



AKADEMIN FÖR HÄLSA OCH ARBETSLIV
Avdelningen för folkhälso- och idrottsvetenskap

”Man måste få misslyckas för att lyckas”

En studie om idrottstränares syn på tidig elitsatsning inom barnidrott

Jonathan Rahmqvist
Jonathan Wiklund Uljons

2019

Examensarbete, Grundnivå (kandidatexamen), 15 hp
Idrottsvetenskap
Idrottsvetenskapliga programmet, inriktning hälsofrämjande livsstil
Examensarbete idrottsvetenskap

Handledare: Anna Qvardfordt
Examinator: Göran Svedsäter

Abstrakt

Idrott förefaller vara en viktig del av barns liv och utveckling. Tre av fyra barn i åldrarna 7-12 år är aktiva inom föreningsidrotten. Ett problem inom idrotten idag är att tidig elitsatsning blir allt vanligare. Även om studier verkar visa att elitsatsning har fler nackdelar än fördelar både fysiskt och psykiskt, finns det enligt en utvärdering av "Idrotten vill", delade kunskaper och uppfattningar om tidig elitsatsning samt dess effekter. Därför är det intressant att undersöka vilken syn idrottstränare har på tidig elitsatsning eftersom idrottstränarna spelar en viktig roll, för vilka idrottsliga värderingar gällande tidig elitsatsning som appliceras inom idrotten. Syftet med studien var att undersöka idrottstränares syn på tidig elitsatsning hos barn i åldrarna 7-12 år. Frågeställningarna i studien var "Hur anser idrottstränare att barnidrotten och tävlingsmomentet ska se ut?", "Vilka för- och nackdelar anser idrottstränare att det finns med tidig elitsatsning?" och "Vad påverkar idrottstränares uppfattning om tidig elitsatsning?".

En kvalitativ intervjustudie genomfördes med sex idrottstränare inom idrotterna gymnastik, fotboll, ishockey och innebandy. Resultatet visar att idrottstränare tyckte att glädje och inkludering är det viktigaste inom barnidrotten samt att elitsatsning bör introduceras först i gymnasieåldern. Idrottstränarna ser inga fördelar med tidig elitsatsning och anser att det för med sig fler nackdelar än fördelar, främst i form av skador. Idrottstränarna hade olika kännedom om "Idrotten vill" och ansåg att idrottsutövandet för barn bör vara brett inom flera idrotter. Den press som idrottstränarna upplever, är att göra ett bra arbete och de anser att kommunikation med föräldrar förebygger press och gör föräldrarna mer förstående för idrottstränarnas arbete.

Synen på elitsatsning verkar vara likadan oavsett idrott. Idrottstränarnas värderingar verkar överensstämma med sin förenings styrdokument. Idrottstränarnas syn liknar i helhet det som tidigare forskning presenterar gällande effekterna av tidig elitsatsning. Mer forskning behövs inom detta område om barnidrotten.

Nyckelord: tävlingsmoment, barnidrott, idrottstränare, press, styrdokument, riktlinjer, press, föräldrar, elitsatsning

Innehållsförteckning

1. Introduktion	1
2. Bakgrund	1
2.1 Vad vill idrottsrörelsen i Sverige?	2
2.2 Vad betyder elitsatsning och varför blir det vanligare i lägre åldrar?	2
2.3 Delade meningar om elitsatsning	3
2.4 Vad leder tidig elitsatsning till?	4
2.5 Fördelar med tidig elitsatsning	4
2.6 Nackdelar med tidig elitsatsning	5
2.7 Idrottstränares ledarskapsstil	6
3. Problemformulering	6
4. Syfte	7
4.1 Frågeställningar	7
5. Metod	7
5.1 Insamlingsmetod	7
5.2 Urval	8
5.3 Genomförande	8
5.4 Tillförlitlighet	9
5.5 Analys	9
5.6 Etiska ställningstaganden	10
6. Resultat	11
6.1 Målet med idrottandet	12
6.1.1 Inkludering och glädje	12
6.1.2 Krav och riktlinjer för barnen	12
6.1.3 Tabeller och tävlingsresultat	13
6.1.4 Lämplig ålder för elitsatsning	13
6.2 Följder av tidig elitsatsning	14
6.2.1 Fördelar tidig elitsatsning	14
6.2.2 Nackdelar tidig elitsatsning	14
6.3 Faktorer som påverkar idrottstränares syn på tidig elitsatsning	15
6.3.1 Styrdokument inom idrotten	15
6.3.2 Föräldrars involvering	17
6.3.4 Upplevd press	17
6.4 Sammanfattning	18
7. Diskussion	19
7.1 Resultatdiskussion	19
7.1.1 Idrottstränares syn på elitsatsning	19
7.1.2 Definition och avgränsning av tidig elitsatsning	20
7.1.3 Upplevd inre press	21
7.1.4 Upplevd yttre press	21
7.1.5 Målet med idrottandet	22
7.1.6 Idrottstränares syn på styrdokument inom idrottsrörelsen	22
7.2 Metoddiskussion	23
8. Slutsats och fortsatt forskning	25

9. Referenser.....	27
10. Bilagor	1
10.1 Bilaga 1 Intervjuguide	1
10.2 Bilaga 2 Informationsbrev	1
10.3 Bilaga 3 Samtyckesblankett.....	1

1. Introduktion

Litteratur på området "Tidig elitsatsning" hos barn, tenderar att påpeka att detta är ett problemområde inom idrotten och att det förtjänar mer fokus. Internationella Olympiska Kommittén presenterar tydligt att en trend av stort tävlingsfokus inom föreningsidrotten kryper längre och längre ner i åldrarna (Bergeron m.fl., 2015). Tävlingsmomentet är något som de senaste åren fått mycket uppmärksamhet eftersom det fått ökande fokus inom barnidrotten (Bergeron m.fl., 2015). Denna trend bidrar sannolikt till negativa effekter för barn, samt hamnar i konflikt med de riktlinjer som finns för idrottande i Sverige. Ett exempel är de riktlinjer Riksidrottsförbundet (RF) beslutat om i "Idrotten vill", som utgår från Barnkonventionen, vilket utgör grunden för hur idrottsföreningar i Sverige bör utforma och bedriva sina aktiviteter för att gynna ett livslångt idrottande (Riksidrottsförbundet, 2009). Vi vet att tävling för barn kan vara något väldigt positivt eftersom det har möjlighet att bidra till ett livslångt intresse och färdigheter inom idrott, utveckla ledarskap- och samarbetsförmågor, ökat självförtroende, socialisering med vänner och rörelseglädje (Brenner, 2016; Quinto Romani, 2018). Problematiken med tävlingsmomentet uppstår när fokus skiftas från de positiva effekterna av tävling på rimlig nivå, till att prestation, vinst och tidig idrottsspecifik specialisering hamnar i fokus, och leder till tidig elitsatsning (Brenner, 2016). Tidig elitsatsning påvisas skulle kunna föra med sig enstaka fördelar, som till exempel idrottsspecifik motorik i låg ålder, men studier påvisar att elitsatsning under barnaåren verkar föra med sig fler nackdelar än ökade chanser att uppnå en framgångsrik idrottskarriär. Tidig elitsatsning bidrar med stor sannolikhet till ökad skadefrekvens, som slitage i senor och brosk, ökad risk för mental ohälsa, som utbrändhet och depression samt att barn väljer att lämna idrotten (Bergeron m.fl., 2015; Brenner, 2016; Bennet, Lipman & Robertson 2008; Launay, 2014; Kaleth & Mikesky, 2010).

2. Bakgrund

Det råder ingen tvekan om att idrotten är en populär fritidsverksamhet då både barn och vuxna i alla åldrar är en del av denna folkrörelse. Ungefär 90% av barn och ungdomar i Sverige är någon gång aktiva inom en idrottsförening, vilket gör det tydligt att idrotten innebär något betydelsefullt för väldigt många människor (Riksidrottsförbundet, 2018).

Centrum för idrottsforskning (2017) presenterar data som visar att 73% av antalet barn i åldrarna 6-12 år var aktiva i någon form av föreningsidrott. Från 13 års ålder minskar denna siffra till 41% aktiva medlemmar inom föreningsidrotten.

2.1 Vad vill idrottsrörelsen i Sverige?

År 1995 tog RF fram ett dokument för hur idrotten i landet bör bedrivas. Detta dokument heter "Idrotten vill" och är baserat på FN:s barnkonvention och utgår från de värderingar och beslut som presenteras där (Riksidrottsförbundet 2009). Barn inom idrotten innebär individer upp till tolv år (Riksidrottsförbundet, 2013). Detta dokument beskriver att idrotten bör vara öppen för alla och genomsyras av alla individers lika värde oavsett psykiska, fysiska och socioekonomiska förutsättningar. Vidare beskriver dokumentet att barnidrotten bör drivas utifrån barnrättsperspektiv för att gynna barns fysiska, psykiska, sociala och kulturella utveckling samt deras hälsa och välmående. Genom lek, träning, tävling och uppvisning är tanken att Sveriges idrottsföreningar bör följa de riktlinjer som satts och lägga grunden för ett livslångt intresse för idrott och fysisk aktivitet (Riksidrottsförbundet, 2009). "Idrotten vill" är dock inget bindande dokument, trots att det innehåller en tydlig värdegrund och verksamhetsidé är det i slutändan upp till föreningarna själva, på lokal nivå, att sätta upp sina egna stadgar för hur föreningen ska bedrivas (Riksidrottsförbundet 2016). Detta kommer dock att ändras då barnkonventionen blir lag 2020. Innebörden av lagen är att barnets bästa alltid ska prioriteras i frågor gällande barn och tanken är att denna lagstiftning ska fungera som det främsta skyddsnätet när andra lagar visar sig otillräckliga i domstol (Ödquist Drackner, 2019).

2.2 Vad betyder elitsatsning och varför blir det vanligare i lägre åldrar?

Elitsatsning betyder enligt Riksidrottsförbundet: "Krävande, specialiserad och organiserad idrottsverksamhet med uttalade prestations- och resultatmål" (Riksidrottsförbundet, u.å). Tidig elitsatsning är något som både media och forskning uppmärksammar och presenterar som ett tydligt problem inom idrotten idag (Bergeron m.fl., 2015; Kaleth & Mikesky, 2010). Tidig elitsatsning har tagit sig längre och längre ner i åldrarna och blir allt vanligare inom barnidrotten. Det finns en uppfattning från olika håll att desto tidigare barn specialiserar sig inom en idrott desto större chans har de att uppnå framgång inom en specifik idrott (Bergeron m.fl., 2015; Kaleth & Mikesky, 2010). Tränare, föräldrar och idrottare själva verkar vara mer av uppfattningen att tidig

specialisering och tävlingsmomentet är av stor vikt för att bli framgångsrik. Det är inte ovanligt att tränare rekommenderar unga idrottare att utöva samma idrott året runt (Kaleth & Mikesky, 2010).

Föräldrar kan vara den största anledningen till att elitsatsning blir allt vanligare i lägre åldrar eftersom de är oftast de intressenter som investerar mest i sina barns respektive idrottsliga verksamheter. Föräldrarna får en allt mer betydande roll i hur pass stort fokus tävlingsmomentet får hos barnen eftersom föräldrar ofta driver sitt eget sportintresse via sina barn (Brenner, 2016). Att föräldrars barn är delaktigt i en idrott, innebär att föräldrar lägger ner både tid och pengar för att barnet ska ha möjligheten att utföra sitt idrottande på ett så bra sätt som möjligt. Det blir därför svårt att riktigt definiera vad som är ett lämpligt föräldraskap, då detta beteende visar sig hos allt fler föräldrar, vars roll är att få barnen att finna nöje och motivation med sitt idrottande (Dunn, Dorsch, King & Rothlisberger, 2016). Föräldrars ökade involvering i sitt barns idrottande kan leda till förväntningar som inte överensstämmer med hur barnet uppfattar sin egen förmåga i sitt idrottande. Det finns föräldrar som har en övertro om att deras barn är mycket duktigare än andras barn och förtjänar mer uppmärksamhet och speltid. Detta kan i sin tur leda till att föräldrar försöker påverka idrottstränarens sätt att bedriva tävling- och träningsverksamheten. Föräldrar som agerar på detta sätt upplever att det är ett sätt att visa sitt stöd för sitt barns idrottande (Dorsch m.fl., 2018).

2.3 Delade meningar om elitsatsning

Riksidrottsförbundet utförde 2016 en studie för att utvärdera hur föreningar och förbund förhåller sig till "Idrotten vill" (Riksidrottsförbundet, 2016). Det framkom att ungefär hälften av föreningarna hade egna riktlinjer för sin idrottsverksamhet och att tränarna som deltog i studien inte hade någon egentlig kännedom om dokumentet "Idrotten vill". Det visade sig dessutom att det råder delade meningar om de riktlinjer som presenteras i "Idrotten vill". En del tränare höll med om att idrotten bör vara lekfull, att barn ska ges chansen att prova på olika idrotter och att tävlingsresultat inte ska ges för stor vikt. Andra tränare var av åsikten att tidig elitsatsning var nödvändigt för barn och ungas utveckling (Riksidrottsförbundet, 2016). En idrottsförening som ifrågasätter RF är Täby badminton och de anser att om RF:s riktlinjer skulle följas fullt ut, skulle det försvåra för de som vill tävla. De skriver även att de inte har haft några negativa erfarenheter av tidig elitsatsning, snarare tvärtom. De anser att tidig elitsatsning hjälper till att

uppmuntra till fortsatt idrottsintresse samt att skapa spelare som presterar bra både nationellt och internationellt. De argumenterar därför för möjligheten till en tidig elitsatsning så länge kunskapen om att genomföra satsningen på rätt sätt finns hos tränarna (Svenska Badmintonförbundet, 2017).

2.4 Vad leder tidig elitsatsning till?

Eftersom detta fenomen är relativt nytt är forskningen inom området relativt begränsad gällande effekterna av tidig elitsatsning hos barn (Bennet, Lipman & Robertson, 2008). Två av de studier som granskats här påvisar att det skulle kunna finnas enstaka fördelar med att i tidig ålder inrikta sig mot en specifik idrott (Christianson & Deutsch, 2012; Bennet m.fl., 2008). Samtidigt påpekar studier med sannolikhet att fler nackdelar än fördelar följer med tidig elitsatsning. Generellt sett ser det ut som att tidig elitsatsning har mindre positiva effekter då nackdelarna med stor sannolikhet ser ut att vara många fler än fördelarna och forskning påvisar att det är större chans att nå framgång inom en idrott om man har en bred idrottsbakgrund och inte elitsatsar förrän i mitten av tonåren (Bergeron m.fl., 2015; Brenner, 2016; Bennet m.fl., 2008). När det gäller i vilka åldrar framgångsrika idrottare valt att elitsatsa, styrks även det av Fahlström, Gerrevall, Glemne och Linnér (2015) i betydelsen att de idrottare som blivit framgångsrika inom sin idrott, har valt att elitsatsa tidigast vid 15 årsåldern. Samma studie visar att 81% av kvinnor och 87% av män, som blir framgångsrika inom en idrott, har en idrottsbakgrund som innefattar fler än endast den idrott de valt att elitsatsa i. Faktum är att två tredjedelar ägnat sig åt två andra idrotter än den de senare valt att satsa på (Fahlström m.fl., 2015).

2.5 Fördelar med tidig elitsatsning

Positiva effekter med tidig elitsatsning skulle kunna innefatta stor kunskapsbas om en idrott tidigt i livet och en väl utvecklad idrottsspecifik motorik, vilket med tiden skulle kunna ge ett försprång inför framtiden (Christianson & Deutsch, 2012).

Bennet, Lipman & Robertson (2008) föreslår att andra fördelar med tidig elitsatsning skulle kunna vara ökat självförtroende, speciellt gällande sina fysiska förmågor inom de idrotter man utövar, att man upplever att man blir duktig på något i tidig ålder. De påpekar samtidigt att det behövs mer forskning om effekterna av tidig elitsatsning hos barn samt studier av bättre kvalitet.

2.6 Nackdelar med tidig elitsatsning

Enligt Internationella Olympiska Kommittén kan en tidig elitsatsning som går hand i hand med hög träningsfrekvens leda till flera negativa effekter varav några innefattar ökad skaderisk, prestationsångest, utbrändhetssymptom och att barn väljer att lämna idrotten (Bergeron m.fl., 2016). Gällande negativa fysiska effekter av tidig elitsatsning kan det speciella och repetitiva rörelsemönster som utförs i den specifika idrotten, leda till skador i främst ben-, muskel- och senvävnad (Kaleth & Mikesky, 2010).

Utöver detta, om individerna inte får möjlighet att låta dessa tillstånd i vävnaderna läka ordentligt eller vänja sig vid den fysiologiska stressen, leder detta till

överansträngningsskador som till exempel tendinit, Severs skada och frakturer.

Det framkommer även att inflammation i epiphysalt brosk, platsen i skelettets olika ben där bentillväxt sker, blir allt vanligare på grund av ökad intensitet inom idrotten. Detta på grund av att barn har inaktiv livsstil den tid de inte ägnar sig åt fysisk aktivitet (Launay, 2014). Det finns även risk för näringsbrist som en av farorna med tidig elitsatsning (Brenner, 2016). I problematiken, som uppstår av tidig elitsatsning, ligger det också att det är svårt att avgöra hur mycket träning som kan utföras innan individer hamnar i riskzonen för överansträngning. Detta är på grund av det inte finns några egentliga riktlinjer eller vetenskapligt standardiserade mallar att utvärdera vilken frekvens, duration och intensitet som kan leda till överansträngning. I kombination med att överträning kan visa sig på olika sätt från individ till individ samt vilken typ av idrott man specialiserar sig i, blir detta ännu svårare att utvärdera eftersom olika idrotter och träningsmetoder ger upphov till olika typer av skador (Kaleth & Mikesky, 2010).

I tidig elitsatsning uppkommer psykologiska påföljder när pressen att prestera, orealistiska krav och för höga förväntningar hamnar på barnet. Detta ger upphov till höga stressnivåer och med tiden psykologisk överbelastning, som i sin tur kan leda till utbrändhet, ångest, depression och andra psykologiska problem (Bergeron et al., 2015). Ätstörningar är en vanligt förekommande psykologisk följd hos flickor men förekommer även hos pojkar. Just ätstörningar är ett stort problem och väldigt viktigt att uppmärksamma då ätstörningar utgör den största dödsorsaken inom psykiatriska sjukdomar. Vanligast förekommande är ätstörningar inom idrotter som gymnastik, balett och dans (Bennet, Lipman & Robertson, 2008). Sociala problem på grund av tidig elitsatsning kan innefatta förändrade relationer med familj och självisolering från vänner. Upplevd oförmåga att delta i fritidsaktiviteter på grund av brist av tid på grund

av hög träningsfrekvens är vanligt och missgynnar individens chans att utvecklas socialt (Brenner, 2016).

2.7 Idrottstränarens ledarskapsstil

Alla barn är olika och har olika mål med sitt idrottande. För att få ut så mycket som möjligt av barnens idrottande och få dem att fortsätta vara aktiva under längre tid, finns det egenskaper som en idrottstränare bör känna till och agera utifrån. Detta menar Idrottsprofessor Jean Côté från Kanada, som påstår att det finns en ledarskapsstil som är anpassad för barn- och ungdomsidrott. Denna ledarskapsstil kallas för Transformativt ledarskap och handlar om att en idrottstränare är emotionellt involverad, vilket innebär att man bryr sig om hela människan, stimulerar utövaren, är en positiv förebild och att idrottstränaren tror på den grupp som han/hon tränar (Carlsson & Lundberg, 2019). Idrottstränaren har därför en betydelsefull roll då den bidrar med att lägga en grund för barns fysiska, psykiska och sociala utveckling. Idrotten utgör en stor del av många barns liv, därför ligger ett stort ansvar på idrottstränarna eftersom deras uppgift inte bara består av att lära ut idrottslig teknik, utan även att förmedla grundläggande idrottsliga värderingar, vilket är av betydelse. Idrottstränarna bidrar på så vis även till en positiv samhällsutveckling genom en idrottslig fostran med grund i demokratiska värderingar (Riksidrottsförbundet, 2009). I Sverige är det obligatoriskt att gå en grundutbildning för idrottstränare. Denna grundutbildning ska ge tränaren de verktyg som krävs för att nå målen att förstå sin roll som tränare och vilket ansvar som det innebär. Målen med grundutbildningen är att det ska leda till förståelse för uppdraget som tränare och hur det skapas en motiverande miljö för utveckling, där alla ska känna sig delaktiga med en känsla av att träningsmiljön står för öppenhet. Grundutbildningen ska leda till att idrottstränaren blir säker på att bedriva träningar och kunna planera, genomföra samt ha uppföljning av träningar genom att tänka utifrån en helhetssyn. Utveckling av ledarskapet ska ske i samarbete med de aktiva och andra tränare (SISU, 2018).

3. Problemformulering

I kombination med att det finns delade åsikter om tidig elitsatsning och att det finns en relativ okunskap om riktlinjerna i vad "Idrotten vill" syftar på, blir tidig elitsatsning som fenomen vanligare. Detta för med sannolikhet med sig fler nackdelar än fördelar för de som gör en elitsatsning i lägre åldrar.

Hur ser då svenska idrottstränares syn på tidig elitsatsning inom barnidrotten ut? Hur bör barnidrotten och tävlingsmomentet se ut? Vilka eventuella fördelar och nackdelar anser idrottstränare det finns med tidig elitsatsning? Vad påverkar idrottstränares syn på tidig elitsatsning?

4. Syfte

Syftet med denna studie är att undersöka idrottstränares syn på tidig elitsatsning för barn i åldern 7-12 år.

4.1 Frågeställningar

Hur anser idrottstränare att barnidrotten och tävlingsmomentet ska se ut?

Vilka för- och nackdelar anser idrottstränare att det finns med tidig elitsatsning?

Vad påverkar idrottstränares uppfattning om tidig elitsatsning?

5. Metod

Då fokus låg på att få en förståelse för idrottstränarnas syn på tidig elitsatsning, var det passande med en kvalitativ forskningsstrategi för ändamålet. Genom att använda en kvalitativ ansats var det möjligt att se individuellt till varje idrottstränare och genom tolkning få en djupare inblick i idrottstränarnas syn på tidig elitsatsning. Den förklarande data som uppkom, tolkades och användes som underlag till att besvara syftet och de aktuella frågeställningarna (Hassmén & Hassmén, 2008).

5.1 Insamlingsmetod

Sex semistrukturerade intervjuer genomfördes. Detta ledde till att författarna kunde ta del av en djupare information genom att denna insamlingsmetod gav deltagaren möjlighet att prata fritt och besvara frågor genom att gå utanför den intervjuguide som användes. Detta gjorde att det uppkom nya infallsvinklar inom ämnet elitsatsning. Intervju som insamlingsmetod gav dessutom möjlighet att notera de sinnesstämningar som kunde uppkomma vid varje fråga och vid eventuella följdfrågor (Hassmén & Hassmén, 2008). Intervjuerna spelades in på mobiltelefon. Det viktiga för respektive intervju var att få fram hur deras verklighet såg ut genom att ta del av idrottstränarnas

egna upplevelser och erfarenheter om de ställda frågorna kring ämnet elitsatsning (Hassmén & Hassmén, 2008).

5.2 Urval

För att nå ut till passande målpopulation till studien, användes till en början ett handplockat urval (Hassmén & Hassmén, 2008) då fokus låg på att intervjua sex idrottstränare för barn i åldern 7-12 år som var geografiskt hemmahörande i Mellansverige. Kontaktuppgifterna till idrottstränarna hämtades fram via föreningarnas hemsidor och informationsbrevet skickades ut till e-postadresser som hade en koppling till föreningen eller föreningens ansvariga. Då det inte gick att få ett tillräckligt stort urval, övergick urvalsmetoden till tillgänglighetsurval. Samtliga sex idrottstränare som sedan deltog och intervjuades i studien, var aktiva i fyra olika idrotter, vilka var gymnastik, fotboll, ishockey och innebandy. Det slutgiltiga urvalet gav möjligheten till att få en inblick om hur idrottstränares syn på elitsatsning såg ut inom dessa olika idrotter.

5.3 Genomförande

Innan genomförandet av intervjun inleddes en kommunikation med idrottstränarna via telefon och e-post där de fick ta del av informationsbrevet (se bilaga 2) för att de tydligare skulle förstå syftet med studien (Hassmén & Hassmén, 2008).

För deras bekvämlighets skull fick idrottstränarna välja tid och plats under vissa bestämda veckor. En pilotintervju utfördes innan intervjuerna inleddes. Detta för att kontrollera att samtliga frågor från intervjuguiden kunde besvaras och ge tillräckligt värdefulla svar för att besvara studiens syfte och frågeställningar (Hassmén & Hassmén, 2008). Några enstaka frågor redigerades och tre frågor ströks helt från intervjuguiden då de överlappade varandra och gav liknande svar. Fyra av de sex intervjuerna utfördes via telefonsamtal och spelades in med ljudinspelare på mobiltelefon. Övriga två intervjuer genomfördes på plats utifrån de intervjuade idrottstränarnas preferenser.

Intervjuerna inleddes med bakgrundsfrågor om ålder, yrke, idrottsliga intressen och utbildning för att lätta upp stämningen och bygga upp en relation mellan intervjuare och deltagare. Att inledningsvis börja med inledande frågor som låg relativt nära huvudämnet elitsatsning, möjliggjorde att få information som kunde bidra till att få svar på frågor senare under intervjun kring huvudämnet elitsatsning.

Intervjuguidens frågor (se bilaga 1) var indelade i fem olika kategorier, vilka var följande:

- För- och nackdelar med elitsatsning
- Barnidrott
- Elitidrott
- Påverkande faktorer
- Riktlinjer

Intervjuerna tog mellan 20 och 55 minuter och spelades in med hjälp av mobiltelefon för att senare transkriberas till textform.

5.4 Tillförlitlighet

Gruppen individer som intervjuades var idrottstränare för barn i åldern 7-12 år, vilket var ett passande urval för studiens syfte, som var att undersöka idrottstränares syn på tidig elitsatsning. Inspirationen till intervjuguiden hämtades från en artikel av Internationella Olympiska Kommittén (Bergeron et al., 2015) som presenterade dagens forskningsläge om ämnet elitsatsning samt de riktlinjer som "Idrotten vill" nämner. En artikel av SVT (2013) om elitsatsning för unga var bidragande till en del frågor i intervjuguiden. Vid fyra av sex tillfällen spelades intervjuerna in på två olika mobiltelefoner samtidigt för att säkerhetsställa att ljudkvaliteten höll så hög nivå som möjligt. Detta möjliggjorde att välja ut den ljudfil som hade tydligast ljudkvalité. Intervjuerna spelades även in på två mobiltelefoner för att minimera risken att någon inspelad data gick förlorad. Intervjuernas ljudfil transkriberades manuellt till text i Microsoft Office Word. Genom att minska hastigheten på ljudfilen underlättades transkriberingen och gjorde att den blev mer noggrant utförd för att inte missa viktiga ord eller detaljer. All data som framkom, under de sex intervjuerna, analyserades först av författarna enskilt och senare tillsammans av båda för att öka förståelsen för innehållet (Hassmén & Hassmén, 2008).

5.5 Analys

För att koda och tolka den data som framkom i intervjuerna, utfördes en innehållsanalys (Hassmén & Hassmén, 2008) av transkriberingarna, där analysen bestod av att hitta nyckelord och sedan skapa teman. Svaren från intervjuerna analyserades genom att plocka ut nyckelord från citat som parades ihop under respektive frågor från intervjuguiden. När nyckelorden var sorterade under respektive fråga, kunde dessa

nyckelord därefter skapa koder för att senare paras ihop och skapa teman utifrån liknande svar från andra frågor i intervjuguiden. Dessa teman kunde sedan analyseras djupare och delas in i underkategorier (se tabell 1). Upplägget var att hitta data som kunde besvara studiens frågeställningar (Hedin, 2011).

Tabell 1. *Tema och underkategorier samt exempel på kod och citat*

<i>Underkategorier</i>	<i>Koder</i>	<i>Citat</i>
Inkludering och glädje	Gemenskap	<i>“..glädjen ska väl vara A och O... om man kan hitta glädjen kommer ju allt att falla på plats också... så ja det är väl nummer ett egentligen att hitta glädje och hitta innebörden.. vad man gör där och inte tänka för tidigt på resultat..”</i>

5.6 Etiska ställningstaganden

Denna studie följde Vetenskapsrådets forskningsetiska principer som innehåller informationskravet, konfidentialitetskravet, samtyckeskravet och nyttjandekravet (Hassmén & Hassmén, 2008). Samtliga idrottstränare som ingick i studien, blev tidigt informerade via e-post genom informationsbrevet som beskrev studiens syfte och på vilka sätt insamlad data skulle användas. I samband med varje intervju, både som fysisk och via telefon, fick samtliga godkänna en samtyckesblankett (se bilaga 3).

Idrottstränarna som deltog genom telefonintervju fick innan godkänna sitt deltagande via e-post genom att bekräfta e-postmeddelandet. Ett muntligt godkännande efterfrågades även i början av inspelningen av telefonintervjuerna för att de skulle få höra det vid intervjuens start. På de intervjuer som utfördes på plats fick idrottstränarna skriva under samtyckesblanketten innan start och de fick även en egen kopia av det underskrivna dokumentet.

Samtliga godkände att ljudinspelningen transkriberades till text för att senare användas i studien. Idrottstränarna fick information om vilka rättigheter de har när det gäller intervjun och där de var medvetna om att det fanns en möjlighet att när som helst avbryta eller avstå från intervjun om han eller hon inte längre ville delta. Idrottstränarna var i förväg informerade om att ingen ekonomisk ersättning eller belöning erlades för deras deltagande. De informerades även om att studien inte hade något finansierat

ekonomiskt stöd från något håll som skulle kunna styra studiens riktning gällande ämnet elitsatsning (jfr. Hassmén & Hassmén, 2008). Idrottstränarna blev informerade om att deras riktiga namn inte kommer att synas under de citat som syns i studien och att de istället fick pseudonymer som namn.

6. Resultat

Studiens resultat bygger på idrottstränarnas svar från den intervjuguide som rör deras syn på tidig elitsatsning för barn. Svaren är tolkade av författarna själva och utifrån svaren kunde teman plockas ut och bilda underkategorier. Resultaten presenteras utifrån våra frågeställningar i rubriker och beskriver idrottstränarnas syn på dessa framtagna teman. Resultaten har stärkts med citat från varje idrottstränare. De resultat som framkom presenteras i följande ordning: “Målet med idrottande”, “Följder av tidig elitsatsning” och “Faktorer som påverkar idrottstränares syn på tidig elitsatsning” (se tabell 2).

Tabell 2. Huvudtema och underkategorier

<i>Huvudtema</i>	<i>Underkategorier</i>
<i>Målet med idrottandet</i>	Inkludering och glädje Krav och riktlinjer Tabeller & tävlingsresultat Lämplig ålder för elitsatsning Varför barn slutar att idrotta
<i>Följder av tidig elitsatsning</i>	Fördelar tidig elitsatsning Nackdelar tidig elitsatsning
<i>Faktorer som påverkar idrottstränares syn på tidig elitsatsning</i>	Styrdokument inom idrotten Föräldrars involvering Upplevd press

6.1 Målet med idrottandet

6.1.1 Inkludering och glädje

Samtliga idrottstränare tyckte på liknande sätt att deltagande i flera idrotter är fördelaktigt och att interaktion med andra individer är viktigt för barnets utveckling, vilket en idrottstränare ansåg sig fått bekräftat då *“man mår bra i sin utveckling av att hålla på med olika idrotter, både den sociala biten och den fysiologiska med allt, allt vad det innebär med koordinationen, rörlighet, balans, styrka, alla slags egenskaper man kan utveckla, utveckla sig fysiskt.”* (Sune). Flera idrottstränare menade att ett brett idrottsutövande skulle vara gynnande för barnen, eftersom *“desto fler idrotter desto mer mångsidig blir man, desto mer kunskaper får du.. det är väldigt bra med mångsidig träning”* (Sam). Några idrottstränare är inne på att det viktigaste är att ha kul och inte lägga för mycket vikt på tävlingsmomentet och att istället utgå från att *“glädjen ska väl vara A och O... om man kan hitta glädjen kommer ju allt att falla på plats också... så ja det är väl nummer ett egentligen att hitta glädje och hitta innebörden.. vad man gör där och inte tänka för tidigt på resultat..”* (Sune)

6.1.2 Krav och riktlinjer för barnen

Några idrottstränare tyckte att krav ska ställas utifrån barnets egen målsättning genom att *“prata med barnet vad barnet själv har för mål, motivation ja men då kanske man kan ställa lite krav utifrån den personens egna mål eller den individens egna mål. [...] Man måste få misslyckas för att lyckas.”* (Sam). Andra idrottstränare är inne på spåret att ställa krav på att de ska prestera utifrån deras utvecklingsnivå då *“De ska alltid göra sitt bästa, sen är det bästa väldigt olika. [...]Musklerna är ju inte som de säger eller vill. [...] Det här ska du göra, och de här är tillräckligt svårt för dig om du gör den här hjulningen och sträcker på bena så är det jättebra för dig.”* (Alma).

Två idrottstränare säger att barnen kan ta lärdom av att följa vissa riktlinjer och regler som laget gemensamt satt upp. Detta skulle kunna liknas med en föreningsfostran när en idrottstränare beskriver att *“Krav behöver dom faktiskt [...] när dom kommer dit ska man ha ätit riktigt, vara motiverad och man ska ta i när man är på träningen, man ska liksom inte fuska övningarna, utan man kommer dit och gör sitt bästa, dom kraven tycker jag iallafall att man kan ha på dom.”* (Pontus)

6.1.3 Tabeller och tävlingsresultat

De idrottstränare som var aktiva inom idrotter där tabellsystem är aktuellt, uppgav att de inte tyckte att tabeller bör förekomma innan 12-13 årsålder. Detta eftersom resultaträkningar kan leda till *”en otrolig hets från ledare och vissa föräldrar att det ska vinnas och det toppas kanske lite tidigare ”* Därför resonerade idrottstränarna att *”det är helt rätt att det inte räknas tabeller upp till 12 år i hockey, fotboll och innebandy som det är nu... Cuper utan segrare upp till 12 år, alldeles rätt...”* (Pontus). En idrottstränare tyckte att diskussionerna kring barn- och ungdomsidrotten faktiskt har skiftat fokus från vinst till prestationen i sig. En idrottstränare har ett tydligt ställningstagande och anser att detta är väldigt positivt, samt beskriver det som att *”jag tycker att som jag upplevt det nu senaste året är att vi börjat med tabeller när de är 13 år, och det tycker jag är väldigt bra och fördelaktigt... för jag tycker pratet runt omkring... går från att vinna till mer prestationsmässigt.. det är inte samma fokus på att det ska vinnas hela tiden.”* (Sune). Men bland idrottstränarna fanns också diskussionen om hur tävlingsresultat bör vara utformat och det redovisades delade meningar om vad som är optimalt för barn i åldern 7-12 år. En idrottstränare resonerade att ett negativt resultat skulle kunna påverka barnen *”den dan när, när det kommer upp liksom en tabell och man ser att man ligger sist...så tar det ju bort lite...det tar ju bort lite glädje”* (Magnus). Samtidigt ansåg idrottstränare att det i sig var något som viktigt att lära sig eftersom *“nån gång måste man ju lära sig vinna och förlora också.”* (Magnus). Några idrottstränare argumenterade att resultaträkningar i matcher för lite yngre åldrar borde få finnas kvar eftersom barnen ändå håller koll på räkningen. De menade att barnen är fullt medvetna om vad resultat går ut på oavsett om det räknas poäng etc. eller inte. *“Det här med liksom resultatlösa matcher.. det kan man ju tycka lite vad man vill, barnen vet ju ändå hur det går.”* (Magnus). Argumentet för att resultaträkningar borde få finnas kvar grundar sig i resonemanget att *”barnen är mycket smartare än vad man själv eller vad vuxna tror att liksom barnen har en ganska klar och tydlig bild på vad det står i matchen även ifall tavlan visar 0-0.”* (Sam).

6.1.4 Lämplig ålder för elitsatsning

Övervägande delen av idrottstränarna ansåg att en lämplig ålder att introducera elitsatsning eller ge möjligheten till elitsatsning, borde ske i 15-16 årsåldern. Detta grundar sig på ett uttalande om att det *“är så mycket förändringar i livet i grundskolan ändå som ändras hela tiden... och att man måste förstå och planera sin tid om man ska*

göra en elitsatsning.. om man elitsatsar blir det väldigt mycket träning oavsett gren... så det måste va en avvägning där om man vill och det tror jag inte barn kan göra själv..” (Alma). En annan idrottstränare tyckte att elitsatsning bör introduceras “så sent som möjligt... känner jag... “ (Alfons), samtidigt som han ansåg att det kan bero på vilken idrott det gäller, då vissa idrotter har mer grenspecifika övningar. Han nämner att “en fotbollsspelare eller hockeyspelare.. där.. ah.. blir det ju mycket mycket senare än en gymnast eller simmare liksom som, som tränar jättemycket, o behöver lära sig..” (Alfons).

6.2 Följder av tidig elitsatsning

6.2.1 Fördelar tidig elitsatsning

Idrottstränarna som deltog i denna intervjustudie hade samtliga den synen att de var emot tidig elitsatsning och tidig specialisering. De flesta av idrottstränarna ansåg att det inte fanns några egentliga fördelar med utövande av tidig elitsatsning, vilket en idrottstränare säger i form av att “*Jag tycker inte att det finns några fördelar, så att jag kan inte säga att det finns några fördelar med tidig elitsatsning.*” (Pontus). Ett fåtal idrottstränare nämnde att enstaka fördelar kunde förekomma, bland annat att “*dom förbereds ju bäst, men de är nog inte så...*” (Alma) och “*Om man vill få kort.. snabb effekt! Är väl ändå fördelen liksom [...] det beror ju också på vilken gren i gymnastik.. [...] det är ju inte samma.. samma som artistisk gymnastik, som har många fler redskap därför specialiserar de så pass mycket tidigare*” (Alfons). En annan idrottstränare förtydligade och tyckte att föreningen kan ha en professionell inställning och att “*tidig elitsatsning kan ju va bra till en viss mån men man måste, du kan väl träna hårdare med själva laget, göra själva organisationen elitmässig*” (Sam).

6.2.2 Nackdelar tidig elitsatsning

Samtliga idrottstränare ansåg att nackdelarna var övervägande då “*tidig elitsatsning inom idrott, nackdelar för det är ju alla egentligen*” (Pontus). Den främsta nackdelen med tidig elitsatsning ansåg idrottstränarna var “*Skador framför allt..*” (Alfons). Idrottstränarna nämnde att ensidig träning och bristen på bred träning, var det som främst hade att göra med den ökade skaderisken, då “*risker för skador, är ju ganska stor om man bedriver ganska ensidig träning med bara en idrott...*” (Pontus).

En idrottstränare yttrade sig med samma åsikt och ansåg att det var viktigt att *“liksom se, så man inte kör på med samma för då skadar sig gymnasterna ganska snabbt..”* (Alfons). En annan idrottstränare nämner bristen på förebilder som pratar om vilka effekter en tidig elitsatsning leder till och tyckte att det är av stor vikt att en debatt existerar *”det var Karolina Klüft som tog upp det. Otroligt viktigt att det lyfts, att såna stora liksom förebilder även diskuterar de...i tv.”* (Pontus). Samma idrottstränare ansåg att debatten om tidig elitsatsning i media har varit vinklad de senaste åren och att det behövs rättas till genom *“att man börjar vinkla saker till så att det blir rätt. De har nog varit en ganska snedvriden diskussion och debatt om, om det här tycker jag i media sista åren”*. Han avslutar med att debatten varit bristande ett tag nu, men att *“det börjar ju bli bättre. Så att det är väldigt viktigt att det lyfts.”* (Pontus).

6.3 Faktorer som påverkar idrottstränares syn på tidig elitsatsning

6.3.1 Styrdokument inom idrotten

Majoriteten av idrottstränarna ansåg sig känna till “Idrotten vill”, men var medvetna om dokumentet och dess riktlinjer i olika utsträckningar. Ett antal idrottstränare hade god kunskap om dokumentet och en av dem ansåg att *“det är bra dokument... de är det. Det är ganska klart och tydligt vad idrotten vill”* (Pontus), men en annan idrottstränare kände inte till dokumentets helhet, men sade att *“däremot när det blir sånähära serieträffar o såna grejer så tar de ju alltid upp olika typer av styrdokument...”* (Magnus). De riktlinjer som idrottstränarna följde kom från respektive idrott som de var aktiva i. Styrdokument som kallas “Innebandyn vill” och “Gymnastiken vill” var något de uppgav vara baserat på ”Idrotten vill” i form av det *”Har ju liksom samma upplägg inom innebandyn [...] Ja, alltså det är samma så att säga, det är kopierat från idrotten vill. [...]”* (Pontus). Detsamma gällde gymnastiken som har ett som *“är baserad på idrotten vill som heter gymnastiken vill [...] en del i det som föreningarna ska jobba efter så att det är ett dokument [...]”* (Alfons). För att sprida kunskap om idrottens dokument tyckte en idrottstränare att *“de är ju stort föreningsansvar där att de kommer ut till, att de kommer ut till föreningen så det kan förmedlas till olika idrottsledare [...]”* (Sune). Samtliga idrottstränare har gått utbildningar inom sin förening, men också på annat håll som erbjudits via deras respektive idrott. Den idrottstränare som påstod sig ha

mest kunskap om ”Idrotten vill” och dess styrdokumentet sade också att *”jag tror att jag ligger i framkant om man jämför med många andra när det gäller utbildning. Både från skolan men sen har jag ju kompletterat mycket med hockeyn [...] bra utbildning man kan ta vara på om man vill bli bättre, fortsätta utvecklas och ha mer kunskap.”* (Sam). En annan idrottstränare påstod att han hade fått ökade kunskaper om hur idrotten ska bedrivas. Genom att hålla sig uppdaterad om nya rön och att hans vardag bidrar till att han blir underrättad med en del av den senaste informationen inom idrottsvärlden. Idrottstränaren beskrev att *”det är klart att jag matas ju kanske lite mer än gemene tränare med, med den senaste forskningen och vad som är rätt och vad andra sporter gör, så att det är genom mitt jobb, så för mig så... jag har fått väldigt bra möjligheter naturligtvis, föreläsningar bland annat.”* (Pontus). Några av idrottstränarna tyckte att de riktlinjer som föreningen har satt upp, följde deras eget ”tänk” när det gällde hur den egna ledarfilosofin var. Besluten som togs av idrottstränaren kunde backas upp av föreningens egna riktlinjer eller policy, vilket en idrottstränare beskrev i form av att *”föreningen kan erbjuda är ju en värdegrund att visa [...] mer riktlinjer, men sen när det väl kommer till kritan och när man väl står där på planen då är de ju liksom vad jag kan och vad jag tycker och vad jag känner. [...] De tycker jag känns bra att man är i en föreningen som det är samma tänk som jag själv har lärt mig. Och som vill samma saker som jag vill.”* (Sune). En idrottstränare menade att föreningens riktlinjer stämde överens med hans eget synsätt, men att det sett annorlunda ut förut beroende på vilken fas som föreningen var i. Idrottstränaren menade att *”jag tror att det stämmer ganska bra [...]”* (Alma), men hon påstod att det skiftat med tiden, vilket förklarades med att *”det stämmer ju inte helt överens men det är ändå liksom, jag tror att dom har tänkt om lite, dom sportcheferna [...] eller att föreningen blivit större så vikten av att elitsatsa är inte... är inte så stor, för det kommer, de kommer så många gymnaster nerifrån så det kommer fyllas på liksom... [...]”* (Alma). Hon fortsatte att berätta att detta kunde medföra att föreningen kunde arbeta i lugn och ro utan att de behövde elitsatsa och att *”jag tror att dom inser det också dom som är elittränare liksom att sitta lugnt i båten och vänta tills förening kommer ikapp.”* (Alma). En annan idrottstränare nämnde att föreningen hade flera olika träningsgrupper med olika nivåer och *”om man har olika roller, om man är tränare i ett, en hög grupp o så sitter man i styrelsen också till exempel.. då kan det ju också bli att man har.. lite annan ah.. en annan tanke.. [...]”* (Alfons). Detta betydde att de som satt på högre positioner inom föreningen, hade en mer bestämmande roll när det gällde föreningens struktur.

6.3.2 Föräldrars involvering

Fyra idrottstränare var inne på spåret att inkludera föräldrar för att förebygga den press som kunde komma från föräldrarna. Det handlade både om att kunna besvara föräldrar vid olika tillfällen, men också, som en idrottstränare nämnde, att *“vi har föräldramöten två eller tre gånger per säsong. Framförallt innan säsongen då förklarar vi upplägg och vi får framföra vad vi tycker och tänker och dom får ställa frågor vad dom tycker och tänker och sen liksom, sen har vi det klart för säsongen. [...] För dom ska inkluderas, inte exkluderas.”* (Sune). Som en annan idrottstränare beskrev, krävdes det en tydlighet mellan föräldrar och idrottstränare då vissa saker uppstod inom föreningen. Idrottstränaren berättade att *“en mamma har velat byta grupp på sitt barn [...] då gäller det verkligen att hejda och veta varför man gör och håller på [...] står mot föräldrarna så måste man ju va... veta vad man håller på med och varför så att man verkligen kan förklara ”du får inte göra det här, varför” och även för föräldern”* (Alma). Flera av idrottstränarna påstod att förväntningarna var högre från föräldrar inom ishockey, vilket grundade sig på att *“ishockey som sport, där är det betydligt mer föräldrar som tycker det är viktigt med att det ska va liksom.. ah.. mycket kvalite på träningar o mycket träningar o läger o såna grejer.* (Magnus). Även om idrottstränaren inte hade en koppling till ishockey, var detta något som han inte kände igen från sin egen idrott. Han beskrev det som att *“nu är ju inte jag tränare för ishockey, men jag upplever det upplever jag inte alls att det är i innebandy på samma sätt.. eller.. som, som ishockey.. även om där är ju också.. mer.. viktigt att de ska vinna redan i små åldrar”* (Magnus). En annan idrottstränare var inne på samma spår och nämnde att det kunde finnas en skillnad mellan idrotterna då *“jag skulle tro att, min upplevelse är att hockeytränare får mer press från föräldrar än vad en kanske innebandytränare får”* (Alfons).

6.3.4 Upplevd press

Majoriteten av idrottstränarna ansåg att de inte kände sig speciellt pressade från något håll. Däremot upplevde några idrottstränare att viljan att göra ett bra jobb kunde vara en slags intern press eller möjligen en drivkraft, där de sade att *“det är väl mer att jag sätter lite press på mig själv... vill göra ett bra jobb hehe...”* (Alfons). En idrottstränare ansåg att han kunde uppleva press ibland och att den upplevda pressen berodde på hur man är som individ *“Jaa, men det är väl lite som man är som person, jag är ju en sån person som när jag väl tar på mig ett uppdrag så vill jag göra det så bra som möjligt...[...]* (Sune). Två idrottstränare nämnde att de kunde uppleva eventuella

skuldkänslor och ifrågasättande av sig själva vid tillfällena då laget hade motgångar. Den ena idrottstränaren kände att *“om jag känner att laget inte presterar bra eller inte mår bra då känner jag väl ansvar för det... jag kan lägga, lägga för stor skuld på mig själv om det skulle gå dåligt..”* (Sune). Den andra idrottstränaren uttalade sig om att han upplevde press, men endast *“när man tränat junioråldrar då, då va det mer press... det är ju resultatbaserat då så då är det press att man måste lyckas... och ibland när det gått dåligt har man väl ifrågasatt sig själv..”* (Sam).

6.4 Sammanfattning

Idrottstränarna ansåg att utövande av flera idrotter som barn, hade flera fördelar då det ledde till att barnen blev mer allsidiga. De ansåg även att glädjen var av störst vikt inom idrottandet. Tre idrottstränare sade att inga krav skulle sättas på barnen, utan skulle mer utgå från barnens egna målsättningar. Att utgå från barnens egna mål, pusha dem att göra sitt bästa och följa de regler som laget hade satt upp ansåg idrottstränarna vara krav som skulle följas. Att inte ha tabeller före 12-13 årsåldern minskade risken för hets från föräldrar och ledare, vilket skiftade fokus från vinst till prestation. Majoriteten av idrottstränarna ansåg att elitsatsning borde introduceras i 15-16 årsåldern. En idrottstränare ansåg att detta var nödvändigt eftersom man som barn inte är redo att själva ta sådana beslut. Samtidigt kunde det skilja sig från idrott till idrott hur elitsatsningen kunde se ut. Majoriteten av idrottstränarna ansåg att det inte fanns några fördelar med tidig elitsatsning och samtliga tog ställning mot utövandet av tidig elitsatsning. Ett par idrottstränare angav att tidig elitsatsning skulle kunna ha förberedande effekt, snabb effekt och att själva organisationen skulle kunna göras elitmässig.

Skador på grund av ensidig träning var den vanligaste ansedda nackdelen av tidig elitsatsning. En idrottstränare ansåg att elitsatsning var svårt att få en inblick i och att debatten bordes uppmärksammas då den varit väldigt snedvriden.

Majoriteten av idrottstränarna kände till dokumentet “Idrotten vill” och några ansåg att de kände till det väl. Idrottstränarna uppgav att de för det mesta följde de styrdokument som föreningarna själva har satt upp, vilka varit baserade på “Idrotten vill”. De flesta idrottstränarna uppgav att de höll med om de riktlinjer som hade fastslagits av föreningen och att de borde fungera som en värdegrund att följa. Alla idrottstränare hade till någon grad utbildat sig och ansåg att det var en viktig faktor för kunskap och

fortsatt utveckling. De uppgav att utbildning var något de fått både genom sina föreningar och från annat håll, till exempel erfarenheter av att arbeta inom idrotten. Idrottstränarens roll kunde också vara av betydelse för hur man ansåg att idrotten borde bedrivas. Hade en idrottstränare en högre uppsatt roll i föreningen, kunde det påverka vilka tankegångar som uppstod.

Genom att hålla en tydlig kommunikation med föräldrarna, genom till exempel föräldramöten, motverkades risken för press genom ett tydliggörande av målsättningarna, diskussion av frågor och funderingar som föräldrarna hade. De flesta av idrottstränarna tyckte inte att press var något de själva kände sig utsatta för. Några idrottstränare nämnde att viljan att göra ett bra arbete kunde vara en slags egen press och att skuld känslor kunde uppkomma när det gick dåligt för laget. Generellt sett ansåg de flesta av idrottstränarna att ishockey var den sport där pressen var förekommande med störst prevalens.

7. Diskussion

I diskussionskapitlet diskuteras studiens resultat under Resultatdiskussion och studiens genomförande under Metoddiskussion. I Resultatdiskussionen diskuteras studiens resultat i relation till tidigare forskning, och reflektioner kring likheter och skillnader mellan de olika idrottsledarna samt deras varierande idrottsbakgrund. I Metoddiskussionen presenteras reflektioner kring metodval, trovärdighet och analys. Studiens genomförande diskuteras även i relation till styrkor, svagheter, vad som var bra och vad som kunde gjorts annorlunda.

7.1 Resultatdiskussion

7.1.1 Idrottstränarens syn på elitsatsning

Att alla idrottstränare som deltog i denna studie tog ställning mot tidig elitsatsning påvisade att synen på elitsatsning, verkar vara likadan oavsett idrott. De två idrottstränare, som menade att tidig elitsatsning kunde ha en förberedande funktion inför framtiden, var idrottstränare inom gymnastik. Detta skulle kunna kopplas till att elitgymnaster ofta har sin idrottsliga "peak" i yngre åldrar än möjligtvis hockeyspelare och därför behövs gymnasterna förberedas för detta tidigare. Sett till hur Christianson &

Deutsch (2012) skriver om att positiva effekter som skulle kunna finnas med tidig elitsatsning, passar detta rätt bra överens med idrottstränarnas syn gällande förberedelse. De skrev att en stor kunskapsbas om en idrott tidigt i livet och en tidig idrottsspecifik motorik skulle kunna bidra med ett idrottsligt försprång, vilket blir av vikt om tävlingsmomentet introducerades tidigare inom en idrott.

I stora drag ansåg författarna till denna studie, att resultaten som presenterats gällande följer av tidig elitsatsning, stämmer överens med vad andra studier påvisar. Till exempel anger Kaleth & Mikesky (2010) att när det kommer till skador, som är ett av de mest tydliga exempel på följer av tidig elitsatsning, att majoriteten av skador uppkommer från alltför repetitiva och specifika rörelsemönster, vilket våra respondenter också anser är den mest allvarliga problematiken. Ovanstående anser även Launey (2015).

En tanke var att betona den otydlighet av framgång tidig elitsatsning troligen för med sig. Många faktorer under resans gång bidrar säkerligen till tappat intresse. Man kan anta att majoriteten av de som hamnar inom elitsatsning i låg ålder därför troligen inte tar sig igenom alla de år av hård träning, som krävs för att bli riktigt framgångsrik. Det innebär att majoriteten av de individer som elitsatsar från låg ålder, under vägens gång slutar med idrott, antagligen är till antalet många gånger fler än de få som lyckas ta sig igenom till toppen.

Eftersom det inte finns så stor mängd forskning inom ämnet tidig elitsatsning (Bennet, Lipman & Robertson 2008), skulle idrottsliga förebilder som upplevt en stor idrottslig press från unga år, kunna utgöra en faktor som bringar mer uppmärksamhet på ämnet. Det skulle kunna leda till att ämnet uppmärksammas och fler ansträngningar görs för att lyfta ämnet och olika typer av problematik, som kan omfatta tidig elitsatsning.

7.1.2 Definition och avgränsning av tidig elitsatsning

En iakttagelse som författarna gjorde var att vissa delar av resultaten delvis hamnade i linje med definitionen av elitsatsning som lyder; "krävande, specialiserad och organiserad idrottsverksamhet med uttalade prestations- och resultatmål" (Riksidrottsförbundet, u.å). Detta ställer dock frågan till vilken utsträckning generellt de olika delarna av definitionen av tidig elitsatsning som måste uppfyllas, för att definieras

som elitsatsning. Till vilken grad, till exempel, måste träningen vara krävande, i vilken utsträckning ska specialiseringen vara utformad och hur pass många uttalade prestations- och resultatmål måste finnas. Detta är en problematik eftersom det inte finns någon standardiserad mall för utformning och utförande av elitsatsning.

7.1.3 Upplevd inre press

En möjlig förklaring till den inre press som några av idrottstränarna upplevde, kan möjligtvis ha att göra med att de är där för barnens bästa och att pressen därför uppkommer som en effekt av att de måste lyckas med att uppfylla barnens önskemål och målsättning. Idrottstränare är förmodligen medvetna om att de därför har en viktig roll där de ska förmedla både läran om idrotten och dess värderingar, men också läran om normer och personlig utveckling hos barnen (Riksidrottsförbundet, 2009). En idrottstränare som tränar barn bör därför vara medveten om att om laget inte mår bra eller inte har en bra sammanhållning, skulle det kunna leda till att verksamheten inte fungerar. Precis som Carlsson & Lundberg (2019) beskriver om den transformativa ledarskapsstilen, måste en idrottstränare axla många roller på samma gång.

7.1.4 Upplevd yttre press

Idrottstränarnas upplevelser kring den yttre pressen från föräldrar korrelerar med att föräldrarna verkar vara de främsta intressenterna och är de som investerar mest i sina barns idrottande (Brenner 2016). Med tanke på att tre idrottstränare nämner ishockey som ett exempel på idrott med hög press, skulle en förklaring kunna vara den ekonomiska investeringen som finns, då det är en dyr sport att utöva. Möjlig risk finns då för ökade förväntningar och prestationspress på sitt barn, samt en ökad press på idrottstränare. Precis som Dunn m.fl. (2016) nämner om det mest lämpliga föräldraskapet, kan det vara en reflektion att en del föräldrar inte är medvetna om att barnen själva kan ta egna beslut angående vad de vill ha för sysselsättning och därför anses föräldrarna ha en skyldighet att göra det för barnets bästa. Detta skapar i sin tur en press genom höga förväntningar på barnet, som kanske inte har samma målsättning som sin förälder. Det kan i sin tur leda till att föräldrarna pressar idrottstränaren, som är där för barnets bästa. Ett viktigt resultat var den föräldrainsludering som flera idrottstränare pratar om. Denna öppenhet mellan idrottstränare och föräldrar, kan med författarnas egen tolkning, vara en bidragande orsak till att det skapar en förståelse mellan idrottstränare och föräldrar, vilket idrottstränarna själva bekräftade eftersom de inte

upplevde någon form av press från föräldrar. Detta kunde ske genom att bjuda in föräldrarna till en chans att ventilera sina åsikter på föräldramöten, informationsträffar och liknande. De har då möjlighet att ta del av målsättningen för sitt barns idrottande och därmed också känna sig inkluderade. Genom att som idrottstränare rikta sin uppmärksamhet mot föräldrarna, kan det leda till att båda accepterar varandras roller och låter det stanna vid rollerna, som idrottstränare och förälder. I grund och botten är både idrottstränare och föräldrar där för barnets skull och vill barnets bästa, men utan en form av dialog kan en ovisshet mellan parterna öka genom att det skapas en form av missförstånd, som skulle kunna leda till press på idrottstränaren.

7.1.5 Målet med idrottandet

Idrottstränarnas uttalanden bidrog till en tydlig bild av vad de ansåg att målet med idrottandet för barn var samt hur tävlingsmomentet borde bedrivas. Även om glädje och utövande av flera idrotter var av tydlig vikt, kunde krav även ställas på att barn ska göra sitt bästa på träningarna. Det är dock svårt att göra jämförelser mellan detta och tidigare forskning, då vi inte har någon sådan med i vår bakgrund.

7.1.6 Idrottstränares syn på styrdokument inom idrottsrörelsen

Det verkar finnas ett informationsglapp angående idrottsrörelsens riktlinjer som erbjuds i utbildningarna inom idrottsrörelsen. När det gäller "Idrotten vill" och dess riktlinjer, verkar det som att det inte riktigt nått ut till idrottstränarna genom de utbildningar som finns tillgängliga. Tanken är att utbildningar ska leda till att idrottstränaren får en grund att stå på och som i sin tur ska ge barnen en möjlighet att utveckla sig både fysiskt, psykiskt och socialt (Riksidrottsförbundet, 2009). Idrottstränarna inom gymnastik påpekade att de är emot tidig elitsatsning samtidigt som de betonade att deras idrott har egna riktlinjer som var baserad på "idrotten vill". Sett till denna studies resultat går det att tolka att gymnastiken som idrott kanske har andra riktlinjer, vilket skulle kunna betyda att gymnastik har lite mer fokus på prestation jämfört med de andra idrotterna. Att gymnastik har en tradition av detta påpekas även av Bergeron m.fl. (2010). Det bör dock has i åtanke att idrottstränarna nämnde att det är baserat på barnets utvecklingskurva och inte gällde för alla.

De idrottstränare som hade stor kunskap om "Idrotten vill", var de som antingen arbetade nära andra förbund och idrotter, men även de som gått längre utbildningar

verkade ha en större kunskapsbank. Resultat påvisade likheter med den utvärdering som RF (2016) tog fram och som visade att cirka 50% av de tillfrågade inte hade någon direkt kännedom eller kunskap om dokumentet och dess riktlinjer. Denna okunskap om dokumentet kan i sin tur leda till att föreningen förmedlar sina egna riktlinjer till idrottstränare, riktlinjer som de påstod ha en grund från "Idrotten vill". Riktlinjerna som föreningen förmedlar till oerfarna och unga tränare kan då mycket väl skilja sig från de riktlinjer som "Idrotten vill" utformat. Även om många av idrottstränarna inte kände till de riktlinjer som finns i till exempel "Idrotten vill", stämde deras syn bra överens med hur RF anser att idrotten bör bedrivas. Det är därför tydligt att de värderingar som presenteras i "Idrotten vill" och andra styrdokument även finns hos idrottstränarna. Mycket data framkom om hur idrottstränarna ansåg att tävlingsmomentet bör bedrivas, vilket är intressant då de hade liknande syn gällande tabeller, tävlingsresultat och ålder för elitsatsning. Idrottstränarna uppgav att tappat intresse för idrotten var anledningen till att barnen slutade, snarare än att orsaken var tidig elitsatsning.

7.2 Metoddiskussion

Författarna anser att de framtagna resultaten som presenteras, stämmer överens med essensen av det som framkommit under intervjuerna, vilket minskar risken för att irrelevant och onödig data presenterats. Eftersom idrottstränarna i studien var aktiva inom fyra olika idrotter uppstod någon form av källtriangulering utifrån deras olika idrottsliga bakgrunder, vilket till viss mån bidrar till ökad tillförlitlighet i resultatet.

Större delen av e-postmeddelandena fick ingen respons från idrottstränarna och några svarade att de ville delta, men utan ytterligare respons när det skickades tillbaka en bekräftelse på deras deltagande. Detta ledde till att svårigheten att hitta idrottstränare ökade och resulterade i att andra idrotter kontaktades, vilket i sin tur medförde byte av det huvudspår som från början var att undersöka idrottstränares syn på tidig elitsatsning inom simning, gymnastik och konstakning. Då det uppkom en svårighet i att få tag i intervjupersoner via e-post, borde ett alternativ istället ha varit att ringa runt till de kontaktade föreningarna som inte svarade. Svårigheten med att hitta idrottstränare inom rätt målpopulation, medförde att båda författarna var bekant med varsin idrottstränare som deltog i intervjustudien. Detta skedde när studien övergick från handplockat urval till tillgänglighetsurval och inriktningen av idrotter förändrades. I dessa fall fick den

författare, som inte hade någon koppling till idrottstränaren, utföra intervjun för att det inte skulle uppstå någon form av bias. Det optimala hade varit att intervjua sex idrottstränare från en och samma idrott för att se likheter eller olikheter med hur deras syn på elitsatsning kunde vara inom just den idrotten. För övrigt är studien utförd på idrottstränare tillhörande Mellansverige, vilket kan vara en påverkande faktor, då det kan se annorlunda ut hur idrottsrörelsen ser ut i andra regioner i Sverige.

Då detta är egna empiriska tolkningar finns det utrymme för andra iakttagelser och reflektioner som inte uppfattades vid analysen. En risk för missvisande data skulle kunna vara att idrottstränarna själva utgör en faktor för bias. Med det menas att idrottstränarna skulle kunna undanhålla om de till exempel hade en positiv syn på tidig elitsatsning, för att undvika att personens egentliga syn skulle bli uppmärksammas offentligt. Detta är dock inget som anses sannolikt i denna studie, utan endast nämns som en potentiell risk generellt.

Att fyra av sex intervjuerna utfördes via telefon medförde att det inte behövdes resas runt i hela Mellansverige för att få tillgång till en intervju. Samtidigt var det en problematik att inte kunna utläsa sinnesstämningar hos idrottstränarna där det utfördes en telefonintervju. De två intervjuer som utfördes fysiskt på plats, gav mer material i form av data jämfört med telefonintervjuer. Samtidigt svävade inte svaren iväg från intervjuguiden på de telefonintervjuer som utfördes. I de fallen där svaren svävade iväg, kunde det ha utformats annorlunda frågor som kunde hålla sig inom ämnet, för att undvika data som inte var relevant till de frågeställningar vi hade för studien.

Eftersom intervjuguiden var framtagen genom inspiration från en väldigt liten del forskning och inte baserad på en större mängd data och validerad framtagningsprocess, går pålitligheten i den att ifrågasätta. Det fanns vissa tillfällen under studiens gång där det upplevdes att det kunde vara utmanande att hålla sig neutral till forskningsfrågan "Tidig elitsatsning", då författarna själva har tydlig syn och ställningstaganden gällande ämnet. Orsaken till det beror på den Idrottsvetenskapliga utbildningsbakgrund som författarna har, vilket genomsyras av hälsofrämjande, vilket står i motsats till majoriteten av de följer tidig elitsatsning verkar leda till. Denna syn på tidig elitsatsning bidrog till risk för bias, men en medvetenhet om detta fanns och ansågs inte påverka analysprocessen av data och inte heller den generella arbetsprocessen. Ingen

dialogisk validering utfördes, varken under intervjuerna eller efter transkriberingarna eftersom inga betydande otydligheter uppfattades, som behövde tydliggöras eller stämmas av.

Även om en pilotintervju genomfördes innan första intervjutillfället fick frågor ändras efter den första fysiska intervjun. Den nya intervjuguiden fick små justeringar och detta medförde att vi saknar viss data från den första intervjuade idrottstränaren. Den justerade intervjuguiden kunde ha varit formulerad på ett sätt som kunde leda till fler följdfrågor. Detta skulle kanske bidragit till mer intressant data som kunde användas för att besvara frågeställningarna ytterligare.

De flesta intervjuerna spelades in på två mobiltelefoner samtidigt, men trots det hade samtliga telefonintervjuer dålig ljudkvalité. Ljudkvalitén medförde att transkriberingen tog längre tid jämfört med de fysiska intervjuerna och problemet var oftast relaterat till den miljö som den intervjuade idrottstränaren befann sig i för stunden. I en intervju kunde det till exempel höras fågelkvitter i bakgrunden, vilket gjorde att det inspelningsprogram som användes i mobiltelefonen fokuserade mer på fågelkvittret än på idrottstränarens röst. I efterhand är en fysisk intervju att föredra, då den känns mer personlig genom att den bygger upp en relation med den intervjuade, men också att det blir en mer känsla av professionalitet. Dessutom är det en klar fördel om ljudkvaliteten blir så bra som möjligt, då det skulle spara både tid och energi under transkriberingen.

8. Slutsats och fortsatt forskning

Studiens resultat påvisar att samtliga idrottstränare ansåg att glädje och chansen till mångsidigt idrottande var av största vikt, men även att krav fortfarande kunde ställas till en viss grad på barnens utövande i träningsmanhang. Tabeller ansågs vara negativt innan 13 årsåldern, men att ha matchresultat skulle kunna vara tillåtet eftersom barnen ändå har en medvetenhet om poängställningen i match. Idrottstränarna ansåg att de var emot tidig elitsatsning och att det inte fanns några egentliga fördelar med tidig elitsatsning. Endast ett par idrottstränare menade att enstaka fördelar som snabb effekt och en förberedande faktor fanns, men uttryckte sig samtidigt om att de tog ställning emot det. Idrottstränarna ansåg att risken för skador utgjorde den största negativa

följden av tidig elitsatsning och att dessa var orsakade av för ensidig och för specialiserad träning.

Angående idrottstränarnas syn på olika styrdokument hade de en positiv inställning till dessa. Idrottstränarna angav att de övervägande förhöll sig till de styrdokument som anpassats utifrån deras respektive idrott. Generellt sett hade de inte så stor kunskap om "Idrotten vill", men det verkade som deras värderingar kring hur idrotten borde bedrivas stämde överens med de riktlinjer som presenteras i "Idrotten vill".

Majoriteten av idrottstränarna tyckte inte att press var något de upplevde till så stor del själva, utan enbart ett fåtal idrottstränare gav exempel på press. Den upplevda pressen som uppgavs finnas närvarande ansågs till största delen komma från föräldrar, som pressade sina barn och den pressen tycktes vara vanligast förekommande inom ishockeyn. Samtliga idrottstränare trodde att inkludering av föräldrar i form av föräldramöten och informationsträffar kunde vara positivt. Dessa träffar kunde bidra till mer förståelse från föräldrarnas sida när det gäller idrottstränarens målsättning för hur föräldrarnas barns idrottande är tänkt att vara upplagt. Den andra typen av press som nämndes, var pressen på sig själv genom att vilja göra ett bra arbete som idrottstränare.

Med tanke på att många idrotter fortfarande har egna riktlinjer för sin idrottsliga verksamhet och att det är oklart hur samtliga förhåller sig till "Idrotten vill", skulle det vara intressant att göra en framtida forskning om idrottsföreningars riktlinjer och hur pass nära de förhåller sig till "Idrotten vill", samt hur idrottstränare upplever dessa. Idag saknas det också tydliga riktlinjer eller enskilda dokument som bara tar upp området kring elitsatsning och när det är aktuellt att göra en satsning. Detta område skulle kunna vara ett förslag på fortsatt forskning då idrotten är i behov av riktlinjer kring hur elitidrott för barn bör bedrivas. Det är därför viktigt att se till idrottstränarens syn och erfarenheter kring detta för att till en början få en bild av vad som skulle kunna fungera och vad som inte verkar fungera.

9. Referenser

Bennet, T., Lipman, E.L., Robertson, L. (2008). What do we know about the effects of sports and elite athletics on child development outcomes?. *A review of the literature*. <https://pdfs.semanticscholar.org/21fa/b7e5d269592b2f09fcbaa35fd8cd4afa3f39.pdf>

Bergeron, M. F., Mountjoy, M., Armstrong, N., Chia, M., Coté, J., Emery, C. A., ... Engebretsen, L., (2015). International Olympic Committee consensus statement on youth athletic development. *British Journal of Sports Medicine*, 49(13), 841-851. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2015-094962>

Brenner, J. S. (2016). Sports specialization and intensive training in young athletes. *Pediatrics*, 138(3). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2148>

Carlsson & Lundberg. (2019). *Ledarstilen som får ungdomar att växa*. Hämtad 2019-04-03 från <https://www.idrottsforskning.se/ledarstilen-som-far-ungdomar-att-vaxa/>

Centrum för idrottsforskning. (2017). *Medlemmar*. Hämtad 2019-05-04 från <https://idrottsstatistik.se/foreningsidrott/medlemmar/>

Christianson, P., & Deutsch, J. (2012). Making a Case for Early Sport Specialization in Youth Athletes. *Journal of Youth Sports*, 6(2), 3-6. <http://eds.b.ebscohost.com/abstract?site=eds&scope=site&jrnl=15592383&AN=91870520&h=i2YAIaEsQFfxp2OAWZv%2bc51XXUNVOJBLO9T4a80n0ZBJGjPsg8yiIQEpVe4MtE5FeK8Itcem%2fBX5jiI1zbu2Cw%3d%3d&crl=c&resultLocal=ErrCrlNoResult&resultNs=Ehost&crlhashurl=login.aspx%3fdirect%3dtrue%26profile%3dehost%26scope%3dsite%26authype%3dcrawler%26jrnl%3d15592383%26AN%3d91870520>

Dorsch, T. E., King, M. Q., Tulane, S., Osai, K. V., Dunn, C. R., & Carlsen, C. P. (2018). Parent education in youth sport: A community case study of parents, coaches, and administrators. *Journal of Applied Sport Psychology*. <https://doi.org/10.1080/10413200.2018.1510438>

Dunn, C. R., Dorsch, T. E., King, M. Q., & Rothlisberger, K. J. (2016). The Impact of Family Financial Investment on Perceived Parent Pressure and Child Enjoyment and

Commitment in Organized Youth Sport. *FAMILY RELATIONS*, 65(2), 287–299.
<https://doi.org/10.1111/fare.12193>

Fahlström, P.G., Gerrevall, P., Glemne, M., Linnér, S. (2015). *Många vägar till landslaget*. Centrum för idrottsforskning. Hämtad 2019-03-04 från
<https://centrumforidrottsforskning.se/wp-content/uploads/2015/10/SVIF-3-2015-Manga-vagar-till-landslaget.pdf>

Hassmen, N & Hassmen, P. (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder* (Första upplagan). Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Hedin, A. (2011). *En liten lathund om kvalitativ metod med tonvikt på intervju*. Hämtad 2019-05-25 från <https://studentportalen.uu.se/uusp-filearea-tool/download.action?nodeId=459535&toolAttachmentId=108197>

Travis E. Dorsch, Michael Q. King, Sarah Tulane, Keith V. Osai, C. Ryan Dunn & Chalyce P. Carlsen (2018): Parent Education in Youth Sport: A Community Case Study of Parents, Coaches, and Administrators, *Journal of Applied Sport Psychology*, 65(2), 287-299. <https://doi.org/10.1111/fare.12193>

Kaleth, A. S., & Mikesky, A. E. (2010). Impact of Early Sport Specialization: A Physiological Perspective. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance (JOPERD)*, 81(8), 29–32.
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=shib&db=eric&AN=EJ914298&site=eds-live>

Launay, F. (2014). Sports-related overuse injuries in children. *Orthopaedics & Traumatology: Surgery & Research*, 101(1), 139–147.
<https://doi.org/10.1016/j.otsr.2014.06.030>

Riksidrottsförbundet. (2018). *Idrott en del av uppväxten*. Hämtad 2019-03-08 från <https://www.rf.se/Barn-ochungdomsidrott/>

Riksidrottsförbundet. (2009). *Idrotten vill-idrottsrörelsens idéprogram*. Hämtad 2019-03-08 från https://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/detta-ar-svensk-idrott/idrottenvill_2009_webbversion2.pdf

Riksidrottsförbundet. (2013). *Vad betyder vad inom barnidrotten?*. Hämtad 2019-03-14 från <http://www.svenskidrott.se/Barnochungdomsidrott/Begreppinombarnochungdomsidrotten/>

Riksidrottsförbundet. (2016). *Gör idrotten som idrotten vill?*. Hämtad 2019-03-08 från https://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/barn-och-ungdom/gor-idrotten-som-idrotten-vill-2016_4.pdf

Riksidrottsförbundet. (2013). *Vad betyder vad inom barnidrotten*. Hämtad 2019-03-14 från <http://www.svenskidrott.se/Barnochungdomsidrott/Begreppinombarnochungdomsidrotten>

SISU Idrottsutbildarna. (2018). *Grundutbildning för tränare*. Hämtad 2019-05-01 från <https://www.sisuidrottsutbildarna.se/forforening/utvecklatranarskapet/idrottenstranarutbildningar/Nyutbildningsstruktur/grundutbildningfortranare/>

Svenska Badmintonförbundet. (2017). *Tidig elitsatsning nödvändig*. Hämtad 2019-03-14 från <http://www.badminton.nu/Debatt/tidigelitsatsningnodvandig>

SVT. (2013). *Elitsatsningar bland barn splittrar Idrottssverige*. Hämtad 2019-05-06 från <https://www.svt.se/sport/artikel/svt-granskar-elitidrottsatsning-for-barn>

Quinto Romani, A. (2018). Children's intensive participation in sport and peer relations: Evidence from a Danish longitudinal school study. *International Journal of Sport Policy*, 10(2), 335–352. <https://doi.org/10.1080/19406940.2018.1428213>

Ödquist Drackner, K. (2018, 13 juni). Barnkonventionen blir svensk lag 2020! [Blogginlägg]. Hämtad 2019-06-09 från <https://blog.unicef.se/2018/06/13/barnkonventionen-blir-lag/>

10. Bilagor

10.1 Bilaga 1 Intervjuguide

Inledande:

Hur gammal är du?

Vilken idrottslig bakgrund har du?

Vilka idrotter gillar du?

Har du någon tränarutbildning och isåfall vad?

Vilket yrke har du förutom att vara idrottstränare?

Vilka fördelar anser du att tidig elitsatsning har inom din idrott?

Vilka nackdelar anser du att tidig elitsatsning har inom din idrott?

Riktlinjer barnidrott frågor idrotten vill

-Hur bedrivs tävlingsverksamheten i er förening?

- Vilka för- och nackdelar finns det med att er **tävlingsverksamhet** bedrivs i andra städer, respektive "hemmaplan"?

- Hur hanterar du barn som drabbas av **psykologisk överbelastning** vid eventuell för tuff/pressande träning?

- Hur hanterar du barn som drabbas av fysisk överbelastning vid eventuell för tuff/pressande träning?

- Vilka åsikter har du som idrottstränare om att barn är aktiv i två eller **fler idrotter**?

Riktlinjer elitidrott frågor idrotten vill

- Var upplever du att tävlingsviljan kommer ifrån? (T.ex. Barnen själva, föräldrar, tränare, förbund)

- Hur tycker du tävlingsverksamheten bör vara utformad för barn? (T.ex poäng, utslagning, toppning osv, eller stimulera till långsiktigt idrottsintresse. **finns det en balans?**)
- Vilka krav anser du är rimliga att ställa på barns **prestation** och i vilken utsträckning?)
- När tycker du att man kan börja lägga fokus på elitsatsning?
- Hur tolkar du ordet “talang”?
- Vad anser du om att uppmärksamma barn med “**talang**” och uppmuntra dem att t.ex satsa hårdare eller inrikta sig mot **specifik stil**?
- Hur ser du på **övergången** från barnidrott till elitsatsning? Finns det något viktigt att ta hänsyn till? (T.ex Behov, förutsättningar, utvecklingstakt)
- Vilken kunskap anser du som ledare är viktig att ha gällande barns utveckling?
- Hur upplever du att du fått möjlighet att skaffa kunskap om barns utveckling genom utbildning?

Vilka faktorer anser idrottstränare påverkar dennes åsikter om elitsatsning?

- Hur pass mycket involverade är **föräldrar** i träningen och känner du av någon press från föräldrar?
- Vet du om andra idrottstränare känner sig **pressade** från föräldrarnas håll?
- På vilka sätt är **föreningens ansvariga** involverade i de beslut du tar som tränare?
- Blir du på något sätt **påverkad av andra** idrottstränares sätt att leda träningar?
- Upplever du på något sätt press från annat håll som inte nämnts här? t.ex egen prestation?

Vilka åsikter har idrottstränare om riktlinjerna i “Idrotten vill”?

- Känner du till idrotten vill? (om nej, hoppa två första frågorna nedan)

- I hur stor utsträckning känner du till “idrotten vill”, dokument och dess riktlinjer?

- Vad anser du om dokumentet?

- Hur överensstämmer dina åsikter med föreningarnas riktlinjer gällande elitsatsning?

- Vilka orsaker tror du ligger bakom att **barn slutar** med sin idrott?

- Vad tycker du om att det här ämnet uppmärksammas och lyfts?

Till sist, finns det något viktigt att belysa om som inte tagits upp som fråga idag?

10.2 Bilaga 2 Informationsbrev

Hej!

Vi heter Jonathan Wiklund Uljons och Jonathan Rahmqvist, vi läser tredje året på det Idrottsvetenskapliga programmet på Högskolan i Gävle. Vi söker dig som är idrottstränare för barn i åldern 7-12 år att ställa upp på en intervju om din syn på tidig elitsatsning och dess för- och nackdelar. Sex stycken idrottstränare från olika föreningar i Mellansverige kommer att medverka i studien och du måste vara myndig för att delta. Intervjun tar mellan 30-40 minuter att genomföra. Resultaten som framkommer under intervjuerna ska användas som material till vårt examensarbete på grundnivå.

Vi skulle vara tacksam om du kunde ställa upp på en intervju för att bidra till ökad kunskap om barn- och ungdomsidrott. Du bestämmer plats och tid för intervjutillfälle. Vi vill gärna utföra intervjuerna under vecka 16 eller 17.

Idag är ungefär 90% av barn och ungdomar i Sverige någon gång aktiv inom en idrottsförening, så det är tydligt att idrotten innebär något betydelsefullt för väldigt många människor. Det råder varierande åsikter om hur pass stort fokus man ska ge tävlingsmomentet inom idrotten. Argument finns både för och emot tävlingshetsning samt vilka fördelar och nackdelar det för med sig.

Intervjuerna spelas in med ljudinspelningsprogram för att senare transkriberas för att få det till text. Du har möjlighet att när som helst avbryta eller avstå från intervjun om du inte längre vill delta. Personuppgifterna är konfidentiella och det är endast författarna själva och våra examinatorer/lärare som kommer att kunna ta del av det material som använts för att skriva examensarbetet. Ingen enskild person kommer att kunna identifieras i examensarbetet. De inspelade intervjuerna raderas när examensarbetet är betygsatt. Ingen ekonomisk ersättning eller belöning ges vid deltagande. Examensarbetet kommer senare att läggas ut öppet för alla på digitala vetenskapliga arkivet (DiVa), där det går att ta del av andra idrottstränares åsikter kring ämnet elitsatsning för barn.

Med vänliga hälsningar

Jonathan Wiklund Uljons
jonathanuljons@gmail.com
070-1706210

Jonathan Rahmqvist
jonathan.rahmqvist@outlook.com
072-4490999

Handledare
Anna Qvarfordt
aeo@hig.se

10.3 Bilaga 3 Samtyckesblankett

Samtycke till deltagande i studien

Hej!

Vi är tacksamma över att du ställer upp på denna intervju, ditt deltagande kommer att bidra till ökad kunskap om barn-och ungdomsidrott. Nedan följer lite övergripande information om studien, behandlande av personuppgifter samt den data som framkommer under intervjutillfället. Detta måste godkännas för att intervjun ska kunna genomföras.

Sex stycken idrottstränare från olika föreningar i mellansverige kommer att medverka i studien. Intervjun tar mellan 30-40 minuter att genomföra. Intervjuerna spelas in med ljudinspelningsprogram för att senare transkriberas för att få det till text. Resultaten som framkommer under intervjuerna ska användas som material till vårt examensarbete på grundnivå.

Du har möjlighet att när som helst avbryta eller avstå från intervjun om du inte längre vill delta. Personuppgifterna och föreningens namn anonymiseras. Ingen enskild person eller förening att kunna identifieras i examensarbetet. Endast författarna själva och våra examinatorer/lärare som kommer att kunna ta del av det material som använts för att skriva examensarbetet.

De inspelade intervjuerna raderas när examensarbetet är betygsatt. Ingen ekonomisk ersättning eller belöning ges vid deltagande.

Examensarbetet kommer senare att läggas ut öppet för alla på digitala vetenskapliga arkivet (DiVa), där det går att ta del av andra idrottstränares åsikter kring ämnet elitsatsning för barn.

Härmed godkänner jag ovanstående information och ger samtycke till deltagande i studien

Underskrift deltagare: _____

Med vänliga hälsningar

Jonathan Wiklund Uljons
jonathanuljons@gmail.com
070-1706210

Jonathan Rahmqvist
jonathan.rahmqvist@outlook.com
072-4490999

Handledare
Anna Qvarfordt
aeo@hig.se