som etablerar god träningsmiljö/kultur där man tränar mycket och med bra kvalitet. Saknas bredd. Saknas kunskap på klubb- och regionnivå om vad som krävs för att bli en elitåkare på skridsko.” (skridsko)

”Ta bort all tävlingsverksamhet före 12 års ålder. Inför idrottsskolor på föreningsnivå. Samverka över SF-gränserna och låt barn utforska sin kropp och utveckla rörelse och koordination för att sedan välja specialidrott utifrån intresse. Vi har en alldeles för tidig specialisering.” (innebandy)

”Att få ungdomar idag att förstå att det krävs hårt arbete för att lyckas. Det finns inga genvägar till framgång. Många unga ska ha allt serverat på silverfat. Få tillbaka klubbkänslan – inte tänka på sig själv i första hand.” (innebandy)

”Skapa förutsättningar för att fler idrottare kan leva i professionell miljö. Ställa höga krav för att nå högsta eliten. Centralisera elitverksamheten till färre orter. Skapa en miljö för elitidrott. Duktiga tränare som ges resurser att träna som de bästa i världen.” (badminton)

”En helhetssyn inom simsporten. Mer basängtid och ”centra” där intresserade kan samträna. Fler och bättre utbildade tränare.” (simning)

”Tycker att det blir för specialiserat i för unga åldrar. Ungdomarna ska få hålla på med fler sporter längre än idag. Alla sporter kommer att vinna på det.” (bandy)

”Glädje. Klara riktlinjer. Individanpassad träning. Dokumentation. Samarbete. Center där vi kan lära av andra idrotter.” (tennis)

”Det krävs bra miljöer. Hellre idrottsuniversitet än RIG. Lagg mindre resurser på RIG och mer resurser på universitet. Svenskar behöver träna i Sverige samt uppsöka internationella miljöer för att stimuleras.” (friidrott)

”Fler kunniga tränare. Bättre träningsmiljö.

Inomhushallar. Skapa förutsättningar för aktiva att jobba deltid och träna. Bättre och längre tränarutbildning. Forum för erfarenhetsutbyte mellan olika idrotter” (friidrott)

”Att det finns miljöer med fysiska resurser och tränare som kan jobba med de aktiva på heltid. På den ort där jag jobbar finns det mesta av detta men dessa centra måste förstärkas. Specialförbunden måste ha en långsiktig strategi för vad de vill med elitidrotten.” (friidrott)

”Attitydförändringar till hård träning. Acceptera i samhället att elitidrott är som ett vanligt yrke. Skapa finansiella möjligheter till att anställa fler bra tränare i föreningarna. Ha en klar dialog med föräldrar och barn som önskar satsa på idrotten. Fler kompetenta tränare. Internationellt utbyte i tidigare åldrar.” (judo)

Låt oss avslutningsvis även ta del av önskemål och synpunkter, när det gäller optimal elitutvecklingsmiljö, från tränarna/förbundskaptenerna i intervjugruppen:

”Det handlar mycket om resurser...att aktiva får förutsättningar att idrotta som dom vill. Att det inte är andra saker...Den optimala modellen för tränarskapet skulle nog faktiskt vara långsiktighet...att tränare får mer tid i föreningarna...för skickas man ut och in beroende på kortsiktiga resultat är det svårt att utveckla...om tränarna skulle kunna få ett 3-årskontrakt för att bygga upp verksamheten och utveckla spelarna i lugn och ro...det skulle bli en större trygghet.” (handboll)

”En bra miljö...för det första skjuthallar som ligger i markplanet. Sen en bra verksamhet, där det finns duktiga tränare som kan utbilda skyttarna tekniskt, fysiskt och mentalt...och sen klubbkompisar på samma nivå...Det är egentligen dom tre sakerna: anläggningar, en bra utbildning redan från början och sen bra sparring.” (sportskytte)

”För mig är den optimala elitmiljön antingen ett gymnastikcenter för samtliga fem stora

gymnastikdiscipliner där man tränar på ett ställe med ledare för dessa discipliner samlade under samma tak.....alternativt den artistiska gymnastiken i ett center med flera andra idrotter, där man kan få ett större och bättre ledarutbyte än vi har i en sån här miljö.... Skulle vi träna i anslutning till ett friidrottscenter skulle vi kunna få oerhört mycket om teknikträning...om löpning..om deras sätt att träna.” (gymnastik)

”...just hur viktigt det är, för att ju bättre man mår socialt, desto bättre blir man som tränare.” (sportskytte)

”Vi måste bygga mycket bättre ungdomsidrott idag än vi gjort tidigare. Det är A och O...mycket bättre förberedda när vi är typ 15-16-17-18 år, om vi ska konkurrera med idrotter i andra länder, för dom lägger mycket resurser på idrotten och där är vi för dåliga. Vi tror att vi är bra, men vi är för dåliga där.” (handboll)

”Det handlar om bekräftelse, att det finns ledare närvarande. Ledare som är hands-on och förstående och tar hänsyn till hela människan. Ledaren är viktig. Sen tror jag att miljön skall vara rörlig och lite ombytlig. Den får inte bli för statisk. Röra oss tillsammans utomlands ibland, kanske åka skidor eller andra saker. Miljön som jag vill skapa är intelligent, känslösam och kärnfull.” (rodd)

”Den ska innehålla familj. Den ska innehålla ett socialt nät. Den ska innehålla möjligheter att träna och tävla på den nivå som Du vill och som Du är på. Sen ska den innehålla en yrkesframtid också.....För många så löser ju det här sig...för våra bästa på herrsidan löser det sig ju genom att dom blir proffs. För en del i och med att dom har det som yrke i allsvenskan. Men på damsidan är det ju inte så.... vi har några proffsspelare, men till stor del är dom inte det och då handlar det om att skapa förutsättningar för dom att kunna elitidrotta, studera på viss tid och så att de hinner med det sociala och sin familj.....Det handlar både om ekonomi och möjligheten att skraddarsy

utbildning...sen, alla vill ju inte studera....det handlar om ekonomi att kunna arbeta på lite mindre tid för att kunna elitidrotta och kunna lägga tid på det sociala.” (fotboll)

”Den optimala miljön...såsom i Stockholm, Eriksdalsbadet, det är en jättebra miljö. Suverän....och en heltidstjänst...och en mentor. Jag tror att man behöver en mentor.” (simhopp)

”.....man måste börja bygga där det idag finns en kultur, tradition inom respektive idrott. Där skulle man försöka bygga upp elitidrottscentra, dels inom respektive idrott och samla mycket kompetent folk, men även inom andra idrotter så vi fick det där gränsöverskridande erfarenhetsutbytet, som vi pratar om.....att man under samma tak hade framgångsrika tränare, som kunde få tid att tillsammans utbyta erfarenheter...Då skulle man kunna knyta forskning till såna centra, koppla personer som har intresse för detta...och successivt i nätverk lägga ut och utveckla det man är bra på.” (friidrott)

”...det är en miljö i trygghet på nåt sätt...att få ett stöd i dom saker som kräver mycket tid...att man kan koncentrera sig, ha människor runt sig...ett team som är duktiga på olika saker och att det är prestigelöst och friktionsfritt i detta. Dom ska va det bästa vi har. Det ska va en elit det handlar om det som är runtomkring.....Om jag har det tryggt hos mig...då är det metodik...Du är bäst i världen...och då känner jag att jag kan lägga kraften, möta spelarna, prata med dom...drivningen till kunskap.” (bandy)

I vissa enstaka fall anser man att den optimala miljön redan existerar....

”I de flesta elitklubbarna har dom det mer eller mindre optimalt. Dom har ju oftast fina arenor, bra träningsmöjligheter, bra gym....oftast bra fystränare. Alla dom här sakerna finns. Dom är helproffs. Dom kan gå och träna när det passar dom....dom tränar dagtid...man kan ha ett socialt liv som vilken människa som helst.” (ishockey)

POSITIVT OCH NEGATIVT OM ELITTRÄNARKARRIÄREN

Intervjusamtalen gav möjligheter att tycka till generellt om den egna tränarkarriären och livet som mästerskapscoach. Vad har man fått ut av sitt tränarskap egentligen?....

”Jag har hela mitt liv att tacka för idrotten. Jag får ju leva oerhört privilegierat. Jag har ju fått betalt för att jobba där jag jobbar nu.” (rodd)

”Jag känner att jag fått ut så otroligt. Jag har lärt mig mina bra och dåliga sidor....om jag säger så här...jag skulle inte vilja ha bytt ut nånting.....Jag tycker jag lever ett väldigt rikt liv.” (simhopp)

”Jag har ju inget annat att jämföra med. Jag är en lycklig människa och så länge jag är det får jag väl utgå ifrån att det har gett mig det jag behövde ha som stimulans att fungera i min roll som familjefar och över huvud taget. Jag värdesätter väldigt mycket andra saker i livet än vad kanske andra gör. Jag tycker jag har fått det som känns lyckligt för mig. Jag trivs med min tillvaro. Jag mår bra.” (friidrott)

”...så idrotten är en del av mitt liv. Det är mitt jobb. Det är min fritid, mitt allt, liksom. Det har ju styrts var jag har bott....Det har gett mig berömmelse, uppmärksamhet, också kritik, men framför allt gett mig uppmärksamhet.” (fotboll)

”Jag skulle aldrig välja annorlunda. Jag har många gånger tänkt på vad jag skulle göra om jag plötsligt skulle bli ekonomiskt oberoende... om jag inte skulle behöva ha gymnastiken som ett jobb.....Jag skulle stå här nere i gymnastiksalen i alla fall.” (gymnastik)

”Bowlingsporten har ju präglat mig eftersom jag började som så liten...det är ju en livsstil. Jag har fått göra det som jag tycker är roligast.” (bowling)

”Jag har haft så jävla mycket roligt, upplevelsen, glädjen när man vinner...samtidigt besvi-

kelsen. Det är inte lika roligt, men den finns ju där.....man kommer in med ett leende och det gör det hela så lätt. Sen när det är uppförbacke då är det jobbigt. Då får man försöka hitta andra vägar till det som varit roligt.... Man får träffa mycket folk. Man får ju bo bra. Man lever bra. Man har en social tillvaro som är så jävla bra. Man har hållit på i 30 år...det är det som är mitt liv.” (ishockey)

”Mycket...allt ifrån att få vara med människor och den utveckling det medför till att resa. Lära sig att umgås med andra människor, vilka regler som gäller. Men även självkänsla...ha ett mål att sträva efter som är jätteviktigt...och jag träffade t.o.m. min flickvän i föreningen här. Det var en bonus.” (handboll)

”Glädje när skyttarna lyckas...när de lär sig nåt nytt. Men också om livet. Mycket saker om livet, faktiskt. Utbytet med andra ledare...och i och med att man är utomlands som tränare ibland, andra kulturer, kulturskillnader...och hur jag ser på människor utomlands. Vi har så mycket att lära varandra, alla människor.” (sportskytte)

”Jag har fått allt utom en guldmedalj. Jag har fått ut väldigt mycket. Jag är väldigt glad för det naturligtvis. Jag har ju fått möjlighet att prova på både breddidrott, ungdomsidrott...jag har jobbat med yttersta eliten. Jag har jobbat med den yttersta internationella eliten och fått lära känna mycket människor....Jag tycker verkligen jag fått möjlighet att prova på allting och det är få förunnat.” (fotboll)

Elittränarskapet har emellertid inte enbart varit ett liv i ”rosenrött”. Vi hittar också minustecken. Vad tycker man att man fått offra genom åren?

”Det har varit minustecken....är man på elitnivå så måste man vara medveten om att man får ta smällar. För min del klarar jag att ta konstruktiv kritik...men det är dom här personliga påhopp. Dom måste man på nåt vis klara, för dom är hårda. Dom sticker i hjärtat.

Dom sitter kvar länge....” (fotboll)

”Jag försöker att ha...jag har ett flexibelt arbete, jobbar som säljare...jag har familj med små barn. Jag kan inte plocka tid därifrån. Det blir att jag tar tid från mitt arbete så vi blir lite ekonomiskt drabbade. Sen är det ju så att familjen blir lite drabbad också, visst är det så.” (boxning)

”Så är det ju, men samtidigt...det var värt det. Nu när jag ser tillbaka på det. Det var värt varenda dag, men jag vill inte göra om det. Det blev ingen fritid till kompisar. Alla kompisar hade man ju i skyttet....men nu så har jag börjat spela fotboll igen för att träffa folk utanför skyttet.” (sportskytte)

”Det har kostat mig väldigt mycket pengar.... samtidigt som jag känner, jag skulle inte vilja bytt....jag skulle kunna tänka mig att min man kanske skulle se det lite annorlunda..” (simhopp)

”Det enda som har känts de här åren som tränare är det sociala vintertid. Match varje lördag t.ex....sitta hemma hos nån och dricka vin...man får tacka för sig klockan tio. Nu måste jag hem och sova...jag ska upp...måste sticka klockan sju i morgon bitti. Bortamat-cher, då kommer man sent hem på kvällen. Det sociala livet vintertid är minimalt. Det är svårt att få flyt med kompisar. Det är jobbigt för frugan också....men samtidigt får man ju ut så mycket...allt har rullat på, mycket glädje. Då skiter Du i att Du får sätta Dig i bilen halv sju en lördagmorgon.” (ishockey)

”Jag vet inte, jag har ändå varit gift i sjutton år och har haft väldigt bra förhållande. Jag har t.o.m. den förmånen att när vi skildes, så har vi förblivit väldigt goda vänner. Däremot har vi flyttat mycket. Det som varit jobbigt, om man ska hitta det som varit negativt....kontrakt?...Vad kommer sen...snacka om att vara färskvara, om att Du styrs av hur det går de tre sista matcherna....Den stressen måste jag säga har varit jobbig. ” (fotboll)

”Det har ju varit tuffa tider...bitar där det varit väldigt skört...om man tagit ett felsteg ytterligare då, va...Vi har haft människor runt om oss som ställt upp.....andra människor när dom träffas och gör saker....jag hade ju bandyn då.....Jag hade sommaren då som vi hade tillsammans med familjen på ett annat sätt. Vi hade mycket tid tillsammans sommartid.... Vintertid levde jag ju ett eget liv....då berodde ju allt på henne att vi klarade familjelivet..... Nu var jag så tidigt ute och tackade för mig. Det räckte nu och vi har ett liv nu som är helt annorlunda. Det är fantastiskt...” (bandy)

SAMMANFATTANDE REFLEXIONER

*”Även om man är på rätt spår så blir man
överkörd om man bara sitter där”
(Povel Ramel)*

Där man gör mest nytta som idrottsutvecklare och ungdomsfostrare – där finns inga pengar och knappt någon massmedial uppmärksamhet. Där pengarna och ”stjärnkulturen” finns – där gör man ingen större samhällsnytta annat än som ”underhållningsregissör” och ”sponsorskatalysator”.

Så kan man naturligtvis resonera och så otacksam är idrotten och tränarrollen ur ett filosofiskt samhällsperspektiv. I detta sammanhang handlar det just om elittränarrollen och vägen dit. Förhoppningsvis har ”vägen dit” ändå varit tillräckligt samhällsnyttig i det större perspektivet och nu gäller sökandet efter ABC-boken för framgångsrik coaching. En elittränarroll som idag troligtvis skördar frukterna av tidigare tränar- och ungdomsinsatser.

Elittränarcoaching och vägen dit? Vem är människan bakom rollen och hur hamnade hon/han där? Det har varit en spännande uppgift att gå in och botanisera i den svenska idrottsrörelsen och försöka finna ett mönster inom elittränarskapet och dess utveckling.

Tränarrollen generellt är inte entydig och lätt att beskriva. Självfallet råder olika villkor inte bara i olika länder och olika politiska system utan även inom olika idrottsgrenar, föreningar, åldrar och tävlingsnivåer. Elitidrottens krav och förutsättningar är naturligtvis klart annorlunda än inom bredd- och motionsidrotten. Barn- och ungdomsidrotten har dimensioner som inte behöver uppmärksammas inom vuxenidrotten. Samtidigt som elitidrotten i högre utsträckning, jämfört med situationen för tränaren längre ner i systemet, kräver utbildning och professionalisering inom ”skräet” – är elittränarrollen på sitt sätt mera smalspårig och styrd. Elittränaren är en slags rollbärare i ett specifikt system med ganska bestämda principer.

Sanktionsmöjligheter, förväntningar, sponsorer, målformuleringar, publik och inte minst massmedia ger oftast mindre spelrum för experiment med tränarbeteende efter eget gott finande.

Går det, mot bakgrund av den splittrade värld som existerar för tränarkåren, att få fram en schematisk bild av ”det ideala elittränarskapet”? Finns det några gemensamma nämnare och är det då möjligt att skapa någon enhetlig och samstämmig elitsatsning för utvecklingen av den viktigaste funktionen inom svensk idrottsrörelse – nämligen tränaren? ”The model” – den kollektiva patentlösningen – finns troligen inte. Framgångsrikt ledararbete kräver situationsanpassning och existerande krav och miljöer är alltför olika för att enbart en tränarmodell ska fungera. Det är ganska tydligt att ”elittränaren” inte är en särskilt lättfixerad och mångkopierad gestalt inom idrotten.

Trots att flertalet SF (där elittränarrollen av olika anledningar inte bedömts som lika väsentlig för studien) inte inkluderats i målgruppen, har vi ändå en bild från ett 30-tal svenska idrottsgrenar. Många av dem har satt Sverige på den idrottsliga världskartan och flertalet tränare och förbundskaptener har figurerat i sammanhanget. Bakom redovisade synpunkter och åsikter finner vi alltså en mycket kompetent och trovärdig grupp när det gäller svensk elitidrott och dess utveckling.

”Alla vägar bär till Rom” – sägs det – och studiens bild av elittränaren och hans/hennes bakgrund visar mycket riktigt att vägen dit mycket väl kan ha varit ”vägarna dit”. Vi får en totalbild där spridningsvärden och differensen på skilda områden delvis förklaras av de olika villkor som råder inom den rikliga flora av grenar som existerar i den svenska folkrörelseidrotten.

Trots detta tror jag att vi - i slutet på det här sammanfattande kapitlet – ändå ska kunna skilja på ”huvudvägar och bivägar”, även om flertalet leder till samma mål. Att olika medel kan ge samma effekt förklaras mest med män-

niskan bakom rollen. Det ena kan kompenseras av det andra. På samma sätt som höjdhopp och backhoppning stilutvecklats bland de aktiva trots att tränaren ursprungligen försökt lära ut en annan modell – bör det, även i ett eventuellt elitidrottsprogram, finnas motsvarande frihet för utveckling av det individuella tränarskapet.

Bakgrund och uppväxtmiljö

Merparten av elittränarna i studien kommer från lagbollsporter och stora eller medelstora individuella grenar. Inblandade sporter är mer eller mindre tränarberoende – men även de fåtaliga synpunkter, som kommer från grenar där tränarrollen är ganska anonym (eller har ett annat namn), är viktiga i det här sammanhanget. Idrottsgrenarna med numerärt gles representation (1-2 personer) bidrar nästan undantagslöst med förbundskaptener/landslagstränare – vars åsikter och erfarenheter är viktiga för just den grenens utveckling. Det sistnämnda sägs för att vi inte skall negligera deras bedömningar och kunskaper i olika frågor bara för att de kommer från någon enstaka person.

Kön, ålder och civilstånd

Idrottsrörelsen består totalt av drygt 40% kvinnliga aktiva. Inom delar av ledarområdet kan vi finna ett liknande könsförhållande. När det gäller tränarrollen har det dock hittills alltid varit svårare. Villkoren, som delvis skymtar i den här studien – och som ofta kräver heltidsengagemang och planeringsverksamhet långt utanför ”idrottsarenorna” – tycks inte locka kvinnorna på samma sätt. Det är emellertid intressant att notera den sakta växande skaran av kvinnor bland landslagstränare och förbundskaptener.

I likhet med ålderssituationen bland våra elitaktiva (från grundskolans mellanstadium till mormor/morfar-stadiet) finner vi också en stor total åldersspännvidd bland elitens tränare. Även om det finns genomsnittliga skillnader mellan olika idrotter går det inte att dra några generella slutsatser beträffande lämpligaste

ålder för en viss idrottsgren. Här liksom i flertalet andra frågor/variabler, är det nästan lika stora skillnader inom respektive gren som det är mellan olika idrotter. Normalt är det dock ganska stor konkurrens om elittränarjobben (speciellt på landslagsnivå) och oftast förutsätts också egen erfarenhet som aktiv – gärna inom elitskiktet. Detta, tillsammans med tränarkurser och civil utbildning, gör att medelåldern hamnar på nivåer som röjer en ganska avsevärd livserfarenhet. Hur länge man sedan blir kvar i tränarrollen har normalt att göra med motivation, ekonomi, konkurrens och livsvillkor i övrigt (familj/arbete m.m.).

Den stora åldersspännvidden gör det extra intressant att inom elitidrotten rekommendera tränarsamverkan inom och över grengränserna. Olika generationsspecifika drag och synpunkter kan här vara väl så väsentliga för korsbefruktning som erfarenhet och kunskap om den egna grenen och dess utvecklingskrav.

De flesta lever som ”Svensson” d.v.s. har familj och oftast barn. Det är viktigt med ett vardagsliv även utanför idrotten – som kan ge lite distans och tydliggöra kontraster i tillvaron. Förhoppningsvis ser framtidsbilden likadan ut men jag är osäker. Ibland funderar jag på om elittränarskapet inom vissa grenar tyvärr kräver/underlättas av att man är ”ensamvarg”. Man ser allt fler exempel på brutna förhållanden. *”Ja, det är klart jag funderar mycket på varför jag har ett tredje förhållande nu.”*..... säger t.ex. en av respondenterna i ett intervju-samtal. Kraven inom det idrottsliga toppskiktet (egenutveckling, heltidsengagemang, resor, mediakontakter, konflikthantering aktiva o.s.v.) har ökat på ett sätt som gör det svårt med normala familjeförhållanden. Den här problematiken diskuteras alltför sällan. Frågan bör finnas med i den tidiga tränarutbildningen och innan tränarkarriären börjar. Problemet måste naturligtvis även tydliggöras i elitidrottens totala stödsystem.

Utbildning och sysselsättning

En klar majoritet av elittränarna i Sverige har sitt tränarjobb vid sidan av hel- eller deltidsarbete utanför idrotten. Det liknar situationen hos våra elitaktiva. Situationen för eliten bland merparten av våra SF är långt ifrån de professionella villkor som vi kan finna i det internationella perspektivet. Måhända skulle vissa idrottsgrenar kunna spetsas något med en annorlunda situation.

När det gäller huvuddelen av våra aktiva - tror jag, precis som flertalet elitidrottare sagt i tidigare undersökning (RF 2001), att det inte nödvändigtvis måste vara mer idrott på heltid. Det handlar lika mycket om att skapa resurser att kunna göra något annat (studier/deltidsjobb) vid sidan av. Att utveckla både ”kroppen och knoppen”. Däremot är det nog nödvändigt att låta elitens tränare ha sitt tränarjobb på heltid. För att kunna leva upp till sin idealmodell (utan samvetskval, ekonomiska bekymmer och kraschade familjeförhållanden) bör arbetsvillkoren vara rimliga. Navet i vår elitidrott – ”coach is the center of sports” – kräver betald tid även för egenutveckling, samspel och visionsarbete – förutom allt vardagskrävande grenjobb.

För varje studie som görs bland idrottens aktiva och ledare så ökar stadigt andelen högskoleutbildade. Så också bland undersökta elitcoacher. Förklaringen ligger delvis i det ökande utbudet av högskoleutbildning med olika typer av ”idrottsprofil” vid sidan av den traditionella idrottsläroutbildningen. Under den aktiva perioden (som ofta är förspelet till tränarskapet) har det visat sig att studier är och har varit lättare att kombinera med elit-satsningen än ett seriöst arbete. RF:s satsning på elitidrott/utbildning är här viktiga ingredienser. Det är bra att utbildningsnivåerna ökar, men den högre utbildningen förpliktigar – både hos aktiva och ledare/tränare. Jämbördigheten ökar. Man kan planera, diskutera och utvärdera på ett bättre sätt. Som jag sagt förut (RF 2001) – kravet från de aktiva på ett bra ledarskap ökar – men samtidigt kan och bör

tränaren ställa högre krav på egenansvar hos de aktiva.

Att en mindre andel lagtränare har högskoleutbildning kanske kan förklaras av de större resurser på föreningsnivå som normalt finns inom eliten (framför allt fotboll och ishockey). Många tränare kommer från en tidigare aktiv karriär där det traditionellt är ovanligare att man väljer högskolestudier för eventuellt framtida arbete. Det kommer ganska mycket pengar i plånboken ändå – redan i ganska unga år.

Uppväxt

Bland elitidrottare finner vi många exempel på fördelen med att spontant få börja sitt idrottande i lite mindre samhällen i trygg närkontakt med kompisar och ideellt arbetande ungdomsledare och med förstående och kravlöst stödjande föräldrar.

Hos elittränarna är det vanligare att uppväxten skett i stadsmiljö (i varje fall senare delen av uppväxttiden). Det är möjligt att stadsmiljöns rikligare föreningsutbud i större utsträckning ”krävt” tidiga ledarinsatser och innehållit ”spetsigare” förebilder. På förbundskaptensnivån är storstadsuppväxten tydligast (36%). Egentligen är det kanske inte arten av uppväxtmiljö (stadsmiljö eller inte) som är avgörande. Det viktigaste är nog föreningsmiljön och dess traditioner – oavsett geografisk placering. Vi ser många exempel på mycket framgångsrika elitklubbar, även i s.k. glesbygdsområden, som också fostrar och utvecklar mästerskapscoacher.

En annan skillnad i jämförelse med elitaktiva finner vi när det gäller syskongruppen. Både aktiva och tränare på elitnivå har vuxit upp tillsammans med syskon (ensambarn tycks vara mycket sällsynt på toppnivån). Medan det var något vanligare att de aktiva var yngst i syskonskaran (att tidigt lära sig ta för sig i konkurrensen) så märker vi emellertid bland tränarna en viss övervikt för dem som är äldst och ”ordningsman”. Ett tidigt slumpmässigt ”ledarskap”? Mer väsentligt än åldersord-

ningen bland syskonen tycks dock vara det faktum att man över huvud taget har syskon kring sig under uppväxttiden.

Idrottsutveckling och impulser till tränarskap

Eget idrottande – helst i den ”egna” grenen (gärna på elitnivå, även om det ibland kan krävas lite distans till det egna idrottandet) – känns som en förutsättning för framgångsrikt tränarskap. Tränarskapet föds ur det egna idrottandet och vi ser ingen skillnad mellan undersökta målgrupp och andra inom idrottsrörelsen när det gäller ålder för idrottspremiären. Genomsnittsvärdet för tränargruppen är 8-9 år. Totalspännvidden (4-22 år) och redovisade olikheter har mest att göra med föräldrainslag, kamrater och grenutbud på orten – och är inget incitament för framtida tränarskap.

Det är dock intressant att konstatera – även om det enbart handlar om ett fåtal procent – att den svenska folkrörelseidrotten kan generera elittränare som inte börjat idrotta förrän omkring 20-årsåldern.

Grenval

Vi ser i det tidigare idrottsutövandet stora likheter med elitidrottarna. Även tränarna har i allmänhet prövat flera olika idrottsgrenar. Bland kvinnliga elittränare är det dock vanligare än hos kvinnliga aktiva att man håller sig till en enda idrottsgren. Flergrensidrottandet har uppenbarligen inte fått genomslag ännu bland kvinnorna – i varje fall inte om man ska syssla med tränarskap. Engrensspecialisering är kanske till hjälp när man ger sig i kast med det bland kvinnor så sällsynt förekommande tränarskapet på elitnivå?

I intervjusamtalen märker vi dock flera undantag. Sådär säger t.ex. en av kvinnorna bland respondenterna:

”Jo det var skyttebiten.....sen har jag hållit på med alla möjliga idrotter. Det var idrott varje dag. Hade jag fått så hade jag tryckt in ännu mer idrott. Fotboll, gymnastik....och folkdans

höll jag på med lite grand....Ridning har jag hållit på med...hade egen häst....Kom hem till mamma en dag när jag var 8-9 år. Då hade jag fått en lapp i skolan om orientering.....men då var det stopp.” (sportskytte)

Bland männen, och totalt, är det annars utövandet av flera idrotter som tycks vara vanligast för att bli bäst – antingen som aktiv eller som tränare.

Även om man vanligen prövar flera olika grenar så handlar tränarskapet nästan alltid om den egna s.k. huvudgrenen. Detta gäller speciellt för lagbollssporterna – med enstaka undantag:

”Fotbollen var min första sport. Den ligger så nära...samma regler, samma storlek, samma tänk. Mycket taktiskt likadan. Så därför så var fotbollen min huvudsport...jag skulle valt fotbollen. Jag vann skytteligan från jag var 10 år och fram till jag slutade med fotboll. Jag spelade A-lagsfotboll till jag var 21 år.” (bandy)

..... medan vi finner flera exempel bland tränare i individuella grenar på att man har tränarjobbet i annan idrott än ”sin egen”.

Motsvarande förhållande finner vi en tidigare studie (Eriksson 1998 s.11):

”Nej det var helt andra saker. Jag spelade fotboll och friidrotten var jag med i.....vintertid var det mycket ishockey.” (kanotkapten).

Idrottskarriär

Merparten av tränarna i studien har tidigare varit mycket duktiga idrottare. En normal slutsats bör bli att eget framgångsrikt idrottsutövande bör vara en fördel för tränarskapet. Sådär säger dock en förbundsrepresentant i ett intervjusamtal:

”Vi har inga tränare som inte varit aktiva själva, men jag tror inte att man måste ha varit aktiv på elitnivå....många av våra toppelitskyttar är väldigt ego och tror att det just jag gör är det rätta.....I vissa fall fungerar det bra,

men ofta kan man behöva ett par år och se vad andra gör, innan man kan jobba fullt ut.”.

Samtliga kvinnliga elittränare i studien har egen aktiv karriär på minst SM/landslagsnivå. Mer än var fjärde har t.o.m. meriter från OS/VM. Tillsammans med den tidigt valda enda idrottsgrenen är dessa elit-idrottsereferenser ytterligare byggstenar i den grundtrygghetsplattform som tycks krävas för kvinnlig elit-coaching.

Eget fortsatt idrottsutövande är inte nödvändigt för tränarjobbet. Tvärtom kan det vara en fördel om man inte behöver splittra sitt intresse mellan koncentration på egen framgång respektive omsorg av de egna aktiva (individerna i centrum). Så här säger t.ex. en av elittränarna under intervju samtalen:

”Jag hade en princip, och det har jag fortfarande.....så länge man är aktiv så är man aktiv...men däremot, den dag jag slutade, så var det helt naturligt att man gick in i tränarskapet.” (friidrott).

Ur generell friskvårdssynvinkel är dock förebilder viktiga. Idrottsrörelsens krav på friskvård, hälsa och fysisk aktivitet gäller självfallet även elitidrotten. Det är därför glädjande att se att majoriteten elittränare fortsätter att motionera efter sin idrottskarriär. Troligtvis finns det naturliga och ”acceptabla” förklaringar till varför drygt 25% (flestar män) helt slutat idrotta/motionera. Situationen är speciellt tydlig inom lagidrotterna.

Varför tränare?

Det finns ingen enkel förklaring till varför man blir tränare. Vanligtvis är det en kombination av bakomliggande orsaker – samtidigt som det i efterhand är svårt att komma ihåg just den konkreta situation som orsakade processen. Mycket tycks ligga inbakat i livsstilen. ”Det kändes naturligt”, var det spontana svaret hos de flesta. Under intervju samtalen noterar vi t.ex. följande tankar:

”Ja inte helt medfött, men vi är nog en speciell

typ av människor. Ja vi är drivna människor, som tycker det är roligt. Vi vill vara med och utveckla....t.o.m. vara med och påverka.” (sportskytte)

Resonemanget liknar de funderingar som tidigare utvecklats i och givit namnet till rapporten ”Född till förbundskapten”? (Eriksson 1998)

Mycket talar för att ledarskapet finns inbyggt eller tidigt förvärvat i den egna personligheten. I övrigt är det delvis slumpen som avgör när man får ”startsignalen” och chansen till den egna tränarinsatsen.

”Helt plötsligt får jag frågan igen om jag vill träna ett lag...jag vet inte riktigt men jag tycker det är fantastiskt kul och upptäcker att jag har ju mycket, mycket större talang som handbollstränare....Det gör ju att jag nåstans tror att man har det inom sig, önskan att vilja förändra, påverka.” (handboll).

Ibland ligger förmågan dold och kräver utmaning och lockelser från andra ledare/tränare, vilka blir en slags idoler i sammanhanget. Andra fick en naturlig chans när den egna elitkarriären avbröts p.g.a. skador.

Tränarrollen från ”gräsrotsnivå” till elit

Den tidiga tränarpremiären (oftast redan under tonårstiden) styrker tanken på det ”medfödda” ledarskapet. Att tränarpremiären i så stor utsträckning sker så tidigt begränsar ju delvis orsaksförklaringarna till ”varför tränare”. Det utesluter t.ex. ”egna barn i verksamheten”. Det innebär emellertid också att verksamheten kan bli en nästan livslång upplevelse. Det är naturligtvis viktigt för idrottsrörelsen att denna ledarkategori ges allt tänkbart stöd för optimal utveckling och att gruppens samlade erfarenhet utnyttjas maximalt.

Tränarskapet är den mest ”långlivade” ledarfunktionen inom idrottsrörelsen. Med eller

utan större inkomster från sysslan stannar de flesta kvar på "barriärerna" ganska länge. Den genomsnittligt långa "livslängden" hos tränarfunktionen markerar en grupp med stor erfarenhet av idrott, pedagogik och prestationsutveckling. Troligtvis är det den ledarkategorin som har den största kunskapen inom området. Synpunkter från tränargruppen borde därför vara viktiga att avlyssna och ta optimal hänsyn till.

Tränarrollen innehåller inte bara tydliga önskemål om samverkan över grengränserna. Det handlar också om konkreta tränarjobb och erfarenheter från flera idrotter. Även om kraftsamlingen i tränarskapet ligger på den "egna" grenen är det inte ovanligt med engagemang även i andra idrotter. Förklaringen har delvis ekonomisk karaktär eftersom flertalet inte är heltidsarvoderade i sin "egen" idrottsgren. Denna situation gör ju inte tränarrollen mindre intressant som kunskapskälla. Vittnesmålen kommer oftast från individuella tränare som vanligen tränarsamspelar med lagbollsporter.

Arbetsinsats och träningskrav

Redovisningen av elittränarskapets arbetskrav under olika säsonger ger anledning till funderingar. Är skillnaden i krav och arbetsuppgifter verkligen så stora mellan olika idrottsgrenar eller är det resurserna (pengar, tid, lokaler) som sätter gränserna?

Självfallet varierar de fysiska och materiella kraven – liksom konkurrens, tävlingsupplägg, säsonger, resor m.m.) mellan idrotterna. Det vore dock intressant att få se grenresultaten på sikt – om de tränare, som idag tycks gå "på sparlåga", gavs resurser till egenutveckling, visionsarbete och internationell samverkan. Å andra sidan borde kanske drägligare villkor skapas för dem som ständigt jobbar "veckan runt" genom förstärkning av tränargrupper (fler som gör mindre).

"Vi har ett tränargäng med oerhörd kompetens. Vi kan komplettera varandra....jobbar verkligen tillsammans".....säger t.ex. en mycket

framgångsrik elittränare under intervjusamtalet. När det gäller totalt tidsengagemang ser vi att det inte bara är tränare från resursstarka förbund som lägger långt mer än 40 tim/vecka på tränarjobbet.

I det internationella perspektivet är det framför allt i ett antal individuella idrotter som konkurrenterna anses träna mer. Förhoppningsvis är det inte tränarnas anställningsvillkor (ekonomiska resurser) som dämpar träningsmängden bland elitaktiva i de fall där både aktiva och tränare tycker att man tränar mindre än sina konkurrenter utomlands. Inom flertalet grenar är problemet svårlöst på föreningsnivå (både för aktiva och tränare) vilket gör svenska framgångar särskilt imponerande.

Träningsgrupper och högsta idrottsnivå

I tränarrollen ligger oftast erfarenhet från arbete i flera olika föreningar, vilket är ganska begripligt när det gäller tränare med speciella elitambitioner. Ur tränarsynvinkel kan föreningsbyte vara ytterligare garanti för ökad erfarenhet – inte bara beträffande olika individer (och ibland idrottsgrenar) utan även utifrån skilda arbetsmiljöer och arbetsgivare. Flertalet föreningsbyten bland tränarkåren sker dock mer eller mindre frivilligt och styrs vanligen av ekonomiska skäl. Den internationella arbetsmarknaden har även bidragit till ökad flyttlass-frekvens.

Trots tidig tränarpremiär hos den absoluta majoriteten är det inte mer än drygt hälften som har erfarenhet av tränarskap bland barn. Framgångsrikt elittränarskap kräver tydligen inte arbetserfarenheter bland nybörjare.

"Bara man har kunskapen om människor och coaching...och kan prata och lyssna på människor, så tror jag man kan jobba som elittränare. Däremot är det en fördel, eller jag har sett det som en fördel, att ha jobbat med barn också...sedan hela vägen hur dom utvecklas.." (sportskytte).

Eventuella kunskapsbrister tycks kunna

kompenseras genom det egna tidigare idrottsutövandet och minnesbilder från egna ungdomstränare.

Studien visar att merparten individuella idrottsgrenar har normaliserat ett tränarskap över könsgränserna. Lagbollsporternas tävlingsformer, serieupplägg, taktikkrav, kombinationssystem m.m. kräver dock av naturliga skäl mer koncentration och träningsfokusering på endera könet. Vi ser också att det är sällsynt med kvinnliga tränare i den manliga elitidrotten. Motsatsen, den andel män som tränar enbart kvinnor, tyder ju annars på att tränarskapet inte nödvändigtvis innehåller alltför många könsbundna faktorer. Ur de aktivas synvinkel kanske det vore en fördel om den utveckling mot tränarteam/tränargrupper som sker i flera idrotter kommer att innehålla tränare från båda könen.

Den idrottsliga elitnivån inom undersökningsgruppen är mycket tydlig. Nästan samtliga individuella tränare har erfarenhet av landslagsjobb och/eller internationellt arbete. Lagidrottarnas tränare har i något större utsträckning "bara" föreningsmeriter. Respektive förening ligger dock i högsta seriesystemet, vilket får betraktas som tillräckliga erfarenheter i sammanhanget.

Att så stor andel av undersökningsgruppen (nästan hälften) är, eller har tidigare varit, förbundskapten (motsvarande) beror på urvalet från respektive SF. Några större skillnader mellan tränarna med förbundskaptenmeriter och de andra går inte att finna i studien. Steget från "normalt" elittränarskap till förbundsarbete är ganska litet och ofta slumpmässigt. Tillhör man elittränarna i grenen så har man vanligtvis de kvaliteter och egenskaper som krävs för förbundskaptenjobbet. Ibland är det den längre erfarenheten som får genomslag och resulterar i SF-jobbet.

Viktigt för tränarutvecklingen

Vad har betytt mest för den egna utvecklingen?

Vi hittar ingen faktor som direkt utpekas som "nummer ett". Det handlar om en ganska långsiktig process, där flera faktorer varit avgörande. Normalt är det flera samordnade orsaker. Säkert har tidigare idrottsutövande liksom idrottskamrater och andra tränare varit viktiga ingredienser. Den egna arbetsmiljön (föreningsklimat, aktiva, idrottsnivå m.m.) har också varit betydelsefull. Trots att tränarutbildning i studien fått en högt placerad position, tror jag inte att den mer formellt organiserade tränarutbildningen (stegkurser m.m.) alltid känns så väsentlig. I begreppet utbildning ligger betydligt mer än den formella kursverksamheten. Den praktiska verkligheten – "livets skola" – är minst lika viktig.

"...utbildning, nej. Den utbildning som jag fått har väl mera varit...inte genom att jag gått kurser eller annat, utan mera genom erfarenheter inom det här gebitet...fått se väldigt mycket och rest i många länder, stora mästerskap och träffat många intressanta, framträdande människor inom den här sporten. Det har gett en jättestor utbildning i sig. Den bästa skulle jag vilja säga." (bowling)

Intervjusamtalen ger en kompletterande bild som visar vilken inbyggd kraft som finns i tränarprocessen. Det blir en del av livet. Idrotten och tränarskapet är en livsstil där utvecklingen kommer från flera olika kraftkällor.

Ekonomi

Mot bakgrund av omvittnat engagemang, svårighetsgrad och tidskrav inom elittränarjobbet känns det som att den ekonomiska ersättningsnivån för flertalet inte är rätt anpassad. Lönesättningen till respektive elittränare/förbundskapten är naturligtvis inte satt efter svårighetsgrad eller kompetens utan en följd av marknadsvärdet och den ekonomiska styrkan hos respektive SF och förening. När vi ser på redovisade siffror är det ändå både förvånande och besvärande att varannan tränare (i en SF-utgallrad elit) har max 100.000:-/år för sin insats inom toppidrotten. Könsskillnaden är extra tydlig i det här sammanhanget.

Tränarutbildning och kunskaper

Med den ledarbrist, som är ett av idrottsrörelsens klassiska bekymmer, behöver man normalt inte gå någon kurs för att bli tränare. Kom och hjälp till bara! Speciellt om Du har egen erfarenhet av aktiv idrott. Utbildningskravet ser vi nästan inte heller på elitnivån, vilket måhända kan diskuteras.

Tydligen går det att bli elittränare (t.o.m. förbundskapten) utan genomgången organiserad tränarutbildning. Det är ju resultaten som är det väsentliga. Prestationen garanteras ofta av tränare med tidigare lyckosam aktiv karriär eller som genom åren gjort sig ett namn som mästerskapscoach. Ofta har slumpen (lyckosam föreningsmiljö och duktiga aktiva) igångsatt processen.

I tidigare sammanhang (bl.a. Eriksson 1998) har det noterats att i den ”medfödda” eller tidigt utvecklade ledartalangen ligger även en inbyggd nyfikenhet efter mera kunskap, vilket också oftast resulterar i jakten på teoretisk utbildning. Även Isberg (2003) har konstaterat framgångsrika coaches stora vilja att ständigt söka och ta till sig kunskap (speciell och användbar kunskap).

Den absoluta merparten av elittränarna har också olika utbildningsnivåer bakom sig. Totalt handlar det, för varannan tränare, om något eller några steg inom förbundets egen tränarutbildning. Tidsmässigt är det då fråga om ett ganska begränsat antal veckors (ibland dagars) utbildning. Bekymret som påtalats i en tidigare SF-studie (SISU 2000) är att bilden fortfarande är alltför heterogen – det är för stora skillnader mellan olika SF i utbildningsfrågor.

När vi talar om tränare på elitnivå/förbundskapten borde man kanske generellt kräva mer formella utbildningsmeriter. Vi ser också en klart växande skara tränare med olika former av högskoleanknuten tränarutbildning. Hittills är dock andelen inte särskilt imponerande i ett internationellt perspektiv. Högskoleutbildning är hos oss tydligen mer frekvent bland tränare

i gruppen individuell idrott än i lagbollsporter.

Elittränargruppen röjer ett ständigt behov av mera utbildning och kunskap – det tycks klart – och gäller även stora delar av dem med högskoleutbildning. Oavsett utbildningsnivå är dock den genomsnittliga kunskapsnivån – på för idrotten viktiga områden – enligt egen uppfattning klart godkänd.

Skillnaden mellan könen är intressant. Med undantag för ledarskap och taktisk träning värderar kvinnorna i genomsnitt sina kunskaper på olika områden högre än männen. Vi skall dock notera att medelvärdena bygger på en mindre (färre personer) och klart spetsad grupp kvinnliga tränare, där spridningen mellan ”bäst” och ”sämst” är mindre än i herrgruppen.

Trots att de flesta svarat att man inte anser sig ha helt tillräcklig utbildning är man i huvudsak nöjd med den tränarutbildning man hittills fått. Lagidrotternas kursverksamhet drar dock ner medelvärdet något. Senast genomgångna kurser – utbudet förutom traditionell stegutbildning är i dagsläget ganska stort – var man också helt eller delvis nöjda med (även i denna fråga slår dock lagsporternas något lägre siffror igenom).

Den generella uppfattningen om idrottsgrenens egen tränarutbildning är inte speciellt imponerande. Totalgenomsnittet blir visserligen godkänt men spridningen mellan olika idrotter är mycket stor. Här finns således en del förbättra i flertalet grenar. Bedömningen gäller SF-utbildningen totalt och behöver inte ha något att göra med senast genomgången kurs (som eventuellt kan ha legat utanför SF-regi och som man kanske dessutom var nöjd med). Struktur, innehåll och ambitioner i specialförbundets tränarutbildning vid millennieskiftet finns tidigare beskrivet i en SISU-rapport (2000).

Som noterades redan för 20 år sedan (Eriksson 1987) – och som fortfarande till vissa

delar stämmer – är ledar-/tränarutbildningen i flertalet SF i sina huvuddrag fortfarande en kopia av 60-talets utredningsförslag (RF 1967) till den då pågående idrottsutredningen (SOU 1969:29). Det är kanske dags att klippa ”navelsträngen” från 60-talet och samverka mera internationellt utifrån dagens verklighet?

Idealmodell

Tränarnas åsikter om en idealmodell för den högre tränarutbildningen överensstämmer ganska väl med redovisade tankar från flera SF (SISU 2000). ”The Model” – idealmodellen med bestämd artikel, en för alla grenar och i alla detaljer gemensam utbildningsform – går inte att skapa. Dock ser vi oavsett idrottstyp många liknande synpunkter på önskelistan. Det handlar oftast om internationellt samarbete, gärna högskoleförankrad utbildning, definitivt samverkan över grengränser och anpassning till individuella behov. Elittränarna efterlyste också mer av återkommande träffar och kortare fortbildning för uppdatering av forskningsläge och erfarenheter.

Synpunkterna när det gäller elittränarutbildningen handlar lika mycket om metodfrågor som om innehållet. Det sistnämnda styrs delvis av det konkreta behovet inom respektive idrottsgren.

Man betonar att utbildningen bör vara spetsinriktad, forskningsförankrad och vinklad mot mästerskap. Gruppdiskussioner och erfarenhetsutbyte (inom och över grengränser) är viktigt. Kopplingen teori/praktik betonas liksom tillgången till mentorskap. Reflexionen kring individualisering (”checka gapet mellan krav och kompetens”) är intressant men praktiskt svåröst. I likhet med den ”gamla” specialidrottsläro-utbildningen bör selektering/urval beträffande utbildningsgrupperna ske via SF.

Inte oväntat är det ledarskap/ledarutveckling som ses som det viktigaste ”ämnet” på spetsnivån. Även det mentala/idrottspsykologiska området är här högprioriterat.

Det man saknat hittills i sin egen utbildning/utveckling är just sådant som man noterat som

viktigt kanske med tonvikten framför allt på mer information/kunskap om mental träning/rådgivning/utveckling. Här återkommer synpunkterna om tätare utbildningstillfällen och vi märker även en viss kritik mot det egna förbundet (bättre engagemang från SF, kompetenta/kunniga kursledare, ”röd tråd” i utbildningen från steg 1 och uppåt).

Parentetiskt kan vi notera att de flesta elittränarna/förbundskaptenerna i intervjugruppen markerade intresse för eget deltagande i en ”spetsutbildning” av det slag som de själva beskrivit.

Tränarrollen – värdering/erfarenhet

I de olika frågorna i studien som innehöll värderingar av tränarrollen i olika sammanhang finner vi väldigt stor spridning bland elittränarnas uppfattningar. Presenterade medelvärden ger därför inte rättvisa åt inblandade grentyper eller enstaka idrottsgrenar.

Med enstaka undantag värderar man dock tränarkompetensen i den egna grenen högre än uppfattningen om tränarnas status generellt i det svenska samhället. Lagidrotternas siffror är i båda fallen genomsnittligt högre än den individuella grengruppen.

Man är ganska överens om svårigheten i tränarjobbet. Krav och förväntningar på den nivån känns naturligtvis tyngre. Det gäller ofta att visa resultat för att få behålla jobbet. Situationen – ”du är bra som du är, vi behöver all hjälp vi kan få” – som präglar barn- och ungdomsidrotten, gäller inte längre. Vi talar här om professionella insatser och man är tillräckligt ödmjuk för att erkänna att jobbet är ”svårt”.

Eftersom det överlag handlar om elittränare (flertalet även förbundskaptener) har man inte oväntat stor erfarenhet av internationell tävlingsverksamhet och mästerskap. Situationen är extra gynnsam bland de kvinnliga elittränarna som finns med i studien.

Tränarfilosofi och självvärdering

Bilden av beskriven ”tränarfilosofi” visar gärna och ofta en ”grundtrygghetsskapande hustomte” – ingredienser som i förlängningen utesluter behovet av hjälp från idrottspsykologer. Den bästa idrottspsykologen är egentligen tränaren själv, som med rätt inställning och agerande bl.a. förebygger oönskade konflikter och onödiga mentala effekter.

Tränarfilosofin andas personintresse och demokrati men också tydlighet och delegerat ansvar (egenansvaret!). Varje framgångsrik tränarfilosofi måste emellertid stämma med den egna personligheten och inte vara en kopia av andras ”imponerande” tankar och arbetsmetoder. Redovisade åsikter från flertalet framgångsrika tränare skiljer sig därför i flera avseenden. Den bästa presentationen av framgångsrik tränarfilosofi kan därför vara en ren citatsamling från våra bästa och mest erfarna elittränare.

Beskrivningen av den egna tränarfilosofin liknar de tankar som tidigare redovisats i skriften ”Född till förbundskapten” (Eriksson 1998) – tränarfilosofier med i huvudsak beteendevetenskapliga förtecken. I båda studierna rör det sig om hur man handskas med människor. Hur man ser på målsättning/måluppfyllelse. Hur man klarar information och kommunikation. Hur man skapar glädje, trygghet och ansvar. Hur man hittar det där lilla extra. Det handlar om ganska oidentifierbara termer – kanske något som man egentligen inte kan lära sig på kurser?

Personliga egenskaper

Elittränarens personlighet präglas oftast av brinnande engagemang, idrottserfarenhet, social kompetens och lyhördhet. Den positiva människosynen (individ i centrum) är mycket tydlig liksom envishet, målmedvetenhet och vinnarvilja – drag som även utmärker våra elitidrottare (se RF 2001).

Listan med olika ledaregenskaper är samman-

taget ganska lång och oftast tycks man kunna kompensera vissa ”svagheter” med andra personlighetsegenskaper och karismatiska drag.

Elittränarnas förmåga att på några få rader (läs redovisade citat) ge en beskrivning av sig själva tyder också på ett stort självförtroende och en sällsynt god självinsikt.

Saknat stöd

Det man tycker sig sakna i sin utveckling handlar även på elitnivån ofta om pengar. Resurser till heltidsanställning, utbildningsformer och vistelse i internationella miljöer. Det är också fråga om tid till bl.a. planering, fortbildning och visionsarbete. Man vill ha tillgång till mentorskap i sin utveckling, experthjälp och avlastning i arbetet, tydligare SF-engagemang och internationellt utbyte. Samverkansönskemålen gäller även på ”hemmaplan” över gränserna.

Optimal elitidrottsmiljö

När det gäller tränarnas synpunkter på den bästa utvecklingsmiljön för elitidrott ser vi stora likheter med de aktivas önskemål (RF 2001). Det handlar mycket om ideala förhållanden när det gäller ekonomi, träningsmiljö och omvärldsstöd/förståelse. Bilden vi får från tränarna – både i frågeformulären och i intervjuamtalen – gäller oftast den totala miljön, både för sig själva och sina aktiva.

Från flera håll kommer önskemål om och krav på bättre satsning redan från ungdomsnivån. Mer resurser och högre status åt ungdomstränarna. En intressant framkastad tanke i sammanhanget är idrottseliten (aktiva och tränare) betraktad som avlönade kulturarbetare, vilket i varje fall under kortare tidsperioder skulle skapa större trygghet inom idrottsgrenar med sämre resurser.

Vi märker även förslag på centralisering av elitverksamheten till färre orter för att underlätta prestationsutveckling med hjälp av kraftsamling och tillgång till forskningsresurser.

I tränarnas fall fokuseras begrepp som långsikt-

tighet, avlastning, teamarbete, spetsutbildning, internationell samverkan och grenöverskridande samspel. När det gäller konkreta stödinsatser som måste vara behovsanpassade är det överlag vissa nyansskillnader mellan olika idrottsgrenar – men även mellan enskilda aktiva. Den optimala elitutvecklingsmiljön kräver en tydlig SF-kartläggning av existerande situation/behov och ett nära samspel mellan berörda parter.

Mycket handlar också om utbildningsinsatser, arbetsmarknadsåtgärder och idrottspolitisk samhällsattityd. För både aktiva och tränare gäller helhetssyn – balans i tillvaron – harmoni i helheten!

Elittränarkarriären i backspegeln

Intervjusamtalen gav, förutom utveckling av vissa av frågorna i enkätstudien, en möjlighet att försöka få insikt i de positiva och negativa effekterna av elittränarskapet. Vad fick man ut?

Vittnesmålen handlar mest om plustecken. Här och där kan man skymta saker som gått snett eller som man tvingats offra. Det har gällt samlevnads- och familjeproblem, ekonomiska bekymmer, osäkerhet om framtiden, fritids-sociala begränsningar, kritik (inte minst massmedial) och psykisk/fysiska ansträngningar.

Även hos de personer, som erkänner vissa bekymmer i karriären, överväger dock fördelarna i livet. Man anser sig ha levt – och fortfarande lever – ett rikt liv och ångrar inte satsningen.

Många av idrottens belackare skulle måhända förvånas över hur mycket glädje, ödmjukhet, upplevelser, självförverkligande och mänsklig kärlek som idrotten ger och innehåller.

”Inspirerande...man har fått se hur människor reagerar...man har fått se människor utvecklas...det har gett mig stor glädje men också egen utveckling under tiden...framför allt ödmjukhet inför framgång och inför människor som är vardagsmänniskor...få respekt för alla människor i hela laget...då menar jag verkli-

gen i hela laget. Det har gett oerhört mycket att få jobba med dom och känna närhet...ge dom bekräftelse för det dom gör.” (bandy)

Sådan blir bilden av det omvittnade och upplevda tränarskapet – t.o.m. på elitnivån!

Tränarens uppgift...som noteras redan i skriften ”Född till förbundskapten” (Eriksson 1998)..... är ”bara” att plocka fram verktygen och skapa miljön, initiera och styra målsättningsdiskussionen, skapa glädjen, svara för information och kommunikation, korrigera rättvisa och demokrati, kontrollera, överlämna ansvar, lyssna och ställa krav. Svårare är det inte.....eller?

SLUTSATSER OCH FÖRSLAG

Hur blir man mästerskapscoach? Finns det något recept?

Ja, troligen ligger delar av förklaringen redan i arvsmassan – ”Född till förbundskapten”. Även om man inte direkt ”ärver ledarskapet” från föräldrar, märker vi hos de allra flesta elitcoacher personlighetsdrag och egenskaper som tycks vara lämpade för en tränarkarriär.

En slutsats för framtida utveckling av elittränare borde kanske vara att vi tidigt arbetar med att stötta och uppmuntra tränarinsatser och trainee-verksamhet hos intresserade ledartalanger.

Precis som i inledningen till resultatbeskrivningen, där det lite fyrkantigt skissades bilden av den ”genomsnittlige mästerskapscoachen” – följer här en lika genomsnittlig bild av ”vägen dit”.

Vägen till framgångsrikt tränarskap börjar nästan alltid i en syskongrupp (och oftast äldst i skaran) och där uppväxten sker i närhet till idrottsmiljöer (vanligen mindre eller medelstora städer). Starkt idrottsintresse och eget idrottande i flera olika idrotter innan man hittar ”sin” gren. Inte sällan når man även elitnivån i grenen, vilket också tycks ha underlättat den definitiva ledarpremiären.

Ledar-/tränarrollen har "legat i blodet" och visat sig i olika former av ledarinsatser redan före och under den aktiva karriären. Med ett brinnande intresse för idrott, människor och ledarskap har ett från början helt ideellt tränararbete utvecklats till ett mer eller mindre välbetalt formellt jobb. Karriären har för många kantats av samlevnadssvårigheter och brustna förhållanden p.g.a. "totalengagemang" i coachingverksamheten.

Formell utbildning "civilt" och inom idrottsrörelsen har varit viktig för många, men väl så väsentligt har varit en utveckling och kunskapsinhämtning i "livets skola" – samarbete med mentorer, idrotts- och tränarkamrater, egna idrottserfarenheter och internationella miljöer. Sökandet efter successivt förbättrade resultat har ofta resulterat i arbete med ledarteam och samspel över grengränserna.

Samtliga i undersökningsgruppen tillhör den svenska tränarelliten. Flertalet har träffat på "vägen dit" via olika stickspår, men alla har ändå hittat rätt vid "vägs ände" och har viktiga erfarenheter och tankar att förmedla.

Studien visar olikheter i tränarnas bakgrund och uppväxt, utbildning och egna idrottsresultat. Vi finner också olika och ibland slumpmässiga orsaker till tränarpremiär och yrkesrollen som elitcoach. Även om statistiken visar medelvärden åt ena eller andra hållet när det gäller kön och idrottstyper så finns det ändå olikheter inom alla undersökta grupper. Spridningen är oftast lika stor inom respektive idrottsgren som olikheten mellan olika grenars medelvärden. Allt tycks ändå vara normalt. Vägar till framgång kan vara olika. Den ena s.k. bristen kan uppvägas av andra starka drag. Även om vi plockar ut några av våra allra bästa och internationellt mest framgångsrika coacher och jämför med varandra så kan vi se dessa olikheter i bakgrund och utvecklingsprofiler. Vägen dit kan alltså under merparten av sträckan vara vägar till dit.

Däremot "vid målrakan" ser vi stora likheter

i deras engagemang i verksamheten, intresset för människan och erfarenhet av prestationsidrott. Tränarfilosofi, personliga egenskaper och praktiskt ledararbete har många gemensamma nämnare hos våra elitcoacher. Deras synpunkter beträffande framtida högre tränarutbildning och optimal miljö för elitutveckling bör ligga så nära "sanningen" som vi kan komma.

Alla SF har inte samma resurser och samma konkreta behov. Många idrottsgrenars internationella utveckling avgörs av andra faktorer än tränarrollen, men i de fall där resultaten till stor del kan påverkas av coachingarbetet bör vi ha färdriktning och ambitioner klara för framtida spetsning – ett elitprogram.

Nedan följer ett antal slutsatser mot bakgrund av redovisad elittränarstudie:

- **Tränarutveckling:** Ledarskap känns naturligt och finns tidigt med i livsstilen. Långsiktig process med flera orsaker (eget idrottande, egen inre drivkraft, idrottskamrater, andra tränare, tränarutbildning och "livets egen skola").
- **Elittränarskap:** Enhetlig modell finns inte (flera vägar dit). Oftast duktig redan som aktiv. Långlivat tränarskap. Elittränare i föreningar och landslag liknar varandra. Krav på fler heltidsanställda elittränare. Gärna ledarteam.
- **Utbildning:** Låga utbildningskrav på elittränarskapet. Önskemål om ständig fortbildning. Tränarutbildningen bör förbättras. Gärna tränarutbildning av elitaktiva.
- **Tränarfilosofi:** Trygghets- och trivselskapande, individen i centrum, målinriktat, tydlighet, delegerat egenansvar. Överensstämmande med den egna personligheten.
- **Personliga egenskaper:** Brinnande engagemang, idrottserfarenhet, social kompetens, positiv människosyn och lyhördhet, envishet, målmedvetenhet och vinnarvilja, självförtroende och god självinsikt.

- **Saknat stöd:** Ekonomiska resurser, heltidsanställning, utbildning och vistelse i internationell miljö, tid för planering och visionsarbete, mentorstöd, experthjälp och avlastning.
- **Optimal elitidrottsmiljö:** Centralisering till regioner, grenöverskridande, långsiktighet, teamarbete, internationell samverkan, behovsanpassning som kräver tydlig SF-kartläggning. Harmoni i helheten!

I sammanhanget kan vi också notera följande funderingar:

- Tidigt flergrensutövande underlättar satsning på ”rätt” idrottsgren.
- Uppmuntra tidigt ledarskap (utbildning, mentorskap och positiv stöttning)
- Ledarutbildning bland elitaktiva
- Gärna krav på tränarlegitimation och licens för högre tränaruppdrag (på sikt)
- Skapa ledarteam på klubb- och förbundsnivå

Idealmodell för elittränarutbildning?

Svensk tränarutbildning har idag ingen total generell struktur. Utbildningsformer och innehåll varierar ganska kraftigt mellan olika grenar (SF). Ledar-/tränarbristen inom flertalet föreningar gör det svårt att ställa krav på speciell utbildning för tränarjobben. På ”gräsrotsnivån” är man tacksam för den hjälp man kan få och högre upp på skalan – även extrem elit – är det ofta kändisskapet från egen elitkarriär och/eller tävlingsframgångar med olika föreningar och aktiva, som betyder mer än eventuell utbildning.

Det kommer nog under överskådlig tid att fortsätta på samma vis. Man kanske skulle försöka popularisera och statushöja tränarutbildningens lägre nivåer genom olika former av legitimeringar och förkrav mellan olika steg? Men framför allt borde man på sikt (inom 5-10 år) på elitnivån enas om en kravspecifikation

för utbildning av elittränare/förbundskapten. Ingen utbildning kan naturligtvis helt slå ut naturlig fallenhet och individuell klokskap förvärvat i ”livets skola” – men formaliserade utbildningskrav kan vara en bra och statushöjande psykologisk markering.

Innan jag presenterar förslag till elittränarutbildning (utifrån föreliggande studie) känns det som att ”förspelet” till en sådan spetsutbildning borde se ut såhär:

- Stegutbildning (normalt 1-3) i SF-regi är en bra modell även fortsättningsvis. Översyn och utveckling av form och innehåll krävs hos vissa SF.
- ”Röd tråd” (sammanhang) totalt i och genom utbildningen. Gärna legitimation efter varje steg (krav på viss ”examination”).
- Ekonomiskt stöd/tränarstipendier till utbildning/fortbildning.
- Innehållet i stegutbildningen bör totalt ge en bred bas för fysiskt arbete med människor i olika åldrar i den egna grenen (t.ex. idrottsrörelsens organisation, ideologi och verksamhet; specialidrotten och dess regler; individens utveckling; anatomi och fysiologi; träningsplanering och skadeförebyggande träningslära; grundläggande ledarskap och sport management).

Här följer ett antal väsentliga och principiella drag i en föreslagen idealmodell för elittränarutbildning:

- Förkrav = genomgången total stegutbildning inom resp. SF.
- Innehållet i den högre tränarutbildningen skall präglas av fördjupning/ spetsutbildning i varje ”ämne”.
- Grenöverskridande utbildningsgrupper (anmälan/urval via resp. SF)
- Regionalt placerad utbildning på högskoleorter med kompetens inom områden som

är viktiga för idrotten.

- Högskoleförankrad distansutbildning med punktvisa gemensamma träffar/ återsamlingar.
- Nära kontakter SF/resp. högskola (liknar den ”gamla” specialidrottslärar-utbildningen vid GIH).
- Individuell mentor/kontaktyta/”bollplank” (gärna internationell) samt avslutande praktikperiod och specialarbete i utländsk förening (ev. förbund).
- ”Ledarskap” respektive ”Idrottspsykologi” markeras som de väsentligaste utbildningsområdena. Respektive ämne får ses som rubriker med mycket breda innehållsomfång, som går att specificera/specialisera mot olika grenars och individers krav och önskemål.
- Grenöverskridande diskussioner och kunskap kombineras med grenspecifik verksamhet och utveckling.
- I stort sett gemensam struktur på kursplan och innehåll hos inblandade högskolor (kompetensutbyte över regionsgränser)
- Licensiering som statusmarkering
- Uppföljning i form av årliga elittränarträffar (inom resp. SF resp. grenöverskridande i SISU-regi?)

UNDERSÖKNINGSMODELL

METOD OCH URVAL

Studien genomfördes i form av en enkätundersökning (frågeformulär) riktad till merparten av den svenska ”supertränareliten” – kompletterad med djupintervjuer av ett begränsat antal elittränare från grenar med olika tränarprofil och som satt Sverige på den idrottsliga världskartan.

Ambitionsnivån har varit att försöka få en bild av bakgrund, utvecklingsmiljö och nuvarande situation bland tränare på just elitnivån (lands-

lagscoacher och nationella tränare på A-nivå).

Inriktningen var också att bilden skulle täcka så många grenar som möjligt inom den svenska idrottsrörelsen. En viss begränsning av målgruppen har dock skett av främst ekonomiska och tidsmässiga orsaker. Självfallet har även fokuseringen på just elittränarrollen haft betydelse för urvalsgruppen. Utanför studien ligger därför ett 30-tal specialförbund (SF) som i det här sammanhanget inte bedömts vara aktuella p.g.a. någon eller några av följande grenkaraktärer: Mindre tränarberoende och/eller starkt material-/redskapsbetingade, betoning på motionsidrott, alltför begränsad numerär, kategori-/målgruppsinriktade eller flergrensomfattande.

Enkätundersökningen

Urvalet i enkätstudien består av följande målgrupper:

- Chefstränare/huvudansvarig tränare i samtliga elitlag (högsta seriesystemet – damer respektive herrar) samt nuvarande förbundskaptener för A-landslagen inom lagbollsporterna:

Bandy	Innebandy
Basketboll	Ishockey
Fotboll	Volleyboll
Handboll	

- Förbundskaptenerna samt av respektive SF namngivna c:a 10 elittränare/gren inom följande individuella idrotter:

Badminton	Gymnastik	Skidor
Bordtennis	Judo	Skidskytte
Boxning	Konståkning	Skridsko
Brottning	Orientering	Sportskytte
Budo	Rodd	Tennis
Friidrott	Simning	Tyngdlyftning
Golf		

- För att möjliggöra andra synsätt och vinklar på tränarrollen har undersökningsgruppen kompletterats med förbundskaptener

(motsvarande) från följande grenar:

Bilsport	Cykel	Handikappidrott
Bowling	Danssport	Kanot
Bågskytte	Dövidrott	Ridsport
Curling	Fäktning	Segling

Målgruppen är således nästan hela den svenska "supercoacheliten". Undersökningsmaterialet (aktuella namnlistor) har lämnats till RF-kansliet från respektive SF. Av olika anledningar har inga uppgifter erhållits från brottning och volleyboll. Under datainsamlingen föll även grenarna fäktning och segling bort ur bilden. Saknade grenar har varit och är till och från med i den internationella medaljstriden, men grenbortfallet är i detta sammanhang inte av den numerären och "digniteten" att den kan påverka totalintrycket av den svenska elittränarrollen. Den aktuella undersökningsgruppen får betraktas som klart kvalificerad att uttala sig om elitidrottandets tränarvillkor.

Följande förteckning visar inblandade SF och antalet elitcoacher/förbundskaptener som totalt ingår i studien:

Tabell 32: Undersökningsgruppen (grenar och könsfördelning).

	Kv	M
Badminton	-	6
Dövidrott	1	2
Orientering	5	7
Bandy	1	24
Fotboll	2	28
Ridsport	1	2
Basketboll	-	27
Friidrott	-	12
Rodd	-	3
Bilsport	-	2
Golf	-	8
Simning	4	15
Bordtennis	-	8
Gymnastik	3	6
Skidor	-	9
Boxning	-	7
Handboll	1	27
Skidskytte	-	9
Bowling	1	1

Handikap	-	5
Skridsko	1	6
Budo	2	12
Innebandy	2	26
Sportskytte	4	5
Bågskytte	-	2
Ishockey	-	14
Tennis	2	5
Curling	-	1
Judo	-	9
Tyngdlyftning	-	10
Cykel	-	2
Kanot	1	-
Danssport	-	1
Konståkning	7	7

Totalt ingår 351 elittränare från 34 olika SF i undersökningsgruppen – 39 av dem (11%) är kvinnor.

Enkätstudiens frågeformulär omfattade 60 frågor grupperade kring i huvudsak följande områden:

- Bakgrund och uppväxtmiljö
- Idrottsutveckling
- Tränarutveckling och nuvarande tränarroll
- Erfarenheter/synpunkter beträffande
- tränarutbildning
- Självvärdering och tränarfilosofi
- Optimal elitidrottsmiljö

Delar av frågebatteriet var konstruerat för att medge vissa jämförelser med en tidigare studie kring elitidrottandets villkor (bl.a. RF 2001)

Intervjustudien

Kompletterande djupintervjuer har gjorts med totalt 15 elittränare (4 kvinnor och 11 män) från följande idrottsgrenar:

Bandy	Handboll
Bowling	Ishockey
Boxning	Orientering
Fotboll	Rodd

Friidrott Simning (simhopp)
Gymnastik Sportskytte

– medan de ifyllda formulären sändes i svars-
kuvert direkt till Göteborgs universitet.

Urvalet representerar grenar med flertalet internationellt framgångsrika svenska insatser. Intervjugruppen har en medvetet gjord spridning beträffande kön, ålder, lag- resp. individuell idrott samt vissa olikheter i tränarberoende. Samtalsgruppen bestod, med enstaka undantag, av nuvarande eller f.d. förbundskapten (motsvarande)

Vid första utskicket erhöles en ganska omgående svarsfrekvens på drygt 50 % (enbart ett fåtal formulär kom i retur till RF från Postverket, vilket känns naturligt eftersom personerna i undersökningsgruppen bör ha hög aktualitet i förbundens adressregister).

Undersökningen genomfördes i form av ganska löst strukturerade öppna samtal. Frågornas innehåll och turordning varierade något, delvis beroende på respondentens egen berättarteknik. Utgångsläget för intervjuerna var en enkel checklista enligt följande:

Efter en påminnelse med ganska frikostigt utsträckt ”betänketid” (med tanke bl.a. på en mycket tävlings- och reseaktiv målgrupp) avbröts datainsamlingen i slutet av juni vid en slutlig svarsfrekvens på 75 %

- Bakgrund och uppväxtmiljö?
- Impulser till tränarskap?
- Vägen från tränarstarten till elitnivån?
- Viktigast för tränarutvecklingen?
- Personliga egenskaper?
- Vad har du ”avstått” från respektive ”vunnit” på elitkarriären?
- Synpunkter på högre tränarutbildning?
- Ledar-/tränarfilosofi?
- Optimal elitmiljö?

Intervjuerna genomfördes individuellt under tidsperioden oktober-november 2005. Samtalen bandades och skrevs därefter ut ordagrant inför bearbetningen.

BORTFALL

Resultaten bygger på svaren från tre fjärdedelar av 351 utskickade formulär, där nästan alla direkt nådde fram till rätt adressat. Svarsfrekvens och bortfall framgår av nedanstående siffror:

	Kvinnor	Män	Totalt
Antal under- sökta aktiva	39	312	351
Svarsfrekvens	33 (85%)	230 (74%)	263 (75%)

Samtalen medgav en fördjupning av flertalet frågor i enkätstudien. Frågebatteriet var även utformat för att delvis kunna jämföras med en annan studie som berörde en liknande målgrupp – nämligen tidigare förbundskapten (Eriksson 1998)

Bortsett från tyngdlyftning – där bara en tredjedel svarat - varierar svarsfrekvensen totalt inom målgruppen mellan 50% (enbart handboll samt den ene av tillskrivna förbundskapten från grenarna bilsport, cykel respektive rugby) och 100% (bowling, bågskytte, curling, dans, dövidrott, handikappidrott, kanot, ridsport, rodd och skridsko). En svarsandel lägre än 70% finner vi hos basket (67%), bordtennis (63%) och skidor (56%).

GENOMFÖRANDE

Undersökningsarbetet inleddes mars-april 2005 med SF-kontakter och hjälp med aktuella namnlistor. Enkätundersökningens datainsamling påbörjades någon månad senare. För att säkerställa konfidentiell hantering av informationen gjordes utskicken från RF-kansliet efter deltagarlistor som forskarna inte fick se

I andra ändan av skalan (80% eller över) finns badminton (83%), boxning (86%), friidrott (92%), fotboll (80%), golf (88%), innebandy (82%), judo (80%), simning (95%), skidskytte (89%) och tennis (86%).

Könsmässigt kan vi se att kvinnorna har svarat i större utsträckning än männen. Den slutliga undersökningsgruppen består av 13% kvinnor och 87% män. Gruppen lagbollsporter omfattar 5% kvinnor medan nästan var femte (19%) individuell idrottstränare är kvinna.

REFERENSLISTA

- Eriksson, S. (1982) *Från lekledarkurs till studieförbund*. Svensk idrottsledarutbildning i riks- och Göteborgshistoriskt perspektiv. Mölndal: Pedagogiska institutionen, Göteborgs universitet
- Eriksson, S. (1985) *Idrottens ledarutbildning*. (akademisk avhandling). Mölndal: Institutionen, Göteborgs universitet
- Eriksson, S. (1987) *Tränaren*. Mölndal: Institutionen för pedagogik, Göteborgs universitet.
- Eriksson, S. (1988) *Idrottsrörelsens gräsrotsnivå*. Mölndal: Institutionen för pedagogik, Göteborgs universitet.
- Eriksson, S. (1989a) *Elitidrott-utbildning. En svensk modell i historiskt perspektiv*. Mölndal: Institutionen för pedagogik, Göteborgs universitet.
- Eriksson, S. (1989b) *Tränarskap*. Mölndal: Institutionen för pedagogik, Göteborgs universitet.
- Eriksson, S. (1997) *Elitidrottandets villkor*. Stockholm: SOK.
- Eriksson, S. (1998) *Född till förbundskapten?* Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Eriksson, S. & Stockfelt, T. (1998) *Vinnande laganda*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Fahlström, P.G. (2001) *Ishockeycoacher. En studie om rekrytering, arbete och ledarstil*. Umeå: Pedagogiska institutionen, Umeå universitet.
- Fahlström, P.G. (2004) *Ledarskap – en introduktion*. I Broberg m.fl. "Perspektiv på Sport Management". Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Isberg, L. (1991) *Framgångsrik eller misslyckad*. En analys av en elittränares situation. Uppsala: Pedagogiska institutionen, Uppsala universitet.
- Isberg, L. (1992) *Varför slutade det så illa*. En analys av elittränares arbetsvillkor. Uppsala: Pedagogiska institutionen, Uppsala universitet.
- Isberg, L. (1997) *Väsentligheter eller floskler*. Coachens betydelse i lagspel. Örebro: Institutionen för idrott och hälsa, Örebro universitet.
- Isberg, L. (2001) *Supercoach på internationell toppnivå i fotboll*. Örebro: Institutionen för idrott och hälsa, Örebro universitet.
- Isberg, L. (2003) *Vad utmärker den framgångsrike lagspelscoachen?* I svensk Idrottsforskning 2003/3 s.24-29.
- Jonsson, R. (1985) *Ungdom-idrott-skola*. Uppsala: Sociologiska institutionen, Uppsala universitet.
- Kulturdepartementet (1999) *En idrottspolitik för 2000-talet*. Prop. 1998/99:107 Stockholm: Kulturdepartementet.
- Parameswara, R.N. (1985) *Coach is the center of sports*. International Journal of Physical Education 1985:1 s.16-20.
- Redelius, K. (2002) *Ledarna och barnidrotten*. Idrottsledarnas syn på idrott, barn och fostran. Stockholm: HLS förlag.
- RF (1995) *Idrotten vill*. Verksamhetsidé och riktlinjer för idrottsrörelsen in i 2000-talet. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- RF (2001) *Vägen till A-landslaget*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- RF (2002) *Ny modell för idrottsgymnasierna?* Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- SISU (2000) *Svensk tränarutbildning 2000*. Stockholm: SISU Idrottsutbildarna.
- SOU 1969:29 *Idrott åt alla*. Stockholm: Allmänna förlaget.
- Wallin, B. (1984) *Elitidrott i Sverige*. Stockholm: Riksidrottsförbundet



RIKSIDROTTSFÖRBUNDET

Idrottens Hus, 114 73 Stockholm • Tel: 08-699 60 00 • Fax: 08-699 62 00
E-post: riksidrottsforbundet@rf.se • Hemsida: www.rf.se

