

# Att elitsimma eller inte elitsimma?

En kvalitativ intervjustudie om varför elitsatsande simmare inom idrottsgymnasium slutar simma

- Dylan Saleh



## INTRODUKTION

- 17% klarar övergången från junior till senior

(Vanden Auweele et al., 2004)

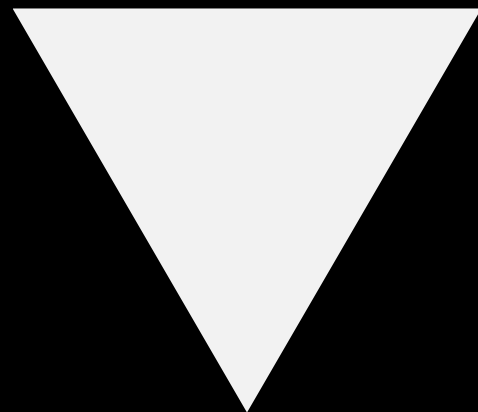
- Högre andel avhopp från individuella idrotter

(Baron-Thiene & Alfermann, 2015)

## DUAL CAREER I SVENSKA ELITIDROTTSVÄNLIGA GYMNASIUM

Simförening

Idrottsgymnasium



Simmare

## DUAL CAREER OCH ELITSIMNING I EN SVENSK KONTEXT

- Simning – En tidsintensiv sport
- Idrottsgymnasium – Betydelsefullt för att nå landslaget  
(Fahlström et al., 2015)

## SYFTE

Varför före detta elitsimmare i åldern 16–19 år väljer att avsluta deras elitsatsning under eller direkt efter idrottsgymnasiet

## METOD

- 9 (2M/7F) intervjuer med:
- Elitsimmare som valt att avsluta sin elitsatsning under eller direkt efter deras tid på idrottsgymnasiet

## TEORETISKT RAMVERK

### Ebaughs beslutsprocess

(Ebaugh, 1988)

Första tvekan → Söka alternativ → Brytpunkten och orsaken → Efter beslutet



### Push/pull/anti-push/anti-pull-modellen

(Fernandez et al., 2006)

PUSH

PULL

ANTI-PUSH

ANTI-PULL

## TEORETISKT RAMVERK

- PUSH: Negativa reflektioner som "pushar" idrottaren till att hoppa av
- PULL: Positiva reflektioner som driver idrottaren till att vilja hoppa av
- ANTI-PUSH: Anledningar till varför idrottaren vill stanna kvar i idrotten
- ANTI-PULL: Anledningar till varför idrottaren vill stanna kvar med tanke på kostnaderna och riskerna att lämna idrotten



## RESULTAT PUSH/PULL

### **PUSH-FAKTORER**

- Missnöje med tränare
- Utebliven utveckling

### **PULL-FAKTORER**

- Sociala anledningar utanför idrotten
- Prioritering av studier

## **PUSH – MISSNÖJE MED TRÄNARE**

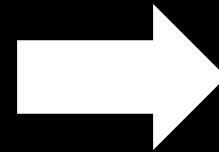
**PUSH** = Negativa reflektioner som "pushar" idrottaren till att hoppa av

- Favorisering
- Obekvämt träningsupplägg
- Tränarbyte > nytt ledarskap/träningsupplägg

## **PUSH – UTEBLIVEN UTVECKLING**

**PUSH** = Negativa reflektioner som "pushar" idrottaren till att hoppa av

- Träningstid vs positiva resultat
- Psykisk/fysisk ohälsa
- Osäker framtid



Prestationsångest

## **PULL – SOCIALA ANLEDNINGAR UTANFÖR IDROTTE**

PULL = Positiva reflektioner som driver idrottaren till att vilja hoppa av

- Upplevelsen av att välja bort andra roliga saker

## **PULL – PRIORITERING AV STUDIER**

PULL = Positiva reflektioner som driver idrottaren till att vilja hoppa av

- Studierna började ta större plats
- Dual career – en utmaning inom simningen

## RESULTAT ANTI-PUSH/ANTI-PULL

### ANTI-PUSH-FAKTORER

- Glädjen inom simningen
- Bra tränare

### ANTI-PULL-FAKTORER

- Hitta ny identitet
- Press

## **ANTI-PUSH – GLÄDJEN INOM SIMNINGEN**

**ANTI-PUSH** = Anledningar till varför idrottaren vill stanna kvar i idrotten

- Gemenskapen under träningar och tävlingar

## **ANTI-PUSH – BRA TRÄNARE**

**ANTI-PUSH** = Anledningar till varför idrottaren vill stanna kvar i idrotten

- Stöttande tränare, en betydelsefull del
  - Anpassat upplägg
  - Trevliga
  - Passande träningsupplägg/ledarskap



## ANTI-PULL - HITTA NY IDENTITET

**ANTI-PULL** = varför idrottaren vill stanna kvar med tanke på kostnaderna och riskerna att lämna idrotten

- Identifiering som simmare
- Oro
  - Lämna tryggheten och gemenskapen
  - Vad ska man annars göra?

## ANTI-PULL – PRESS

**ANTI-PULL** = varför idrottaren vill stanna kvar med tanke på kostnaderna och riskerna att lämna idrotten

- Självupplevd press
  - över att göra föräldrar/tränare besvikna
- Press utifrån
  - Simning som obligatorisk och betygsättande del i skolan
  - Bör det se ut så?

## RESULTAT

### **IDROTTLIGA FAKTORER**

- Missnöje med tränare
- Utebliven utveckling
- Sociala anledningar utanför idrotten

### **UTBILDNINGSAKTORER**

- Prioritering av studier

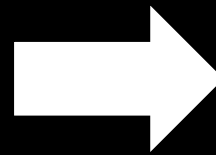
## AVHOPPET

- Viktigt att ta hänsyn till den idrottande individens helhet  
(Fahlström et al., 2016; Gilbert, 2017)
- Unik individ = unikt behov

## IDROTTLIGA FAKTORER MAJORITET I BESLUTET

### IDROTTLIGA FAKTORER

- Missnöje med tränare
- Utebliven utveckling
- Sociala anledningar utanför idrotten



### ATT TA HÄNSYN TILL

- Möjliggöra identitet utanför simningen

(Edison et al., 2021)

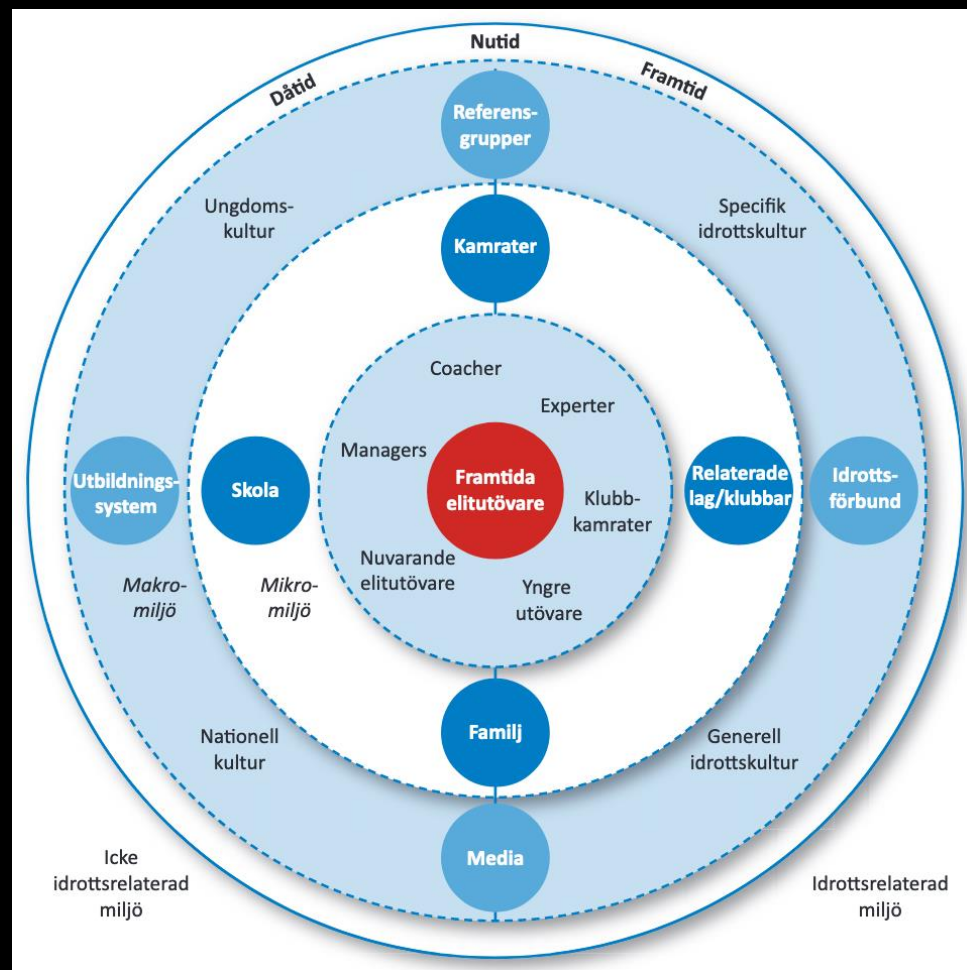
- Tränarens betydelse för utvecklingsmiljön

(Fahlström et al., 2016)

- Individ i centrum

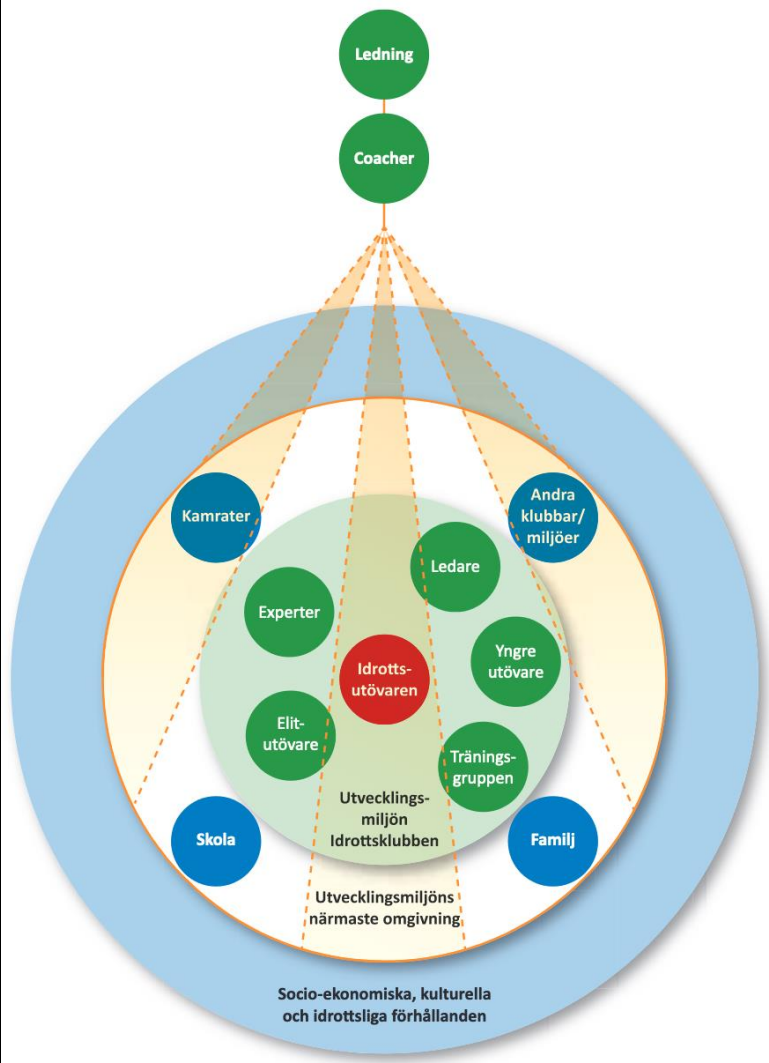
(Gilbert, 2017)

# ATHLETIC TALENT DEVELOPMENT ENVIRONMENT



(Henriksen, 2010)

# UTVECKLINGSMILJÖNS PÅVERKBARA FAKTORER



(Fahlström et al., 2010)

## HUR FUNKAR DUAL CAREER I SIMNINGEN?

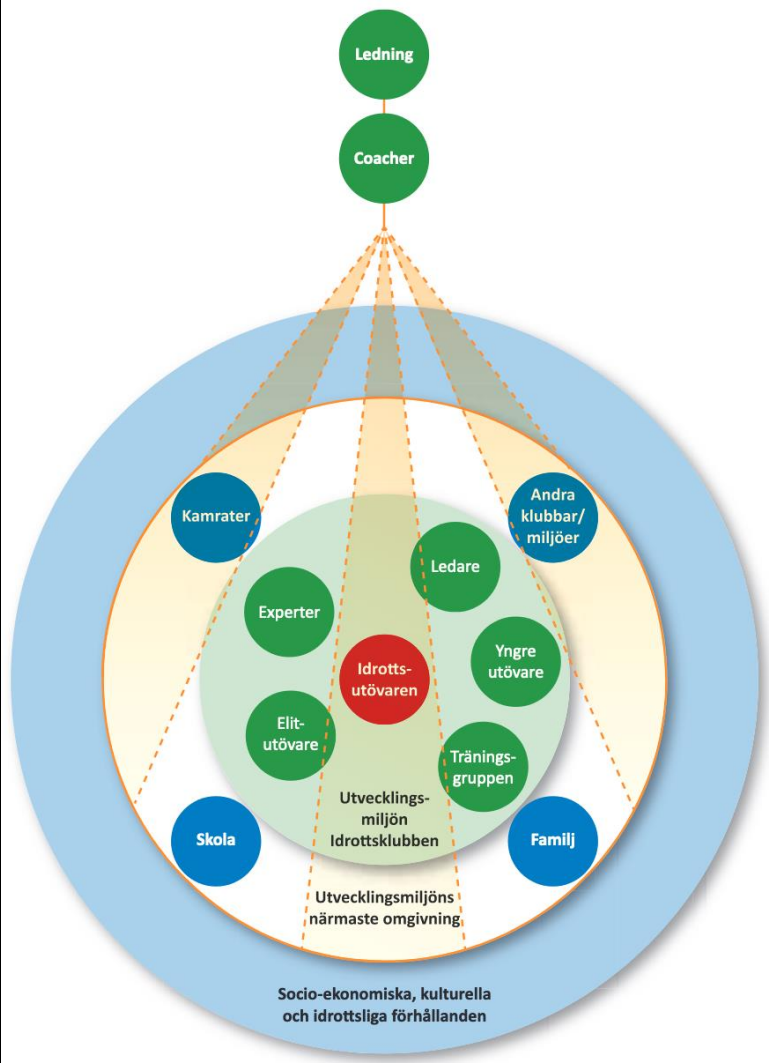
- Dual career = möjliggöra fokus på både skola och idrott  
(Stambulova och Wylleman, 2014)
- Pull faktorn "prioritering av studier" insinuerar motsatsen
- Simning, tidskrävande idrott



## UTBILDNINGSAKTORER

- Mindre betydelsefullt jämfört med idrottsliga faktorer?

# UTVECKLINGSMILJÖNS PÅVERKBARA FAKTORER



(Fahlström et al., 2010)

## SAMVERKAN SKOLA - SIMFÖRENING

- Fungerande samarbete och kommunikation mellan skola och idrott -> en helhetssyn på den idrottande individen

(Fahlström et al., 2010)

- En samverkan krävs för att motverka avhoppet

## MOTVERKA AVHOPPET

1. Starkare samverkan mellan simförening och idrottsgymnasium
2. Stark gemenskap
3. Tränarens roll

# TACK!

Dylan Saleh

[dylansaleh98@gmail.com](mailto:dylansaleh98@gmail.com)



**[Lnu.se](https://lnu.se)**