



FÖRORD

Inom svensk landslagsgymnastik pågår ett förändringsarbete. Denna utredning är ett led i detta arbete. Syftet har varit att ge en fördjupad analys av angelägna utvecklingsområden.

Utredningen ger stöd för att det pågående förändringsarbetet inom samtliga landslag behöver ta nästa steg mot en hållbar elitsatsning, stadigt förankrad i den värdegrund som gäller för svensk idrottsrörelse och Gymnastiken Vill. Svensk Gymnastiks värdegrund ska ovillkorligen återfinnas på yttersta elitnivå, oavsett landslagsform.

Någon annan väg framåt finns inte.

Därför behövs en alternativ svensk modell för elitsatsande gymnaster, en modell som utmanar traditionella synsätt på hur hårdtsatsande elitträning inom gymnastik behöver bedrivas för att nå internationell framgång.

Idrottens Hus 3 december 2012

Styrelsen för Svenska Gymnastikförbundet

Malin Eggertz Forsmark
Ordförande



**MÄLARDALENS HÖGSKOLA
ESKILSTUNA VÄSTERÅS**

BLOD, SVETT OCH TÅRAR

LEDARKULTUREN INOM SVENSK LANDSLAGSGYMNASTIK
- BELYST OCH PROBLEMATISERAD

JONAS STIER

INNEHÅLL

TILL SVENSKA GYMNASTIKFÖRBUNDET.....	5
BAKGRUND.....	7
PROBLEMSTÄLLNING, SYFTE OCH MÅL	7
TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER.....	8
METOD OCH GENOMFÖRANDE	9
STYRDOKUMENT	10
RESULTAT	12
Mat, kost och vikt	12
Skador och smärta	13
Relationen till kroppen	14
Relationen mellan tränare och gymnast.....	14
Tränaren och relationen mellan tränare.....	16
Relationen mellan tränare, föräldrar, aktiva och förbund.....	17
DISKUSSION.....	18
SLUTSATSER OCH UTVECKLINGSOMRÅDEN	21
KÄLLOR	23
BILAGOR.....	27

TILL SVENSKA GYMNASTIKFÖRBUNDET

I enlighet med avtal mellan Svenska Gymnastikförbundet och Mälardalens högskola (daterat den 4 april 2012) överlämnas härmed slutrapporten för utredningen *Blod, svett och tårar. Ledarkulturen inom svensk landslagsgymnastik – belyst och problematiserad* till Svenska Gymnastikförbundets styrelse.

Västerås den 29/11 2012,

Jonas Stier
Professor i sociologi

BAKGRUND

Under januari och februari 2012 kunde man i Dagens Nyheter läsa om gymnaster som tränade trots att de var skadade. Upprinnelsen var bland annat en idrottsläkares vittnesmål om hur han på sin mottagning hade mött unga gymnaster (och deras föräldrar), som trots uppmaningar om att vila för att läka relativt allvarliga frakturer, fortsatte att träna. Därtill gick en före detta gymnast också ut i dagspressen och berättade om sina negativa upplevelser som ung gymnast.

I efterföljande artiklar svarade bland annat gymnastens före detta tränare, men även Svenska Gymnastikförbundet, på den kritik som framfördes i reportagen. Andra gymnaster trädde även fram och bekräftade den före detta gymnastens historia, medan andra gymnaster, föräldrar, tränare och även Svenska Gymnastikförbundet ifrågasatte eller försvarade den utpekade tränaren. Debatten om ledarkulturen inom svensk landslagsgymnastik och om elitidrott i allmänhet, fortsatte även i de sociala medierna och i flera TV-inslag.

Vittnesmålen och debatten föranledde Svenska Gymnastikförbundet och Riksidrottsförbundet att vidta åtgärder. En undersökning, där aktiva gymnaster intervjuades vid en landslagssamling, genomfördes i februari 2012¹. Undersökningen skulle tjäna som en "nulägesanalys" och inkluderade aktiva juniorer, seniorer och ledare. På detta följde ny kritik i medierna – även av den genomförda "nulägesanalysen".

Svenska Gymnastikförbundets styrelse valde samtidigt att tillsätta en mer fristående och mer djupgående utredning som skulle belysa och problematisera "den kultur som genomsyrar gymnastiken på landslagsnivå". I mars 2012 gav Svenska Gymnastikförbundets styrelse mig, Jonas Stier, uppdraget att självständigt utreda "ledarkulturen inom svensk elitgymnastik" – innefattande manlig och kvinnlig artistisk gymnastik, rytmisk gymnastik, trampolin och trupp gymnastik. Arbetet skulle genomföras utifrån ett vetenskapligt förhållningssätt och med en forskares självständighet. Uppdraget skulle vara slutfört under november månad 2012. I delar av arbetet involverade jag lektor Helena Blomberg vid Mälardalens högskola. För medicinsk konsultation har även en gynekolog vid Landstinget i Västmanland använts.

PROBLEMSTÄLLNING, SYFTE OCH MÅL

Utredningens problemställning kan formuleras som: *Hur beskriver personer med inblick i och erfarenheter av svensk gymnastik på landslagsnivå den övergripande ledarkulturen?* Studiens syfte är att, utifrån dessa personers vittnesmål, belysa och problematisera den ledarkultur och den sociala mikronivå inom vilka svenska gymnaster på landslagsnivå verkar. I studien ingår aktiva (över 18 år) och före detta gymnaster, aktiva tränare samt andra personer med inblick i och anknytning till svensk landslagsgymnastik. För att uppnå syftet undersöks hur dessa personer (nedan kallade informanter) förhåller sig till följande teman:

- mat, kost, vikt och viktkontroll,
- skador och smärta,
- relationen till kroppen,
- relationen mellan tränare och gymnast,
- tränaren och relationen mellan tränare,
- relationen mellan tränare, föräldrar, aktiva och förbund,
- kunskap och kompetens,
- skillnader och likheter mellan olika grenar,
- förhållandet mellan ledarkulturen och styrdokumentet för svensk landslagsgymnastik.

Utifrån ett vetenskapligt förhållningssätt, informanternas vittnesmål och genom att mer renodla och spetsa till slutsatserna (än vad som är gängse i konventionella vetenskapliga texter) är målet att synliggöra möjliga problem- och utvecklingsområden inom svensk landslagsgymnastik, för att på så sätt ge Svenska Gymnastikförbundet underlag för eventuella åtgärder och policy-inriktningar. Att föreslå sådana åtgärder och policy-inriktningar faller dock utanför utredningens mål och uppdrag.

¹ Nulägesanalysen visar att gymnasternas och ledarnas åsikter överensstämmer med svensk gymnastiks värdegrund, men att värdegrunden bättre måste implementeras i verksamheten. Analysen visar även att de aktiva har behov av att stärka sitt självförtroende och sin självkänsla och därför eftersöker bättre mentalt stöd från sina tränare. Därtill behöver ledarna tillsammans framarbete gemensamma ramar, stärka samarbetet samt verka för ett sunt förhållningssätt, välkomnande klimat och öppen och ärlig kommunikation. Aktiva och ledare önskar slutligen en förstärkning i form av ett resursteam (läkare, kostrådgivare, massörer och psykologer).

TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER

En *ledarkultur* låter sig inte enkelt avgränsas eller beskrivas – varken teoretiskt eller empiriskt. Utredningen tar avstamp i ett dynamiskt och processorienterat synsätt på ledarkultur. Här ses ledarkultur som en uppsättning relationer, ett kulturellt innehåll (normer, värden, ideal, kommunikationsmönster, föreställningar, språk etc.) och ett antal handlingsmönster som både påverkas av och påverkar en grupp av individer.

Ledarkulturen bärs upp av individer, men är mer än summan av dessa. Den kännetecknas såväl av det som händer här och nu, som av saker i det förflutna. Med detta sagt är både utomstående och gruppmedlemmars egna vittnesmål om ledarkulturen, som den ser ut idag eller såg ut förut, delar av den övergripande kultur som skapas just nu. Ledarkulturen är något som "sitter i väggarna" och finns som ett "inre raster" hos ledare, aktiva och andra personer i deras närhet.

Även om ledarkulturen varierar mellan klubbar och grenar utgår denna utredning från antagandet att det existerar en övergripande ledarkultur inom svensk landslagsgymnastik. En sådan ledarkultur både "producerar" och fungerar som en resonansbotten för det faktiska ledarskap som tränaren utövar. Med "osund" ledarkultur avses i det följande en kultur som inte överensstämmer med idrottens och samhällets värdegrund (uttryckta i befintliga styrdokument) eller som kan förmodas vara ohälsosam på lång eller kort sikt för de personer som är en del av denna kultur.

Ett annat antagande för utredningen är att människor agerar utifrån den verklighet de skapar på egen hand och tillsammans.² Upplever de verkligheten på ett visst sätt handlar de därefter. Alltså: upplever människor att det finns ett problem så finns det ett problem.

Ett ytterligare antagande är att *relationen* mellan gymnasten och tränaren är komplex och mångfasetterad. Ett skäl är att gymnasten är ett barn, en ungdom eller en ung vuxen och befinner sig redan i utgångsläget i underläge mot en vuxen tränare. Förhållandet är således, och med nödvändighet, asymmetriskt – där tränaren är vuxen, har större kunskaper och fler möjligheter att utöva makt i relationen än vad gymnasten har. Sådan makt kan utövas genom *bemötande* och *direkt kommunikation* "i hallen". Det är också i många fall fråga om en genusrelation, där tränaren är man och gymnasten är flicka eller ung kvinna – vilket bidrar till gymnastens underläge. Då tränare och gymnast tillbringar så mycket tid tillsammans får de i flera avseenden en mycket nära relation. Det är samtidigt rimligt att anta att tränare och gymnaster kan ha olika syn på den önskade graden av närhet i denna relation.

Ännu ett antagande är att rollen som gymnast eller tränare är en stor och viktig del av dessa personers övergripande identitet. *Rolldistans* avser till vilken grad en person skiljer mellan sig själv och en given roll (Goffman 1961). Man kan därför anta att tränarens självuppfattning påverkas (positivt eller negativt) av tränarrollen, relationen till gymnasten och av gymnastens prestation, motivation och uppskattning gentemot tränaren.³

Gymnasterna är unga och befinner sig i en process av snabb, dramatisk, omdviklig och dynamisk *utveckling*, vilken är biologisk, psykologisk och social på samma gång (Erikson 1950, 1968; Stier 1998). Därmed måste idrottsprestationer ses i ljuset av samspelet mellan fysiologiska, psykologiska och sociala processer, vilka innefattar vikt- och längdökning, pubertet och accentuerad identitetsutveckling. Därtill föreligger skillnader mellan barn och ungdomar samt mellan pojkar/män och flickor/kvinnor i dessa parallella utvecklingsprocesser.⁴

Då gymnastik är en kroppslig, men samtidigt estetisk idrott, och då unga människor befinner sig i en väldigt kroppsmedveten utvecklingsfas, får deras relation till kroppen därför en särskild betydelse (Merleau-Ponty 1994). Denna relation är både instrumentell och existentiell, det vill säga den egna kroppen är både

² Thomas & Thomas (1928: 572) skriver: "If men define situations as real, they are real in their consequences"

³ I en studie belyser Redelius (1996) ledarnas motiv att börja som idrottsledare, deras syn på kroppen och på det egna ledarskapets positiva respektive negativa sidor. Motiv, för att bli ledare, är att de själva tidigare har varit aktiva utövare av gymnastik, en tro på gymnastik som ett medel för psykisk och fysisk fostran samt ett intresse av ledarskap. Synen på vad som karaktäriserar en vacker kropp är att se spänstig och vältränad ut och röra sig vackert. Positiva sidor med ledarskapet är att ge kunskap, inspiration och glädje till andra, få rekreation, träffa likasinnade, känna gemenskap och stärka det egna självförtroendet och självkänslan. Ledarskapets negativa sidor är dåliga yttrevillkor, tidsåtgången och bundenheten av att alltid vara på plats, samt pressen att prestera och vara bäst.

⁴ Det är i de tidiga stadierna av denna utveckling som lek och spel av särskild betydelse – det är då vi lär oss att anta olika roller och utvecklar en identitet (Mead 1934; Berg 1992). Se även Redelius (2002).

något som de *är* och något som de *har*. "Att ha sin kropp" innebär att kroppen är ett objekt – ett *medel* för prestationer och resultat. Den skall tränas, finslipas och disciplineras för att uppnå de önskade målen. "Att vara sin kropp" innebär att gymnasten *upplever* sin kropp (exempelvis via motorik och sinnen). Vid sidan om denna kroppsliga utveckling sker en mental och social utveckling. Gymnasten och hans eller hennes kropp verkar i en social helhet vari tränare, föräldrar, syskon och vänner är integrerade delar. Vissa aspekter av denna utveckling kan påverka gymnastens prestationer och motivation.

Ledarkulturen, relationen och det vardagliga samspelet mellan tränare och gymnast, den sociala mikronivån, den underliggande psykosociala utvecklingen hos gymnasten, tränarens strävan efter en positiv självuppfattning och det faktiska ledarskapet kringgärdas av en etisk, politisk och sociokulturell inramning. Svensk landslagsgymnastik är påverkad av samhällets syn på idrott, barn och ungdomar, ett gott ledarskap, meningsfull sysselsättning för unga, demokrati, likabehandling etc., liksom av idrottens tilltagande kommersialisering och globalisering. Denna inramning kommer bland annat till uttryck i ett antal styrdokument som den svenska idrottsrörelsen och idrottspolitiken har formulerat och som tränare och aktiva måste förhålla sig till.

METOD OCH GENOMFÖRANDE

Utredningens metodologiska ansats är kvalitativ med en kvalitativ intervjudesign, i kombination med en enkel enkätundersökning av mer orienterande karaktär.

Inledningsvis gjordes en sammanställning, genomläsning och initial analys av medialt material i frågan, liksom av den befintliga forskningen på området. Styrdokument och tidigare undersökningar samlades in och analyserades.

Därefter utformades två delvis olika enkäter, vars syfte var att snabbt samla in information om ett antal teman som kan härledas ur såväl mediematerialet, personliga vittnesmål och diskussioner på internet som tidigare genomförda undersökningar. Enkäterna var tänkta att lägga grunden till utredningens huvudsakliga metod – intervjuer. En enkät ställdes till aktiva tränare ("Tränarenkäten") och den andra till de aktiva, myndiga gymnasterna ("Gymnastenkäten"). Utformningen av de båda enkäterna var densamma, medan de delvis skilde sig åt innehållsligt (se bilagor 1 och 2). Enkäterna innehöll även möjligheter för respondenterna att med egna ord beskriva sådant som inte täcktes av frågorna i enkäten.

Enkäterna distribuerades med hjälp av ett elektroniskt och anonymiserat enkätverktyg till aktiva tränare och aktiva gymnaster på landslagsnivå inom samtliga gymnastikgrenar (trupp-gymnastik, rytmisk gymnastik, trampolin samt manlig och kvinnlig artistisk gymnastik). Tränarenkäten distribuerades till 81 personer varav 64 besvarade densamma (en svarsfrekvens på 79%). Gymnastenkäten distribuerades till totalt 55 aktiva gymnaster (18 år gamla och äldre) i seniorlandslagen. Av dessa besvarade 33 (60%) enkäten. Noteras bör att endast en av de aktiva i kvinnlig artistisk gymnastik vid tidpunkten för datainsamlingen hade uppnått myndighetsålder. Beslutet att inte inbegripa omyndiga informanter i enkäten (eller i intervjuerna) motiveras av forskningsetiska, ekonomiska och tidsmässiga begränsningar.

Samtliga som besvarade de båda enkäterna tillfrågades om de var villiga att delta i en kvalitativ, halvstrukturerad intervju av konversationskaraktär. Utöver dessa tillfrågades även ett antal före detta gymnaster och personer med insyn i och anknytning till svensk landslagsgymnastik. Dessa personer identifierades med hjälp av Svenska Gymnastikförbundet, via andra intervjupersoner samt i vissa fall på personernas egna initiativ. De som var villiga att delta och bedömdes kunna bidra till att utredningens syfte uppfylldes intervjuades – ett tillvägagångssätt som vanligen benämns teoretiskt och opportunistiskt.

Det slutliga intervjuurvalet kom att bestå av 35 personer, varav 16 tränare, sex aktiva gymnaster, sex före detta gymnaster samt sju andra personer, och speglar samtliga grenar inom gymnastiken. Efter att intervjupersonerna hade samtyckt till att delta i utredningen informerades de om dess syfte och upplägg. Intervjuerna varade mellan 45 minuter och tre timmar. Ungefär hälften genomfördes "in persona", medan den andra hälften genomfördes på telefon.

Resultaten av enkäterna och intervjuerna organiserades utifrån de i förväg identifierade temana (se sidan 7). Under intervjuerna uppkom även ytterligare teman. Såväl de i förväg identifierade temana som de som uppkom under intervjuerna presenteras nedan och illustreras med intervjuцитat.

Med hänsyn till resultaten från enkäterna genomfördes därefter analysen av intervjumaterialet enligt ett kvalitativt tillvägagångssätt, där informanternas vittnesmål ställdes emot varandra och analyserades med hänsyn till befintliga styrdokument för idrottslig verksamhet i allmänhet och för svensk landslagsgymnastik i synnerhet, samt med avseende på den forskning som finns på området.

Svensk landslagsgymnastik utgörs av en relativt fåtalig grupp människor. För att säkerställa informanternas anonymitet går därför enkätsvaren inte att härleda till enskilda personer. Av samma skäl har intervjuцитaten rensats på all information (inklusive vilken gren de representerar) som möjliggör identifiering av intervjupersonerna. Slutligen har utredningens konkreta tillvägagångssätt utformats utan inblandning från uppdragsgivaren. Information från Svenska Gymnastikförbundet har efterfrågats endast på utredarens initiativ och har också källkritiskt granskats.

STYRDOKUMENT

Idag finns ett antal styrdokument som skall fungera reglerande och vägledande för svensk idrottslig verksamhet i allmänhet och gymnastiken i synnerhet. I *Svenska Gymnastikförbundets riktlinjer för träning och tävling* (2011) beskrivs hur verksamheten ska bedrivas inom förbundet och dess medlemsföreningar. Riktlinjerna omfattar olika verksamheter: barn gymnastik (3-12 år), ungdomsgymnastik (13-20 år), gymmix gruppträning (män och kvinnor i vuxen ålder) samt tävlingsgymnastik (olika åldrar).

För dessa verksamheter finns både gemensamma och specifika riktlinjer. Gemensamma riktlinjer är följande.

- Ansvarig ledare bör ha genomgått en baskursutbildning (På högre nivåer skall ledarens utbildningsnivå motsvara nivån som grupperna tränar på.)
- För varje grupp bör det finnas en tydlig beskrivning av målsättningar och förväntningar på deltagarna.
- Träningen skall bedrivas ur ett barnrättsperspektiv, vilket innebär att barn/ungdomar skall ha inflytande över och ansvar för sitt idrottande. (I verksamheten för tävlingsgymnastik poängteras att elitidrotten skall följa FN:s barnkonvention.)

Specifika riktlinjer för de olika verksamheterna är följande:

BARNGYMNASTIK	UNGDOMSGYMNASTIK	TÄVLINGSGYMNASTIK
Gymnastiken ska vara lekfull, allsidig och bygga på barnens egna behov och förutsättningar samt ta hänsyn till variationer i utvecklingstakt.	Verksamheten ska främja ett gemensamt ansvarstagande för gruppens utveckling samt uppmåna till ett kreativt och lekfullt förhållningssätt.	Gymnaster som har talang och ambition att göra en seriös elitsatsning ska ges möjlighet att göra det under socialt trygga former.
	Övergången mellan barn och ungdomsgymnastiken ska ske successivt och hänsyn tas till individernas olika behov, förutsättningar och utvecklingstakt.	Gymnaster som satsar på elitinriktad tävlingsgymnastik ska få möjlighet att skaffa sig kunskaper om de faktorer som påverkar deras idrottande och få inflytande över beslut och frågor som rör dessa.

Riktlinjerna för tävlingsgymnastik betonar att i den tidigaste lekfulla träningen vävs viktiga gymnastiska moment in av säkerhetsskäl och för att den nödvändiga tekniken ska bli automatiserad. Samtidigt poängteras att vissa fysiska förutsättningar bör finnas med från början och för att nå eliten krävs många timmars träning under kvalificerat ledarskap. Förutom betoningen på säkerhet och hög träningsbelastning måste träningen ske i enlighet med övergripande mål från *FN:s barnkonvention*, *Riksidrottsförbundets dokument Idrotten vill* (2009) och lokal föreningarnas egna policier och mål. Föreningarnas ledare skall föra en öppen, kontinuerlig dialog med gymnasten och gymnastens föräldrar för att tydliggöra mål och förutsättningar för den individuella gymnasten.

Gymnastiken vill! är Svenska Gymnastikförbundets idédokument (antaget vid förbundsmötet 2010) för att synliggöra gemensamma mål och en gemensam värdegrund⁵. Målet är framgångsrika medlemsföreningar. I dokumentet framgår att ansvaret för denna framgångsutveckling delas av alla parter, där man i en ständig dialog mellan föreningar, regioner och förbund informerar om sina utvecklingsbehov.

Värdegrunden genomsyras av nyckelorden: *friskvård, glädje, gemenskap* och *gymnastik åt alla* (unga som gamla), *lättillgängligt* och *prisvärt*. Gymnastik ska bedrivas så att den positivt utvecklar människan fysiskt, psykiskt, socialt och kulturellt. Det uppnås bland annat genom att 1) stärka det ideella ledarskapet, 2) erbjuda gymnastikformer av hög kvalitet och väl efter anpassade människors olika villkor, 3) med kraft framhålla gymnastikens friskvårdande betydelse för individer i alla åldrar, både kroppsligt och mentalt och 4) ge gymnaster som har talang och ambition möjligheter till en elitsatsning, under socialt trygga former och med målsättningen att nå framgång i internationella mästerskap.⁶

Två av de sex övergripande målen som återfinns i dokumentet är:

- Gymnastikförbundet ska vara ledande inom barngymnastik. Denna verksamhet utgör basen både för förbundets bredd- och tävlingsverksamhet.
- Tävlingsverksamheten ska utvecklas såväl på elitnivå som generellt. Verksamheten ska genomföras mål-inriktat med hög kvalitet för att leda fram till medaljer vid internationella mästerskap. För att möjliggöra detta måste även verksamheten under elitnivå öka. (Det framgår även att en särskild satsning görs på artistisk gymnastik och truppgymnastik för att nå målet med att ta internationella medaljer.)

I föreningsenkäten om vision 2020 (genomförd av Svenska Gymnastikförbundet under februari 2012) tydliggörs hur väl förankrad värdegrunden är hos föreningar och förbund. Majoriteten av såväl föreningar (85,5%) och förbund (82,8%) instämmer i att värdegrunden är betydelsefull, utmanande och värd att göra allt för att uppnå. Däremot är målet om att ta medaljer vid nationella och internationella mästerskap generellt inte lika viktigt hos föreningarna som det är inom förbundet.

FN:s barnkonvention⁷ innehåller bestämmelser för mänskliga rättigheter för barn och är rättsligt bindande. Den utgår från fyra grundläggande principer som alltid bör beaktas också inom idrotten:

- att alla barn har samma rättigheter och lika värde
- att barnets bästa ska beaktas vid alla beslut
- att alla barn har rätt till liv och utveckling
- att alla barn har rätt att säga sin mening och få den respekterad

Enligt riktlinjerna för tävlingsgymnastik skall träningen ske i balans med Barnkonventionen, och gymnasterna som satsar på elitidrott skall ges möjlighet att få kunskap om faktorer som inverkar på deras idrottande och få inflytande i beslut rörande deras idrottssatsning. På samma sätt betonar den Internationella Olympiska Kommittén (IOK) att "The entire sports process for the elite child athlete should be pleasurable and fulfilling." (International Olympic Committee, IOC Consensus Statement on Training the Elite Child Athlete). Barnkonventionen säger att barnets bästa skall komma i främsta rummet och att barn har rätt till bästa möjliga hälsa. Även om konventionen inte är lagstadgad i Sverige och inte innehåller en detaljerad vägledning för hur idrottslig verksamhet bör bedrivas har Sverige åtagit sig att följa den. Av detta skäl står det i regleringsbrevet från staten till Riksidrottsförbundet att "all barn- och ungdomsidrott som erhåller statligt stöd måste utgå från ett barnrättsperspektiv". Nämnas bör också *Riksidrottsförbundets Kostpolicy* (utan årtal). Där står att läsa:

I de flesta idrotter har vikt och kroppssammansättning betydelse för prestationen, vilket leder till att många aktiva och ledare fokuserar alltför mycket på vikten. En sådan fokusering kan vara svår

⁵ År 2012 antogs en reviderad upplaga av *Gymnastiken vill!* Då denna inte har hunnit få ett större genomslag i verksamheten ännu utgår diskussionen här från 2010 års upplaga.

⁶ Se även Trygg i gymnastiken. Information från Gymnastikförbundet om trygghets- och värderingsfrågor (2012). Därtill arrangerade Svenska Gymnastikförbundet en "värdegrundsföreläsning" den 15 september 2012.

⁷ I Sverige företräder Barnombudsmannen (BO) barns och ungas rättigheter och intressen med utgångspunkt i FN:s Konvention om barnets rättigheter (Barnkonventionen). BO bevakar hur barnkonventionen efterlevs i samhället och verkar för att myndigheter, kommuner och landsting skall ta barnkonventionen som utgångspunkt i sin verksamhet. BO lämnar också förslag till regeringen på lagändringar.

att hantera och kan leda till ett för lågt energiintag. Det kan i sin tur få negativa konsekvenser för både hälsa och prestation i form av ådstörningar, trötthet, menstruationsrubbnings, infektioner, benskörhet med mera. RF uppmanar alla idrottsledare att vara försiktiga med att råda ungdomar att banta. (s 9).

Jämte dessa dokument finns andra dokument som skall fungera vägledande för idrottslig verksamhet och som svensk landslagsgymnastik skall förhålla sig till, exempelvis *Skapa trygga idrottsmiljöer för barn och ungdomar* (utan årtal), *Det sociala ledarskapet* (2007) och *Idrott hela livet* (2009).

RESULTAT

Nedan presenteras resultatet av såväl enkätundersökningen som intervjuerna. Resultaten presenteras tematiskt med hänsyn till utredningens frågeställningar samt de teman som identifierades i förväg, respektive de som uppkom undervägs i intervjuerna. Av utrymmesskäl presenteras inte svaren på samtliga enkätfrågor (för enkätformulär och en sammanställning av enkätsvaren hänvisas till bilagor 1-4).

Av samma anledning, men också med hänsyn till konfidentialitet, återges som regel bara intervjupersonernas vittnesmål i form av kortare anonymiserade utdrag. Som sadet tidigare har inte urvalet av utdragen gjorts för att säkerställa en horisontell representativitet, utan för att ge ett vertikalt djup i bilderna av temana.

MAT, KOST OCH VIKT

En återkommande kritik av svensk landslagsgymnastik har att göra med viktkontroll, otillräckligt födointag och risken för ådstörningar. I Gymnastenkäten uppger 91% att de inte äter mindre än vad de borde. I Tränarenkäten säger sig 92% av tränarna vara vaksamma på ådstörningar, samtidigt som nästan varannan tycker att de inte har tillräcklig kompetens på området.

Jämfört med enkätsvaren ger intervjuerna en annan bild. I dessa berättas om tränare som överfokuserar på vikt och framhåller nödvändigheten av viktkontroll, och detta utan att förklara för gymnasterna "på ett mer pedagogiskt sätt varför viss viktkontroll kan vara en aspekt av ett träningsupplägg", menar flera intervjupersoner.

Det finns en utbredd "kunskap" bland tränarna om viktens inverkan på skaderisk och övertygelsen att gymnasternas vikt och födointag noggrant skall övervakas och dokumenteras. Såväl före detta gymnaster som tränare vittnar om vägningar, om hur gymnasterna hoppar över frukosten inför landslagssamlingarnas invägningar och om den långa toalettkön inför en vägning. En tränare säger: "På landslagsträningarna skäller de ut tioåringar för att de äter en frukt extra. Tioåringar ringer hem och gråter för att de är hungriga." En aktiv gymnast berättar att "vi hade blivit tillsagda att vi var för tjocka och fick sitta i bastun för att gå ned i vikt." En annan före detta gymnast säger: "inte heller förstod de att jag gick upp för att jag kom i puberteten."

Det är en utbredd uppfattning "att det framför allt är kvinnlig artistisk gymnastik som är så viktfixerade", säger en tränare. Gymnasterna inom kvinnlig artistisk gymnastik vill inte äta när tränarna är närvarande, väljer bort efterrätter för att tränaren är där och går till sängs hungriga vid landslagssamlingarna, vilket har gjort att tränare, ledare och föräldrar har smugglat in mat till gymnasterna. En aktiv gymnast framhåller skillnaderna i förhållningsregler mellan kvinnlig och manlig artistisk gymnastik: "Killarna får äta vad de vill – chips och sånt – vi får äta frukt".

Intervjupersonerna beskriver en subtil men inte sällan medveten attitydförmedling från tränarna om vikt och nödvändigheten av viktkontroll. Detta sker exempelvis genom kommentarer i gymnastikhallen (när en gymnast misslyckades med ett träningsmoment i gymnastikhallen sa en tränare: "så är det när man är för tung!"). Det sker också genom hänvisningar till det förmodade sambandet mellan skador och vikt eller genom olika typer av kostråd (det vill säga att gymnasten helt bör undvika fett och/eller kolhydrater). De före detta gymnasterna berättar att de var utsatta för en sådan attitydförmedling och att de med tiden började tänka likadant: "Jag trodde själv att mina dåliga resultat berodde på att jag var för tung." De menar även att valet av kost ibland inte görs av nutritionsskäl utan av symbol- och kontrollskäl. Annorlunda uttryckt: att välja bort viss mat handlar snarare om att anses ha god självkontroll (vilket en gymnast bör ha) än om att äta näringsriktigt.

På samma gång menar flera tränare och före detta gymnaster att frågan om vikt innebär en svår balansgång. Hur mycket bör man prata om vikt överhuvudtaget? En tränare säger "så fort man börjar prata med gymnasten om vikt blir det en *fråga* för henne", medan en aktiv gymnast menar att "det egentligen handlar om att äta rätt och tillräckligt, utan att äta för mycket".

Detta till trots säger intervjupersonerna, framför allt tränare och aktiva gymnaster, att det finns ett embryo till förändring. Gymnasterna vägs inte *inför varandra* idag, tränarna och landslagsledningarna använder sig oftare och mer systematiskt av professionell kostrådgivning och de aktiva får aningen mer mat under landslagssamlingarna.

SKADOR OCH SMÄRTA

Ett annat ämne som har debatterats mycket på senare tid är idrottsskador hos unga gymnaster och att de, trots dessa ibland allvarliga skador och därtill kopplade smärtor, fortsätter att träna. I Gymnastenkäten hävdar 91% av respondenterna att de har tränat trots att de har varit skadade eller sjuka. Nästan samtliga gymnaster och 70% av tränarna som har besvarat Tränarenkäten tycker också att det får göra lite ont om man skall lyckas på elitnivå.

Det bör noteras att skador kan ha väldigt olika karaktär och allvarlighetsgrad, som flera intervjupersoner säger: "det är skillnad mellan att vara skadad och att vara skadad". En skada i exempelvis foten gör ju också det möjligt att bedriva "rehabträning" eller att träna bröstmuskulaturen eller något annat. I intervjuerna menar informanterna skador som egentligen skulle ha medfört att de inte skulle ha tränat. Det finns även såväl aktiva och före detta gymnaster som tränare som menar att de har tränat med skador som borde ha föranlett träningsavbrott.

Flera intervjupersoner betonar att elitidrott i sig inte är hälsobefrämjande – och på så sätt är gymnastiken inget undantag: "Alla gymnaster blir skadade, man känner press att träna ändå. Jag har tränat skadad", säger en aktiv gymnast. "Det gör ont att träna gymnastik" är en fras många av intervjupersonerna använder sig av, "gymnastik är blod, svett och tårar" är en annan. En tränare säger att "de är oroliga för att tränarna ska bli besvikna om de är skadade. Risken är att barnen skuldbeläggs".

Samtidigt är landslagsgymnastiken mer drabbad av skador än andra idrotter, säger flera tränare och menar att gymnaster som tränas av vissa tränare är mer skadebenägna än andra: "samma tränare, samma skador. Alla i gymnastikvärlden vet att det är så".

I Gymnastenkäten säger var tredje gymnast att de har känt press från tränaren att träna när de varit skadade eller sjuka. I intervjuerna förstärks denna bild. Detta har skett, inte bara med tränarens goda minne, utan det har uppmuntrats eller till och med uppmanats av tränaren. En person med insyn i svensk landslagsgymnastik säger:

Tränarna säger till gymnasterna, när de är skadade, "du måste köra – för lagets skull"... Diskussionen om skador finns bland tränarna, men många tränare tar inte till sig kritiken.

Vissa gymnaster berättade inte om sina skador, utan de tränade ändå. En före detta gymnast säger: "många tränade med skador och man fick dåligt samvete om man inte kunde prestera". Ännu en före detta gymnast säger:

... om man inte tränade för att man var skadad fick man en utskällning, och fick tränaren reda på att man tränade skadad, fick man också en utskällning. Så det kvittade hur man gjorde.

Ändå menar flera intervjupersoner att det inte finns någon uttalad strategi i att uppmana skadade gymnaster att träna. En person med insyn i svensk landslagsgymnastik menar att han "får känslan av att tränarna säger till gymnasterna att hålla tyst om sina skador, annars kan de komma ut i media och då får gymnastiken mindre pengar". En annan intervjuperson menar att:

... föräldrarna vågar inte säga något – de är livrädda... De accepterar att barnen blir nedvärderade – så länge det inte är skadligt. Barnen å sin sida har inga referensramar. De tror det ska vara så.

RELATIONEN TILL KROPPEN

Det sades tidigare att gymnastiken är både en fysisk och estetisk sport. Beroende på gren varierar den totala träningsdosen mellan 15 och 30 timmar i veckan – för gymnaster tio år gamla och äldre. För gymnasterna är relationen till kroppen instrumentell och existentiell på samma gång. Å ena sidan pratar intervjupersonerna om kroppen som ett *objekt* – ett medel för prestationer och resultat. Kroppen skall tränas, finslipas och disciplineras för att uppnå de önskade målen och diskussioner förs om det optimala storleksförhållandet mellan olika kroppsdelar.

Denna mer instrumentella syn på kroppen delas av den aktiva gymnasten själv, tränare och andra i den sociala omgivningen och genomsyrar ”kravprofiler” och träningsupplägg (optimal träningsdos, skadehantering etc) och mer eller mindre vetenskapligt förankrade föreställningar om kost, vikt, utseende och ledarskap.

Å andra sidan beskriver både de aktiva och före detta gymnasterna skadorna, oförmågan att lyckas med träningen eller vikthållningen i *existentiella* ordalag. Flera av dem pratar om att de har fått ett problematiskt förhållande till eller har ”mått dåligt av sin kropp”, att de efter karriären inte vill se sig i spegeln eller känner sig tjocka så fort de går in i en gymnastikhall. En före detta gymnast säger också att: ”Så fort jag träffar tränarna idag tänker jag att vad tjock jag är”.

Flera före detta gymnaster menar att deras tid inom gymnastiken har gjort att de fick en ”konstig” relation till mat: ”Mat var bara nåt man stoppade i sig för att kunna träna. Det var nåt ’som skulle förbrännas’, och det du hade ätit *skulle* förbrännas.” Flera tränare och andra vittnar om före detta gymnaster som efter karriären har drabbats av ätstörningar samt att den hårda träningen och strikta eller till och med bristfälliga kosthållningen gjorde att i synnerhet de kvinnliga gymnasternas pubertet fördröjdes. Några tränare menar att ätstörningar inte är något unikt för gymnastiken, utan också finns i det övriga samhället och att ”vikt och utseende är extremt känsligt för alla tjejer i tonåren”.

RELATIONEN MELLAN TRÄNARE OCH GYMNAST

I Tränarenkäten menar omkring 62% av tränarna att de i tränings- och tävlingssituationen hellre har en *instruerande* än en *diskuterande* hållning gentemot sina gymnaster. 92% säger samtidigt att de tycker att det är bra när gymnasterna ifrågasätter deras råd, hälften hävdar att det är de som tränare som bestämmer i relation till gymnasterna och bara 14% säger sig ogilla kritik.

Bland de aktiva gymnasterna i enkäten säger sig samtliga vara trygga med sin tränare, 88% vågar ifrågasätta tränarens råd och 84% menar att tränaren alltid diskuterar träningsupplägg med dem. Nästan hälften menar också att det är de som bestämmer i relation till tränaren. Sammantaget beskriver respondenterna en relativt jämbördig relation mellan gymnasterna och deras tränare. På samma gång säger hälften av gymnasterna att de tror att många gymnaster inte vågar vara öppna med vad de tycker om sina tränare. Vidare menar sex av tio gymnaster i enkäten att tränaren för det mesta vet vad som är bäst för dem som gymnaster och nio av tio tycker att det är viktigt att tränaren håller hårt på disciplinen.

Som en kontrast till enkätsvaren ger både tränarna och gymnasterna (de aktiva och de före detta) en annorlunda bild i intervjuerna. Här beskrivs istället en *asymmetrisk* maktrelation. En före detta gymnast säger:

Tränarna gillar makt och har full kontroll och passar nån inte in tar man bort honom eller henne. De lyssnar inte på oss, men säger att de står för demokrati men deras handlingar säger nåt annat.

En tränare menar att: ”Man ser det som om att allt som tränaren säger automatiskt är rätt. Tränaren har för mycket makt – vore sundare om man gav gymnasterna mer utrymme.” En annan före detta gymnast säger: ”Min tränare har påverkat mitt liv så mycket. Jag har förmodligen inte format honom, medan han har påverkat mig så mycket, både positivt och negativt.”

Det finns en utbredd uppfattning om att det finns en annan ledarstil i kvinnlig artistisk gymnastik än i andra grenar. Kvinnlig artistisk gymnastik beskrivs som en odemokratisk kultur, präglad av militärisk disciplin, bestraffningar och krav på absolut lojalitet med tränaren. Även känslomässig utpressning förekommer. En före detta gymnast berättar exempelvis om hur hon inte klarade av ett övningsmoment och tränaren därför skrek åt henne: ”om du inte gör som jag vill har jag bättre saker att göra än att slänga bort mitt liv på dig”.

Som en kontrast till kvinnlig artistisk gymnastik, menar en tränare att "det är mer glimten i ögat i trupp-gymnastik. En del skulle kalla det oseriöst. Kvinnlig artistisk gymnastik blir så allvarlig". På samma sätt säger en annan att "tränarna i trampolin är rätt snälla. Det är helt enkelt en snällare träningskultur". Därtill menar flera intervjupersoner att skillnaderna i ledarstil mellan tränarna inom kvinnlig artistisk gymnastik är markanta.

I Tränarenkäten säger sig var fjärde tränare tycka att det ibland är svårt att hålla en professionell distans till gymnasterna, medan tre fjärdedelar inte tycker det. Intervjuerna ger en fylligare bild av problematiken kring den professionella distansen. Särskilt tydliga sägs sådana problem vara inom kvinnlig artistisk gymnastik, där vissa tränare "kommer för nära" och blir "för mycket kompisar" med gymnasterna och flera beskriver att "det har förekommit en idoldyrkan av tränaren". I intervjuerna berättar flera före detta gymnaster om att de "i början ville vara och tävlade om att vara tränarens favorit". En annan säger att "favoritgymnasten var den som inte sa emot eller som fick sitta i tränarens knä".

Majoriteten av tränarna tycker att detta sätt att knyta gymnaster till sig är oacceptabelt och utgör en grund för favoriserande och känslomässig utpressning. De betonar vikten av professionell distans:

Distans är viktigt – vara professionell. Vi ingår inte en privat relation. Jag är tränare, de är gymnaster. Om det går dåligt är det svårare om man har knutit an för mycket.

Flera framhåller också att det är fråga om en relation mellan ett barn/en ung vuxen och en vuxen – något som de måste vara medvetna om och se följderna av: "Tränaren är en idol. Han har sån otrolig makt både i positiv och negativ bemärkelse. Tränaren ska alltid vara vuxen", säger en tränare.

I Tränarenkäten uppger mer än var tredje tränare att de har favoriserat en gymnast, medan 36% av de aktiva gymnasterna menar att detta förekommer. I intervjuerna berättar aktiva gymnaster att tränarna favoriserar sina gymnaster exempelvis vid landslagssamlingar (det vill säga de man ansvarar för vid sidan av landslaget). Många gånger handlar det om subtila sätt att favorisera på – den egna gymnasten får mer tid för varje träningsmoment, mer utförliga instruktioner, mer beröm eller att de gymnaster som inte är landslagsledningens "inte får prova lika mycket och att man ifrågasätter deras övningar inför de andra barnen", säger en tränare. En del intervjupersoner, både tränare och före detta gymnaster, menar att detta i vissa fall är en avsiktlig manipulativ strategi från vissa tränare – och något som har pågått i årtal och som de vuxna inte lägger märke till eller väljer att blunda för. En tränare säger: "Barn ser saker som ledare eller föräldrar inte ser. Särskilt när man tränar. Alla tränare är inte medvetna om att det kan uppfattas som att de favoriserar någon".

I Tränarenkäten menar var fjärde tränare att de någon gång har uttryckt sig på ett sätt som kan uppfattas som kränkande. I Gymnastenkäten hävdar fler än hälften av gymnasterna att de har träffat på tränare som de inte tycker borde vara tränare. I intervjuerna beskriver före detta gymnaster och tränare situationer när tränare inte har agerat "professionellt" eller "respektfullt": "Många barn far illa – blir inte behandlade med respekt", säger en tränare. En före detta gymnast berättar: "Jag har blivit utkastad, utskälld eller tvingad att springa tio varv i elljusspåret". En person med inblick i svensk landslagsgymnastik säger:

Det finns tränare som inte vet var gränserna går – för vilka deras personliga framgångar är viktigare än gymnasten. En av dessa sprider en massa taskigheter – särskilt under press. En annan använder massa härskartekniker.

Flera före detta gymnaster menar att de har varit föremål för olika härskartekniker, i synnerhet om de ifrågasatte tränaren eller var skadade. Exempelvis kunde tränaren helt ignorera dem i gymnastikhallen, skälla ut dem, ge dem gliringar, osynliggöra och skuldbelägga dem eller låta dem förstå att "om det inte duger kan du hålla på med något annat". Av dessa skäl menar flera intervjupersoner att de var mobbade av tränaren.

Jag har blivit kränkt. Och jag vet minst tio andra personer som också har blivit det. Jag vet inte om det är ett mönster inom kvinnlig artistisk gymnastik... men de försöker ta efter de framgångsrika. Mina framtida barn ska inte få satsa på gymnastiken. ... Barndomen gick fort förbi. När var jag barn egentligen? Jag har fortfarande ett stort sår i bröstet och det efter många år.

En annan före detta gymnast berättar:

Tränaren var väldigt bestraffande. Det fanns inte utrymme för fel. Gjorde vi fel fick vi skäll. När jag vara åtta, nio år fanns det inte en enda träning när vi inte grät. Det har satt väldigt djupa spår i mig.

En aktiv gymnast talar om vissa tränares ledarskap som ”control by fear” – där tränaren trycker ner de som ifrågasätter eller inte presterar tillräckligt bra. En annan aktiv gymnast säger: ”Man är lite rädd för att göra vissa moment. De skäller på oss och svär åt oss om vi gör fel. Ibland står vi vid sidan om och gråter”. En före detta gymnast säger också ”Man var rädd när man kom till hallen.”

TRÄNAREN OCH RELATIONEN MELLAN TRÄNARE

I Tränarenkäten menar nästan samtliga tränare att de besitter tillräcklig kompetens för att vara tränare och de tror att de kan påverka motivationen hos de aktiva, även om ”den inre motivationen hos gymnasten är avgörande”, som en tränare uttrycker det. 97% menar att en huvuduppgift för dem är att motivera gymnasterna. Noteras bör att 91% av gymnasterna menar att tränaren är bra på att motivera dem. Därtill säger cirka 87% av tränarna att utbildningarna förbereder dem för att fungera väl som tränare och 85% menar att de har tillräcklig kompetens när det gäller gymnasternas fysiska, sociala och psykiska utveckling. Som en kontrast menar nästan hälften att de saknar tillräcklig kompetens om idrottsskador, och 14% att de har otillräcklig kunskaper om osund träning.

I intervjuerna menar många informanter att utbildningar kretsar alltför mycket kring lämpliga tekniska övningsmoment, medan inslagen om barns, ungdomars och unga vuxnas psykosociala utveckling är begränsade: ”Tränarna saknar många gånger kunskaper om hur man hanterar barn”, säger en tränare. Flera menar att kunskaperna om barn och ungdomar finns i utbildningarna och hos tränarna, men inte används i det vardagliga arbetet i gymnastikhallen.

En person med inblick i den svenska tränarkåren säger att svenska tränare är tekniskt kunniga, men sämre utbildade än kollegorna i de länder som Sverige ”vill mäta sig med”. Ett skäl är att det saknas en svensk högskoleutbildning för just gymnastiktränare, menar flera intervjupersoner. Istället är svenska tränare självlärda – det vill säga de söker information på internet eller läser böcker och forskningsrapporter eller tar hjälp av mer erfarna kollegor. Det är även dessa kollegor som ligger bakom kravprofiler, träningsmetoder och utbildningar inom svensk landslagsgymnastik.

Av Tränarenkäten framgår fortsättningsvis att samtliga tränare trivs med att vara tränare och intervjuerna visar att rollen som gymnastiktränare är en viktig del av deras självuppfattning och sociala identitet. Med detta sagt lägger tränarna ner mycket tid på träning, resor, planering med mera – och de allra flesta gör huvuddelen av detta arbete på ideell basis och vid sidan om en anställning och familj: ”Det finns en stor press på många tränare – de ska få ihop jobb, familj och mer eller mindre ideellt tränarjobb”, säger en tränare. En annan säger:

Jag tror jag vet varför det finns olika klickar bland tränarna och varför det ofta blir konfrontationer på tränarsidan. Det beror på att det blir för mycket för tränarna. De blir utmattade. Obekväma arbetstider, för mycket att göra, etc. Vi måste avlasta dem. Vi bränner ut dem.

Ur tränarens perspektiv är gymnastens prestationer viktiga på flera sätt. I intervjuerna beskrivs att framgång för gymnasten är framgång för tränaren, och då är det mödan värt. Framgångar upplevs som likställt med status, prestige, kändisskap och större ekonomiska resurser. Å andra sidan – motgångar för gymnasten är motgångar för tränaren och blir ett hinder för att uppnå de personliga ideal och målsättningar man har. Detta till trots menar två av tre tränare i enkäten att gymnastens resultat inte är viktiga för deras självförtroende. Det är mot denna samlade bakgrund som konkurrensen och spänningen mellan tränare skall förstås, enligt en del intervjupersoner.

I Tränarenkäten svarar var fjärde tränare att det finns en stark konkurrens mellan tränare. Skälen till konkurrensen sägs vara kampen om resurser och status. I intervjuerna sägs denna konkurrens yttra sig i att man

på landslagsläger exempelvis framhåller sina ”egna gymnaster”, att man nedvärderar kollegornas kompetens eller att man, som en aktiv gymnast uttryckte det: ”Tränarna snackar skit om andra tränare och gymnaster”.

Inom kvinnlig artistisk gymnastik beskriver flera också att det finns en alltför stark och felriktad individualism, konkurrens och rivalitet: ”Det finns en liten klick, som inte släpper in andra.” En annan intervjuperson uttrycker det så här: ”Det finns en osund konkurrens mellan tränare och klubbar i vår gren”. Rivaliteten sägs yttra sig i avundsjuka, baktalier, en ovilja att släppa in andra tränare eller nedvärdera deras kunskaper. Tränarna agerar främst utifrån egenintresse – inte utifrån gymnasternas eller svensk gymnastiks bästa.

En följd av detta är att för få personer ges tillfälle och rätt att granska, kritisera och bidra till kunskapsutvecklingen inom gymnastiken. Därför säger flera intervjupersoner att man inom svensk landslagsgymnastik måste öppna upp sig mer, vara mer självkritisk och mer benägen att ifrågasätta invanda arbetssätt, men också att detta är svårt när gruppens tongivande personer är så få. ”Man är väldigt inne på att man gör rätt”, säger en tränare, medan en annan menar:

... det blir inte så högt till tak som jag skulle vilja. Man får inte säga vad man tycker. Och man tar inte tag i uppenbara problem i tränarkåren, utan skjuter över ansvaret på exempelvis Svenska Gymnastikförbundet.

Av dessa skäl menar flera intervjupersoner att den samlade kompetensen inom svensk landslagsgymnastik inte utnyttjas optimalt – och gjorde den det skulle resultaten och framgångarna bli större. I andra grenar är konkurrensen inte särskilt påtaglig, utan samarbete och dialog mellan tränare emellan är det som kännetecknar det vardagliga arbetet.

RELATIONEN MELLAN TRÄNARE, FÖRÄLDRAR, AKTIVA OCH FÖRBUND

I Tränarenkäten säger tre av fyra tränare att de för en regelbunden dialog med gymnasternas föräldrar, medan en fjärdedel inte gör det. I intervjuerna säger informanterna att dialogen både kan anta formen av spontana samtal eller strukturerade utvecklingssamtal.

Samtidigt säger flera intervjupersoner att föräldrarna inte vet vad som pågår i hallen: ”Föräldrarna vet inte. De får inte sitta med i hallen. Om mina föräldrar skulle se detta skulle jag inte få fortsätta – därför måste jag vara tyst”. En tränare säger: ”Det som sker, sker med föräldrarnas goda minne” och flera andra menar att föräldrarna litar helt och fullt på tränarna, och inte vågar kritisera tränarna eftersom den som är kritisk förlorar sin plats i gemenskapen. Enligt en aktiv gymnast har det flera gånger hänt att tränaren har skällt ut föräldrarna för sådant som deras barn har gjort fel.

Flera intervjupersoner menar att vissa föräldrar förblindas av den av tränarna förespeglade möjligheten att just deras barn en gång kan bli världsstjärna. Därför sväljer de problem och arbetar istället för att barnen skall vara kvar inom gymnastiken, även när barnen egentligen inte vill det.

De gymnaster som vill fortsätta med gymnastiken står inför ett annat dilemma. En före detta gymnast beskriver hur hon inte trivdes med sin tränares behandling av henne: ”Det var svårt att berätta för mamma för då hade hon kanske tvingat mig att sluta. Därför blev det att jag istället höll tränaren om ryggen.” Ett annat skäl var att de ville hålla på med den idrott de älskar och därför ”stod ut med en massa jobbigt för att få hålla på med det roliga”, som en före detta gymnast sa. Denna låsning och motstridiga känslor – det vill säga att gymnasterna visste att något var fel, men inte kunde göra nåt åt det av rädsla för att inte få hålla på med sin favoritsport – beskriver flera intervjupersoner som något som de först började reflektera över efter att de hade slutat med gymnastiken.

I Tränarenkäten säger nästan varannan tränare att Svenska Gymnastikförbundet inte stöttar dem tillräckligt i deras arbete. Motsvarande siffra för de aktiva gymnasterna är cirka 44%. Det man efterlyser är pengar, utbildning, medicinsk rådgivning, kostrådgivning och en tydligare styrning från förbundets sida.

Därutöver menar många intervjupersoner att det från Svenska Gymnastikförbundets sida finns en ovillighet eller oförmåga att hantera de saker som är mindre bra inom svensk landslagsgymnastik. Det kan handla om ledare som använder alkohol och droger eller inte fungerar i sina funktioner, tränare som baktalar varandra eller inte följer allmänhetliga normer. En tränare säger: ”Förbundet lägger alltid bara locket på – och försöker

få allt att låta som frid och fröjd”. En annan säger: ”att det blev en utredning av det här handlar mer om alla skriverier än om att man vill ta itu med de verkliga problemen – alltså, media blev problemet”. På frågan om vad föreliggande utredning kan få för effekter säger en aktiv gymnast: ”Tyvärr tror jag inte utredningen kommer leda till några större förändringar på förbundet.” En annan menar att ”så länge dom i toppen håller varandra om ryggen kommer inget att hända”.

Noterbart är att det inte alltid står klart vilka som är ”förbundet”. Är det kansliet, styrelsen, ordföranden, generalsekreteraren eller sportchefen? Därtill menar många intervjupersoner att de vill att förbundets representanter syns mer ute i den vardagliga verksamheten, får ”bättre kännedom om vad som pågår ute i klubbarna” och är mer drivande och styrande – genom att exempelvis aktivt arbeta för att de olika grenarna skall samarbeta mer, att rivaliteten mellan (vissa) klubbar och tränare minskar och att ”supportstrukturerna” runt svensk landslagsgymnastik blir bättre.

DISKUSSION

Åldrarna på utövarna i landslagsgymnastik varierar. De yngsta går igenom puberteten och de turbulenta tonåren, andra är unga vuxna på väg in i vuxenvärlden. Det finns därmed en stor variation bland gymnasterna i fråga om biologisk och psykosocial mognad. Likväl står frågor om kropp, utseende, sexualitet och könsroller i blickfånget. Dessa unga människors identitetsskapande är dynamiskt och existentiellt laddat och innebär således att de ska balansera kroppsliga förändringar mot kognitiva, emotionella och sociala (Erikson 1968; Stier 1998). Det är i ljuset av denna allmänmänniska utveckling som deras engagemang i landslagsgymnastiken skall ses.

För såväl de intervjuade tränarna som gymnasterna är kroppen ett redskap som skall tämjäs, tränas och fås till att prestera, och själva syftet med gymnastikträningen är att förändra kroppen.^{8,9} Särskilt påtagligt är detta synsätt inom kvinnlig gymnastik. Till detta skall läggas att det smala, mer östeuropeiska eller kinesiska ”petit-girl”-idealet har en stark ställning i Sverige på bekostnad av det amerikanska mer muskulösa idealet (se Barker-Ruchti 2009). Överlag finns en föreställning om att kvinnliga gymnaster vinner på att vara små och lätta (Ryan 2000) och att gymnastikens tekniska utveckling gör det lättare att klara av svåra och komplexa gymnastiska utföranden med en ”barnliknande” kropp (Benn & Benn 2004; David 2005). Dessa synsätt sammanfattas genom syrrar kravprofiler, träningsupplägg samt föreställningar om kost, vikt och ledarskap.¹⁰

Det är sannolikt delvis av dessa skäl som det inom svensk landslagsgymnastik har förekommit och fortfarande förekommer viktkontroll, otillräckligt födointag, uppmaningar om att man bör gå ner i vikt, ”bantning” utan vägledning och övervakning, en okunskap om sund kosthållning hos många tränare, liksom gliringar och nedlåtande kommentarer från tränare om gymnasternas utseende och vikt – något som går stick i stäv med befintliga styrdokument såsom *Riksidrottsförbundets Kostpolicy*.¹¹ Tydligt är att de före detta gymnasterna och vissa tränare är mer kritiska mot ”vikthysterin” än de aktiva gymnasterna.

Viktfokuseringen har varit, och är fortfarande, särskilt påtaglig inom kvinnlig artistisk gymnastik.¹² Viktkontroll ses här som ett medel för att motverka skador, vilket leder till ett för lågt eller felaktigt näringsintag hos många gymnaster. Paradoxalt nog kan detta istället *orsaka* skador. Exempelvis menar Bertelloni, Ruggeri och Baroncelli (2006) att intensiv träning i unga år kan orsaka hypoöstrogenism¹³, vilket i sin tur kan medföra

8 Med fokus på kvinnliga gymnaster skriver Pinheiro (2012: 9): ”... a gymnast also races against time in order to become a perfect machine before her body matures too much.”

9 Detta synsätt går tillbaka till P. H. Lings ”fysiologiska” synsätt på gymnastikutövning – dvs i kontrast till exempelvis den tyska, mer pedagogiska hållningen till idrotten (Trangbæk 2007).

10 Griffin och Harris (1996) och Rhea (1998) fann att många tränare tar beslut om sina atleter på basis av utseende och inte på andra grunder. Därtill är forskningen om optimal kosthållning för uthållighetsidrotter (och för manliga utövare) omfattande, medan den för estetiska idrotter som gymnastik (och i synnerhet kvinnliga utövare) är mycket mer begränsad (Broad & Cox 2007).

11 Noterbart är att RF inte avråder för kostråd utan ”bara” uppmanar till försiktighet. Därför finns behov av en diskussion inom svensk landslagsgymnastik om vad en dylik försiktighet innebär.

12 Denna observation går stick i stäv med internationell forskning som visar att överdriven upptagenhet med vikt och utseende, liksom risken för ätstörningar är större i rytmisk än artistisk gymnastik (Nordin, Harris & Cumming 2010).

13 Hypoöstrogenism är ett tillstånd av för låga värden av östrogen och drabbar som regel endast kvinnor.

en försenad debut av och rubbad menstruation. I kombination med felaktigt näringsintag kan hypoöstrogenism påverka skeletthälsan negativt (se även Nichols et al 2006; Weiman et al 1998, 2000).

Viktfokuseringen har också i vissa fall orsakat ätstörningar och ett problematiskt förhållande till den egna kroppen och till mat och vikt långt efter karriären. Även dessa resultat överensstämmer med internationell forskning (Kerr, Berman & De Souza 2006; Nordin, Harris & Cumming 2010).¹⁴ Att nedvärderande kommentarer från tränare och andra ledare om utseende och vikt är vanligt förekommande i idrottsvärlden finns det studier som visar (Rhea 1998; Berry & Howe 2000), liksom att gymnaster som är föremål för dylika kommentarer i högre grad utvecklar ätstörningar (Kerr, Berman & De Souza 2006). Berry och Howe (2000) fann att den sociala pressen att "vara smal" var en signifikant påverkansfaktor när det gäller lågt näringsintag och ätstörningar hos kvinnliga gymnaster och att tränarnas agerande kan vara en bidragande orsak till att gymnasten utvecklar ätstörningar. Intervjupersonernas vittnesmål ger visst stöd för denna slutsats. Ätstörningar är dessutom vanligare bland idrottsaktiva som försöker gå ner i vikt på egen hand, utan kostrådgivning och vägledning, än hos de som får hjälp (Sundgot-Borgen 1994).

Resultaten visar på en utbredd föreställning om och en acceptans att det skall göra ont att träna gymnastik på landslagsnivå.¹⁵ Gymnasterna lär sig tidigt att skador är oundvikligt om man skall lyckas i sin idrott, liksom hur de skall hantera skadorna (en slutsats som återigen stöds av internationell forskning – se Ryan, 2000 och Pinheiro, 2005). Gymnasterna upplever att de förväntas träna även om de är sjuka eller skadade på ett sådant sätt att de inte skulle ha tränat och det finns exempel på gymnaster som har tränat eller tävlat med allvarliga skador.¹⁶ En förklaring är tränarens vetskap om att långa skadeuppehåll inverkar negativt på prestationen, vilket kan göra att gymnasten tappar motivation och slutar. Omvänt finns risker för förvärrade skador om man återgår till hård träning och tävling för fort. Sammantaget bidrar detta till att både tränare och aktiva känner en press vid skador, samtidigt som det medicinska, psykologiska och sociala stödet runt den skadade ofta är bristfälligt. I ljuset av detta visar Johnston och Carroll (1998) att stödet runt den skadade är centralt för tillfrisknandet (se även Podlog och Eklund 2006).

Resultaten visar att tränarnas och gymnasternas inbördes relation är relativt jämbördig och respektfull inom rytmisk gymnastik, trampolin, trupp gymnastik och manlig artistisk gymnastik, medan den är slående asymmetrisk inom kvinnlig artistisk gymnastik. Inom den senare finns en auktoritär och distanserad ledarstil, krav på lydnad och en verbalt aggressiv kommunikationsstil – kännetecknen som är oförenliga med svensk idrotts och svensk landslagsgymnastiks värdegrund och styrdokument.

Dessutom beskriver såväl tränare som före detta gymnaster att vissa tränare inom kvinnlig artistisk gymnastik saknar professionell distans till gymnasterna. Gymnasterna knyts tätt till tränarna – på flera plan¹⁷ – och relationen emotionaliseras till en högre grad än vad som motiveras av själva uppgiften eller verksamheten. I vittnesmålen beskriver de före detta gymnasterna och tränarna detta i termer av manipulation och otillbörlig intimitet. Förutom att det är oetiskt och oacceptabelt finns det uppenbara långsiktiga psykologiska risker med detta.¹⁸ Därför är uppfattningen bland tränare (och bland en del föräldrar) att gymnasterna "själva kan säga ifrån om något inte är bra" problematiskt och direkt ansvarslös. Detsamma kan sägas om argumentet att "gymnasterna sätter press på sig själva" som försvar för upplevd press och stress.

De före detta gymnasterna menar också att de under sina aktiva år upplevde kraven som ställdes på dem som naturliga, självklara och självvalda. I efterhand upplever de istället att dessa krav och förväntningar inte var

14 Denna observation är inte begränsad till landslagsgymnastik, utan detsamma går att se i många idrotter (Davis 1992; Griffin & Harris 1996). Se också Jansson (2012).

15 Även i andra idrotter finns en föreställning om att elitidrott skall göra ont, något som har belysts av Roderick et al (1999), Charlesworth & Young (2004, 2006) samt Liston et al (2006).

16 Det finns mycket forskning om idrottsskador – risker för skador, rehabilitering och terapeutiska insatser, medan forskningen om idrottsmäns och idrottskvinnors rädsla för skador är mycket begränsad (Chase, Magyar & Drake 2005).

17 Tomlinson och Yorganci (1997) visar att tränarens inflytande sträcker sig utanför gymnastiken där han eller hon "ger råd" om utbildning, utseende eller vad det innebär "att vara en bra människa". Dessa ideal, attityder och krav införlivas därefter av individen och upplevs som självklara och självvalda delar av hans eller hennes person (se Cooley 1902; Mead 1934; Berger & Luckmann 1966).

18 Unicef skriver (2006: 11) "När barn blir beroende av vuxna för sitt välbefinnande blir de bundna till dem, och denna bindning kan leda till att de vill göra de vuxna stolta och nöjda. När denna bindning är beroende av idrottsresultat finns det alltid en risk att det kan leda till psykologisk skada. Det finns experter som menar att synligheten och belöningarna kopplade till framgångar på elitnivå accentuerar känslomässiga övergrepp genom att unga aktiva pressas att träna ännu hårdare." [min övers.]. Se även Conroy, Coatsworth och Kaye (2007); Hays (1999); Palframan (1994); Sagar, Lavallee och Spray (2007).

deras egna, utan tränarnas. I en studie av Kerr, Berman och De Souza (2006) rapporterade före detta gymnaster fler negativa upplevelser kopplade till gymnastiken än de aktiva gymnasterna. En förklaring till denna skillnad är att de förra är yngre och har färre referensramar att jämföra mer, är mer fokuserade på att (det går att) lyckas och inte ser följderna av denna satsning förrän efteråt.

I dessa fall är frågor till den aktiva gymnasten otillräckliga. Svaret är ofta givet ur den ungas perspektiv, eftersom de vill och "får göra något de älskar". Barn och ungdomar söker trygghet, stöd, bekräftelse och beundran genom de vuxna. Det är återigen inte fråga om en symmetrisk maktrelation (Tomlinson & Strachan 1996). Det är en vuxen som möter en ung människa, en tränare som möter en gymnast och i vissa fall en man som möter en flicka eller ung kvinna – där tränaren har makten att kritisera en prestation eller bestämma om någon har kvalificerat sig för en tävling eller inte.

Var fjärde tränare säger sig någon gång ha uttryckt sig på ett sätt som kan uppfattas som kränkande. I intervjuerna beskriver flera före detta gymnaster och tränare situationer när tränare inte har agerat "professionellt" eller "respektfullt" – genom att skälla ut, osynliggöra, förlöjliga, nedvärdera eller bestraffa gymnasterna. Dessa ageranden kan hänföras till vad Ås (2004) benämner härskartekniker. Flera före detta gymnaster, framförallt med bakgrund i kvinnlig artistisk gymnastik, talar därför om den behandling de har fått utstå i termer av mobbing och kränkningar från tränare – det vill säga psykologiskt våld.¹⁹ (Liknande har rapporterats från andra länder, se exempelvis Pinheiro 2005).²⁰

Dessa vittnesmål faller inom ramarna för det våld mot barn som Unicef hävdar förekommer i form av att man nedvärderar barnen utifrån deras prestation, använder fysisk ansträngning som bestraffning eller att det kan uttryckas genom kost- och viktregimer (s. 4).²¹ Det råder inte heller någon tvekan om att dessa ageranden är oförenliga med det som står i Riksidrottsförbundets dokument *Skapa trygga idrottsmiljöer för barn och ungdomar*: "Glöm inte att du är en förebild som kan påverka barnet för resten av livet, det är viktigt att tänka på att barn inte gör som du säger utan barn gör som du gör!" (s. 13). Därtill står det att man som ledare skall respektera alla barn även om de gör saker som man som ledare tycker är mindre bra, att man skall tillrättvisa och sätta gränser på ett vänligt sätt – och detta skall ske enskilt. Det står också att det är kränkande att skälla ut, driva med eller ignorera eller glömma bort vissa barn. Resultaten visar således att värdegrunden och de etiska principerna, för somliga tränare, endast fungerar som en abstrakt inramning av det som utspelar sig mellan gymnaster, tränare och föräldrar. Som sådan är värdegrunden och de etiska principerna varken internaliserade hos tränarna eller uttryckta i den vardagliga praxisen.²²

Resultaten visar att flickor och pojkar bemöts på olika sätt. Flickorna är föremål för mer kontroll, får mer skäll, avkrävs blind lydnad, har mindre inflytande över sin träning, har mer kostrestriktioner. Särskilt märkligt är detta inom kvinnlig artistisk gymnastik. Resultaten ligger i linje med Sharmas (2010) studie som visar att manliga gymnaster får en mer demokratisk behandling, socialt stöd, feedback av sina tränare etc. än sina kvinnliga motsvarigheter.

Även om de förekommer utvecklingssamtal med föräldrarna står det klart att föräldrarna saknar fullständig insyn i vad som pågår i "hallen". Detta upplevs inte heller som ett problem, utan föräldrarna sätter stor tillit till tränarna – en observation som också stöds av internationell forskning – se Donnelly (1997), McMahon och Dinan Thompson (2011), Pinheiro et al (2012). Gymnasterna menar att deras föräldrar har investerat mycket tid och energi för att de ska få hålla på med gymnastik och att hotet om att inte få hålla på med gymnastik gör att de inte berättar för sina föräldrar om sina negativa upplevelser.²³ Föräldrarna vill att deras barn skall

19 I World Report on Violence against Children sägs psykologisk våld "take the form of insults, name-calling, ignoring, isolation, rejection, threats, emotional indifference and belittlement". (Pinheiro 2006: 61).

20 Dessa ageranden står i paritet med det som Stirling och Kerr (2009: 227) kallar "relational abuse". "When abuse occurs in a critical relationship – a relationship that is important for an individual's sense of safety, trust and fulfilment [sic] of needs – such as the coach-athlete relationship, this is called "relational abuse." Se även Stirling och Kerr (2007) samt Crooks och Wolfe (2007).

21 Vittnesmålen bekräftar många experters farhågor, nämligen att exponeringen och belöningarna som följer med vara aktiv på elitnivå kan göra barn och ungdomar till föremål för övergrepp inom idrotten (se Purper-Ouakil et al, 2002; Anastasia & George 2003).

22 Värdegrundsarbete är en identitetsprocess som stärker gemenskapen, tydliggör målbilder och ger verksamheten en trygg bas att vila på. Värdegrundsdiskussioner förekommer i många idrotter och har belysts Roderick et al (1999), Charlesworth och Young (2004, 2006) samt Liston et al (2006).

23 Donnelly (1997) menar att även föräldrarna formar en identitet kring gymnastiken. Därför är det svårt att sluta med gymnastiken för gymnasten, då detta hotar föräldrarnas "gymnastikidentitet".

bli framgångsrika, menar flera gymnaster, och detta gör att föräldrarna arbetar för att barnen skall vara kvar inom gymnastiken, även när gymnasterna själva egentligen inte vill det (jämför med Waddington 2000). Mot denna bakgrund har de före detta gymnasterna tigit och hårbärgerat motstridiga känslor – känslor som de menar att de först började reflektera över efter att de hade slutat med gymnastiken.

Fortsättningsvis visar resultaten att det finns en utbredd konkurrens mellan tränare och klubbar – om resurser och prestige. Inom kvinnlig artistisk gymnastik är det fråga om en stark rivalitet, personkonflikter och en kultur där tränarnas egenintressen är överordnade övergripande intressen för svensk gymnastik men även gentemot gymnasterna, vilket sammantaget gör arbetsmiljön ohälsosam för såväl tränare som gymnaster.

Därtill visar resultaten att Svenska Gymnastikförbundet inte stöttar klubbar, tränare och aktiva gymnaster tillräckligt och inte vågar hantera sådant som är mindre bra inom svensk landslagsgymnastik. Det står inte heller klart vilka som är förbundet. Är det kansliet, styrelsen, ordföranden, generalsekreteraren eller sportchefen? Därtill menar många av intervjupersonerna att de gärna skulle se förbundets representanter oftare ute i den vardagliga verksamheten, att de får ”bättre kännedom om vad som pågår ute i klubbarna”, men även är mer drivande och styrande.

Trots att man anser sig vara väl rustade för uppdraget efterlyser nästan samtliga tränare mer utbildning om idrottsskador, osund träning och om barns, ungdomars och unga vuxnas psykosociala utveckling. Därtill är kunskapssystemet alltför slutet – det vill säga samma personer som är aktiva tränare utbildar nya tränare. Vad som är kunskap och kompetens definieras i allt för hög utsträckning inte utifrån vad som är vetenskapligt belagt, utan utifrån oreflekterade ”sanningar” som inte får ifrågasättas och utifrån prestige och statusen hos de som är upphov till dessa. Inte heller beaktas alltid den internationellt beprövade erfarenheten som finns.

Mot bakgrund av det sagda är ledarkulturen i svensk landslagsgymnastik både uppbyggd kring och förmedlare av en uppsättning normer, värden, ideal samt kommunikations-, relations- och beteendemönster som i varierande grad inte överensstämmer med verksamhetens värdegrund eller främjar en sund och positiv utveckling hos individerna i denna verksamhet.

SLUTSATSER OCH UTVECKLINGSOMRÅDEN

Utifrån enkätsvaren, vittnesmålen och den föregående diskussionen kan ett antal slutsatser dras och några områden för utveckling och eventuella åtgärder utpekade.

För det första visar vittnesmålen att det inom svensk landslagsgymnastik finns en relativt okunnig, oetisk och ohälsosam hållning till kost- och viktfrågor. Hos vissa tränare och framförallt hos vissa av dem inom kvinnlig artistisk gymnastik finns en inställning till dessa frågor som kan betecknas som osund och hälsofarlig och som inte heller överensstämmer med befintliga styrdokument. Detta gör att det behövs fler utbildningsinsatser och bättre professionellt stöd på detta område samt ställas krav på förändrade attityder.

För det andra visar vittnesmålen att det inom svensk landslagsgymnastik i vissa avseenden finns en okunnig, oetisk och ohälsosam inställning till skador. Inom kvinnlig artistisk gymnastik kan inställningen däremot sägas vara osund och i konflikt med befintliga styrdokument. Det finns därför skäl att förstärka det professionella stödet på området och påbjuda fler utbildningsinsatser.

För det tredje, då det finns internationell medicinsk forskning som visar att den förhärskande inställningen till vikt och kost inom svensk landslagsgymnastik inte motverkar, utan i värsta fall *orsakar* skador, framförallt hos flickor, bör medicinsk expertkompetens på området – det vill säga endokrinologer, pediatriker, gynekologer med flera – konsulteras i högre grad när det gäller träningsupplägg och insatser för att motverka hälsorisker.

För det fjärde visar vittnesmålen att många tränare saknar tillräckliga kunskaper om unga människors psykosociala utveckling, professionell distans, empati, mentalt stöd och ledarskapets risker. Därför krävs det en genomgripande och kontinuerlig diskussion om relationen mellan tränare och gymnast och om tränarens yttersta ansvar för denna relation. Dessa frågor bör inte heller belysas bara i tränarutbildningar *inför* tränaruppdrag utan även vara en viktig del vid kontinuerlig fortbildning och uppföljning.

För det femte finns det tränare inom svensk landslagsgymnastik som agerar eller kommunicerar på ett sätt som varken är förenligt med idrottens värdegrund eller med samhällets normer för hur man beter sig mot andra människor i allmänhet eller barn i synnerhet. Detta syns särskilt tydligt inom kvinnlig artistisk gymnastik. Det krävs därför ansträngningar för att se till att den värdegrund som svensk idrott i stort och svensk landslagsgymnastik i synnerhet står för verkligen implementeras i alla klubbar och arbetslag – och internaliseras av varje person i verksamheten.

För det sjätte har det förekommit upprepade överträdelse av tränare och ledare. Vid *alla* anklagelser om sådana överträdelse bör Svenska Gymnastikförbundet framledes tydligare inta en mer objektiv position i förhållande till den anklagade och vara mer lyhörd gentemot den drabbade, som i många fall är ett barn. Överträdelse bör medföra att berörda tränare och ledare befrias från sitt uppdrag.

För det sjunde finns det inom samtliga gymnastikgrenar oetiska och ohälsosamma *inslag* i ledarkulturen, medan ledarkulturen inom kvinnlig artistisk gymnastik *i sin helhet* kan sägas vara oetisk och ohälsosam, för såväl gymnaster som tränare.

För det åttonde, det ovan sagda visar att det finns inslag i svensk landslagsgymnastik som inte harmonierar med andan i Barnkonventionen. Svensk landslagsgymnastik måste erkänna och i högre utsträckning ta hänsyn till barns sårbarhet, deras sätt att "leva i nuet" och deras maktmässiga underläge gentemot vuxna. Tränare, ledare och föräldrar måste också ha en längre tidshorisont när de ser till *barnets bästa*. Barnets bästa är *inte* nödvändigtvis detsamma som vad barnen *tycker är kul* idag. Det som de är med om som unga gymnaster får genomgripande konsekvenser för deras framtid.

För det nionde kan en del problem inom svensk landslagsgymnastik som har beskrivits här tveklöst sammankopplas med enskilda personers personlighetsdrag, ledarstilar eller bristande kompetens, medan andra måste ses som typiska för den övergripande ledarkulturen.

För det tionde bör de beskrivna problemen inte avfärdas som "dåtidspåblem". De *har* stor bäring på *dagens* ledarkultur, eftersom denna växer fram ur gårdagens ledarkultur och i stora stycken bärs upp av samma personer idag som igår.



Avslutningsvis – en förändring av ledarkulturen inom svensk landslagsgymnastik *är* nödvändig. Ett sådant förändringsarbete bör initieras av Svenska Gymnastikförbundet snarast och involvera såväl aktiva som före detta gymnaster, tränare, andra ledare och föräldrar – i syfte att göra ledarkulturen inom svensk landslagsgymnastik mer utvecklingsbenägen och respektfull.

KÄLLOR

- Anastasia, G., & George, D. (2003) "Forms of Abuse in Young Athletes: A review". *Athlitiki Psychologia*, vol. 14, pp. 57-71.
- Barker-Ruchti, N. (2009) *Ballerinas and Pixies: A genealogy of the changing female gymnastics body. The International Journal of the History of Sport*, vol. 26, iss. 1. pp. 45-62
- Benn, T. & Benn, B. (2004) "After Olga: Development in women's artistic gymnastics following the 1972 'Olga Korbut phenomenon". I E. Dunning, D. Malcolm & I. Waddington (eds.) *Sport histories: Figurational studies of the development of modern sport*. Abingdon: Routledge.
- Berg, L-E. (1992) *Den lekande människan*. Lund: Studentlitteratur.
- Berger, P. & Luckmann, T. (1966) *The Social Construction of Reality. A treatise in the sociology of knowledge*. London: Penguin Books.
- Berry, T & Howe, B. (2000) "Risk factors for disordered eating in female university athletes". *Journal of Sport Behavior*, 23(3), pp. 207-216.
- Bertelloni S., Ruggeri S., Baroncelli G.I. (2006) "Effects of sports training in adolescence on growth, puberty and bone health." *Gynecol Endocrinol*, 22(11), pp.605-12.
- Broad, E. & Cox, G. (2007) "What is the optimal composition of an athlete's diet?" *European Journal of Sport Science*, 8:2, pp. 57-65.
- Charlesworth, H. & Young, K. (2004) "Why English female university athletes play with pain: Motivations and rationalisations". I K. Young *Sporting bodies, damaged selves – sociological studies of sports-related injury*. Amsterdam: Elsevier.
- Charlesworth, H. & Young, K. (2006) "Injured female athletes – experimental accounts from England and Canada". I S. Loland, B. Skirstad & I. Waddington (eds.) *Pain and Injury in sport – social and ethical analysis*. London: Routledge.
- Chase, M., Magyar, M. & Drake, B. (2005) "Fear of injury in gymnastics: Self-efficacy and psychological strategies to keep on tumbling". *Journal of Sports Sciences*, 23:5, pp. 465-475.
- Conroy, D., Coatsworth, D., Kaye, M. (2007) "Consistency of Fear of Failure Score Meanings among 8- to 18-Year-Old Female Athletes". *Educational and Psychological Measurement*, vol. 67, no. 2, pp. 300-310.
- Cooley, C. H. (1902) *Human Nature and the Social Order*. New York: Scribner's.
- Crooks, C. & Wolfe, D. (2007) "Child abuse and neglect". I E. Mash & R. Barkley (eds.) *Assessment of Childhood Disorders* (4 ed.). New York: Guilford Press.
- Dagens Nyheter (2012) Diverse artiklar den 14, 15, 16, 18, 20 och 21 januari samt 11 och 23 februari.
- David, P. (2005) *Human Rights in your Sport – A critical review of children's rights in competitive sports*. London: Routledge.
- Davis, C. (1992) "Body image, dieting behaviours, and personality factors: A study of high-performance female Athletes". *International Journal of Sport Psychology*, 23, pp. 179-192.
- Donnelly, P. (1997) "Child labour: Applying child labour laws to sport". *International Review for the Sociology of Sport*, 32(4), pp. 389–406.
- Erikson, E. H. (1950) *Childhood and Society*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1968) *Identity, Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Goffman, E. (1961) *Encounters: Two studies in the sociology of interaction*. Indianapolis: Bobbs-Merrill.
- Griffin, J. & Harris, M. B. (1996) "Coaches' attitudes, knowledge, experiences, and recommendations regarding weight control". *Sport Psychology* 10, pp. 180-194.
- Hays, K. F. (1999) "Beyond the Game: Athletes with emotional problems". I *Working It Out: Using exercise in psychotherapy*, American Psychological Association, Washington, D.C., January.
- Internationella Olympiska Kommittén (2005) "Consensus Statement on Training the Elite Child Athlete". Genève.
- Jansson, E. (2012) "Är barns tillväxt och mognad en selektionsfaktor inom idrotten?" I *För barnets bästa – En antologi om idrott ur ett barnrättsperspektiv*. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.

- Johnston, L. H. & Carroll, D. (1998) "The provision of social support to injured athletes: A qualitative analysis". *Journal of Sport Rehabilitation*, 7, pp. 267-284.
- Kerr, G., Berman, E. & De Souza, M. J. (2006) "Disordered eating in women's gymnastics: Perspectives of athletes, coaches, parents, and judges". *Journal of Applied Sport Psychology*, 18:1, pp. 28-43.
- Leahy, T., Pretty, G. & Tenenbaum, G. (2004) "Perpetrator Methodology as a Predictor of Traumatic Symptomatology in Adult Survivors of Childhood Sexual Abuse". *Journal of Interpersonal Violence*, vol. 19, no. 5, pp. 521-540.
- Liston, K. et al (2006) "Managing pain and injury in non-elite Rugby Union and Rugby League: a case study of players at a British university". *Sport in Society*, 9(3), pp. 388-402.
- Mead, G. H. (1976) *Medvetandet, jaget och samhället – från socialbehavioristisk ståndpunkt*. Lund: Argos.
- McMahon, J. & Dinan Thompson, M. (2011) "Body work – regulation of a swimmer body: an autoethnography from an Australian elite swimmer". *Sport, Education and Society*, 16(1), pp. 35-50.
- Merleau-Ponty, M. (1994) *Kroppens fenomenologi*. Oslo: Pax.
- Nichols J.F., et al (2006) "Prevalence of the female athlete triad syndrome among high school athletes". *Arch Pediatr Adolesc Med.*, 160(2):137-42.
- Nordin, S., Harris, G. & Cumming, J. (2010) "Disturbed eating in young, competitive gymnasts: Differences between three gymnastics disciplines". *European Journal of Sport Science*, vol 3, issue 5, pp.1-14.
- Palframan, D. (1994) "Expert Deplores Emotional Abuse in Sport". *Coaches Report*, vol. 1, no. 2, pp. 3-5.
- Pinheiro, P. S., (2006) *World Report on Violence against Children*, United Nations Secretary-General's Study on Violence against Children. Geneva: United Nations.
- Pinheiro, M., Pimenta, N., Resende, R. & Malcolm, D. (2012) "Gymnastics and child abuse: An analysis of former international Portuguese female artistic gymnasts". *Sport, Education and Society*, Issue 5, pp. 1-16.
- Podlog, L. & Eklund, R. (2006) "Professional coaches' perspectives on the return to sport following serious injury". *Journal of Applied Sport Psychology*, 19 pp. 207-225.
- Purper-Ouakil, D., et al., (2002) "Psychopathology in Children and Adolescents with Intensive Physical Activity: Case study and overview". *Annales Medico-Psychologiques*, vol. 160, no. 8, pp. 543-549.
- Redelius (1996) *"Det ger en kick att stå i mitten" Livsstil, syn på kropp och motion samt motiv till ledarskap bland Svenska Gymnastikförbundets ledare*. Rapport. Forskningsgruppen för pedagogik, idrott och fritidskultur. Stockholm: Lärarhögskolan i Stockholm.
- Redelius, K. (2002). *Ledarna och barnidrotten. Idrottsledarnas syn på idrott, barn och fostran*. Studies in Educational Science 55. Akademisk avhandling. Stockholm: Lärarhögskolan, Institutionen för samhälle, kultur och lärande.
- Rhea, D. (1998) "Physical activity and body image of female adolescents: Moving toward the 21st century." *The Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 69 (5), pp. 27-31.
- Riksidrottsförbundet (u å) *Riksidrottsförbundets kostpolicy*. Stockholm.
- Riksidrottsförbundet (2007) *Det sociala ledarskapet*. FoU-rapport 2007:3. Stockholm.
- Riksidrottsförbundet (2007) *Idrott hela livet – Strategisk plan för idrottsrörelsens folkhälsoarbete*. Stockholm.
- Riksidrottsförbundet (2009) *Idrotten vill – en sammanfattning av idrottsrörelsens idéprogram*. Stockholm.
- Riksidrottsförbundet (2012) "Nu-lägesanalys av Svenska Gymnastiklandslaget. ATG:s klimat 120203". Stockholm.
- Roderick, M., Waddington, I & Parker, G. (1999) *Managing injuries in professional football: a study of the roles of the club doctor and physiotherapist*. Leicester: Centre for Research into Sport and Society.
- Ryan, J. (2000) *Little Girls in Pretty Boxes – The making and breaking of elite gymnasts and figure skaters*. New York: Warner Books.
- Sagar, S., Lavalley, S. & Spray, C. (2007) 'Why Young Athletes Fear Failure: Consequences of failure', *Journal of Sport Sciences*, vol. 25, no. 11, September, pp. 1171-1184.
- Sharma, R. K. (2010) "Leadership Behavior among Elite male and female gymnasts of India." *International Journal of Physical Education and Sport Science*, vol 5, pp. 79-95.

- Sisu Idrottsutbildarna & Riksidrottsförbundet (u å) *Skapa trygga idrottsmiljöer*. Stockholm.
- Stier, J. (1998) *Dimensions and Experiences of Human Identity. An Analytical Toolkit and Empirical Illustration*. Doctoral Thesis, Department of Sociology, Göteborg University.
- Stier, J. (2009) *Kändskap och statuspassager. Idrottslig identitet i upplevelseindustrins tjänst*. Lund: Studentlitteratur.
- Stirling, A. & Kerr, G. (2007) "Elite female swimmers' experiences of emotional abuse across time". *Journal of Emotional Abuse*, 7(4), pp. 89–113.
- Stirling, A. & Kerr, G. (2009) "Abused athletes' perceptions of the coach/athlete relationship". *Sport in Society*, 12(2), pp. 227–239.
- Sundgot-Borgen, J. (1994) "Risk and trigger factors for the development of eating disorders in female elite athletes." *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 26, pp. 414–419.
- Svenska Gymnastikförbundet (2010) *Gymnastiken vill!* Stockholm.
- Svenska Gymnastikförbundet (2011) *Svenska Gymnastikförbundets riktlinjer för träning och tävling*. Stockholm.
- Svenska Gymnastikförbundet (2012) *Trygg i gymnastiken. Information från Gymnastikförbundet om trygghets- och värderingsfrågor*. Stockholm.
- Svenska Gymnastikförbundet (2012) "Värdegrundsföreläsning", 15 september. http://www.gymnastik.se/ImageVaultFiles/id_12918/cf_418/V-rdegrundf-rel-sning_-15_sept_Svenska_Gymnastikf.PDF
- Thomas, W.I. & Thomas, D. (1928) *The Child in America: Behavior problems and programs*. New York: Knopf.
- Tomlinson, P. & Strachan, D. (1996) *Power and Ethics in Coaching*. Ottawa: Coaching Association of Canada.
- Tomlinson, A. & Yorgancy, I. (1997) "Male coach/female athlete relations: gender and power relations in competitive sport". *Journal of Sport & Social Issues*, 21(2): pp.134–155.
- Trangbæk, E. (2007) "Gender in modern society: femininity, gymnastics and sport". *The International Journal of the History of Sport*, 14:3, pp. 136-156.
- Weiman, E. et al (1998) "Effect of high performance sports on puberty development of female and male gymnasts". *Wiener Medizinische Wochenschrift*, 148(10), pp. 231-234.
- Weiman, E. et al (2000) "Peripubertal perturbations in elite gymnasts caused by sport specific training regimes and inadequate nutritional intake". *International Journal of Sports Medicine*, 21(3), pp. 210-215.
- Ås, B. (2004) "The five master suppression techniques". I B. Evengård (ed.) *Women in white: the European outlook*. Stockholm: Stockholms läns landsting, pp. 78-83.

Stockholm den 5 juni 2012

Hej!

Jag heter Jonas Stier, är forskare vid Mälardalens högskola och har av Gymnastikförbundet fått i uppdrag att studera vad man i uppdragsbeskrivningen kallar "ledarkulturen inom SvGF:s elitinriktade verksamhet med fokus på landslagen inom AG (manlig/kvinnlig), Trupp, Trampolin och rytmisk gymnastik". Målet med studien är att identifiera såväl "starka" områden i verksamheten som eventuella områden som kan utvecklas.

Undersökningens syfte är att beskriva vad som kännetecknar ledarkulturen inom landslagen som helhet, INTE att bedöma eller kritisera vad enskilda tränare gör eller inte gör. Därför behandlas de uppgifter ni ger mig konfidentiellt (även gentemot Gymnastikförbundet).

Studien består av två delar: en *enkät*del och en *intervju*del. Enkäten vänder sig till samtliga tränare inom de ovan nämnda landslagen och återfinns på nästa sida. Den är tänkt att ge en bred bild av ledarkulturen. Den andra delen av studien utgörs av en uppföljande intervjustudie, som är tänkt att ge en djupare förståelse av ledarkulturen. Intervjuerna kommer att genomföras under september och oktober med ett urval av er tränare och jag ber er redan nu notera på enkätens sista sida om ni är villiga att ställa upp på en intervju på cirka en timme.

Har ni några frågor eller kommentarer får ni gärna höra av er!!!

Jonas

Tel. 0761-34 06 60

jonas.stier@mdh.se

Vad kan förbättras i tränarutbildningen? Beskriv nedan**Min uppgift som tränare är att motivera**

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag vet bättre än gymnasten själv vad som är bäst för honom/henne

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Min uppgift som tränare är att disciplinera

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Min uppgift som tränare är att skapa en trygg träningsmiljö

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Gymnastens resultat är viktiga för mitt självförtroende

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Många gymnaster är ”överkänsliga”

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Många gymnaster gnäller för mycket

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Lojalitet med tränaren är viktigare än att gymnasten når resultat

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

I relation till gymnasten är det jag som bestämmer

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag känner till Gymnastikförbundets ”Riktlinjer för Träning och Tävling”

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag följer alltid Gymnastikförbundets ”Riktlinjer för Träning och Tävling”

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag tycker det är bra när gymnasterna ifrågasätter mina råd

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag är vaksam när det gäller ätstörningar

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag är vaksam när det gäller osund träning

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag följer Gymnastikförbundets Kravprofil gällande rekommenderad träningsmängd

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag reflekterar över min tränarroll

Varje dag	Max en gång per vecka	Max en gång per månad	Mer sällan
-----------	-----------------------	-----------------------	------------

Jag instruerar hellre än diskuterar

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag diskuterar alltid träningsupplägg och målsättningar med gymnasterna

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag diskuterar ledarskapsfrågor varje vecka med mina kollegor

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag tycker DN:s reportage om elitgymnastiken ger en rättvisande bild av verkligheten

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Vill man lyckas på elitnivå måste det ”få göra lite ont”

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag är orolig för att misslyckas

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag har tillräcklig kompetens när det gäller idrottsskador

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag känner mig otrygg i min tränarroll

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag har en regelbunden dialog med gymnasternas (de som inte är myndiga) föräldrar

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag är nöjd med vad jag presterar som tränare

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

I våra led har vi de som inte borde vara tränare

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Lojalitet med tränaren är viktigt

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag tycker det är bra att Gymnastikförbundet undersöker ledarkulturen bland landslagen

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Att det är ”kul med gymnastik” är viktigare än resultaten

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag har tillräcklig kompetens när det gäller ätstörningar

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag har tillräcklig kompetens när det gäller osund träning

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag skulle vidta åtgärder om en gymnast far illa

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag tror att många gymnaster inte vågar vara öppna med vad de tycker om sin tränare

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Det finns en stark konkurrens mellan oss tränare

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag ger tillräckligt med beröm

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag har någon gång favoriserat en gymnast

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag ogillar kritik

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag har tillräcklig kompetens ifråga om gymnasternas fysiska, sociala och psykiska utveckling?

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag reflekterar ofta över min relation till mina gymnaster

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Det är ibland svårt att hålla en professionell distans till mina gymnaster

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Det är lättare att träna pojkar/herrar än flickor/damer

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Gymnasterna vågar vara ärliga mot mig som tränare

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag har någon gång på träning uttryckt mig på ett sätt som kan uppfattas som kränkande

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Jag tycker att Gymnastikförbundet stöttar mig tillräckligt i mitt arbete

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Vad kan Gymnastikförbundet bli bättre på? Beskriv kortfattat:**Övriga kommentarer****Jag är villig att ställa upp på en intervju**

Ja Nej

Om svaret är Ja – kontakta mig på jonas.stier@mdh.se eller 0761-34 06 60

Stockholm den 25 augusti 2012

Hej!

Jag heter Jonas Stier, är forskare vid Mälardalens högskola och har av Gymnastikförbundet fått i uppdrag att studera vad man i uppdragsbeskrivningen kallar "ledarkulturen inom SvGF:s elitinriktade verksamhet med fokus på landslagen inom AG (manlig/kvinnlig), Trupp, Trampolin och rytmisk gymnastik". Målet med studien är att identifiera såväl "starka" områden i verksamheten som eventuella områden som kan utvecklas.

Undersökningens syfte är att beskriva vad som kännetecknar ledarkulturen inom landslagen som helhet. Därför behandlas de uppgifter ni ger mig konfidentiellt (även gentemot Gymnastik-förbundet).

Studien består av två delar: en *enkät*del och en *intervju*del. Att delta i enkäten är frivilligt. Den vänder sig till er som aktiva gymnaster inom de ovan nämnda landslagen och återfinns på nästa sida. Den är tänkt att ge en bred bild av ledarkulturen. Den andra delen av studien utgörs av en uppföljande intervjustudie, som är tänkt att ge en djupare förståelse av ledarkulturen. Intervjuerna kommer att genomföras under september och oktober med ett urval av er gymnaster och jag ber er redan nu notera på enkätens sista sida om ni är villiga att ställa upp på en intervju på cirka en timme.

Har ni några frågor eller kommentarer får ni gärna höra av er!!!

Jonas

Tel. 0761-34 06 60

jonas.stier@mdh.se

ENKÄT

Enkäten tar 15-20 minuter att besvara. Du behöver inte skriva under med namn. Läs frågorna/påståendena noga och markera det alternativ som bäst överensstämmer med din uppfattning. Det är viktigt att du är uppriktig och bevarar/tar ställning till samtliga frågor/påståenden. Tack för din medverkan!

DEL I**Jag är**

Man/Pojke Kvinna/Flicka

Ålder**Jag tränar framförallt**

Manlig AG Kvinnlig AG RG Trupp Trampolin

DEL II

Markera det alternativ som bäst överensstämmer med din uppfattning

Min huvudsakliga tränare är

Man Kvinna

Jag trivs med min tränare

Stämmer helt Stämmer för det mesta Stämmer för det mesta inte Stämmer inte alls

Min tränare är tillräcklig kunnig för att träna mig

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Min tränare är bra på att motivera mig

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Min tränare vet bättre än jag själv vad som är bäst för mig

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Det är viktigt att tränaren håller hårt på disciplinen

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Tränarens uppgift är att skapa en trygg träningsmiljö

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Mina resultat är viktiga för mitt självförtroende

Stämmer helt Stämmer i huvudsak Stämmer i huvudsak inte Stämmer inte alls

Många av oss gymnaster är ”överkänsliga”

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Många av oss gymnaster gnäller för mycket

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Lojalitet med tränaren är viktigare än att jag når resultat

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

I relation till tränaren är det jag som bestämmer

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag känner till Gymnastikförbundets ”Riktlinjer för Träning och Tävlning”

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag följer alltid Gymnastikförbundets ”Riktlinjer för Träning och Tävlning”

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag vågar ifrågasätta tränarens råd

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag äter mindre än vad jag tror jag borde

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag har tränat trots att jag har varit skadad eller varit sjuk

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag känner press från tränaren att träna även om jag är skadad eller är sjuk

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag känner till Gymnastikförbundets Kravprofil gällande rekommenderad träningsmängd

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag följer Gymnastikförbundets Kravprofil gällande rekommenderad träningsmängd

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Min tränare diskuterar alltid träningsupplägg och målsättningar med mig

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Vill man lyckas på elitnivå måste det ”få göra lite ont”

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag är orolig för att misslyckas

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag känner mig trygg med tränare

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Tränaren för en regelbunden dialog med mina (de som inte är myndiga) föräldrar

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag har träffat på gymnastiktränare som inte borde vara tränare

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Att vara lojal med tränaren är viktigt

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag tycker det är bra att Gymnastikförbundet undersöker ledarkulturen bland landslagen

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Att det är ”kul med gymnastik” är viktigare än resultaten

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag tror att många gymnaster inte vågar vara öppna med vad de tycker om sin tränare

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag får tillräckligt med beröm

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Det händer att tränare favoriserar en gymnast

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Min tränare ogillar kritik

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Jag vågar vara ärlig mot min tränare

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Min tränare har någon gång på träning uttryckt sig kränkande mot mig

Stämmer helt	Stämmer i huvudsak	Stämmer i huvudsak inte	Stämmer inte alls
--------------	--------------------	-------------------------	-------------------

Beskriv

Jag tycker att Gymnastikförbundet stöttar oss gymnaster tillräckligt

Stämmer helt

Stämmer i huvudsak

Stämmer i huvudsak inte

Stämmer inte alls

Vad kan Gymnastikförbundet bli bättre på? Beskriv kortfattat:

Övriga kommentarer

Jag är villig att ställa upp på en intervju

Ja

Nej

Om svaret är Ja – kontakta mig på jonas.stier@mdh.se eller 0761-34 06 60

Gymnastundersökning

Publicerad från 17.09.2012 till 27.09.2012

33 respondenter (33 unika)

2. 1. Jag är

Alternativ	Procent	Värden
1 Man/Pojke	45,5 %	15
2 Kvinna/Flicka	54,5 %	18
Totalt		33

4. 3. Jag tränar framför allt:

Alternativ	Procent	Värden
1 Manlig AG	6,1 %	2
2 Kvinnlig AG	3,0 %	1
3 RG	6,1 %	2
4 Trampolin	9,1 %	3
5 Truppgymnastik	75,8 %	25
Totalt		33

6. 4. Min huvudsakliga tränare är:

Alternativ	Procent	Värden
1 Man	81,8 %	27
2 Kvinna	18,2 %	6
Totalt		33

7. 5. Jag trivs med min tränare:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	60,6 %	20
2 Stämmer för det mesta	30,3 %	10
3 Stämmer för det mesta inte	9,1 %	3
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		33

8. 6. Min tränare är tillräcklig kunnig för att träna mig:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	72,7 %	24
2 Stämmer för det mesta	24,2 %	8
3 Stämmer för det mesta inte	3,0 %	1
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		33

9. 7. Min tränare är bra på att motivera mig:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	45,5 %	15
2 Stämmer för det mesta	45,5 %	15
3 Stämmer för det mesta inte	6,1 %	2
4 Stämmer inte alls	3,0 %	1
Totalt		33

10. 8. Min tränare vet bättre än jag själv vad som är bäst för mig:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	12,5 %	4
2 Stämmer för det mesta	62,5 %	20
3 Stämmer för det mesta inte	15,6 %	5
4 Stämmer inte alls	9,4 %	3
Totalt		32

11. 9. Det är viktigt att tränaren håller hårt på disciplinen:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	39,4 %	13
2 Stämmer för det mesta	48,5 %	16
3 Stämmer för det mesta inte	12,1 %	4
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		33

12. 10. Tränarens uppgift är att skapa en trygg träningsmiljö:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	69,7 %	23
2 Stämmer för det mesta	30,3 %	10
3 Stämmer för det mesta inte	0,0 %	0
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		33

13. 11. Mina resultat är viktiga för mitt självförtroende:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	45,5 %	15
2 Stämmer för det mesta	51,5 %	17
3 Stämmer för det mesta inte	3,0 %	1
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		33

14. 12. Många av oss gymnaster är "överkänsliga":

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	9,1 %	3
2 Stämmer för det mesta	18,2 %	6
3 Stämmer för det mesta inte	54,5 %	18
4 Stämmer inte alls	18,2 %	6
Totalt		33

15. 13. Många av oss gymnaster gnäller för mycket:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	0,0 %	0
2 Stämmer för det mesta	24,2 %	8
3 Stämmer för det mesta inte	57,6 %	19
4 Stämmer inte alls	18,2 %	6
Totalt		33

16. 14. Lojalitet med tränaren är viktigare än att jag når resultat:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	6,7 %	2
2 Stämmer för det mesta	33,3 %	10
3 Stämmer för det mesta inte	43,3 %	13
4 Stämmer inte alls	16,7 %	5
Totalt		30

17. 15. I relation till tränaren är det jag som bestämmer :

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	0,0 %	0
2 Stämmer för det mesta	45,5 %	15
3 Stämmer för det mesta inte	30,3 %	10
4 Stämmer inte alls	24,2 %	8
Totalt		33

18. 16. Jag känner till Gymnastikförbundets "Riktlinjer för Träning och Tävlning":

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	9,1 %	3
2 Stämmer för det mesta	21,2 %	7
3 Stämmer för det mesta inte	30,3 %	10
4 Stämmer inte alls	39,4 %	13
Totalt		33

19. 17. Jag följer alltid Gymnastikförbundets "Riktlinjer för Träning och Tävlning":

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	15,2 %	5
2 Stämmer för det mesta	18,2 %	6
3 Stämmer för det mesta inte	3,0 %	1
4 Stämmer inte alls	6,1 %	2
-1 Vet ej	57,6 %	19
Totalt		33

20. 18. Jag vågar ifrågasätta tränarens råd:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	60,6 %	20
2 Stämmer för det mesta	27,3 %	9
3 Stämmer för det mesta inte	9,1 %	3
4 Stämmer inte alls	3,0 %	1
Totalt		33

21. 19. Jag äter mindre än vad jag tror jag borde :

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	3,0 %	1
2 Stämmer för det mesta	6,1 %	2
3 Stämmer för det mesta inte	24,2 %	8
4 Stämmer inte alls	66,7 %	22
Totalt		33

22. 20. Jag har tränat trots att jag har varit skadad eller varit sjuk:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	66,7 %	22
2 Stämmer för det mesta	24,2 %	8
3 Stämmer för det mesta inte	6,1 %	2
4 Stämmer inte alls	3,0 %	1
Totalt		33

23. 21. Jag känner press från tränaren att träna även om jag är skadad eller är sjuk:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	6,1 %	2
2 Stämmer för det mesta	27,3 %	9
3 Stämmer för det mesta inte	42,4 %	14
4 Stämmer inte alls	24,2 %	8
Totalt		33

24. 22. Jag känner till Gymnastikförbundets Kravprofil gällande rekommenderad träningsmängd:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	6,1 %	2
2 Stämmer för det mesta	15,2 %	5
3 Stämmer för det mesta inte	21,2 %	7
4 Stämmer inte alls	57,6 %	19
Totalt		33

25. 23. Jag följer Gymnastikförbundets Kravprofil gällande rekommenderad träningsmängd:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	0,0 %	0
2 Stämmer för det mesta	9,1 %	3
3 Stämmer för det mesta inte	6,1 %	2
4 Stämmer inte alls	12,1 %	4
-1 Vet ej	72,7 %	24
Totalt		33

26. 24. Min tränare diskuterar alltid träningsupplägg och målsättningar med mig

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	36,4 %	12
2 Stämmer för det mesta	48,5 %	16
3 Stämmer för det mesta inte	12,1 %	4
4 Stämmer inte alls	3,0 %	1
Totalt		33

27. 25. Vill man lyckas på elitnivå måste det "få göra lite ont":

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	51,5 %	17
2 Stämmer för det mesta	45,5 %	15
3 Stämmer för det mesta inte	3,0 %	1
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		33

28. 26. Jag är orolig för att misslyckas:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	15,2 %	5
2 Stämmer för det mesta	36,4 %	12
3 Stämmer för det mesta inte	39,4 %	13
4 Stämmer inte alls	9,1 %	3
Totalt		33

29. 27. Jag känner mig trygg med tränare:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	72,7 %	24
2 Stämmer för det mesta	27,3 %	9
3 Stämmer för det mesta inte	0,0 %	0
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		33

30. 28. Tränaren för en regelbunden dialog med mina (de som inte är myndiga) föräldrar :

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	12,0 %	3
2 Stämmer för det mesta	16,0 %	4
3 Stämmer för det mesta inte	8,0 %	2
4 Stämmer inte alls	16,0 %	4
-1 Vet ej	48,0 %	12
Totalt		25

31. 29. Jag har träffat på gymnastiktränare som inte borde vara tränare:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	30,3 %	10
2 Stämmer för det mesta	24,2 %	8
3 Stämmer för det mesta inte	30,3 %	10
4 Stämmer inte alls	15,2 %	5
Totalt		33

32. 30. Att vara lojal med tränaren är viktigt:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	43,8 %	14
2 Stämmer för det mesta	50,0 %	16
3 Stämmer för det mesta inte	6,3 %	2
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		32

33. 31. Jag tycker det är bra att Gymnastikförbundet undersöker ledarkulturen bland landslagen:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	69,7 %	23
2 Stämmer för det mesta	21,2 %	7
3 Stämmer för det mesta inte	9,1 %	3
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		33

34. 32. Att det är "kul med gymnastik" är viktigare än resultaten:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	15,2 %	5
2 Stämmer för det mesta	57,6 %	19
3 Stämmer för det mesta inte	21,2 %	7
4 Stämmer inte alls	6,1 %	2
Totalt		33

35. 33. Jag tror att många gymnaster inte vågar vara öppna med vad de tycker om sin tränare:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	12,1 %	4
2 Stämmer för det mesta	42,4 %	14
3 Stämmer för det mesta inte	39,4 %	13
4 Stämmer inte alls	6,1 %	2
Totalt		33

36. 34. Jag får tillräckligt med beröm:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	42,4 %	14
2 Stämmer för det mesta	48,5 %	16
3 Stämmer för det mesta inte	9,1 %	3
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		33

37. 35. Det händer att tränare favoriserar en gymnast:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	12,1 %	4
2 Stämmer för det mesta	24,2 %	8
3 Stämmer för det mesta inte	42,4 %	14
4 Stämmer inte alls	21,2 %	7
Totalt		33

38. 36. Min tränare ogillar kritik:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	6,1 %	2
2 Stämmer för det mesta	15,2 %	5
3 Stämmer för det mesta inte	39,4 %	13
4 Stämmer inte alls	39,4 %	13
Totalt		33

39. 37. Jag vågar vara ärlig mot min tränare:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	54,5 %	18
2 Stämmer för det mesta	36,4 %	12
3 Stämmer för det mesta inte	6,1 %	2
4 Stämmer inte alls	3,0 %	1
Totalt		33

40. 38. Min tränare har någon gång på träning uttryckt sig kränkande mot mig:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	6,1 %	2
2 Stämmer för det mesta	0,0 %	0
3 Stämmer för det mesta inte	21,2 %	7
4 Stämmer inte alls	72,7 %	24
Totalt		33

41. Beskriv:

Av utrymmes- och konfidentialitetsskäl presenteras inte en sammanställning av frisvaren här.

42. 39. Jag tycker att Gymnastikförbundet stöttar oss gymnaster tillräckligt:

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	15,6 %	5
2 Stämmer för det mesta	40,6 %	13
3 Stämmer för det mesta inte	31,3 %	10
4 Stämmer inte alls	12,5 %	4
Totalt		32

43. Vad kan Gymnastikförbundet bli bättre på? Beskriv kortfattat:

Av utrymmes- och konfidentialitetsskäl presenteras inte en sammanställning av frisvaren här.

44. 40. Övriga kommentarer

Av utrymmes- och konfidentialitetsskäl presenteras inte en sammanställning av frisvaren här.

45. 41. Jag är villig att ställa upp på en intervju

Alternativ	Procent	Värden
1 Ja	27,3 %	9
2 Nej	72,7 %	24
Totalt		33

Ledarundersökning

Publicerad från 08.07.2012 till 26.08.2012

64 respondenter (64 unika)

1. Jag är

Alternativ	Procent	Värden
1 Man	50,8 %	32
2 Kvinna	49,2 %	31
Totalt		63

2. Jag har formell tränarutbildning

Alternativ	Procent	Värden
1 Ja	83,9 %	52
2 Nej	16,1 %	10
Totalt		62

3. Jag har varit aktiv som landslagstränare eller tränare till landslagsgymnast

Alternativ	Procent	Värden
1 1-5 år	42,9 %	27
2 6-10 år	27,0 %	17
3 11-15 år	15,9 %	10
4 16-20 år	3,2 %	2
5 20 år-	11,1 %	7
Totalt		63

4. Just nu tränar jag

Alternativ	Procent	Värden
1 Flickor/damer	50,0 %	31
2 Pojkar/herrar	25,8 %	16
3 Både och	24,2 %	15
Totalt		62

5. Jag är framförallt tränare inom

Alternativ	Procent	Värden
1 Manlig AG	9,5 %	6
2 Kvinnlig AG	12,7 %	8
3 RG	15,9 %	10
4 Trupp	50,8 %	32
5 Trampolin	11,1 %	7
Totalt		63

6.1 Markera det alternativ som bäst överensstämmer med din uppfattning - Jag trivs med att vara tränare

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	57,1 %	36
2 Stämmer för det mesta	42,9 %	27
3 Stämmer för det mesta inte	0,0 %	0
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		63

6.2 Markera det alternativ som bäst överensstämmer med din uppfattning - Jag har tillräcklig kompetens för att vara tränare

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	54,0 %	34
2 Stämmer för det mesta	44,4 %	28
3 Stämmer för det mesta inte	1,6 %	1
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		63

6.3 Markera det alternativ som bäst överensstämmer med din uppfattning - Jag har fått tränarutbildning som överensstämmer med Gymnastikförbundets krav

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	60,3 %	38
2 Stämmer för det mesta	30,2 %	19
3 Stämmer för det mesta inte	4,8 %	3
4 Stämmer inte alls	4,8 %	3
Totalt		63

6.4 Markera det alternativ som bäst överensstämmer med din uppfattning - Utbildningen innehåller det som behövs för att jag ska fungera väl som tränare

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	32,3 %	20
2 Stämmer för det mesta	54,8 %	34
3 Stämmer för det mesta inte	11,3 %	7
4 Stämmer inte alls	1,6 %	1
Totalt		62

7. Hur länge sedan är det sedan jag slutförde min senaste utbildning

Alternativ	Procent	Värden
1 Mindre 1 år	37,1 %	23
2 1-3 år	38,7 %	24
3 4-5 år	8,1 %	5
4 -6 år	16,1 %	10
Totalt		62

8. Vad kan förbättras i tränarutbildningen?

Av utrymmes- och konfidentialitetsskäl presenteras inte en sammanställning av frisvaren här.

9.1 Del 1 - Min uppgift som tränare är att motivera

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	65,1 %	41
2 Stämmer i huvudsak	31,7 %	20
3 Stämmer i huvudsak inte	3,2 %	2
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		63

9.2 Del 1 - Jag vet bättre än gymnasten själv vad som är bäst för honom/henne

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	3,2 %	2
2 Stämmer i huvudsak	58,1 %	36
3 Stämmer i huvudsak inte	35,5 %	22
4 Stämmer inte alls	3,2 %	2
Totalt		62

9.3 Del 1 - Min uppgift som tränare är att disciplinera

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	6,3 %	4
2 Stämmer i huvudsak	36,5 %	23
3 Stämmer i huvudsak inte	49,2 %	31
4 Stämmer inte alls	7,9 %	5
Totalt		63

9.4 Del 1 - Min uppgift som tränare är att skapa en trygg träningsmiljö

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	90,5 %	57
2 Stämmer i huvudsak	7,9 %	5
3 Stämmer i huvudsak inte	1,6 %	1
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		63

9.5 Del 1 - Gymnastens resultat är viktiga för mitt självförtroende

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	6,3 %	4
2 Stämmer i huvudsak	27,0 %	17
3 Stämmer i huvudsak inte	49,2 %	31
4 Stämmer inte alls	17,5 %	11
Totalt		63

9.6 Del 1 - Många gymnaster är "överkänsliga"

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	1,6 %	1
2 Stämmer i huvudsak	11,1 %	7
3 Stämmer i huvudsak inte	55,6 %	35
4 Stämmer inte alls	31,7 %	20
Totalt		63

9.7 Del 1 - Många gymnaster gnäller för mycket

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	1,6 %	1
2 Stämmer i huvudsak	8,1 %	5
3 Stämmer i huvudsak inte	64,5 %	40
4 Stämmer inte alls	25,8 %	16
Totalt		62

9.8 Del 1 - Lojalitet med tränaren är viktigare än att gymnasten når resultat

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	8,1 %	5
2 Stämmer i huvudsak	29,0 %	18
3 Stämmer i huvudsak inte	35,5 %	22
4 Stämmer inte alls	27,4 %	17
Totalt		62

9.9 Del 1 - I relation till gymnasten är det jag som bestämmer

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	4,8 %	3
2 Stämmer i huvudsak	50,0 %	31
3 Stämmer i huvudsak inte	38,7 %	24
4 Stämmer inte alls	6,5 %	4
Totalt		62

10.1 Del 2 - Jag känner till Gymnastikförbundets "Riktlinjer för Träning och Tävlning"

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	44,4 %	28
2 Stämmer i huvudsak	46,0 %	29
3 Stämmer i huvudsak inte	6,3 %	4
4 Stämmer inte alls	3,2 %	2
Totalt		63

10.2 Del 2 - Jag följer alltid Gymnastikförbundets "Riktlinjer för Träning och Tävlning"

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	40,3 %	25
2 Stämmer i huvudsak	53,2 %	33
3 Stämmer i huvudsak inte	3,2 %	2
4 Stämmer inte alls	3,2 %	2
Totalt		62

10.3 Del 2 - Jag tycker att det är bra när gymnasterna ifrågasätter mina råd

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	20,6 %	13
2 Stämmer i huvudsak	71,4 %	45
3 Stämmer i huvudsak inte	7,9 %	5
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		63

10.4 Del 2 - Jag är vaksam när det gäller ätstörningar

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	68,3 %	43
2 Stämmer i huvudsak	23,8 %	15
3 Stämmer i huvudsak inte	4,8 %	3
4 Stämmer inte alls	3,2 %	2
Totalt		63

10.5 Del 2 - Jag är vaksam när det gäller osund träning

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	69,4 %	43
2 Stämmer i huvudsak	30,6 %	19
3 Stämmer i huvudsak inte	0,0 %	0
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		62

10.6 Del 2 - Jag följer Gymnastikförbundets Kravprofil gällande rekommenderad träningsmängd

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	33,3 %	20
2 Stämmer i huvudsak	58,3 %	35
3 Stämmer i huvudsak inte	0,0 %	0
4 Stämmer inte alls	8,3 %	5
Totalt		60

11. Jag reflekterar över min tränarroll

Alternativ	Procent	Värden
1 Varje dag	61,9 %	39
2 Max en gång per vecka	27,0 %	17
3 Max en gång per månad	6,3 %	4
4 Mer sällan	4,8 %	3
Totalt		63

12. Det är lättare att träna pojkar/herrar än flickor/damer

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	6,3 %	4
2 Stämmer i huvudsak	23,8 %	15
3 Stämmer i huvudsak inte	12,7 %	8
4 Stämmer inte alls	14,3 %	9
5 Har inte den erfarenheten	42,9 %	27
Totalt		63

13.1 Del 3 - Jag instruerar hellre än diskuterar

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	3,2 %	2
2 Stämmer i huvudsak	58,7 %	37
3 Stämmer i huvudsak inte	30,2 %	19
4 Stämmer inte alls	7,9 %	5
Totalt		63

13.2 Del 3 - Jag diskuterar alltid träningsupplägg och målsättningar med gymnasterna

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	38,7 %	24
2 Stämmer i huvudsak	54,8 %	34
3 Stämmer i huvudsak inte	6,5 %	4
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		62

13.3 Del 3 - Jag diskuterar ledarskapsfrågor varje vecka med mina kollegor

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	30,6 %	19
2 Stämmer i huvudsak	41,9 %	26
3 Stämmer i huvudsak inte	19,4 %	12
4 Stämmer inte alls	8,1 %	5
Totalt		62

13.4 Del 3 - Jag tycker DN:s reportage om elitgymnastiken ger en rättvisande bild av verkligheten

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	3,6 %	2
2 Stämmer i huvudsak	12,7 %	7
3 Stämmer i huvudsak inte	45,5 %	25
4 Stämmer inte alls	38,2 %	21
Totalt		55

13.5 Del 3 - Vill man lyckas på elitnivå måste det "få göra lite ont"

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	24,6 %	15
2 Stämmer i huvudsak	45,9 %	28
3 Stämmer i huvudsak inte	26,2 %	16
4 Stämmer inte alls	3,3 %	2
Totalt		61

14.1 Del 4 - Jag är orolig för att misslyckas

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	3,2 %	2
2 Stämmer i huvudsak	9,7 %	6
3 Stämmer i huvudsak inte	56,5 %	35
4 Stämmer inte alls	30,6 %	19
Totalt		62

14.2 Del 4 - Jag har tillräcklig kompetens när det gäller idrottsskador

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	6,3 %	4
2 Stämmer i huvudsak	50,8 %	32
3 Stämmer i huvudsak inte	34,9 %	22
4 Stämmer inte alls	7,9 %	5
Totalt		63

14.3 Del 4 - Jag känner mig otrygg i min tränarroll

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	1,6 %	1
2 Stämmer i huvudsak	4,8 %	3
3 Stämmer i huvudsak inte	31,7 %	20
4 Stämmer inte alls	61,9 %	39
Totalt		63

14.4 Del 4 - Jag har regelbunden dialog med gymnasternas (de som inte är myndiga) föräldrar

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	30,2 %	19
2 Stämmer i huvudsak	46,0 %	29
3 Stämmer i huvudsak inte	19,0 %	12
4 Stämmer inte alls	4,8 %	3
Totalt		63

14.5 Del 4 - Jag är nöjd med vad jag presterar som tränare

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	22,2 %	14
2 Stämmer i huvudsak	73,0 %	46
3 Stämmer i huvudsak inte	4,8 %	3
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		63

14.6 Del 4 - I våra led har vi de som inte borde vara tränar

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	14,8 %	9
2 Stämmer i huvudsak	14,8 %	9
3 Stämmer i huvudsak inte	52,5 %	32
4 Stämmer inte alls	18,0 %	11
Totalt		61

14.7 Del 4 - Lojalitet med tränaren är viktigt

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	23,0 %	14
2 Stämmer i huvudsak	52,5 %	32
3 Stämmer i huvudsak inte	23,0 %	14
4 Stämmer inte alls	1,6 %	1
Totalt		61

15.1 Del 5 - Jag tycker att det är bra att Gymnastikförbundet undersöker ledarkulturen bland landslagen

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	74,6 %	47
2 Stämmer i huvudsak	23,8 %	15
3 Stämmer i huvudsak inte	0,0 %	0
4 Stämmer inte alls	1,6 %	1
Totalt		63

15.2 Del 5 - Att det är "kul med gymnastik" är viktigare än resultaten

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	33,9 %	21
2 Stämmer i huvudsak	56,5 %	35
3 Stämmer i huvudsak inte	9,7 %	6
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		62

15.3 Del 5 - Jag har tillräcklig kompetens när det gäller ätstörningar

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	20,6 %	13
2 Stämmer i huvudsak	33,3 %	21
3 Stämmer i huvudsak inte	38,1 %	24
4 Stämmer inte alls	7,9 %	5
Totalt		63

15.4 Del 5 - Jag har tillräcklig kompetens när det gäller osund träning

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	27,0 %	17
2 Stämmer i huvudsak	58,7 %	37
3 Stämmer i huvudsak inte	14,3 %	9
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		63

15.5 Del 5 - Jag skulle vidta åtgärder om en gymnast far illa

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	80,6 %	50
2 Stämmer i huvudsak	16,1 %	10
3 Stämmer i huvudsak inte	3,2 %	2
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		62

15.6 Del 5 - Jag tror att många gymnaster inte vågar vara öppna med vad de tycker om sin tränare

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	14,3 %	9
2 Stämmer i huvudsak	38,1 %	24
3 Stämmer i huvudsak inte	41,3 %	26
4 Stämmer inte alls	6,3 %	4
Totalt		63

16.1 Del 6 - Det finns en stark konkurrens mellan oss tränare

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	4,8 %	3
2 Stämmer i huvudsak	19,4 %	12
3 Stämmer i huvudsak inte	48,4 %	30
4 Stämmer inte alls	27,4 %	17
Totalt		62

16.2 Del 6 - Jag ger tillräckligt med beröm

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	42,9 %	27
2 Stämmer i huvudsak	55,6 %	35
3 Stämmer i huvudsak inte	1,6 %	1
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		63

16.3 Del 6 - Jag har någon gång favoriserat en gymnast

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	8,1 %	5
2 Stämmer i huvudsak	27,4 %	17
3 Stämmer i huvudsak inte	43,5 %	27
4 Stämmer inte alls	21,0 %	13
Totalt		62

16.4 Del 6 - Jag ogillar kritik

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	0,0 %	0
2 Stämmer i huvudsak	14,3 %	9
3 Stämmer i huvudsak inte	50,8 %	32
4 Stämmer inte alls	34,9 %	22
Totalt		63

16.5 Del 6 - Jag har tillräcklig kompetens ifråga om gymnasternas fysiska, sociala och psykiska utveckling

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	14,3 %	9
2 Stämmer i huvudsak	71,4 %	45
3 Stämmer i huvudsak inte	14,3 %	9
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		63

17.1 Del 7 - Jag reflekterar ofta över min relation till mina gymnaster

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	39,7 %	25
2 Stämmer i huvudsak	42,9 %	27
3 Stämmer i huvudsak inte	11,1 %	7
4 Stämmer inte alls	6,3 %	4
Totalt		63

17.2 Del 7 - Det är ibland svårt att hålla en professionell distans till mina gymnaster

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	6,3 %	4
2 Stämmer i huvudsak	19,0 %	12
3 Stämmer i huvudsak inte	44,4 %	28
4 Stämmer inte alls	30,2 %	19
Totalt		63

17.3 Del 7 - Jag har någon gång på träningen uttryckt mig på ett sätt som kan uppfattas som kränkande

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	8,1 %	5
2 Stämmer i huvudsak	17,7 %	11
3 Stämmer i huvudsak inte	54,8 %	34
4 Stämmer inte alls	19,4 %	12
Totalt		62

17.4 Del 7 - Gymnasterna vågar vara ärliga mot mig som tränare

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	25,4 %	16
2 Stämmer i huvudsak	71,4 %	45
3 Stämmer i huvudsak inte	3,2 %	2
4 Stämmer inte alls	0,0 %	0
Totalt		63

17.5 Del 7 - Jag tycker Gymnastikförbundet stöttar mig tillräckligt i mitt arbete

Alternativ	Procent	Värden
1 Stämmer helt	14,5 %	9
2 Stämmer i huvudsak	38,7 %	24
3 Stämmer i huvudsak inte	37,1 %	23
4 Stämmer inte alls	9,7 %	6
Totalt		62

18. Vad kan Gymnastikförbundet bli bättre på? Beskriv kortfattat

Av utrymmes- och konfidentialitetsskäl presenteras inte en sammanställning av frisvaren här.

19. Övriga kommentarer

Av utrymmes- och konfidentialitetsskäl presenteras inte en sammanställning av frisvaren här.



MÄLARDALENS HÖGSKOLA
ESKILSTUNA VÄSTERÅS

Box 883, 721 23 Västerås **Tfn:** 021-10 13 00
Box 325, 631 05 Eskilstuna **Tfn:** 016-15 36 00
E-post: info@mdh.se **Webb:** www.mdh.se