

# Coachens betydelse för elitgymnasister

Forskningen på riksidsrottsgymnasiernas verksamhet har till stor del handlat om elevernas perspektiv. Väldigt få har lyft coachernas. I mitt projekt studerar jag hur coacherna väljer att agera i sin roll, samt varför de väljer att göra som de gör.

PÅ VÅRA riksidsrottsgymnasier (RIG) går många av våra kommande elitidrottare. För att de ska ha möjlighet att utvecklas på bästa sätt gäller det att de får en så bra tid där som möjligt genom högkvalitativ träning. Det gäller att verksamheten är uppbyggd så att rätt saker tränas, på rätt sätt och i rätt mängd. På gymnasierna är det tränarna, vilka fortsättningsvis kommer att benämnas coacher, som både lägger upp verksamheten och genomför den. Med andra ord är de oerhört viktiga, för att inte säga avgörande för de aktivas utveckling.

Riksidsrottsgymnasierna anses spela en betydande roll i svensk idrotts talangutveckling. Genom studier har man konstaterat att eleverna trivs bra och utvecklas. Specialidrottsförbunden ser samtidigt verksamheten som central i deras arbete med att utveckla talanger mot elitidrottare. De betraktar även verksamheten som framgångsrik. Till exempel bestod den svenska truppen vid OS i Vancouver 2010 till 85 procent av före detta elever på riksidsrottsgymnasier.

Genom att ge en bakgrund till mitt doktorandprojekt samt förklara dess frågeställningar vill jag väcka ett intresse kring och ge uppslag till hur verksamheter kan studeras utifrån ett sociokulturellt perspektiv.

## Överlägsen verksamhet

Varje år satsar staten och Riksidsrottsförbundet cirka 40 miljoner kronor på Sveriges riksidsrottsgymnasier. Det tillkommer sedan även stöd från både kommuner och specialidrottsförbund. Idrotten, i form av Riksidsrottsstyrelsen, har bestämt att gymnasierna ska vara en

kvalitetssäkrad studie- och elitidrottsmiljö. Studier har visat att det är en i flera avseenden överlägsen verksamhet jämfört med att gå på ett vanligt gymnasium och träna med en klubb. Sammantaget anser specialidrottsförbunden att RIG-verksamheten har stor betydelse för elevernas utveckling till elitidrottare samtidigt som de betraktar verksamheten som nästintill ovärderlig för idrottens generella talangutveckling. Det finns en mängd olika talangutvecklingsmiljöer inom varje idrott och det finns många enskilda klubbar som bedriver en verksamhet som går ut på att utveckla talanger. Motivet till att välja riksidsrottsgymnasierna som studieobjekt är att gymnasierna i många avseenden är en formaliserad miljö och att man oavsett idrott i många avseenden lever under väldigt lika förhållanden.

Ser man till den forskning och de studier som är gjorda specifikt inom området de senaste 20 åren är de framför allt inriktade på vilka eleverna är som går på riksidsrottsgymnasierna och på deras uppfattningar i olika frågor. Studierna är i stort sett enbart av kvantitativ karaktär. De senaste åren har även ett visst fokus riktats mot ämnet specialidrott. Med andra ord har det inte lagts något större fokus på coacherna och inte heller på studier av kvalitativ karaktär. I flera studier framkommer det hur viktig coachen är både när det gäller att utveckla talangfulla idrottare och när det gäller att forma en miljö där talangutveckling är möjlig och framgångsrik. Med bakgrund av detta ser jag ett behov av forskning. Vidare finns det också ett behov av att studera talangutvecklingsmiljöer för att få en förståelse och kunskap om vad som gör



**Marie Hedberg**  
Doktorand och adjunkt  
Institutionen för pedagogik,  
psykologi och idrottsvetenskap,  
Linnéuniversitetet

en miljö framgångsrik, särskilt när det ofta lyfts fram hur viktig denna miljö är (1).

Syftet med riksidsrottsgymnasierna är att elitaktiva, i kombination med gymnasiestudier, ska få möjlighet att i konkurrens med andra utvecklas genom en intensiv satsning inom respektive specialidrott med tillgång till bra anläggningar och högt kvalificerade tränare.

Riksidsrottsförbundet väljer att kalla det för den svenska idrottsmodellen där specialförbund, idrottsföreningar, skola och samhälle tillsammans tar ansvar för att ungdomar ges en möjlighet att ta tillvara och utveckla sina talanger i kombination med seriösa studier.

Ett stort antal av de som nått toppen inom sin idrott har varit en del av den svenska idrottsmodellen (2).

Riksidsrottsstyrelsen beslutade år 2007 att:

”Syftet med riksidsrottsgymnasierna är att erbjuda stöd till talanger med bäst förutsättningar att som seniorer nå internationell elit och för dem skapa goda möjligheter att kombinera elitidrott och utbildning genom ett individanpassat, flexibelt och kompetent stöd i en kvalitetssäkrad studie- och elitidrottsmiljö.”

### Talang, utveckling och miljö

Talang och talangutveckling är ett ständigt aktuellt debattämne som framför allt inom idrotten väldigt ofta röner stort intresse. Man kan inom forskningen kring talangutveckling identifiera framför allt två stora frågor, dels vad som är talang dels hur talangutvecklingsprocessen bör gå till. Mitt fokus i denna studie kommer att vara själva processen vilket jag kommer att utveckla senare i texten. I de diskussioner som förs kring vad som är talang kan man konstatera att det är ett samspel mellan arv och miljö. Däremot går åsikterna isär när det gäller att bestämma om det är arvet eller miljön som är det viktigaste. För att illustrera samspelet mellan arv och miljö har det gjorts försök att ta fram modeller som visar hur talangutveckling sker eller bör se ut (3).

Vad en talang är, är som sagt ett omstritt ämne. Samtidigt lägger många förbund och föreningar väldigt mycket resurser på att just hitta talangerna vilket

kan tyckas märkligt och till och med anmärkningsvärt.

I en miljö där avsikten är att utveckla talanger är många forskare överens om att den kanske viktigaste ingrediensen i verksamheten är långsiktighet. Det gäller att lägga fokus på de förmågor som kommer att vara viktiga när talangerna ska prestera som seniorer, samt på de förmågor som ökar talangernas inläring och utveckling som i förlängningen leder till en framgångsrik utveckling (4). Andra viktiga ingredienser i en talangutvecklingsmiljö är att fokusera på utveckling och inte på prestation samt att träningen ska vara individanpassad, strategiskt utformad och medvetet genomförd (deliberate practice) (5). Att miljön ska vara fokuserad på utveckling och inte på prestation ser vissa som problematiskt, eftersom de aktiva tävlar regelbundet och ofta och då vill vinna och prestera bra när de egentligen borde använda tävlingarna som avstämning av deras utveckling mot framtida prestationer (4).

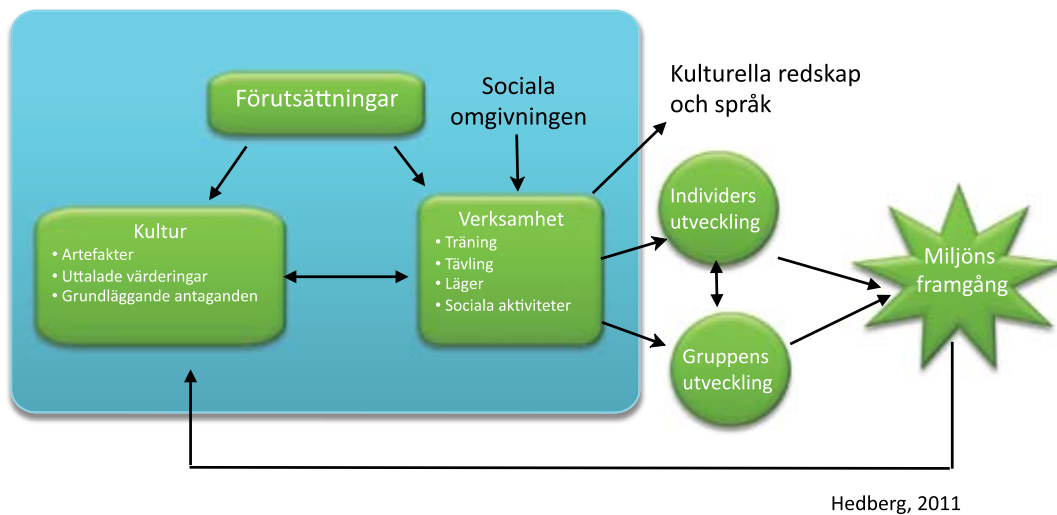
### Coachens roll och betydelse

Coacher anses ha stor inverkan på de idrottsaktivas liv. De kan på ett positivt sätt bidra till de aktivas prestation, beteende och psykiska och känslomässiga välbefinnande (4). Huvudsakligen sker denna påverkan genom coachernas handlande. De coacher som har en positiv inverkan på sina aktiva är de som har ett effektivt beteende. Ett effektivt coachbeteende är när den aktive lyckas med sin prestation och de idrottspsykologiska faktorerna är positiva, såsom upplevd förmåga, självförtroende och upplevd glädje i sitt utövande (4).

Andra forskare är inne på samma linje och hävdar att coachen, eller elittränaren, i många fall är en central person som har en central funktion i en elitidrottares liv och satsning mot framgångar och medaljer (6,7).

Att coachen är viktig inom idrotten är inte så svårt att hitta belägg för, men varför och på vilket sätt är han eller hon viktig? Jo, för att det är coachen som, tillsammans med den kultur och de yttre villkor som finns, skapar den miljö och verksamhet som den aktive ska utvecklas i (8).

Ett aktuellt tecken på coachens bety-



Hedberg, 2011

Figur 1. Arbets- och analysmodell

delse är att flera länder genomför speciella satsningar på coachutbildning i syfte att ta fler medaljer på stora mästerskap.

Som teoretisk referensram i mitt projekt kommer jag att utgå från att coachen är en pedagog i sitt arbete som tränare på ett riksidrottsgymnasium. Min analysram kommer att vara sociokulturell. Det sociokulturella perspektivet bygger på att "lärande är en aspekt av alla mänskliga

**"Ett aktuellt tecken på coachens betydelse är att flera länder genomför speciella satsningar på coachutbildning i syfte att ta fler medaljer på stora mästerskap."**

handlingar och måste förstås som en integrerad del av sociala praktiker" (9). Vi har med oss olika erfarenheter som gör att vi agerar på ett visst sätt i olika situationer. Varje gång ett socialt samspel i form av en träning eller ett samtal äger rum så sker en viss typ av lärande som till stor del bygger på antaganden och föreställningar som vi bär med oss.

Nyare forskning har ställt sig frågande till distinktionen mellan lärare och coach eftersom man anser att det finns mer likheter än skillnader, särskilt när det handlar om komplexa ledare-följare situationer (8). Studier har också visat att coacher betraktar sig själva som utbildare eller guider i utveckling där det gäller att

få ungdomar att växa (10). Det finns även flera uttalanden av coacher som tydligt deklarerar ståndpunkten att "coaching är verkligen en form av lärande", det vill säga pedagogik, då coachingprocessen i huvudsak innehåller kommunikation, inläring och att upprätthålla positiva relationer med dem som blir utbildade (10) och eftersom "de bästa coacherna är bra lärare" (11).

I studier med coacher som verkar inom toppidrotten har man kunnat dra slutsatsen att de kan ses som moderna pedagoger vilket gör att coachingen har mycket att lära sig från pedagogiska koncept. Samma coacher menade att bry sig om den aktive är en avgörande komponent i deras praktik på samma sätt som det var att skapa ett positivt och uppmuntrande arbetsklimat. De liknade arbetet vid en holistisk och realistisk filosofi kring utvecklingen av idrottsaktiva (10). Dessa ställningstaganden och påståenden stämmer väl överens med annan forskning kring hur man skapar en bra lärandepraktik (11). I studier av duktiga coacher framkom också att de bygger sin pedagogik på en uppsättning trossatser kring vad och hur människor lär sig på bästa sätt (10). Andra studier har också funnit att duktiga coacher, precis som duktiga lärare, konstant ägnar sig åt reflektion inte bara kring vad de gör utan också varför de gör det de gör (12).

### Arbets- och analysmodell

Som arbets- och analysmodell kommer följande modell att användas (Figur 1).

## Referenser

1. Fahlström, FoU-rapport, Riksidrottsförbundet, Martindale, R. m.fl. Quest, 57:353-375, 2005.
2. Riksidrottsförbundet. Riksidrotts-gymnasier -informations-häfte, 2008.
3. Van Rossum, J. H. A. M.fl. Talent development in sport, in: F. A. Dixon & S. M. Moon (Eds) The handbook of secondary gifted education. Waco, Prufrock Press), 2005.
4. Martindale, R., m.fl. Journal of Applied Sport Psychology 19:2, 2008. Vaeyens, R., m.fl. Sports Med, 38(9), 11, 2007.
5. Ericsson KA, m.fl. Harvard Business Review 85:114-121, 2007.
6. Martindale, R., m.fl. Journal of Applied Sport Psychology, 19:187-206, 2007b. Martindale, R., m.fl. Quest, 57:353-375, 2005.
6. Whitmore, J. Coaching for performance, 2007.
7. Brown, Jim. Sports Talent, How to Identify and Develop Outstanding Athletes. Illinois: Human Kinetics, 2001.
8. Jones, R. L. How can educational concepts inform sports coaching?, in: R. L. Jones (Ed.) The sports coach as educator. London, Routledge), 2006.
9. Säljö, R. Lärande och kulturella redskap, 2005.
10. Jones, R. L., Armour, K. A. & Potrac, P. Sports coaching cultures: From practice to theory., (London, Routledge), 2004.
11. Day, C. Developing teachers: The challenge of life long learning, (London, Falmer Press), 1999.
12. Gilbert, W. m.fl. Journal of Teaching in Physical Education, 2001. 21:16-34.
13. Henriksen, K. (2011) The ecology of talent development in sport, 2011.

För fullständig referenslista, kontakta författaren.

## Kontakt

marie.hedberg@lnu.se

Modellen är en utveckling av en modell som tidigare använts vid studier av olika talangutvecklingsmiljöer (13). Jag har utvecklat den genom att anpassat den till den teoriram, det sociokulturella perspektivet, som jag kommer att använda mig av i studien. Syftet med modellen är att studera vilka förutsättningar som råder samt hur verksamheten ser ut för att komma åt de artefakter (redskap), uttalade värderingar och grundläggande antaganden som finns i en verksamhet, i detta fall på ett riksidrottsgymnasium. I min studie kommer jag att fokusera på det som finns inom den blå rutan. Jag kommer att genomföra intervjuer med coacher på olika gymnasier för att både skaffa mig en bild av verksamheternas förutsättningar och hur verksamheten ser ut. Som komplement till intervjuerna kommer jag även att göra besök på träningar. Utifrån den information som samlas in kommer jag sedan att analysera vilka artefakter, uttalade värderingar och grundläggande

antaganden som råder. Därefter vill jag lyfta en diskussion kring hur kulturen ser ut på riksidrottsgymnasierna samt vilka konsekvenser den kan få.

Målet med denna modell är också att hitta ett ramverk som kan användas just vid studier av olika miljöer för att komma åt vilka värderingar och antaganden som ligger bakom en verksamhet. Eventuellt kan man då hitta förklaringar till varför det ser ut som det gör men också ifrågasätta dessa förklaringar.

I studien kommer två gymnasier inom friidrott och två inom längdåkning att ingå. Att valet föll på individuella idrotter beror på att man från Riksidrottsförbundet anser att riksidrottsgymnasierna inom lagidrotterna inte spelar samma roll som de gjort tidigare. Därför har de också dragit in på platser inom flera lagidrotter. Projektet är ett doktorandprojekt som startade hösten 2009 och beräknas vara färdigt under år 2013.

# Utlysning av forskningsbidrag inom HBT och idrott

I en särskild satsning för att ta fram mer kunskap inom området HBT (homosexuella, bisexuella och transpersoner) och idrott, utlyser nu Centrum för idrottsforskning (CIF) forskningsmedel. Total summa att fördela är 150 000 kronor. Ansökan avser bidrag för planering av projekt eller för färdiga projekt. Projektet ska ha klar idrottsrelevans och beröra frågeställningar som rör HBT och idrott.

Regler och anvisningar finns på [www.centrumforidrottsforskning.se](http://www.centrumforidrottsforskning.se).

Skicka in ansökan via mejl ([cif@gih.se](mailto:cif@gih.se)) **senast måndagen den 31 oktober 2011** samt brevledes med underskrifter per post till nedanstående adress. **Underskriven ansökan ska ha inkommit till CIF:s kansli senast den 4 november 2011.**

Projektmedel förvaltas av respektive mottagares institution och kan disponeras från januari 2012 och två år framåt.

## Övrigt

Beslut om bidrag fattas av CIF:s styrelse den 24 november 2011 efter beredning av ett vetenskapligt råd. Beslut om tilldelning publiceras på CIF:s webbplats den 25 november. Beslutsbrev och eventuellt kontrakt skickas ut i december.

Bidrag beviljas under förutsättning att medel tilldelas CIF i minst nuvarande omfattning.

## Uppllysningar

Marie Broholmer, telefon: 08-402 22 91, e-post: [marie.broholmer@gih.se](mailto:marie.broholmer@gih.se)  
Christine Dartsch, telefon: 08-402 22 55, e-post: [christine.dartsch@gih.se](mailto:christine.dartsch@gih.se)