

Vad möjliggör och begränsar en hållbar elitfräddrott?

-Aktionsforskning i elitidrottspraktiker inom Göteborgs
fräddrottsförbund

Vad möjliggör och begränsar en hållbar elitfriidrott?

-Aktionsforskning i elitidrottspraktiker inom
Göteborgs friidrottsförbund

John Dohlsten



© JOHN DOHLSTEN, 2020
ISBN 978-91-7963-046-1 (tryckt)
ISBN 978-91-7963-047-8 (pdf)
ISSN 0436-1121

Publikationen finns även i fulltext på:
<https://gupea.ub.gu.se/>

Akademisk avhandling i Idrottsvetenskap, vid institutionen för kost och idrottsvetenskap

Prenumeration på serien eller beställningar av enskilda exemplar skickas till:
Acta Universitatis Gothoburgensis, Box 222, 405 30 Göteborg, eller till
acta@ub.gu.se

Avhandlingen är genomförd i samarbete med Göteborgs friidrottsförbund

Tryck: Stema Specialtryck AB, Borås, 2020



Abstract

Title: What enables and constrain sustainability in elite athletics? -Action research in elite sports practices within the Gothenburg Athletics Association

Author: John Dohlsten

Language: Swedish with an English summary

ISBN: 978-91-7963-046-1 (tryckt)

ISBN: 978-91-7963-047-8 (pdf)

ISSN: 0436-1121

Keywords: Action research, Athletics, Coaching, Professional development, Sustainability

In athletics, there are few strategies for detecting and managing ill health and poor well-being. New innovative collaborations are needed for coaches to meet the challenge of promoting health and creating well-being among athletes while developing top performers.

This research explores the conditions for coaches' professional development to develop a more sustainable elite sport. In addition, this study problematizes the coaches' development work towards a more sustainable elite sport in Gothenburg athletics.

The thesis consists of several theoretical perspectives. The theory of practice architecture and ecologies of practice are used as overarching theories to identify, understand, and describe how coaches develop. Careership theory is used to explore professional development. The theoretical concept of sustainability, the theory of ethics of care and practical wisdom are used to explore a deeper understanding of sustainability. The thesis is based on an action research project where the data are produced from semi-structured interviews, focus group interviews, meeting recordings, observations, and logbook notes.

The results show that coaches' professional development for creating a more sustainable elite sport takes place while reflecting with other coaches about their coaching role and their lack of knowledge. The results also show that focus on holistic perspectives and long-term processes on athletes' development enabled the athletes to

develop and perform. However, there were no structures, requirements, or support for the athletes or coaches to prioritize long-term goals over short-term goals. The coaches' meeting practice became a forum for professional development through cooperation although the coaches' own drive to develop the practice was constrained by the fact that there was no support from the clubs for this organized professional development. Furthermore, the results also show that the coaches expressed an ambition to develop more knowledge to be able to work towards a more sustainable elite sport, but were constrained by unclear requirements as a coach and by their athletes' focus on results.

Förord

Tack till alla kollegor på Göteborgs friidrottsförbund och på Göteborgs universitet. Framför allt vill jag rikta ett stort tack till alla tränare, aktiva idrottare och föreningsmänniskor som med intresse har deltagit och stöttat mitt arbete.

Tack till alla doktorandkollegor, granskare och seminarieledare som har gett mig feedback på mina texter.

Stort tack till Bo Edsberger och Johan Wettergren för ert stöd och att ni möjliggjorde detta arbete.

Tack till mina handledare. Natalie Barker-Ruchti, för att du introducerade mig till begreppet hållbarhet och allt stöd under arbetet. Karin Rönnerman, för att du har guidat mig igenom aktionsforskningen, givit mig ett brett nätverk samt allt stöd de sista två åren.

Stort tack till min huvudhandledare Eva-Carin Lindgren. Utan dig hade detta inte blivit av. Du har varit ett föredöme.

Mamma Kerstin, Pappa Ulf, Sofia, Martin och Victor, tack för eran nyfikenhet och ert stöd. Det gick ju!

Nova, Rio, Vita, Vega (och Maggan), nu är den klar!

Anjelica, dansa mig till kärleken.

'Jag är ingen kämpe, jag är en drömmare.' (Farväl Majorna, andra akten)

John Dohlsten, Majorna

Innehåll

ARTIKLAR	11
1. INLEDNING	13
Problemområde och utgångspunkt	15
Aktionsforskning inom elitidrottspraktiker	17
Syfte och frågeställningar	20
Avhandlingens disposition.....	20
2. BAKGRUND OCH KUNSKAPSLÄGET.....	23
Elitidrott i Sverige	23
Elitidrott, (o)hälsa och välbefinnande.....	26
Tränares uppdrag.....	30
Formell professionell utveckling.....	31
Informell och icke-formell lärande.....	32
Friidrottstränares utmaningar.....	34
3. TEORETISK REFERENSRAM	37
Teorin om Praktikarkitekturer	40
Praktikens lokala kontexter.....	44
Praktikernas sammanhang	45
Praktikernas sammanhang för Göteborgs friidrott – en skiss	46
Karriärvägar och elittränares professionella utveckling	48
Hållbarhet	50
Hållbarhet och elitidrott.....	52
Omsorgsetik och praktisk visdom.....	55
Omsorgsetik och tränarskap	57
Praktisk visdom	59
4. FRIIDROTTEN SOM KONTEXT: FRIIDROTTEN I GÖTEBORG	61
Svensk friidrott	61
Göteborgs friidrottsförbund	63
Göteborgs friidrottsförbunds organisation.....	65
5. METODOLOGI	67
Aktionsforskning som ansats	67

Aktionsforskning med elittränare inom Göteborgs fröidrottsförbund.....	69
Min roll	70
Elittränarnas delaktighet	72
Deltagare.....	73
Datainsamling	75
Semistrukturerade intervjuer med elittränare	76
Kompletterande semistrukturerade intervjuer med elittränare	77
Fokusgruppsintervjuer och enskild intervju med elitidrottare	77
Elittränarmöten och observationer	78
Analys.....	80
Identifiering av vändpunkter.....	80
Kvalitativ innehållsanalys	83
Analys av elittränarnas mötespraktik	86
Analys av praktikernas sammanhang	87
6. RESULTATDISKUSSION.....	91
Vändpunkter i elittränarnas karriärskapande som påverkat deras professionella utveckling.....	93
Strukturella vändpunkter.....	93
Tvingande vändpunkter	95
Självinitierade vändpunkter	97
Vad villkorar och påverkar en mer hållbar fröidrott på elitnivå, utifrån elittränare och elitidrottarens perspektiv?.....	100
Stöd för holistisk utveckling.....	100
Relationer och delaktighet	103
Elitidrottarnas villkor.....	104
Fysisk hälsa.....	105
Kompetens och utbildning	107
Förutsättningar för elittränarnas organiserade mötespraktik	108
Kulturella- diskursiva arrangemang.....	110
Materiella-ekonomiska arrangemang	111
Sociala-politiska arrangemang	112
Praktikernas sammanhang	113
7. METODKRITIK OCH ETISKA ASPEKTER.....	121

Metoddiskussion.....	121
Etiska överväganden.....	124
9. KONKLUSION OCH IMPLIKATIONER.....	127
SUMMARY.....	131
REFERENSER.....	141
BILAGOR.....	157

Artiklar

Avhandlingen innehåller följande studier, refererad i text med romerska siffror.

- I. Dohlsten, J., Barker-Ruchti, N., Lindgren, E-C. (2020) Caring as sustainable coaching in elite athletics: benefits and challenges, *Sports Coaching Review*, 9:1, 48-70, DOI: 10.1080/21640629.2018.1558896
- II. Dohlsten, J., Barker-Ruchti, N., Lindgren, E-C. (2020) Sustainable elite sport: Swedish athletes voices of sustainability in athletics, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, DOI: 10.1080/2159676X.2020.1778062
- III. Dohlsten, J., Rönnerman, K., Lindgren, E-C. How practice architectures enable and constrain Swedish elite athletics coaches organized meetings (Resubmitted)

VAD MÖJLIGGÖR OCH BEGRÄNSAR EN HÅLLBAR ELITFRIIDROTT

1. Inledning

Denna avhandling handlar om förutsättningar för hållbarhet i elitfriidrottspraktiker. Avhandlingens fokus är på elittränares professionella utveckling och är genomförd tillsammans med elittränare i friidrott. På initiativ av Göteborgs friidrottsförbund (GFIF) och aktiva elitfriidrottstränare i Göteborg utvecklades ett elittränarprojekt med syfte att utveckla mer hållbarhet för elitidrottarna i friidrottspraktikerna. Genom samverkan med Göteborgs universitet anställdes jag som doktorand för att vara delaktig i utvecklingsprojektet och driva det som ett aktionsforskningsprojekt. Det innebär att ansatsen för forskningen skulle verka och bidra till förändring i praktikerna. Elittränarna skulle tillsammans reflektera över erfarenheter, förutsättningar och villkor för sin professionella utveckling. Detta gjordes genom aktionsforskning som innebär en process där förändring kan ske genom strategiska åtgärder utifrån elittränarnas erfarenheter, reflektioner och idéer. Som titeln beskriver resonerar jag i avhandlingen om möjligheter och begränsningar för att skapa en mer hållbar elitidrott. För att kunna svara på detta har arbetet flera olika utgångspunkter. Dels utforskas elittränares professionella utveckling. Dels beskrivs vad en hållbar elitidrott innebär¹ samt vilka förutsättningar och vilket behov som finns för att nå en mer hållbar elitidrott. I huvudsak är elittränarna i fokus i denna doktorsavhandling, då aktionsforskningen främst har utgått från deras gemensamma mötespraktik. Jag har också kartlagt elittränarnas karriärsskapande för att förstå elittränares professionella utveckling. Jag har även utforskat hur elittränarna talar och navigerar utifrån sina förutsättningar att skapa bra möjligheter för elitidrottarna att utveckla sina prestationer. Emellertid har elitidrottarna också kommit till tals för att djupare kunna förstå vilka möjligheter som finns och vilka begränsningar som hindrar en hållbar elitidrott. Genom att presentera och delge de preliminära resultaten från elittränarnas kartläggning om deras karriärsskapande samt hur de och elitidrottarnas talar om

¹ Hållbarhet och hållbar elitidrott beskrivs och förklaras djupgående i kapitel 3. Teori.

hållbarhet, gavs de möjlighet att tillsammans diskutera och reflektera om förändringar i fridrottspraktikerna.

Utgångspunkten, och anledningen till att forskningen genomförts, är att förändra och utveckla elitfridrottspraktikerna i en riktning till att skapa bättre förutsättningar för elitidrottarens utveckling och minska negativa konsekvenser som kan uppstå från en elitidrottssatsning. Studier visar på att det krävs nya innovativa samarbeten för att klara av utmaningen med att hålla elitidrottare fria från skador samtidigt som de ska må bra och prestera på topp (Jacobsson, 2013a; Plateau, McDermott, Arcelus, & Meyer, 2014; Raysmith & Drew, 2016) och därmed bedriva en mer hållbar elitidrott. Genom att elittränarna får diskutera och reflektera tillsammans över hur de kan skapa en mer hållbar elitidrott ökar det möjligheterna att stödja elitidrottarna (jmf. Kemmis m.fl., 2014). Elittränarens professionella utveckling innebär att utveckla kunskaper för att klara av uppdraget att träna elitidrottare för utveckling och prestation. Detta är en komplex uppgift då elittränare inte bara ska guida elitidrottare att utveckla sina prestationer utan även förebygga skador, främja hälsa och skapa välbefinnande hos elitidrottare. Vägen in till elittränarskap är ofta slumpmässigt och har skett utifrån tillfälligheter (se exempelvis Barker-Ruchti m.fl., 2014; Lynch & Mallett, 2006) och specifikt inom fridrott i Sverige (Fahlström, Glemme, Hageskog, Kenttä, och Linnér, 2013). Förutsättningarna för elittränarnas professionella utveckling påverkas därför av deras karriärskapande. Deras karriärskapande är dock inte självklar utan påverkas av individens drivkraft samt tillfälligheter. Det finns inte heller några entydiga krav på elittränare och de krav som finns på elittränare inom svensk fridrott är motstridiga (Fahlström m.fl., 2013). Denna otydlighet innebär att ansvaret, rollen och innebörden av svenskt elittränarskap inte är uttalad (Fahlström m.fl., 2013). Detta medför i sin tur att förutsättningarna för elittränare att hjälpa elitidrottare över tid begränsas av denna otydlighet. En ytterligare aspekt på elittränarens professionella utveckling är att utvecklingen sker individuellt, oftast genom erfarenhet, och det är sällan som elittränare utvecklar betydande kunskaper från formella utbildningar (Erickson, Bruner, MacDonald, & Côté, 2008; Nelson, Cushion, & Potrac, 2006; Trudel & Gilbert, 2006). Det innebär att den

professionella utvecklingen mestadels sker genom reflektion, i interaktion med andra tränare, där den vanligaste formen för kunskapsutbyte är genom möten där tränare kan dela erfarenheter och diskutera dilemman (Gilbert & Trudel, 2001; Gilbert & Trudel, 2005; Harris, 2010).

Problemområde och utgångspunkt

Idrottsforskning visar att elitidrottare jakt på att utvecklas och prestera är det som motiverar dem att satsa på sin elitidrott (Jordalen, Lemyre, & Durand-Bush, 2019; Thiel, Schubring, Sven, Stephan, & Mayer, 2015). Elitidrottare sätts också under stor press på grund av jakten på ständig framgång och resultat (Baker, Safai, & Fraser-Thomas, 2015; Johnson, 2011; Thiel m.fl., 2015). Bakom elitidrottare framgångar ligger många års träning. Elitidrottare utveckling påverkas också av flera andra faktorer som inte är relaterat till den fysiska progressionen som exempelvis motivation (se exempelvis Jordalen m.fl., 2019), social trygghet (se exempelvis Henriksen, Stambulova, & Roessler, 2010) och välbefinnande (se exempelvis Cronin & Allen, 2018). Med andra ord, elitidrottare behöver må bra på flera plan för att kunna prestera på elitnivå. Det innebär att elittränare behöver en mängd kunskaper för att träna elitidrottare till att prestera. Elittränare behöver förstå teknisk, taktisk, psykisk och fysisk utveckling samt vilka krav som ställs inom deras specifika idrott (Bompa, 2009). De behöver också erfarenheter för hur de ska skapa en avgörande balans mellan prestation, press och elitidrottare välbefinnande (Côté & Gilbert, 2009; Côté, Young, North, & Duffy, 2007; Hardman & Jones, 2011; Martindale, Collins, & Daubney, 2005).

Trots att välbefinnande och hälsa har en stor betydelse för elitidrottare prestationer förbiser både elitidrottare och elittränare ofta dessa faktorer och normaliserar ett risktagande för att nå framgång (Overbye, 2018). Det är därför relativt vanligt att elitidrottare drabbas av både kortsiktiga och långsiktiga skador genom överträning (Jacobsson m.fl., 2013) och mental ohälsa (Johnson, 2011). I relation till de kontraster som finns inom elitidrott, att elitidrottare ska ligga på gränsen till att riskera fysisk och psykisk

ohälsa samtidigt som de ska utveckla en bra hälsa och välbefinnande, har begreppet *hållbarhet* på senare år uppmärksamrats även inom idrottsforskning (se exempelvis Barker-Ruchti & Barker, 2017). Flera forskare har också på senare år argumenterat för att det går att minska negativa konsekvenser av elitidrotten, genom att tränare fokuserar på sociala aspekter som utvecklar idrottarna både som människor och som idrottare, samtidigt som de har fokus på prestationsutvecklingen (Annerstedt & Lindgren, 2014; Barker-Ruchti, Barker, & Annerstedt, 2014; Grahn, 2014; Rynne & Mallett, 2014).

För att elittränare ska kunna klara av de komplexa och oförutsägbara utmaningar som innebär att träna elitidrottare behöver de få kunskap om hur elitidrottarna ser på vad som kan skapa en mer hållbar elitidrott för dem. Det finns idag inga studier om elitidrottarens perspektiv på en mer hållbar elitidrott och hur de resonerar kring sin hälsa och sitt välbefinnande för att skapa den nödvändiga balansen mellan prestation och långsiktig hälsa och välbefinnande.

Dessutom krävs förutsättningar för, och erfarenheter av, att utveckla hela människan (holistiska perspektiv), skapa delaktighet, kreativitet och reflektion om idrottarens individuella förutsättningar för att kunna utvecklas så bra som möjligt (Annerstedt & Lindgren, 2014; Barker-Ruchti m.fl., 2014; Lindgren & Barker-Ruchti, 2017; Potrac, Brewer, Jones, Armour, & Hoff, 2000). Dock saknas det forskning om hur elittränarens karriärskapande påverkar deras professionella utveckling, samt hur dessa aspekter möjliggörs och begränsas av strukturer i elitidrottspraktikerna.

De studier om hållbarhet och elitidrott som har gjorts är mestadels fallstudier med fåtal elittränare och det finns ett kunskapsgap om vad detta innebär i praktiken för elittränare. Det är också oklart vilket ansvar elittränare ska och bör ta för att hjälpa elitidrottare att prestera, samtidigt som de utvecklar en god hälsa och välbefinnande.

För att möjliggöra nya innovativa arbetsätt med fokus på långsiktig utveckling av hela människan snarare än kortsiktigt resultatfokus, krävs det att elittränarna är delaktiga för att förstå förutsättningar om hur elitpraktikerna formas (Barker-Ruchti m.fl., 2014; Cassidy, 2010). Det medför att forskning inom området behöver vara praktikinära för att förstå den unika kontext där

elittränarnas professionella utveckling sker och genom deras erfarenheter skapa förändring.

Aktionsforskning inom elitidrottspraktiker

För att skapa en praktikinära forskning har jag använt aktionsforskning som ansats. Aktionsforskning innebär att forskningen ska utgå från praktikens villkor och de frågor som uppstår där (Carr & Kemmis, 1986). En sådan forskning möjliggör utforskandet av hållbarhet och elitidrott i den unika kontext där elitidrotten genomförs. Elittränare har varit delaktiga i forskningsprocessen för att kombinera praktisk kunskap med teoretisk kunskap. Forskningen har utgått från praktiken och elittränarna och jag som forskare har arbetat tillsammans. Detta har möjliggjort att utvecklingsprocessen har utgått från organisationen och hur de ska prioritera och navigera för att kunna utveckla en mer hållbar elitidrott. Det innebär även att jag som forskare har haft en central roll i processen och att min förförståelse och mina erfarenheter har påverkat min roll som forskare.

Avhandlingen är gjord inom ramen för ett utvecklingsprojekt som initierades av GFIF. Utifrån GFIFs vision tog dåvarande förbundschef kontakt med en forskare vid Göteborgs universitet för att skapa ett samarbete gällande forskning och utveckling av friidrotten i Göteborg. Forskaren i sin tur hänvisade till mig som då arbetade som biträdande forskare på Institutionen för kost- och idrottsvetenskap. Min tidigare erfarenhet av att ingå i forskningsprojekt inom idrott samt mina praktiska erfarenheter inom tränarskap och elittränarskap var en bidragande faktor till att jag blev antagen på forskarutbildningen och anställd som doktorand i detta forskningsprojekt. Jag blev en del av GFIF genom att jag anställdes som samverkansdoktorand i idrottsvetenskap med tillhörighet på forskarutbildningen vid Institutionen för kost och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet. Tre månader innan jag började min anställning som samverkansdoktorand fick jag möjlighet att jobba 10 timmar i veckan med att skriva fram ett samarbetsprojekt tillsammans elittränarna inom GFF. Detta gav mig chansen att lära känna organisationen och få en introduktion till elitfriidrotten. GFIF hade

en vision om att elittränarna skulle vara delaktiga gällande vad forskning skulle beröra och hur den skulle genomföras. Genom samtal mellan elittränarna, GFIF och mig, vid två tillfällen under våren 2015 initierades en plan för aktionsforskningen. Samtalen genomfördes i GFIFs lokaler och var sammankallade av GFIF. Planen för aktionsforskningen färdigställdes av mig tillsammans med min huvudhandledare och presenterades för GFIFs styrelse innan den fastslogs sommaren 2015. Under projektets första två år genomfördes regelbundna träffar med mig, mina handledare och personer från GFIF för att diskutera den fortsatta utvecklingen av aktionsforskningen.

Aktionsforskning har beskrivits på olika sätt utifrån de traditioner och erfarenheter som utvecklats under senare delen av 1900-talet (Carr & Kemmis, 2005). Det finns ingen exakt definition av aktionsforskning, utan aktionsforskning kan ta flera olika former och har beskrivits på olika sätt genom åren. Aktionsforskning har haft olika distinktioner utifrån olika traditioner så som partcipatorisk forskning eller partcipatorisk aktionsforskning där det inte finns några tydliga skiljelinjer eller riktlinjer som skiljer dessa traditioner åt, men som beskrivs utifrån en fundamental process av aktionsforskning (Hansson, 2003). Hansson (2003) beskriver att processen, oavsett ursprungsidealet på aktionsforskning, ska vara praktisk inriktad, den ska utgå från att en förändring sker, den ska ske i en cyklisk process, vara deltagande, och vila på ett hermeneutiskt kunskapsideal. Aktionsforskning ska leda till både förståelse av helheten, problemlösning samt teoriutveckling. Aktionsforskning kan också beskrivas som mer än en metod då den ger verktyg och förutsättningar att kollektivt förändra och förbättra praktiker (Rönnerman, 2012). I Carr och Kemmis bok *Becoming critical: Education knowledge and action research* (1986) beskrivs tre krav för aktionsforskning. 1) Aktionsforskning ska ske utifrån den specifika praktikens förutsättningar och formar strategier för att förbättra praktiken. 2) Aktionsforskning ska vara en form av process med planering, observationer, reflektioner och aktioner i syfte att förändra praktiken. 3) Aktionsforskning ska involvera de deltagare som formar praktiken i processen. Förändringar i praktiker sker med fördel genom att först identifiera ett problem. Därefter samlas data för

analys och tolkning. Efter det planeras vilka förändringar som är möjliga att göra för att därefter implementera nya lösningar på det identifierade problemet. Därefter sker någon form av utvärdering för att sedan identifiera nya möjligheter och begränsningar som finns i praktiken, för att starta en ny process i samma mönster.

Valet av aktionsforskning för denna avhandling möjliggjordes genom tränarnas vilja att vara delaktiga och deras ambition att delta i ett projekt med mål att förändra elitfriidrottspraktikerna. Detta skulle då ske genom reflektion om vad och hur de kan förbättra sina praktiker samt genom nya innovativa sätt att förstå och förändra friidrottspraktikerna. Med andra ord, fokus på elittränarnas professionella utveckling.

Diskussioner mellan elittränarna, GFIF och mig ledde till beslut om tränarnas delaktighet i forskningen som skulle beröra hur de i sina tränarpraktiker kunde möjliggöra att skapa en mer hållbar elitidrott för elitidrottarna. Förändring mot en mer hållbar elitfriidrott kan kopplas samman med tränarnas professionella utveckling, då gemensamt erfarenhetsutbyte kan öka en grups eller en individs kunskap och färdigheter mot ett uppsatt mål (Langelotz, 2017). För att få en uppfattning om elittränarnas professionella utveckling och deras syn på hållbarhet startade projektet med djupintervjuer med var och en av elittränarna. Dessa intervjuer blev grunden för en kartläggning av elittränarnas karriärskapande för att förstå vad som påverkar deras professionella utveckling. Med utgångspunkt i de teoretiska perspektiv på begreppet hållbarhet (Peters & Wals, 2013; Wals & Jickling, 2002) som har använts inom idrottsforskningen (Barker-Ruchti & Barker, 2017) finns det skäl att tro att elittränares omsorg för individen kan utveckla och förändra elitidrottspraktiker i denna riktning. Denna utveckling, att minska negativa konsekvenser inom elitidrottspraktiker, kan kräva mod att våga gå emot gamla normer, skapa respekt för olikheter och möjliggöra kreativitet då det inte finns några färdiga lösningar. Detta innebär att elittränare utöver taktik och teknik även fokuserar på relationer, dialoger och idrottares välbefinnande (Annerstedt & Lindgren, 2014; Barker-Ruchti m.fl., 2014; Jones, 2009; Lindgren & Barker-Ruchti, 2017). Utifrån detta resonemang har elittränarna och elitidrottarna fått komma till tals för att utforska vad hållbarhet innebär i elitfriidrottspraktikerna.

Syfte och frågeställningar

Syftet med denna avhandling är att utforska vad som kan skapa bättre förutsättningar för en professionell utveckling av elittränare att bedriva en mer hållbar friidrott. Vidare är syftet att beskriva och problematisera elittränarnas utvecklingsarbete mot en mer hållbar elitidrott inom Göteborgs friidrott.

Tre delstudier ingår i denna avhandling. Delstudie I utforskar hur hållbarhet synliggörs i elittränarnas berättelser. Delstudie II utforskar hur elitidrottarna förhandlar mellan olika perspektiv av hållbarhet i idrott. Delstudie III försöker reda ut vad som möjliggör och begränsar elittränarnas mötespraktik, som ett forum för elittränarnas professionella utveckling. Utöver empiri från delstudierna har deltagande observationer och intervjuer gjorts med elittränare under de åren som projektet har pågått. Resultatet från den första forskningsfrågan baseras på de första intervjuerna som genomfördes med elittränarna och som inte har presenterats i någon av de tre ovan nämnda delstudierna. Resultatet från den andra forskningsfrågan baseras på intervjuer från delstudie I och II. Resultatet från den tredje forskningsfrågan baseras på elittränarmöten från delstudie III. Resultatet från den fjärde forskningsfrågan baseras på all insamlad data under aktionsforskningsprojektet.

Avhandlingen har följande fyra forskningsfrågor i fokus:

- I. Hur har avgörande händelser i elitfriidrottstränares karriärsskapande påverkat deras professionella utveckling?
- II. Hur talar elittränare och elitidrottare om vad som villkorar och påverkar en mer hållbar elitfriidrott?
- III. Hur har förutsättningarna möjliggjort och begränsat elittränarnas mötespraktiker som forum för professionell utveckling?
- IV. Vad har villkorat och påverkat elittränarnas utvecklingsarbete mot en mer hållbar elitfriidrott?

Avhandlingens disposition

Efter det inledande kapitlet är avhandlingen disponerad utifrån följande struktur. I kapitel 2 redogörs den svenska elitidrotten generellt samt elittränares utmaningar i förhållande till elitidrottarens

prestation, hälsa och välbefinnande specifikt. Efter en beskrivning av elitidrottarens utmaningar redogörs elittränarens professionella utveckling. Kapitlet avslutas med utmaningar i elitfriidrottspraktiker. Följande kapitel (kapitel 3) beskriver de teoretiska utgångspunkterna för avhandlingen. Därefter följer kapitel 4 med övergripande redogörelse över den svenska friidrottens historia och kultur samt organisationen i den kontext som aktionsforskningen har genomförts. Detta för att bidra till en större förståelse för den praktiska forskningen. Därefter följer kapitel 5 som beskriver aktionsforskningen samt min roll i utvecklingsprocessen. Därefter följer design, metod, urval, och dataproduktion för varje delstudie samt övrig insamlad empiri. I kapitlet redogörs även för analyser av data från samtliga delstudier och övriga data i forskningsprojektet. I kapitel 6 presenteras resultatet med en analys utifrån teoretiska referensramen och tidigare studier (resultatdiskussion) och därefter metodkritik och etiska överväganden och förhållningsätt (kapitel 7). Avhandlingen slutkapitel innehåller konklusioner och implikationer (kapitel 8).

2. Bakgrund och kunskapsläget

Elitidrott i Sverige

Organiserad idrott i Sverige har varit en del av svenska samhället sedan tidigt 1900-tal och karakteriseras av starka band mellan statlig styrning och medlemskapsföreningar med ideellt arbete (Fahlén & Stenling, 2016). Riksidrottsförbundet (RF) har ca 3 miljoner medlemmar i åldrarna 6-80 år (Riksidrottsförbundet, 2018). Det finns 71 olika registrerade idrottsförbund och idrotter, med ca 20 000 registrerade föreningar. Den svenska idrotten baseras främst på ideellt arbete med fokus på både breddidrott, folkhälsa och elitidrott (Barker-Ruchti m.fl., 2017; Ronglan, 2014).

I svenska riksidrottsförbundets styrdokument *Idrotten vill* (2009) beskrivs den elitinriktade idrotten som prestationsförbättrande där tävlingsresultat ska vara vägledande. Elitidrottare räknas till dem som tävlar på allra högsta nivån eller i högsta serien och som även kan få delta i såväl nationella som internationella tävlingar. Olika idrotter skiljer sig utifrån sporternas förutsättningar, där vissa är elitidrottare genom upprepande prestationer på toppnivå inom sin idrott och för andra innebär det också att idrotta på professionell basis (Lindfeldt, 2007).

Svenska elitidrottare har oftast präglats av den svenska idrottsmodellen vilket innebär att svenska elitidrottare och tränare ska, i enlighet med *Idrotten Vill* (2009), agera som positiva förebilder för barn och ungdomar samt ta sitt ansvar för elitidrottarnas utveckling som människor. I rapporten *Vägarna till landslaget* (Fahlström, Gerrevall, Glemme, & Linnér, 2015) presenteras hur vägen till svensk elitidrott ser ut för ungdomar. Resultatet från rapporten visar att de svenska elitidrottarna oftast har varit aktiva i flera olika idrotter som barn och ungdomar och specialiserat sig först vid 15 års ålder, vilket karakteriserar den svenska idrottsmodellen. En viktig slutsats som författarna tar upp är att vägarna till landslaget är

individuella och varierar stort från idrott till idrott (Fahlström m.fl., 2015).

Idrottares väg från ungdomsidrott till att utvecklas och prestera inom nationell och internationell seniornivå är komplex och vägen till framgångar inom elitidrott ser oftast olika ut för olika individer (Côté, Lidor, & Hackfort, 2009; Gulbin, Weissensteiner, Oldenzel, & Gagné, 2013).

Det finns flera studier om unga elitidrottares miljöer och möjligheter att utvecklas som elitidrottare (se exempelvis Henriksen m.fl., 2010; Larsen, Alfermann, Henriksen, & Christensen, 2013; Lindgren, Annerstedt, & Dohlsten, 2017; Storm, Henriksen, & Krogh-Christensen, 2012). Dessa studier visar att det inte finns några tydliga vägar till att bli elitidrottare, utan idrottsåren har präglats av både lek och allvar med engagerade ledare. Däremot har tävlings- och träningsmiljöerna haft stor betydelse. Vidare visar studierna att framgångsrika idrottsmiljöer präglas av föreningar med god struktur som hjälper idrottare att utvecklas utifrån sina egna förutsättningar. Likaså belyser studierna att det är föreningsledarna och tränarna som skapar den goda miljön och får elitidrottare att utvecklas.

I forskningsrapporten *Vägen till elittränarskap* (Eriksson, 2006) beskrivs att den optimala elitträningsmiljön innefattar en komplett satsning på utbildning, träningsklimat och miljö, ekonomi och samverkande stödinsatser för både idrottare och tränare. Forskning pekar också på att elitidrottens komplexitet innefattar att skapa en holistisk miljö där den enskilda individen ska prestera samtidigt som den ska må bra, ha en balans i livet och utvecklas som människa (se exempelvis Durand-Bush & Salmela 2002; Henriksen m.fl., 2010; Lindgren & Barker-Ruchti, 2017). Henriksen (2010) har utforskat två olika idrottsmiljöer i Sverige och Danmark och beskriver att tränare behöver stötta idrottarna holistiskt och fokusera på den långsiktiga utvecklingen snarare än tidiga resultat. I Lindgren m.fl. (2017) studie visar författarna på hur idrottsmiljöer som lyckats behålla många unga vuxna (främst de som inte satsar på elitidrott), fokuserar på individens behov oavsett bakgrund, ambition eller färdigheter. Dessa studier har gemensamt att de pekar på att tränarens roll är att skapa bra relationer med sina idrottare och att utveckla trygga träning- och tävlingspraktiker (Henriksen m.fl., 2010; Lindgren m.fl., 2017)

Idrottspraktikerna spelar en stor roll i jakten på utveckling och framgång. Henriksen (2010) visar i sin studie att ungdomar som utvecklats till framgångsrika seniorer har haft behov av att träna i grupp då gemenskap är viktig för idrottarnas välbefinnande, men också för att det kan skapa fördelaktig konkurrens. Dessa träningsmiljöer har även präglats av samarbete, öppenhet och att tränarna har tagit hjälp av varandra för att utveckla sitt tränarskap (Henriksen m.fl., 2010). I forskningsrapporten *Goda idrottsliga utvecklingsmiljöer* (Fahlström, Glemne, & Linnér, 2016) har författarna undersökt vad som präglar goda svenska idrottsmiljöer genom att utforska 12 olika idrotter. Resultatet visar att goda idrottsmiljöer präglas av gemenskap och holistisk utveckling. Ett annat resultat i rapporten visar att goda idrottsmiljöer även präglas av föreningars tydlighet med värdegrundsarbete. Kultur som präglas av att idrottare får chans och möjlighet att lyckas och att föreningar prioriterar långsiktighet och gemenskap är ytterligare faktorer för en god idrottsmiljö. Likaså har föreningar med stabil ekonomi bättre förutsättningar att skapa goda miljöer och tillhandahålla bra faciliteter. Slutligen har tränarnas idrottsliga och pedagogiska kunskap stor betydelse för en god idrottsmiljö (Fahlström m.fl., 2016). Forskning på området (se exempelvis Macdonald, Côté, Eys, & Deakin, 2011; Larsen m.fl., 2013; Lindgren m.fl., 2017) har visat att tränarnas stöd till idrottares olika förutsättningar har stor betydelse för elitidrottare.

Elitidrottsmiljöer inom svensk idrott har även gemensamma dilemman och problematik. Trots att mycket av både svensk (Dohlsten & Lindgren, 2015; Fahlström, 2011; Lindgren, Hildingh, & Linnér, 2017; Peterson, 2011) och internationell forskning (Côté m.fl., 2009; Johansson & Fahlén 2017; Kearney & Hayes, 2018) de senaste tio åren visar att tidig specialisering och 'toppning' missgynnar ungdomars satsande och urval av elitidrottare, är detta förekommande inom idrotten. Många idrottsmiljöer specialiserar tidigt genom uttagningar till distriktsmästerskap och diverse större nationella tävlingar. Det är heller inte ovanligt att tidigt utvecklade idrottare prioriteras och ges bättre förutsättningar genom ekonomiskt stöd (Fahlström, 2011). Inom den svenska idrottsrörelsen, så väl som internationellt, är det relativt vanligt att föreningar och specialförbund försöker identifiera talanger tidigt för att satsa på tidigt utvecklade

ungdomar att 'blomma ut', istället för att satsa på att så många som möjligt får chans att utvecklas (Clarke, Cushion, & Harwood, 2018; Côté m.fl., 2009; Ford, Ward, Hodges, & Williams, 2009; Kearney & Hayes, 2018; Waldron, DeFreese, Register-Mihalik, Pietrosimone, & Barczak, 2020). Detta trots att Riksidrottsförbundets rekommenderar och informerar genom Forskning och utvecklings-rapporter om praktiska exempel på praktiker som kombinerar bredd och elitverksamhet genom att behålla ungdomar utan specialisering och talangidentifikation (Fahlström m.fl., 2016; Lindgren m.fl., 2017; Redelius, Kempe-Bergman, Larsson, & Lingham, 2016). Även om Riksidrottsförbundet ger tydliga rekommendationer så ställer sällan specialförbundet krav på sina föreningar, vilket heller inte är norm inom svensk idrottskultur (Fahlström, 2011; Redelius m.fl., 2016).

Elitidrott, (o)hälsa och välbefinnande

Idrottare som satsar på en elitidrottskarriär möter många utmaningar. Jakten på resultat och prestation kan skapa ödestigande konsekvenser. På både nationell och internationell nivå präglas idrottskarriären av skador och ohälsa (Jacobsson, 2013b; Tyflidis, Kipreos, Tripolitsioti, & Stergioulas, 2012). Skador och ohälsa orsakas av hård belastning vid träning och tävling, men även på grund av stress, relaterat till arbetsliv och privatliv (Johnson, 2011). Elitidrottare ligger också i riskzon för att utveckla ätstörningsproblematik (Sundgot-Borgen & Torstveit, 2004; Plateau m.fl., 2014). Idrottares hälsa har vanligtvis en stark koppling till fysiska skador, trots att även psykiska påfrestningar och idrottarnas välbefinnande påverkar idrottares hälsa och försvårar prestationer (Schubring, Bub, & Thiel, 2015). Skador och olika typer av ohälsa och sjukdomar inom idrott är inte bara kopplat till trauman utan i det flesta fall finns en stark koppling till välbefinnande och välmående utanför idrotten (Johnson & Ivarsson, 2017; Thiel m.fl., 2015).

En god hälsa behövs för att kunna träna och prestera över tid, samtidigt som det är vanligt att elitidrottare pressar sig till gränsen av både fysisk och psykisk kapacitet vilket kan resultera i olika typer av ohälsa (Baker m.fl., 2015). Däremot kan välbefinnandet påverkas positivt om elitidrottare lyckas med sina resultat och når framgång.

Henriksen m.fl. (2010) visar i en studie från en av Sveriges mest framgångsrika friidrottsmiljöer att idrottare själva bedömer att de behöver må bra för att kunna prestera.

Elitidrottare har en stor utmaning i att kunna träna kontinuerligt eftersom de ofta får skador (Edouard & Alonso, 2013; Raysmith & Drew, 2016). Skador och ohälsa är vanligt trots att det dramatiskt minskar chansen att nå och kontinuerligt prestera på högsta nationell och internationella elitnivå specifikt (Raysmith & Drew, 2016), samt missade chanser att kvala in på stora mästerskap (Barker-Ruchti, Schubring, Post, & Pettersson, 2019). Main och Landers (2012) visar på hur skador påverkar prestationen hos idrottare i den grad att dåliga prestationer över tid kan leda till mindre motivation och utbrändhet. Skador har även i flera fall tvingat elitidrottare att avsluta sina karriärer i förtid (Schnell, Mayer, Diehl, Zipfel, & Thiel, 2014).

Inför Olympiska spelen (OS) 2012 gjordes en nordisk studie med över 140 idrottare under 40 veckors förberedelse inför mästerskapet. Resultatet visar att en av tre elitfriidrottare har hälsorelaterade problem som hindrar dem från att tävla och träna (Clarsen, Rønsen, Myklebust, Flørenes, & Bahr, 2014). Studier med svenska elitfriidrottare visar att över 70 % blir skadade under en ordinarie friidrottssäsong (Jacobsson, 2013a, 2013b), där minst varannan skada klassas som en svår skada och ger en frånvaro på minst tre veckor från träning under friidrottssäsong. Studierna visar att det inte finns skillnader i de olika tävlingsgrenarna. Detta tycks inte vara unikt för svensk friidrott utan även en internationell studie visar på liknande resultat (Bennell m.fl., 1998). Av de skador som rapporteras inom friidrott är det övervägande överbelastningsskador (över 90%). Den vanligaste orsaken till elitfriidrottarens överbelastningsskador är att de har en tidigare skadehistorik (Jacobsson m.fl., 2013). Det finns ännu ingen evidens till den höga skadefrekvensen inom friidrott, däremot kan en rimlig förklaring vara att det inte finns någon bra balans mellan försäsong, inomhussäsong och utomhussäsong (Jacobsson, 2013a).

Det är idrottarna själva som har det yttersta ansvaret för sina resultat och prestationer men samtidigt har tränare en stor betydelse för att stödja idrottarna till att utveckla sina färdigheter (Côté & Gilbert, 2009; Cushion, Armour, & Jones, 2003). Det krävs därför bättre kunskaper om överbelastning och hur tränare tillsammans med

idrottare kan känna igen tidiga tecken på skada (Jacobsson, 2013a). Jacobsson (2013b) menar också att det krävs bättre kunskap om idrottsskador och policys från föreningar och förbund för att kunna stävja och motverka alla överbelastningsskador inom fridrott. Ett annat dilemma är att idrottares skador oftast inte identifieras som en del av en komplex process över tid. Snarare är det så att skador behandlas med kortsiktiga lösningar genom sjukgymnastik och lättare träning under kritiska kortare perioder istället för att minska belastning över längre tid och fokusera på långsiktig prestationsutveckling (Barker-Ruchti m.fl., 2019; Thiel m.fl., 2015).

Forskning visar att det behövs ett större samarbete mellan tränare, idrottsföreningar, förbund, forskare och medicinsk personal för att minska skadorna (Jacobsson, 2013b). Internationellt har det även diskuterats om samma typ av åtgärder, men där påpekas vikten av att tränare behöver kunskap att förstå data från relevant forskning för att kunna acceptera de åtgärder som krävs för att minska skador (Edouard & Alonso, 2013; Gucciardi, Hanton, & Fleming, 2017; Tyflidis m.fl., 2012; Weston, 2018). Johnson (2011) visar till exempel på att stress utanför idrotten, så som otrygga sociala relationer, har stor påverkan på att fysiska skador uppstår. Det är däremot inte självklart att tränare tar hänsyn till psykosociala faktorer i relation till att minska skador. Johnson (2007) menar också att tränare och medicinsk personal bör ta större hänsyn till hur idrottares sociala situation utsätter dem för stress i syfte att minska skador. Johnson (2007) visar även att stort kontrollbehov, nedstämdhet och aggressivt humör är personlighetsdrag som gör att idrottare har en större risk för att bli skadade, och är i större behov av mental träning för att minska fysiska skador (Johnson, 2007).

Psykisk ohälsa är något vanligare bland elitidrottare än normalbefolkningen (Hanton, Fletcher, & Coughlan, 2005). Den psykiska hälsan är dock mindre prioriterad än den fysiska hälsan i förhållande till anlitanande av experthjälp i tränarnas team (Åkesdotter & Kenttä, 2015). Gucciardi m.fl. (2017), som sammanfattar över 50 publicerade artiklar och bokkapitel, visar att kultur och kön påverkar hur elitidrottare ser på att söka hjälp och öppet tala om psykisk ohälsa. Författarna visar att kontexten och kulturen i idrottspraktiken påverkar hur idrottare ser på hälsa och idrott. Däremot utgör

idrottens subkulturella normer och värderingar, som idealiserar någon form av maskulinitet, ett hinder för idrottare att våga prata om, och söka hjälp, vid psykisk ohälsa som relaterar till idrotten (Gucciardi m.fl., 2017). Både idrottare och tränare är delaktiga i ett stort risktagande när det gäller idrottares hälsa. Idrottare testar gränserna för sin psykiska kapacitet, vilket innebär en permanent påfrestning och risk för hälsan både i tävling och i träning. Detta medför att elitidrottare skapar beteenden och vanor att träna med smärtor, trots att detta hämmar prestationen (Schnell m.fl., 2014).

Idrottares normalisering av hälsorisker och beslut om att pressa sig själva över sin egen toleransnivå läggs ofta över på deras tränare (Schnell m.fl., 2014). Tränare menar däremot oftast att det är idrottarna själva som har ansvar för deras egen hälsa (Thiel m.fl., 2015). Flera studier visar dock på att en sådan risk-kultur kan förebyggas av tränare (Cronin & Allen, 2018; Schnell m.fl., 2014; Schubring m.fl., 2015; Sebbens, Hassmen, Crisp, & Wensley, 2016; Thiel m.fl., 2015). En stödjande attityd hos ledare och tränare att tänka hälsofrämjande kan få avgörande betydelse för idrottarnas hälsa (Åkesdotter & Kenttä, 2015). Cronin och Allen (2018) framhåller även att tränare också behöver fokusera mer på att fostra idrottares förmåga att utveckla ett holistiskt perspektiv, där idrottarna värdesätter hälsa och välbefinnande lika mycket som prestation och resultat. Psykisk ohälsa behöver även vidare uppmärksammas tidigt i processen, för att bäst kunna hitta former för behandling (Sebbens m.fl., 2016). Framför allt är det viktigt att under ungdoms- och junioråldern fokusera mindre på resultat och mer på förmågor att förebygga hälsa, då friidrottares resultat i ungdomsåren inte är en förutsättning för framgångar som seniorer (Kearney & Hayes, 2018).

Elitidrottare löper även högre risk än normalpopulationen att utveckla ätstörningar på grund av exempelvis vikthets och osunda kroppsideal (Sundgot-Borgen & Torstveit, 2004). Likt annan hälsoproblematik saknar tränare oftast utbildning och strategier för att hjälpa idrottare med ätstörningsproblematik (Selby & Reel, 2011). Det finns sällan några strategiskt övergripande strukturer för tränare att arbeta med ätstörningar utan de flesta tränare arbetar individuellt utifrån egen förmåga och erfarenhet (Plateau, Arcelus, McDermott, & Meyer, 2015; Plateau m.fl., 2014). Detta innebär att en del tränare

arbetar aktivt med att stödja idrottarna, medan andra anser att detta är ett kliniskt problem och inte en del av deras arbete som tränare (Plateau m.fl., 2015).

Sammanfattningsvis behöver tränare på elitnivå inte bara kunskaper om fysiologi, träningslära och prestation och hälsa, utan även ha förståelse för hur man skapar en miljö där både elittränare och elitidrottare kan utveckla förståelse för den individuella elitidrottarens utveckling både som idrottare och människa (Cassidy, Jones, & Potrac, 2015; Henriksen m.fl., 2010; Lindgren & Barker-Ruchti, 2017). Kommande avsnitt riktar fokus på tränarskap och elittränares professionella utveckling samt en mer specifik genomgång av tränarskap inom elitfriidrotten.

Tränares uppdrag

Elitidrottare ska utifrån RF:s riktlinjer ges möjlighet att utvecklas tillsammans med kompetenta tränare (Riksidrottsförbundet, 2009). Det är däremot oklart vad det innebär att vara en kompetent tränare. Den närmaste förklaringen är att tränare ska vara välutbildade och kompetenta inom alla områden som påverkar både den idrottsliga prestationen och välmående (Riksidrottsförbundet, 2009, s 15.) I RF:s riktlinjer beskrivs att tränares professionella utveckling handlar om kompetenser som utgör kunskaper om ledarskap, pedagogik, psykologi, idrottsskador, kost och näringslära samt teknisk och taktisk träning. Det är också oklart vad innebörden av välutbildade tränare betyder, då flera av de svenska specialidrottsförbunden oftast saknar både organisering av tränarrekrutering och formell utbildning (Fahlström m.fl., 2013; Fahlström m.fl., 2016; Henriksen m.fl., 2010). Det finns heller ingen tydlighet i vilka av dessa kunskaper som är mer eller mindre viktiga, utan tränarskap inom elitidrott har beskrivits som komplext där tränare utvecklar dessa kunskaper över tid, och utifrån individuella förutsättningar. Denna del riktar därför fokus mot tränares uppgifter inom elitidrotten, dvs vad tränarskap innebär, och elittränares professionella utveckling av tränarskap.

Elittränares uppgifter innefattar både att utveckla idrottarna fysiskt och mentalt samt vägleda en kontinuerlig process att kunna balansera mellan hälsosam träning och prestationsutveckling över tid för att

elitidrottarna ska kunna klara av kraven inom elitidrott (Côté m.fl., 2007; Martindale m.fl., 2005). Tränarskap inom elitidrott handlar också om att ta hänsyn till dessa ytterligheter och att alla aspekter av prestation och välmående är sammankopplade över tid (Farrow, Baker, & MacMahon, 2013). Elittränare behöver därför skapa balans i träning, tävling och långsiktig planering (Jones, Armour, & Potrac, 2010; Martindale m.fl., 2005).

I forskningsöversikten *Coaching learning and development: A review of literature* sammanfattar Cushion m.fl. (2010) forskning om tränarskap och tränares professionella utveckling. Resultatet utgår ifrån 87 olika publicerade studier där det framkommer att tränares professionella utveckling är mycket individuell (Cushion m.fl., 2010). Flera studier visar även att i de flesta fall sker elittränares professionella utveckling både formellt och informellt. Formellt beskrivs allmänna tränarutbildningar eller eftergymnasiala utbildningar som är institutionaliserade och hierarkiska, och informellt beskrivs som erfarenhetsutbyte, nätverkande samt samverkan med andra tränare (Côté, 2006; Nash & Collins, 2006; Nelson m.fl., 2006; Reade, Rodgers, & Spriggs, 2008; Stoszkowski & Collins, 2014).

Formell professionell utveckling

Både internationellt och i Sverige finns det specialidrottsutbildningar för tränare på elitnivå inom flera stora idrotter, som drivs av specialförbunden. Trots detta är det sällan som elittränare beskriver att dessa specialidrottsutbildningar har varit till stor nytta för deras professionella utveckling (Annerstedt & Lindgren, 2014; Eriksson, 2006; Cushion m.fl., 2010). Flera studier visar att tränarutbildningarna inte är tillräckliga för att hantera all den komplexitet som krävs inom elitidrott (Cushion m.fl., 2003; Nash & Sproule, 2009; Nash & Sproule, 2012). Oftast betraktas utbildningarna som otillräckliga och kritiken riktas mot att utbildningar mest fokuserar på teknik och taktik, istället för individuell tränarutveckling och coaching, tränarskapets dynamiska aspekter så som beslut, förståelse av helheten av kontexten och pedagogiska tillvägagångssätt (Hardman & Jones, 2011; Hardman, Jones, & Jones, 2010; Nash & Sproule, 2012; Nelson, Cushion, & Potrac, 2013). Studier visar också att formella

tränarutbildningar kan uppfattas som ineffektiva för praktisk implementering och har liten påverkan på tränares professionella utveckling i allmänhet (Annerstedt & Lindgren, 2014; Gilbert, Côté, & Mallett, 2006; Jones, Armour, & Potrac, 2003; Nelson m.fl., 2006).

Dock tycks formella utbildningar vara karriärskapande. Tidigare nämnd forskning beskriver uteslutande att utbildning har varit en plattform för nätverkande snarare än lärande för tränarpraktiken. Däremot föreslår forskare en utveckling av tränarutbildningar. Till exempel föreslår Hodgson, Butt, och Maynard (2017) att tränares utbildningsprogram ska skräddarsys för varje tränares individuella behov. Trots att utbildningarna oftast inte explicit fokuserar på tränares förmåga att kritiskt granska sig själva, finns ett stort behov att utveckla tränarnas ifrågasättande av sin egen praktik (Strean, Senecal, Howlett, & Burgess, 1997). Med förutsättning att tränarna inom elitidrotten är en av de största anledningar till att idrotten utvecklas och att idrottare utvecklar sina prestationer är det avgörande att tränare utbildas av metoder som de själva känner är effektiva och användbara (Nash & Collins, 2006).

Informell och icke-formell lärande

Den informella och icke formella lärande är det som dominerar tränarnas professionella utveckling. En systematisk granskning av Walker, Thomas, och Driska (2018) beskriver det informella lärandet som står till grund för den professionella utvecklingen som en livslång process där varje tränare förvärvar kunskap, färdigheter, attityder och insikter från dagliga erfarenheter genom exponering i träningsmiljön. Det icke-formella lärandet beskrivs i Cushion m.fl. (2010) litteraturöversikt som deltagande i konferenser och workshops med erfarenhetsutbyte från olika praktiker för att kritiskt kunna reflektera över sin egen verksamhet i syfte att förstå och utveckla den. Då tränare lär sig lika mycket av varandra som av egna reflektioner är det därför svårt att skilja på informellt och icke-formellt lärande för tränare (Walker m.fl., 2018). Walker m.fl. (2018) redovisar också att tränares professionella utveckling ofta förekommer i miljöer där det primära syftet inte är lärande och inträffar genom interaktion med

idrottare och andra tränare, i reflektion över erfarenheter samt genom självstyrt studerande.

Flera studier visar att tränares kunskap och erfarenhet om sin specifika idrott utvecklas under lång tid (Gilbert, Gallimore, & Trudel, 2009; Greenwood, Davids, & Renshaw, 2012). Elittränare har också oftast egna erfarenheter från att själva ha varit aktiva elitidrottare (Gilbert m.fl., 2006). Elittränares egna erfarenheter får betydelse när elittränare reflekterar, planerar och diskuterar med andra kollegor. I en studie av Mallett, Rynne och Billett (2016), gjord med 19 tränare i nio olika idrotter, rankas erfarenheter från den dagliga verksamheten som en av de mest betydelsefulla faktorerna för deras professionella utveckling. I studien fick tränarna även skatta faktorer som varit betydelsefulla för den professionella utvecklingen i början av deras karriärer jämfört med den senare tiden av karriären (Mallett m.fl., 2016). Skillnaden i tränarnas svar var att erfarenheten som aktiv var mindre betydelsefull och att reflektion över den vardagliga praktiken var mer betydelsefull ju mer erfarenhet de hade som elittränare.

Tränares informella och icke formella lärande i form av att tränare villkorslöst utbyter erfarenheter sker oftast i organiserade möten med andra tränare där de kan reflektera över sin egen praktik (Barker-Ruchti, Lindgren, Hofmann, Sinning, & Shelton, 2014; Gilbert & Trudel, 2001; Gilbert & Trudel, 2005; Ollis & Sproule, 2007). Regelbunden interaktion med andra elittränare inom samma idrottspraktik har därför stor betydelse (Erickson m.fl., 2008; Gallimore, Gilbert, & Nater, 2014; Irwin, Hanton, & Kerwin, 2004; Lemyre, Trudel, & Durand-Bush, 2007). Reflektioner i form av samtal och möten med andra elittränare i den vardagliga praktiken har visat sig kunna kompensera för de begränsningar som finns i de formella tränarutbildningarna (Côté & Gilbert, 2009; Erickson m.fl., 2008; Nash & Sproule, 2012; Werthner & Trudel, 2006). Hodgson m.fl. (2017) visar i sin studie med olympiska elittränare på högsta internationella nivå att det är viktigt att elittränare medvetet reflekterar över vad de som elittränare har för behov för att lyckas.

Två rapporter om svensk friidrott menar att den vaga kravbild som generellt finns för elitfriidrottstränare gör att elittränares tidigare erfarenheter får så stor betydelse att de sällan ifrågasätts (Fahlström m.fl., 2013; Fahlström m.fl., 2016). Fahlström m.fl. (2016)

forskningsrapport beskriver också att detta medför att det är elittränarna som oftast är de i föreningarna som har mest erfarenhet av idrotten ifråga. En annan förklaring kan vara elitidrottens komplexitet, som innebär att det sällan finns några specifika faktorer som är avgörande för tränarskapet eller dess framgång. Johansson och Fahlén (2017) menar att en lösning på detta är att tränare ska utbildas tillsammans med andra föreningsmännskor i beslutspositioner, där utbildningen baseras på att förstå teori och dess innebörd för praktiken.

Friidrottstränares utmaningar

Inom den svenska friidrotten genomfördes 2012 projektet ”Coachteamet” (Fahlström m.fl., 2013). Syftet med projektet var att fokusera på friidrottstränare och deras professionella utveckling för att skapa goda förutsättningar för elitidrottare att klara av att prestera bra på internationella mästerskap. Rapporten *Coachteamet - en satsning på elitcoacher i svensk friidrott* (Fahlström m.fl., 2013) beskriver att det finns positiva möjligheter för friidrottstränares professionella utveckling då de har ett genuint intresse och drivkraft att arbeta som tränare. Det är dessutom vanligt med samarbeten och kunskapsutbyte mellan tränare.

I rapporten (Fahlström m.fl., 2013) beskrivs att enbart ett fåtal av Sveriges mest framgångsrika friidrottstränare har en akademisk tränarutbildning. Det mesta av tränarnas praktik bedrivs som laborerande och experimenterande med träningsupplägg och träningsplanering. Förutom egna friidrottserfarenheter beskriver rapporten, i likhet med internationella publicerade studier, att elittränare har ett behov av att observera och integrera med äldre, mer erfarna tränare (Côté, 2006; Cushion m.fl., 2003; Erickson m.fl., 2008). Samtidigt som friidrottstränarna i rapporten (Fahlström m.fl., 2013) berättar att de jobbar mycket och oftast ensamma, så finns det, i likhet med andra elittränare, en stark tro på att arbeta i tränarteam, då det är sårbart att stå själva samt att det finns stora fördelar med att bolla idéer med andra tränare. Erfarenhetsutbyte mellan friidrottstränare, likt andra elitidrottstränare (Cushion m.fl., 2003; Irwin m.fl., 2004; Nelson m.fl., 2006; Lindgren & Barker-Ruchti,

2017) berör oftast både tips om den vardagliga praktiken samt mästerskapserfarenheter (Fahlström m.fl., 2013).

Likt internationell forskning om elittränares professionella utveckling, värderade friidrottstränarna i *Coachteamet* (Fahlström m.fl., 2013) det informella erfarenhetsutbytet högre än formaliserad utbildning (Cushion m.fl., 2003; Gilbert & Trudel, 2001; Gilbert & Trudel, 2005; Reade m.fl., 2008). Elittränares professionella utveckling som sker i formell utbildning berör nästan enbart områden som handlar om teknik, taktik, fysiologi och biomekanik (Côté, Baker, & Abernethy, 2003). En studie med elitfriidrottstränare från England visar dock att en majoritet av elittränarna lär ut teknikträning eller förfinar mästerskapsidrottarens tekniska färdigheter helt baserat på kunskap genom egna erfarenheter och i diskussioner med andra tränare (Kearney, Carson, & Collins, 2018), trots att det finns studier riktade specifikt på metodik för friidrottsteknik (Carson & Collins, 2011, 2015; Hanin, Korjus, Jouste, & Baxter, 2002). I rapporten *Coachteamet* (Fahlström m.fl., 2013) beskrivs att utbildning för friidrottstränare bör söka en form där den gedigna erfarenhet kan tas tillvara samtidigt som det skapas forum för kritik och mer utmanande ifrågasättande. Det är ett fokus i denna avhandling.

I studien *Becoming a successful high-performance track and field coach* (Lynch & Mallett, 2006), redogör författarna om skillnader och likheter mellan friidrottstränares utvecklingsvägar i Australien. Studiens resultat visade att samtliga elittränare hade varit elitidrottare själva innan de blev tränare och haft relativt liten erfarenhet av tränarskap innan de blev elittränare. Detta resultat stöds även av forskning inom flera idrotter som visar att elittränares tidigare erfarenheter inom elitidrott har betydelse för deras professionella utveckling till att bli framgångsrika elittränare (Barker-Ruchti m.fl., 2014; Gilbert m.fl., 2009; Young, Jemczyk, Brophy, & Côté, 2009).

Arbetet som elitfriidrottstränare kräver mycket tid och få elittränare upplever att de har tid att läsa vetenskapliga artiklar eller böcker för att reflektera om elittränarskap (Fahlström m.fl., 2013). De flesta i *Coachteamet* uppger, i likhet med tidigare forskning (Cushion m.fl., 2010; Nelson m.fl., 2006), att deras professionella utveckling främst har påverkats av nya erfarenheter och i dialog med andra tränare, något som jag i denna avhandling tagit fasta på.

I nästföljande kapitel presenteras de teoretiska utgångspunkterna som jag använt för att studera praktikerna och teorier som ger stöd för att förstå möjligheter och begränsningar av hållbarhet inom elitfriidrotten.

3. Teoretisk referensram

Utgångspunkten i avhandlingen är socialkonstruktivistisk och utgår från att den sociala verksamheten i form av elitidrottspraktiker hänger samman och är föränderliga. I avhandlingen beskrivs möjligheter och begränsningar för en mer hållbar elitidrott utifrån hur elitfriidrottspraktikerna påverkar och påverkas av varandra. Dessa praktiker är konstruerade av praktikernas arkitekturer, vilket enligt teorin om praktikarkitekturer är arrangemang som håller en praktik på plats (Kemmis & Grootenboer, 2008). Avhandlingens övergripande teoretiska ramverk utgår därför från praktikteori och specifikt Teorin om praktikarkitekturer och praktikernas sammanhang (Kemmis m.fl., 2014). Teorin om praktikarkitekturer kan användas som en resurs för att synliggöra teoretiska, analytiska och metodologiska slutsatser samt som en resurs för att förändra praktiker (Henning Loeb, Langelotz, & Rönnerman, 2019). Teorin möjliggör att kunna se hur praktiker och praktikernas arkitekturer relaterar och samverkar. Den bidrar även till att skapa förståelse för det komplexa i olika praktikernas samspel samt varför och på vilket sätt praktiker påverkar och påverkas av varandra (arkitekturerna). Genom att använda teorin som en analytisk lins som identifierar kopplingar mellan praktiker och arrangemang bidrar den till att ställa nya typer av frågor som kan ge en förståelse av vad som sker i praktiker (Langelotz, 2017).

I avhandlingen kompletteras praktikteorin med andra teoretiska utgångspunkter och teoretiska begrepp så som karriärvägar, hållbarhet, omsorgsetik och praktisk visdom. Detta görs för att utforska och skapa förståelse för elittränarnas professionella utveckling, samt begripliggöra hur elittränarnas förhållningsätt och förutsättningar påverkar deras arbete mot en mer hållbar elitidrott för elitfriidrottarna. Teorin om praktikarkitekturer och praktikernas sammanhang fungerar som överordnad teori för att besvara syftet samt frågeställningarna som berör praktikernas förändring. Teorin om karriärvägar, hållbarhet som teoretiskt begrepp, samt teorin om

omsorgsetik och praktisk visdom skapar förutsättningar för att besvara frågeställningarna som direkt berör hållbarhet inom elitidrott samt elittränarnas professionella utveckling (tabell 1).

Tabell 1. Användning av teorier och teoretiska begrepp i avhandlingen

Syfte och frågeställningar	Praktikarkitekturer och praktikers sammanhang	Karriärvägar	Hållbarhet	Omsorgsetik och Praktisk visdom
Övergripande syfte: att utforska vad som kan skapa bättre förutsättningar för en professionell utveckling av elittränare att bedriva en mer hållbar friidrott.	X	X	X	X
Frågeställning 1 Hur har avgörande händelser i elitfriidrottstränares karriär påverkat deras professionella utveckling?		X		
Frågeställning 2 Hur talar elittränare och elitidrottare om vad som villkorar och påverkar en mer hållbar elitfriidrott?			X	X
Frågeställning 3 Hur har förutsättningarna möjliggjort och begränsat elittränarnas mötespraktiker som forum för professionell utveckling?	X			
Frågeställning 4 Vad har villkorat och påverkat elittränarnas utvecklingsarbete mot en mer hållbar elitfriidrott?	X		X	

Först presenteras teorin om praktikarkitekturer för att visa på vad som sker i praktiken och förstå vad som möjliggör och begränsar förändringar, vilket bidrar till både teoretiskt-, analytiskt- och transformativt perspektiv inom professionell utveckling (Mahon, Francisco, Kemmis, & Lloyd, 2017). Genom att analysera vad som sker i praktiker och identifiera arrangemang för praktiker kan nya frågor om utveckling och förändring utforskas, exempelvis: *vad är det som görs, sägs och hur är relationerna i praktiken? Vad är konsekvenserna av*

görandet, sägandet och relationerna? samt Vilka arrangemang möjliggör och begränsar praktikernas utveckling mot ett specifikt mål? (Mahon m.fl., 2017, s. 19). Användningen av praktikarkitekturer avses att förstå vad som sker och vilka förändringsprocesser som är möjliga i deltagarnas praktik. Det innebär att förstå praktikens potential för förändring genom deltagarnas egen förståelse och villkor (Kemmis m.fl., 2014). Det sociala samspelet utgörs av sägandet, görandet och relaterandet i praktiken (Henning Loeb m.fl., 2019; Kemmis m.fl., 2014). En förändring av en praktik sker därför i ett skifte av hur samspelet är konstituerat (Kemmis, 2009). Ett skifte i hur deltagarna talar om och handlar i praktiken förändrar då hur deltagarna relaterar till varandra i praktiken (Kemmis, 2009). Teorin är därmed överordnad i de delar av avhandlingen som utforskar, beskriver och problematiserar förändring över tid. I denna del av kapitlet presenteras även praktikens lokala kontexter (elitfriidrottspraktikerna).

Därefter presenteras Hodkinson och Sparkes (1997) sociologiska teori om karriärvägar, där fokus är på metaforen vändpunkter eller rutiner. Denna teoretiska utgångspunkt används för att förstå vilka vändpunkter och avgörande händelser som tidigare påverkat elittränarnas karriärskapande som har haft betydelse för deras professionella utveckling. Utgångspunkten har ett kulturellt perspektiv som tar hänsyn till både socio-kulturell kontext och individuella särdrag. Utveckling och förändring kan ibland drivas av särskilda ändamål eller förekomma underförstått. Likaså kan vissa erfarenheter vara av liten betydelse, medan andra, utlösas av oväntade händelser som kan generera stora förändringar (jmf. Bloomer & Hodkinson, 2000; Hodkinson, Biesta, & James, 2008).

Vidare presenteras teoretiska perspektiv på hållbarhet, omsorgsetik och praktisk visdom. Detta för att analysera och tolka hur elittränarna och elitidrottarna talar om vad som villkorar och påverkar en mer hållbar elitfriidrott. Hållbarhet är ett teoretiskt begrepp som innebär en vision som är förhandlingsbar och dynamisk (Wals & Jickling, 2002). Det betyder att det finns en förhandling mellan två perspektiv som visar på elitidrottens ytterligheter. Dessa ytterligheter är ett marknadsperspektiv och ett gemenskapsperspektiv (Barker-Ruchti m.fl., 2014). Denna förhandling innebär en process som kräver delaktighet och samverkan mellan

elitfridrottspraktikerna. Noddings (1986) omsorgsetik är en relationsbaserad teori och används för att belysa relationen mellan elittränarna och elitidrottarna. En väl förankrad omsorgsetik hos elittränarna påverkar möjligheten att skapa en mer hållbar elitidrott. Det innebär att skapa ett bra utvecklingsklimat, möta varje individs behov samt utveckla moral och etik (Jones, 2015). Praktisk visdom kan beskrivas som förmågan att reflektera och handla utifrån erfarenheter för att göra gott för den goda sakens skull (Flyvbjerg, Landman, & Schram, 2012). Praktisk visdom är en viktig egenskap för att elittränare i processen att kunna ta moraliska beslut (Purdy m.fl., 2016), vilket kan möjliggöra en mer hållbar elitidrott.

Samtliga av dessa teorier och teoretiska begrepp beskrivs i detalj nedan.

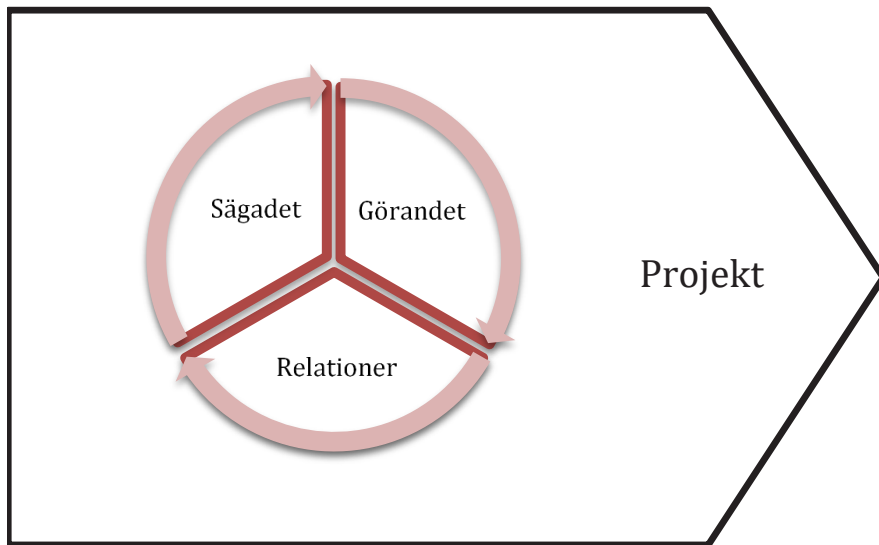
Teorin om Praktikarkitekturer

Teorin om praktikarkitekturer och praktikernas sammanhang är en praktikteori, som likt andra praktikteorier fokuserar på sociala och kulturella aspekter, dess relationer om praktikers sammansättning och förändringsmöjligheter (Kemmis, 2010; Kemmis & Grootenboer, 2008; Kemmis m.fl., 2014). I likhet med andra praktikteorier är den användbar för att identifiera bakgrunder till kollektiv kunskap i praktiker, så som handlingar och tolkningar av praktikers subjekt. Det utgår från sociala perspektiv och ger det sociala en plats för att identifiera bakgrunden till handlande. Det innebär att aktionsforskningen i avhandlingen utgår från praktiken som ett socialt rum som har format sin karaktär utifrån praktikens historia och traditioner (Carr & Kemmis, 1986). Teorin om praktikarkitekturer bidrar till ett mer distinkt ontologiskt perspektiv om vad en praktik är och hur praktiken formar och hur den formas av andra praktiker samt hur praktiker inom samma fält hänger ihop (Langelotz, 2017). Teorin utgår från praktiker som sociala relationer. De sociala relationerna är sammanvävda samtidigt som de kan särskiljas utifrån vad Schatzki (2002) metaforiskt beskriver som semantiska, sociala och fysiska utrymmen (Schatzki, 2002).

Begreppet praktik utgår från det sociala samspelet och det är handlingarna som är normgivande för praktiken. Praktikens

handlingar konstitueras av aktiviteter, som i sin tur grundar sig i socialt samspel (Nicolini, 2012). Därför behöver en praktik också förstås i sin lokala kontext. Praktikteori bidrar även med att skapa förståelse för den dagliga verksamheten samt möjligheter till förbättringar i ett bredare perspektiv (Rönnerman, Edwards-Groves, & Grootenboer, 2018). Det bredare perspektivet är belysningen av det sociala, då teorin både ingår och utgår från den sociala världen (Langelotz, 2017).

Teorin utgår från att strukturer och relationer i form av *det som sägs*, *det som görs* och *relationer* som är format av praktikens traditioner och som sammankopplas i praktiken (Kemmis & Grootenboer, 2008) (se figur 1). Det som sägs är former av förståelser, hur människor yttrar sig och tänker. Det som görs syftar till olika ageranden och handlingar. Relationer syftar till hur människor relaterar till varandra och omgivningen på olika sätt. Praktiken hålls samman av dess projekt, dvs. syftet med praktiken som i denna avhandling är elittränarens professionella utveckling genom erfarenhetsutbyten och reflektion.



Figur 1. En illustration av hur *det som sägs, det som görs* och *relationer* sammanvävs i praktiken. Översatt från Kemmis m.fl. (2014, s. 12).

Praktikens arkitekturer utgörs av tre olika arrangemang; kulturella-diskursiva arrangemang, materiella-ekonomiska arrangemang och sociala-politiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014). Dessa tre arrangemang binds samman i vad Kemmis m.fl. (2014) benämner som dimensioner som är platser, praktiker, relationer och traditioner (se figur 2).

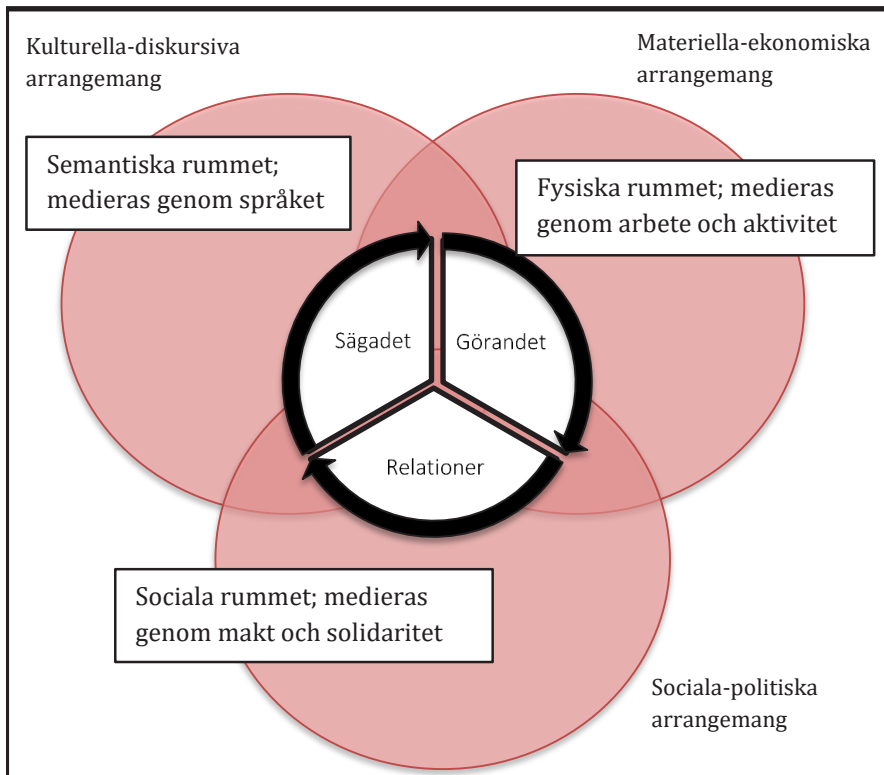
Kulturella-diskursiva arrangemang formas genom praktikens specifika språk och uttryck som används för att skapa förståelse. Det som är möjligt att säga och tala om i praktiken medieras i praktikens semantiska dimension (Langelotz, 2017). Elittränarnas tal i praktiken påverkas av hur de talar om tränarskap, utbildning och professionell utveckling både i den lokala kontexten men även av diskurser som finns både nationellt och internationellt. Elittränares tal formar även traditionen att dela med sig av erfarenheter och reflekterar tillsammans för att utveckla nya sätt att tala om professionell utveckling, tränarskap och hur de kan utveckla en mer hållbar elitidrott. Arrangemangen bidrar därför till att forma elittränares tal om riktningar och nya teman för att förstå rollen som elittränare samt

vad som är viktigt för att skapa nya innovativa lösningar för att utveckla elitfriidrottare på ett mer hållbart sätt.

De materiella-ekonomiska arrangemangen formar möjligheter för samverkan och sammankomster i praktiken (Langelotz, 2017). Arrangemangen tar sig uttryck i den fysiska dimensionen. Det innebär till exempel att tiden och platsen för möten och reflektioner påverkar möjligheten för alla att träffas. Ett annat exempel är att arrangemangen villkorar gemensamma utbildningsaktiviteter. För att alla ska kunna delta oavsett anställning, tränings- och tävlingsnivå och erfarenheter kan arrangemangen behöva påverkas och förändras.

Det tredje arrangemanget, sociala-politiska, formar praktiken utifrån makt, kommunikation och förhållningsätt. Tillit och lokalitet blir centralt i praktiken och kan på så sätt utveckla praktiken genom delaktighet och samarbeten samt förståelse för tränarrollen, men det motsatta kan även ske när någon eller några i organisationen, som har mer makt, driver en egen linje.

Det krävs förståelse och förändring av sägandet, görandet och relaterandet för att utveckla en praktik eftersom dessa tre aspekter formar självförståelse, identitet och meningsskapande hos de verksamma människorna inom praktikens sammanhang (Kemmis, 2009). Kemmis m.fl. (2014) menar att en förändring i enskilda praktiker är beroende av positivt stöd från andra praktiker i förändringsprocessen inom samma fält. När externa och interna förutsättningar inte stöds av samspelande praktiker försvåras utvecklingen och på sikt hindras den helt. Förståelsen för praktikers samspel är därför betydande för att beskriva förutsättningar för vad som möjliggör och begränsar utveckling över tid (Edwards Groves & Rönnerman, 2013).



Figur 2. Strukturer och nivåer av praktikens arkitekturer, inspirerad från Kemmis m.fl. (2014, s. 34).

Praktikens lokala kontexter

Nedan ges ett exempel av Göteborgs elitfridrotts gemensamma träningsarena Fridrottens Hus, utifrån Kemmis m.fl. (2014, s. 5) beskrivning om hur sägandet, görandet och relaterandet kan översättas till den verklighet som utforskas. I Fridrottens Hus finns ett gemensamt språk och gemensamma värderingar (Kemmis m.fl., 2014), vilka ofta är relaterade till specifika fridrottstermer och idrottsnormer som är formade över tid. Tränare och idrottare associerar till Fridrottens Hus genom gemensamma utrymmen, de materiella förutsättningar som skapar utrymmet exempelvis gym, träningsutrymmen eller specifika träningsredskap. Den tredje dimensionen utifrån Fridrottens Hus är relaterande, som kan beskrivas som kopplingarna mellan tränare, idrottare, föreningsledare

och styrelser som relaterar till Friidrottens Hus, träningsredskap och utrymmen som finns tillgängliga. Praktiken både påverkar och påverkas av dessa arrangemang (Kemmis, 2010).

Praktikernas sammanhang

Praktiker och praktikarkitekturer som formar andra praktiker inom samma fält existerar inte isolerat utan samspelar och relaterar till varandra genom vad Kemmis m.fl. (2014) benämner som *Ecologies of practices* (översatt till praktikernas sammanhang, se Rönnerman m.fl. 2018). En enskild praktiks arkitektur är en del av en annan praktik genom att dess arrangemang möjliggör och begränsar vad som kan ske i en specifik praktik. Till exempel utgör elittränares möjlighet att ses i en mötespraktik utifrån hur mycket ekonomiskt elitstöd de får, vilket baseras på deras elitidrottarens prestationer (elittränarna delas in i olika elitstödsgrupper, se kapitel 4). På så vis villkorar elitidrottarnas prestationer elittränarnas indelning i olika grupper.

En viktig aspekt, angående kunskaper om möjligheter och begränsningar för en praktik, är att kunskapandet är stegvis och en praktik existerar i kluster med andra praktiker samt överbryggas genom praktikernas samspel (Kemmis m.fl., 2014). Tabell 2 visar en förenklad beskrivning på principer för samspel som förklarar hur praktiker relaterar till varandra i samspelet.

Tabell 2. Praktikernas samspel översatt från Kemmis m.fl. (2014, s. 49).

Samspelande praktiker	Praktiker som är formade och påverkade av människor inom en praktik. De samspelande praktikerna förutsätter:
Nätverk	Att praktikernas egenskaper härstammar och existerar utifrån relationer med andra praktiker
Sammankopplade system	Att olika nivåer och nätverk av praktiker är sammankopplade med varandra
Beroende av varandra	Att praktiker är beroende av varandra
Mångfald	Att samspelande praktiker inkluderas av många olika praktiker som överlappar varandra
Cykler	Att utvecklingen av praktikernas arkitekturer och aktiviteter utvecklas i cykler genom samspelande praktiker
Utveckling	Att praktiker och samspelande praktiker utvecklas stegvis
Dynamisk balans	Att samspelande praktiker reglerar sig själva genom processer och upprätthåller kontinuitet i förhållande till både inre och yttre påtryckningar

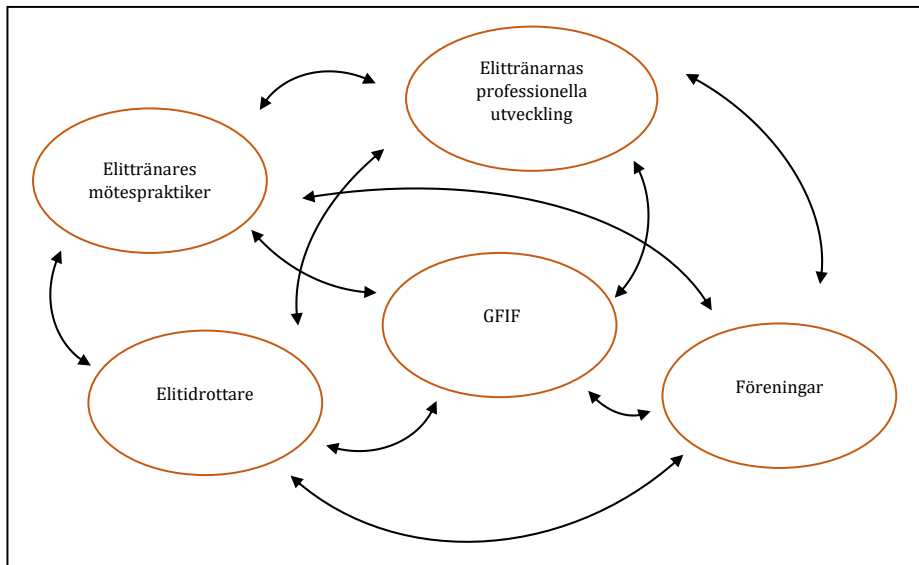
Praktikerna är beroende av de människor som formar och utför handlingar i praktiken. De olika praktikerna fostrar därmed varandra. Elittränarpraktiker fostrar nya sätt att se på utveckling i andra praktiker och tvärt om. Exempelvis påverkar elittränarens sätt att tala och uttrycka sig hur elitidrottare talar och uttrycker sig och vice versa.

Praktikernas sammanhang för Göteborgs friidrott – en skiss

Inom friidrott är det idrottarna, tränarna, föreningarna och dess medlemmar, förbund, styrelsemedlemmar och funktionärer som formar praktiker genom att utöva och vara delaktiga i friidrottens olika verksamheter. Friidrotten har även förändrats över tid. Grenar och arenor har utvecklats och nya regler har tillkommit. Det finns gemensamma strukturer för att tävla och träna, som dock kan se annorlunda ut beroende på var praktiken finns. Att ingå i en friidrottspraktik i Göteborg (Sverige) kan skilja sig åt jämfört med att utöva friidrott i ett annat land, eller en annan ort i samma land. Olika människors bidragande integreras dock i friidrottens gemensamma mål. Det gemensamma målet, att tävla och träna friidrott, är det som iscensätter fältet och praktikerna. Trots det kan elitfriidrottande inom Göteborg Friidrott även skiljas åt beroende på vilken gren som utövas. Friidrott i Göteborg består av fyra olika gengrupper²; medel- och långdistans, sprint- häck, hopp och kast (en mer utförlig beskrivning av svensk friidrott finns i kapitel 4). Beroende på antalet utövare och prestationer både nationellt och internationellt kan skillnaderna i villkoren vara stora för elitidrottarna. Inom en stor gengrupp som medel- och långdistans är konkurrensen betydligt större både nationellt och internationellt än övriga grenar inom friidrott. Trots att grundprinciperna är desamma, att tävla och träna i att hoppa, springa och kasta, ser praktikernas sammanhang

² Gengrupp är ett samlingsnamn för grenar inom samma disciplin. Medel- och långdistans består av löpgrenar från 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, Halvmaraton (landsväg), Maraton (landsväg), 3000m hinder, 400m häck; Sprint-häck består av 60m, 100m, 200m häck samt 110m häck; Hopp består av: Höjdhopp, stavhopp, längdhopp och tresteg och; Kast består av Kula, Slägga, Spjut och Diskus. Inom Svensk friidrott finns även gengruppen Mångkamp, men denna gengrupp är integrerad i de övriga fyra i Göteborgs friidrottsförbund.

annorlunda ut beroende av vilken friidrottspraktik elitidrottarna tillhör. Det finns även materiella strukturer som ingår i praktikens arrangemang, så som kläder, skor, stavar, häckar, mattor etc. Friidrottspraktiker kan därför omfatta olika typer av deltagare, och särskiljas inom det övergripande fältet – friidrott. Alla praktiker är därför beroende av en ekologisk struktur som sammanväver med andra praktiker (figur 3). Elittränare är beroende av friidrottsföreningar, förbund och utbildningspraktiker som formar och påverkar friidrotten. Elitidrottare påverkas av sina elittränare, elittränarnas professionella utveckling, samt sponsorsarbeten, mötespraktiker och förvärvsarbeten. En praktik kan också påverka dess arkitekturer. Både historia och de kontinuerliga förändringarna utifrån nya erfarenheter formar praktiken (Kemmis & Grootenboer, 2008). Förutsättningarna för förändring finns i strukturerna.



Figur 3. Exempel på elitfriidrottspraktikerna i Göteborgs friidrott. Pilarna illustrerar praktikernas sammanhang. Fritt översatt och anpassat till friidrott utifrån Kemmis m.fl. (2014, s. 52).

Karriärvägar och elittränarnas professionella utveckling

För att skapa förståelse för elittränarnas professionella utveckling gjordes en kartläggning om deras karriärskapande med utgångspunkt från Hodkinson och Sparkes (1997) teori om karriärvägar (Careership). Teorin grundar sig i individens val och handlingar i yrkeskarriärer som oförutsägbara vändpunkter, påverkade både av interaktioner och sociala sammanhang samt kulturella faktorer (Hodkinson & Sparkes 1997). Hodkinson och Sparkes (1997) utvecklade teorin baserat på habituskonceptet (Bourdieu, 2005), för att förstå individers vanor, principer, relationer och beteenden i olika kontexter. Detta innebär att teorin utgår i frågan att karriärvägar sker i samverkan mellan individen och kontexten och påverkas även av ekonomiska, geografiska och politiska dimensioner. Teorin har bland annat använts i utbildningskontexter för att skapa förståelse om övergångar mellan skola och arbete (Lidström, 2009) och under

senare år även inom idrottsforskning (Andersson & Barker-Ruchti, 2018; Barker-Ruchti m.fl., 2017). I avhandlingen används teorin för en kartläggning av elittränarnas professionella utveckling över tid, med fokus på elittränarnas karriärskapande. Teorin används därför specifikt för att förstå elittränarnas vändpunkter i karriären som utgår från att både sociala och individuella faktorer påverkar karriärvägar och kombinerar dessa två synsätt på karriärsbeslut (Hodkinson m.fl., 2008). Det innebär att en elittränares karriärskapande består av vändpunkter som påverkar den professionella utvecklingen. Dessa vändpunkter föregås och följs av olika typer av rutiner. Hodkinson och Sparkes (1997) identifierar fem olika typer av rutiner; bekräftande, socialiserande, evolutionära, störande och motstridiga. Bekräftande rutiner innebär erfarenheter som förstärker redan gjorda karriärval som utvecklar identiteten mot den riktning som individen hoppas på. Socialiserande rutiner är den rutin som bekräftar en identitet och karriär som individen inte från början planerat för. Evolutionära rutiner kan resultera i en omvandling där framgångar innebär att individen gradvis förändras och växer ifrån sin ursprungliga karriärsidentitet utan att det är motstridigt eller smärtsamt. Störande rutiner innebär att individen ogillar situationen som de befinner sig i utan att initiera förändring. Motstridiga rutiner infaller då individen väljer att byta karriärbana på grund av att hen känner sig otillfredsställd med den valda karriären.

Teorin utgår från tre identifierbara vändpunkter och avgörande händelser i karriärer. Vändpunkterna är inte helt åtskilda utan tenderar oftast att vara kombinationer av varandra (Hodkinson & Sparkes, 1997). Dessa tre är strukturella-, tvingade- och självinitierade vändpunkter. Strukturella vändpunkter är förutbestämda och äger rum i enlighet med strukturerna hos olika samhällsinstitutioner. I friidrottspraktikerna innebär strukturella vändpunkter förutsägbara och institutionaliserade händelser som elittränare är medvetna om kommer att ske. Tvingade vändpunkter sker då yttre faktorer, exempelvis personer i omgivningen eller händelser, tvingar elittränare att bryta sina rutiner och som de inte kan styra över. De kan förekomma oväntat och har ofta en tendens att vara dramatiska. Självinitierade vändpunkter är händelser som elittränare själva råder över och sker frivilligt. Hodkinson och Sparkes (1997) menar också

att valen som individer gör utgår från deras egna upplevelser som är eftersträvansvärda. Detta innebär att elittränare kan bli begränsade i sin professionella utveckling då karriärval endast kan göras utifrån deras nuvarande situation och plats. För elittränares professionella utveckling innebär detta att elittränares medvetengörande av vändpunkter och kritiska händelser kan påverka dem i en riktning att bredda deras upplevelser och förståelse av vad som kan möjliggöra professionell utveckling. Teorin utgår från sociala kontexter och individen, vilket Hodkinson m.fl., (2008) menar skapar förutsättningar för att teorins omfång som holistisk lärandeteori. Detta har dock kritiserats (Barker-Ruchti, 2019; Enright & Gard, 2016), då dessa sociala och individuella förutsättningar är två av flera andra aspekter som påverkar individers utveckling. Därav används teorin i avhandlingen som en del för att förstå dessa aspekter av elittränarnas professionella utveckling mot en mer hållbar elitidrott.

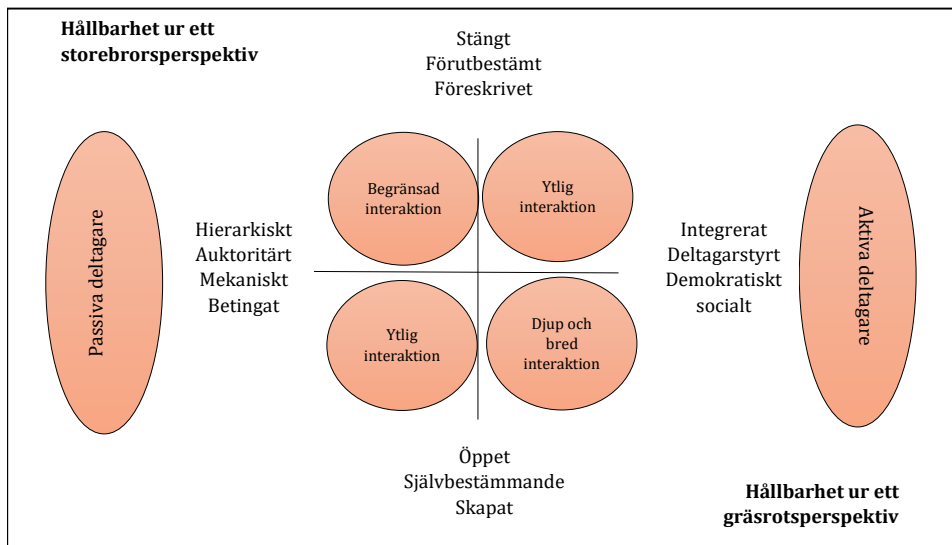
Nästa del redogör för teoretiska perspektiv på Hållbarhet och följs upp med en redogörelse av Omsorgsetik och Praktisk visdom.

Hållbarhet

Hållbarhet definieras olika och har också olika betydelse utifrån vilket perspektiv och vilken kontext som undersöks (Johnston, Everard, Santillo, & Robèrt, 2007; Marshall & Toffel, 2005; White, 2013). Sedan begreppet hållbarhet presenterades i forskningssammanhang har det definierats på över 100 olika sätt utifrån etiska-, politiska-, sociala- och miljöekologiska perspektiv (Johnston m.fl., 2007). White (2013) visar en sammanställning i artikeln *Sustainability: I know it when I see it* att begreppet förekommer mest i sammanhang inom miljö-, sociala- och ekonomiska perspektiv. Denna avhandling tar sin utgångspunkt i hållbarhet som ett teoretiskt begrepp vilket har använts inom ramen för hållbarutveckling inom högre utbildning och introducerades i idrottsforskning 2014.

I artikeln *Sustainability for higher education* beskriver Wals och Jickling (2002, s. 127) att hållbarhet i förhållande till utbildning och utveckling kräver förändringar som görs gemensamt i den relevanta miljön samt drivs genom processer, kritisk reflektion och kreativitet. Författarna beskriver att potentialen för att nå hållbarhet kan uppnås genom att

betrakta hållbarhet som en vision att jobba mot snarare än ett mål att uppnå. Hållbarhet är också förhandlingsbart och dynamiskt (Wals & Jickling, 2002). I likhet med elitidrott, är utbildning och utveckling oförutsägbart och kontextspecifikt. Skillnaden mellan målstyrt hållbarhetsperspektiv och ett förhandlingsbart hållbarhetsperspektiv kan illustreras med hjälp av två ytterligheter; Storebrorsperspektiv och gräsrotsperspektiv (Wals & Jickling, 2002) (figur 4). Storebrorsperspektiv utgår från processer som är förutbestämda, slutna och ordinerade. Dessa processer, styrs hierarkiskt och med auktoritet. Gräsrotsperspektivet syftar till processer som är öppna, självbestämmande och skapande, och integreras genom demokratiska processer.



Figur 4. Hållbarhetsperspektiv i komplexa miljöer. Översatt från Wals och Jickling (2002, s. 126)

För att utveckla hållbarhet krävs det en process, ett hållbart tänkande, som innebär förhandlingar ur olika perspektiv (Wals & Jickling, 2002). Ett argument för detta är att utvecklingen av hållbarhet inte blir hållbar *per se*, utan kräver gemensamma processer som involverar och engagerar långsiktig utveckling. För att förändra och utmana verksamheter att bli mer hållbara är det viktigt med en förhandling

utifrån kontextens ytterligheter (Peters & Wals, 2013). Dessa två ytterligheter har presenterats som att de är styrda av antingen ett marknadsperspektiv eller ett gemenskapsperspektiv. Wals och Jickling (2002) menar därför att ett hållbart tänkande är ett sökande av hållbara lösningar. Hållbarhet kräver att alla aktörer i en praktik hittar konsensus i vad hållbarhet kan betyda och vilka hållbara lösningar som är möjliga (Peters & Wals, 2013). Detta kan dock medföra att begreppet i detta sammanhang saknar mätpunkter, dvs, att det kan vara svårt att svara på huruvida det går att mäta om en praktik har blivit mer hållbar. En annan kritisk aspekt är också att detta teoretiska begrepp saknar en klar definition om vad hållbarhet innebär, då det utgår helt från kontexten (vilket kan skilja sig åt idrottspraktiker emellan). Nästa del av teorin innehåller därför en kontextuell förklaring av hållbarhet i elitfridrottskontexten.

Hållbarhet och elitidrott

Som inledningen till avhandlingen beskriver är det aktuellt att resonera kring de negativa konsekvenser som kan uppstå för elitidrottare. Det har då resonerats om elitidrottens grundfundament av tävling, vilket innebär att det är av idrottens natur att elitidrottare utsätter sig för ohälsosamma risker och skador som påverkar långsiktiga satsningar för att nå upp till de höga krav som ställs för att prestera önskvärda resultat. Med andra ord, elitidrott är i sin natur riskfullt och selekterande och därmed ohållbar (Loland, 2001, 2006). Även Lawson (2005) följer detta resonemang och skiljer på elitidrott och rekreationsidrott och menar att endast det sistnämnda kan sträva mot hållbarhet då det kan främja sociala interaktioner, kollektivism, välbefinnande och hälsa, till skillnad från elitidrott som inte kan uppnå dessa mål. I motsats till Lawson (2005) har flera studier visat att det finns sätt att minska de negativa konsekvenserna i elitidrott om tränare fokuserar på ansvar, respekt och mångfald jämte elitidrottarens prestationer (Annerstedt & Lindgren, 2014; Barker-Ruchti m.fl., 2014). Studier som resonerat om hållbarhet och idrott har då visat att tränarens kunskap och erfarenhet är avgörande faktorer i elitidrottsmiljöer (Annerstedt & Lindgren, 2014; Barker-Ruchti m.fl., 2014; Grahn, 2014; Rynne & Mallett, 2014). Inom elitidrott innebär

det att aktörer (ledare, tränare och idrottare) skiftar fokus från idrott med ett marknadsperspektiv till idrott med ett gemenskapsperspektiv (se tabell 3). Dessa två perspektiv är två ytterligheter inom elitidrott. Marknadsperspektivet belyser tävlingslogiken, där utslagning, stress och risk är en naturlig del av idrotten (Barker, Barker-Ruchti, Wals, & Tinning, 2014). Marknadsperspektivet präglas av auktoritet och effektivitet. Det innefattar en syn på idrott av resultatfokus, idrottare som resurser, auktoritärt tränarskap, enbart fokus på ständig resultatutveckling och kontroll. Gemenskapsperspektivet belyser elitidrotten som en social praktik, som utvecklar människor holistiskt och skapar mening (Mallett m.fl., 2016). Gemenskapsperspektivet innebär istället en syn på idrott som präglas av processfokus, idrottare som människor, delaktighet, oförutsägbarhet och ett fokus på enskilda individers behov. Vidare är också hållbarhet dynamiskt och visionärt. Det innebär att hållbar elitidrott inte är ett slutmål, utan snarare en utvecklingsprocess för att göra friidrotten bättre på att få elitidrottare att prestera. Även denna process kräver samverkan och delaktighet från alla inom friidrottens praktiker.

Tabell 3. Marknads- och gemenskapsperspektiv på idrott, fritt översatt utifrån Barker-Ruchti m.fl. (2014, s. 55).

	Marknadsperspektivet	Gemenskapsperspektivet
Idrottens syfte	<i>Idrott som marknad</i> Tyngdpunkt på internationella medaljer; resultatorientering återspeglar 'marknad' och 'marknadsförbarhet'	<i>Idrott för att påverka</i> Processorientering: tyngdpunkt på social relevans; positiv feedback för dem som drar nytta av idrotten
Syn på idrottare	<i>Effektivitet</i> Idrottare ses i mekanistiska termer; 'body-as-machine' och ekonomisk resurs; tajta tidsramar; orsak-verkan relation mellan träning och prestationsutveckling	<i>Autenticitet</i> Idrottare accepteras som intelligenta och kapabla medborgare som har en önskan att engagera sig i meningsfullt lärande och övergripande utveckling; engagemang
Relation mellan tränare och idrottare	<i>Instrumentellt</i> Tränarskap som överföring av förutbestämda och fasta mål; tränar-auktoritet; tränare har all kunskap som överförs till idrottaren	<i>Frigörelse</i> Idrottscentrerat tränarskap; hög grad av självbestämmande och omvandling; utrymme för samskapande och dynamiska målsättningar
Syfte med träning	<i>Fokus på ständig prestationsutveckling</i> Syftet med träningen är framsteg och normativa mål; Alla aspekter av livet planeras i strävan efter prestationsförbättring	<i>Fokus på dynamiska kvaliteter</i> Idrottsinstitutioner investerar i idrottares fysiska och personlig utveckling samt gemensamma relationer
Epistemological orientering	<i>Empirisk rationalism</i> Vetenskaplig kunskap representerar sanning; biomedicinsk kunskap är nyckeln; kontroll och eliminering av "distraction" är viktigt	<i>Social-konstruktivism</i> Samskapande av kunskap, pluralistiskt samhälle och arbetsetik; osäkerhet och oförutsägbarhet är en given förutsättning
	<i>Vetenskaplig och teknisk kunskap</i> Används för att förutsäga, kontrollera och ingripa i träning; förtroende för vetenskap; specifik teknisk kunskap åsidosätter andra perspektiv på kunskap att känna till och göra.	<i>Phronesis</i> Etisk och praktisk kunskap; kontextspecifika värderingar; ingen "en-väg-passar-alla" filosofi

Till exempel gör den höga skaderisken i friidrott idrotten mindre hållbar. Genom att resonera kring hållbara perspektiv kan processer startas för att åtgärda detta, utifrån friidrottens unika förutsättningar. Förutsättningar i detta fall innebär att hållbarhet kräver samverkan. Förbund, föreningar, tränare och idrottare behöver tillsammans diskutera och reflektera över vad som skall göras samt hur det ska göras, utifrån alla aktörers kunskap, förståelse och förutsättningar. För det andra kan hållbarhet också ses som normativt och etiskt. Utifrån ett etiskt perspektiv, berörs frågan om det är rätt och accepterat att elitidrottare utsätter sig för risken att bli skadade eller riskerar annan ohälsa i jakten på toppresultat. Det innebär att elittränares beslut utgörs av etiska och moraliska aspekter vilket relaterar till de teoretiska begreppen omsorgsetik (Noddings, 1986) och praktisk visdom (Jones, 2015).

Omsorgsetik och praktisk visdom

Omsorgsetik är en teori som utvecklades av Gilligan (1982) för att visa på skillnaden i resonemang för moraliska dilemman. Senare har Noddings (1986) blivit en av de främsta filosoferna för omsorgsetik, som hon bland annat använt för forskning om relationen mellan lärare-elev. Det är en komplex relationsbaserad teori, som definieras som ett kontinuerligt, ömsesidigt samband mellan den person som ger omsorg (the carer) och den som tar emot omsorg (the cared-for) (Noddings, 1986). En omsorgshandling fullbordas inte förrän mottagaren av omsorgen medger och erkänner den omsorg som ges (Noddings, 1986). Noddings (2002) beskriver att en omsorgsfull relation skapar handlingar som engrossment. Engrossment är handlingar där omsorgsgivaren försöker förstå, upptäcka och känna efter vad omsorgsmottagaren har för önskan, som i sin tur kan skapa motivationsförskjutning (motivational displacement) av den som ger omsorgen. Motivationsförskjutning innebär att omsorgsgivaren fokuserar på omsorgstagarens behov framför sina egna intressen (Noddings, 2002). För att skapa en utvecklande miljö med ett omsorgsfullt klimat anger Noddings (1992, 2002) fyra olika faktorer som påverkar praktiken. Dessa fyra nyckelegenskaper som formar omsorgsetiken beskrivs som modellering, dialog, praktik och

bekräftelse. Modellerings innebär att den som ger omsorg agerar som en förebild i relationen genom att agera omsorgsfullt och visa omsorgsfulla handlingar inför andra. Detta är viktigt för att relationen ska kunna behållas och utvecklas. Modellerings kan vara både omedvetet och medvetet (Noddings, 2002). Dialog beskrivs som omsorgsgivarens förståelse för de behov som omsorgstagaren har. Genom att prata, lyssna och dela tankar och åsikter skapas en starkare förståelse av individerna i relationen. Dialog är en handling som synliggör omsorgen i relationen och utvecklar relationen över tid (Noddings, 2002). Praktik innebär den miljö där omsorgsfulla värderingar skapas. Praktik innebär även att skapa forum där omsorg utövas. Genom att praktisera omsorg formas en miljö där omsorgsfulla värderingar kan utvecklas. Fokus för utveckling av omsorg behöver vara på omsorgsmotagarens intressen, nyfikenhet och genuina vilja att utvecklas (Noddings, 1992). Sista nyckelegenskapen, bekräftelse, är omsorgstagarens möjlighet till att utveckla egen omsorg genom att bekräfta omsorgen. Genom att bekräfta den omsorg som fås kan omsorgstagaren agera omsorgsgivare. Detta uppnås genom att uppmuntra det bästa i andra genom att själv agera omsorgsfullt för att skapa tillförlitliga relationer (Noddings, 2012).

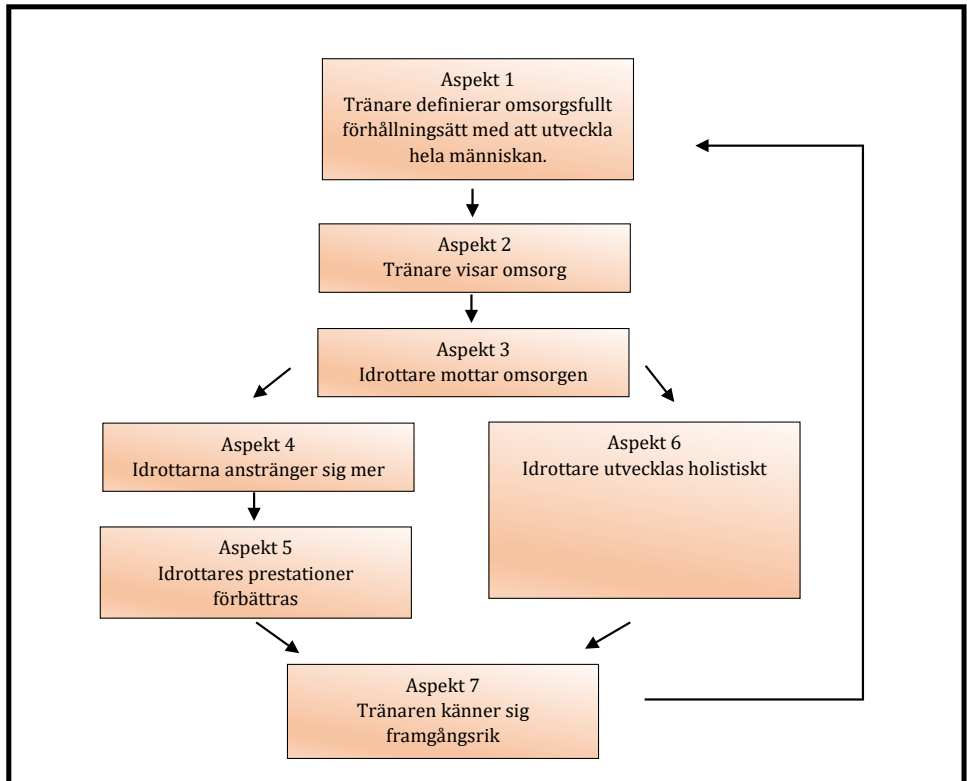
I ett pedagogiskt sammanhang har Noddings fått kritik för att hon inte är lyhörd för en rättvisedimension i omsorgsetiken. Det betyder att Noddings undviker att diskutera strukturella frågor i relation till omsorg och på så vis intar en anti-strukturell position i sin teori om omsorgsetik (Colnerud, 2006). En annan kritik som har riktats mot omsorgsetiken är dess okritiska prisande av omsorgen och av personliga relationer (Blum, 2001) eftersom omsorgsbaserade relationer bygger på och kan utveckla en ojämlig balans mellan beroende och makt. Den samlade kunskapen om omsorgsetik inom idrotten visar också att det finns en konflikt mellan tränarens behov av att visa omsorg och idrottares behov av att prestera kortsiktigt (Fisher, Bejar, Larsen, Fynes, & Gearity, 2017; Knust & Fisher, 2015).

Omsorgsetik och tränarskap

Omsorgsetik har på senare år fått uppmärksamhet inom tränarskap (se exempelvis Annerstedt & Lindgren, 2014; Cronin & Allen, 2018; Fisher m.fl., 2017; Jones, 2009; Lindgren & Barker-Ruchti, 2017; Purdy, Potrac, & Paulauskas, 2016). Dessa studier om idrott och omsorg baseras mestadels på Noddings (1986) arbete. Det innebär att ett omsorgsfullt förhållningsätt i idrotten är ett genuint engagemang från tränaren för att hjälpa idrottaren. Engagemanget bibehålls och utvecklas genom en god relation.

Purdy m.fl. (2016) använder begreppet omsorgsetik för att beskriva nyttan av omsorg inom tränarskap. Författarna skriver att omsorgsetik inom idrott även innebär att skapa ett utvecklat klimat för att möta individuella behov samt att uppmuntra till att utveckla moral och etik hos individen. De påpekar också att omsorgsetik innebär att tränarens roll är mer än att lära ut taktiska och tekniska färdigheter, då det även handlar om att skapa en pedagogisk miljö för att utveckla individers moraliska förhållningsätt. För att skapa goda pedagogiska miljöer behöver tränare acceptera att deras roll innebär att både utveckla moral och etik i samma utsträckning som prestation och resultat. Det innebär även att tränare behöver utveckla idrottarna i att hantera moraliska och etiska dilemman så som ilska, avund, fusk och rädsla när det förekommer i deras dagliga träning (Purdy m.fl., 2016). Omsorgsetik har använts inom forskning för att undersöka relationen mellan tränare och idrottare utifrån lärande och utveckling (Fisher m.fl., 2017; Jones, 2009), och för att exemplifiera omsorg hos tränare (Annerstedt & Lindgren, 2014; Knust & Fisher, 2015; Lindgren & Barker-Ruchti, 2017). Fisher m.fl. (2017) baserar sitt resultat på 18 tränare och skriver att ett omsorgsfullt tränarskap hjälper tränare att utveckla idrottare över tid då omsorg bidrar till att utveckla moral, etik och rättvisa hos idrottare. Lindgren och Barker-Ruchti (2017) visar att omsorgsetiskt tränarskap är en del av fem svenska kvinnliga landslagsledares förhållningsätt att stötta sina idrottare till att kunna hantera press och resultat på ett hållbart sätt. Annerstedt och Lindgren (2014) ger olika exempel på omsorgsfullt tränarskap som en svensk manlig landslagsledare ger uttryck för.

Tidigare nämnda Fischer m.fl. (2017), har undersökt omsorgsetik och tränarskap i en amerikansk kontext (Fisher, Larsen, Bejar, & Shigeno, 2019). Baserat på deras tre egna studier (Fisher m.fl., 2017; Fisher, Shigeno, Bejar, Larsen, & Gearity, 2018; Knust & Fisher, 2015), och annan forskning inom en europeisk elitidrottskontext (Jones, 2009), betonas att det är viktigt att tränare reflekterar om varför de ska vara omsorgsfulla och vad omsorg innebär i form av moraliska handlingar i tränares relation med idrottare. Utifrån detta resonemang har tränares omsorg och idrottarens prestation en stark relation. Detta innebär att tränares omsorg påverkar idrottarens prestationsutveckling genom en process med sju aspekter (figur 5).



Figur 5. Relationen mellan omsorgsfullt tränarskap och idrottarens prestationer. Översatt från Fisher m.fl. (2019, s. 132).

För att tränare ska klara av att skifta från resultatfokus till processfokus är det av vikt att omsorgsfullt tränarskap är väl förankrat

hos tränarna. Fisher m.fl. (2019) menar att tränare då först behöver reflektera över sin relation med sina idrottare i förhållande till ansvar, makt, respekt och moral. Ett kunskapsbegrepp som har beskrivits som komplementär till omsorgsetik är praktisk visdom (phronesis), vilket är nästa begrepp i det teoretiska ramverket i avhandlingen (Jones, 2015). Praktisk visdom kan relateras till hållbarhet och omsorg, då det innebär en förståelse för tränares ständiga förhandling i beslut (se även Jones, 2015; Hartman m.fl., 2010, Barker-Ruchti m.fl., 2014).

Praktisk visdom

Praktisk visdom är ett begrepp som härstammar från Aristoteles perspektiv på kunskaper. Aristoteles beskriver kunskap i fem olika former. Sofia, Nous, Episteme, Techne, och Phronesis (Aristotle & Rackham, 1926). Sofia är filosofisk kunskap och Nous är intuition. Episteme förklaras som teoretisk kunskap om att veta [att], techne som teknisk kunskap, att veta [hur] och phronesis som praktisk visdom, att veta [när]. Phronesis är kunskap som baseras på förmågan att reflektera och överlägga konkreta handlingar utifrån erfarenheter. Praktisk visdom innebär att göra gott för den goda sakens skull, att ta beslut om vad som kan göras, vad som bör vara gjort, och även hur man gör det (Flyvbjerg, m.fl., 2012).

Det kan dock framgå att praktisk visdom som teoretiskt begrepp kan bli alltför subjektivt vilket begränsar objektivitet och mätprovning när begreppet används vetenskapligt (Bornemark & Svenaeus, 2009). I avhandlingen används begreppet för att reflektera och kontextualisera innebörden av praktiks visdoms för elittränare i relation till professionell utveckling och hållbarhet. Praktisk visdom har reflekterats över och diskuterats inom professionellt lärande relaterat till förändring i ledarskapspraktiker (Kemmis, 2010). Kemmis (2010) beskriver då praktisk visdom som självkänedom. Självkänedom framgår av erfarenhet och reflektion på erfarenhet och utvecklar förmågan att agera klokt i osäkra praktiska situationer. Det är förändringen av professionellas praxis som utvecklar praktisk visdom snarare än tvärtom (Kemmis, 2010). Utifrån Kemmis (2010) resonemang om praktisk visdom är det troligt att tränares förmåga att

bedöma och värdera beslut, som tas inom den professionella praktiken, utvecklas bäst genom att agera utifrån idrottarens bästa under osäkra omständigheter. Detta görs genom att reflektera och uppleva konsekvenserna av deras handlingar.

Tränarskap med praktisk visdom innebär att vara medveten om moraliska ställningstagande som kan innebära att ta prestationsinriktade beslut för resultat, samtidigt som hälsa, välbefinnande och långsiktighet tas i beaktning (Hardman m.fl., 2010). Tränare med praktisk visdom har förmågan att göra rätt sak, vid rätt tillfälle, på rätt sätt (Jones, 2015, s. 8) och är en viktig egenskap för att tränare ska kunna ta moraliskt goda beslut som präglas av ärlighet, rättvisa och tålmod (Cooke & Carr, 2014; Standal & Hemmestad, 2011). Hardman m.fl. (2010) argumenterar för att det finns anledningar att utveckla mer etiska och moraliska karaktäristiska drag hos tränare för att klara av att hantera elitidrottens prestationskrav på ett mer hållbart sätt. I tränares hantering av dilemman och problematiska situationer kan den praktiska visdomen vara avgörande för att kunna ta hållbara beslut i den unika situationen (Flyvbjerg, 2001, 2004). Praktisk visdom har också diskuterats som en viktig del av tränarskapet för att upprätthålla goda ärliga relationer och tillit med idrottare, i strävan att utveckla deras prestationer (Barker-Ruchti m.fl., 2014, Jones 2007).

4. Friidrotten som kontext: Friidrotten i Göteborg

I detta kapitel beskrivs den kontext som har undersökt för att skapa en förståelse av den aktionsforskning som har genomförts. Kapitlet startar med en generell beskrivning av friidrott nationellt, därefter en djupare beskriva friidrotten i Göteborg för att förstå sammanhanget och utgångspunkten för förutsättningarna samt de val som gjordes i forskningsprojektet.

Svensk friidrott

Det finns olika perspektiv på vilka förutsättningar som behövs för att skapa goda tränings- och tävlingspraktiker inom svensk friidrott. I detta stycke redovisas först hur friidrotten är organiserad, samt en redovisning av den forskning som har visat på hur olika miljöer påverkar friidrottarens möjligheter. Dels handlar det om strukturen och idrottsföreningarna, dels om den geografiska plats som idrottsföreningarna tillhör. Rådande normer har också betydelse för de förutsättningar som ges för svenska friidrottare och tränare.

Den moderna svenska friidrotten består av olika sporter och omfattas av löpning, hopp, kast och mångkamp. De olika sporterna skiljer sig även åt då löpning innefattar flera distanser samt även löpning med häckar och hinder (60m, 100m, 200m 100m häck samt 110m häck, 400m, 400m häck, 800m, 1500m, 3000m hinder 5000m, 10000m, Halvmaraton, Maraton). Hopp innefattar höjdhopp, stavhopp, längdhopp och tresteg och; Kast består av kast med kula, slägga, spjut och diskus. Mångkamp innebär att idrottarna på seniornivå tävlar i sju (damer) eller tio (herrar) grenar, där den sammanlagda poängen från samtliga grenar avgör resultatet på tävlingen.

Svenska friidrottsförbundet bildades 1895 under namnet Svenska idrottsförbundet och fick sitt nuvarande namn 1950. Friidrott har historiskt haft en central roll i de olympiska spelen. Friidrott för herrar

har varit en del av OS-programmet sedan 1896 medan friidrott för damer introducerades 1928.

Svenska Friidrottsförbundet är indelat i 23 distrikt och har ca 1000 registrerade föreningar³. År 2019 rapporterades att ca 4100 personer mellan 15-25 har genomfört en friidrottstävling utomhus. Svensk friidrott baseras även på den svenska idrottsmodellen av ideella föreningar med många ledare och tränares frivilliga arbete (Idrotten vill, 2009). Det finns ca 20 Riksidrottsgymnasium (RIG) och Nationellt godkända idrottsutbildningar (NIU)⁴ där gymnasieungdomar kan göra en elitsatsning på friidrott under skoltid. Huvudsyftet med dessa satsningar är att elitidrottare ska kunna fortsätta idrotta, samtidigt som de genom en god utbildning ökar chansen till att anpassa sig till livet efter idrotten (Stambulova, Engström, Franck, Linnér, & Lindahl, 2015). För elitfriidrottare är det även betydelsefullt att det finns möjlighet att kombinera elitsatsningen med högskolestudier efter gymnasieåren (Fahlström m.fl., 2015). Idag finns dessa möjligheter att kombinera en elitkarriär med högskolestudier genom Riksidrottsuniversitet (RIU)⁵, vilket är en väg för elitidrottare att kunna satsa på dubbla karriärer. Däremot är inte denna satsning på dubbla karriärer oproblematiserad. För elitidrottare innebär det oftast även dubbelt fokus på både idrotten och studier, vilket kan leda till mindre tid och fokus på det sociala livet samt hälsa och välbefinnande (Ekengren, Stambulova, Johnson & Carlsson 2020; Stambulova m.fl., 2015).

Elitfriidrotten i Sverige präglas av närvarande elittränare som har en god relation med sina idrottare och kan benämnas som ett typisk

3 Många lokalföreningar i Friskis & Svettis är medlemmar i Svenska Friidrottsförbundet. (IdrottOnline.se). I Göteborgs friidrottsförbund finns ca 50 000 registrerade medlemmar, varav ca 3500 av dessa är medlemmar i en friidrottsförening och resterade är medlemmar inom Friskis & Svettis.

4 Det finns två olika möjligheter för elever som vill kombinera studier med elitidrott på gymnasiet: riksidrottsgymnasium (RIG) och nationellt godkända idrottsutbildningar (NIU). RIG har rikstrekrutering medan NIU har lokal/regional antagning (rf.se).

5 RIU är Riksidrottsuniversitet som innebär att elitidrottare kan få individanpassade studieplaner när de läser högskoleutbildning för att kunna genomföra sin elitsatsning och samtidigt få en högskoleexamen. Göteborgs universitet i samverkan med Chalmers är ett av fem RIU i Sverige.

nordiskt ledarskap, som symboliseras av avsaknad av hierarkier och där alla kan och vågar säga vad de tycker oavsett position (Barker-Ruchti m.fl., 2017). Det finns också, liksom andra idrotter, en stor dominans av manliga tränare (Ashbolt, O'Flynn, & Wright, 2018). När det kommer till elitidrottarna finns också skillnader mellan män och kvinnors idrottande. Friidrott är som övrig idrott formad utifrån manlig norm, och kvinnliga friidrottare får oftast anpassa sig efter den manliga normen (Ashbolt m.fl., 2018).

Kulturen som råder inom elittränarpraktikerna i Sverige kan sammanfattas i att; a) elittränarna lever i friidrottens tjänst och anpassar sin tillvaro efter friidrottsaktiviteter, b) elittränarna skapar nära och långa relationer med sina elitidrottare som skapar inbördes beroende mellan parterna, c) det finns en övertygelse om att lärande ska ske i praktiken genom erfarenhetsbyte i motsats till mer formellt lärande. I rapporten Coachteamet sammanfattas utvecklingsmöjligheterna:

”Allt detta sammantaget visar på en kultur som överförs från tränare till aktiva in i nästa friidrottsgeneration och som återskapar och bevarar en friidrottskultur som är mycket svärföränderligt” (Fahlström m.fl., 2013, s. 32).

Göteborgs friidrottsförbund

Denna avhandling är ett exempel på aktionsforskning som genomförts i samarbete med GFIF. Inspirationen till forskningsprojektet som GFIF initierade hämtades från Göteborgs friidrottsförbunds vision som fastställdes 2014 och innebär:

Göteborgs friidrottsförbund har en vision om att skapa Sveriges attraktivaste friidrottsmiljö genom att skapa optimala förutsättningar för friidrottare, utveckla sunda vanor och med välutbildade och engagerade tränare bedriva Sveriges bästa verksamhet för elitfriidrottare (Göteborgs Friidrottsförbund, 2014).

Inom både aktionsforskning och idrottsutveckling är förutsättningar avgörande för samarbeten, utveckling och potentiella förändringar. Nedanför beskrivs därför förutsättningar i den aktuella kontexten.

Göteborg är idag en av Sveriges mest framgångsrika friidrottsdistrikt utifrån senioridrottarens resultat nationellt och

internationellt. Under svenska mästerskapet 2015 tog friidrottarna från Göteborgsföreningarna ca 20 % av samtliga topp 6 placeringar. Liknade resultat presterades även under mästerskapen 2016, 2017, 2018 och 2019. GFIF driver sedan 1980 Göteborgsvarvet, som idag är världens största halvmaraton och världens näst största evenemang inom löpning⁶. Göteborgsvarvets utveckling har skapat goda ekonomiska förutsättningar för friidrotten i distrikten och har idag en mångmiljonomsättning. GFIF äger och driver även en egen friidrottshall, Friidrottens Hus. Förbundets friidrottsavdelning har haft mellan 4-7 heltidsanställda som arbetar med koordination av friidrottstävlingar och vaktmästeri för friidrottshallen, i perioder har det även funnits anställd personal som har arbetat med elitidrottsutveckling. I förbundets avdelning för Göteborgsvarvet finns ett 20-tal anställda som arbetar som projektledare, ekonomiansvarig, säljare och kommunikatörer⁷.

Inom GFIF arbetar många tränare ideellt, mot basbeloppsersättning eller är anställda på halvtid. Endast ett fåtal arbetar heltid som tränare. Finansieringsmodellen för elitfriidrottare och elittränare baseras främst på senaste resultat och prestationer, såväl på distriktsnivå som på landslagsnivå. De flesta elitidrottare inom GFIF bedriver sin elitsatsning vid sidan av civilt arbete eller studier. Med hjälp av bidrag från föreningar, förbund, föräldrar samt i vissa fall sponsorer finansieras träningsläger och tävlingsresor.

Elittränarna inom GFIF får sin status som elittränare utifrån elitidrottarnas prestation (d.v.s. tränarna blir elittränare genom att deras aktiva idrottare presterar på elitnivå, och tränarna kan inte nå elittränarnivån utan att idrottarna gör en specifik prestation och får elitstatus). Detta innebär att elittränarnas kunskap, erfarenhet och utbildning inte har någon direkt påverkan på deras utnämning som elittränare. Däremot kan det ha en påverkan i form av att elitidrottare utanför regionen söker sig till elittränare med god erfarenhet av att träna idrottare på mästerskapsnivå. Friidrottare på elitnivå får ekonomiskt bidrag och delas in i fyra kategorier, varav deras

⁶ Göteborgs Varvet är ett av världens största löparevenemang sett till antal anmälda deltagare. 2019 anmäldes ca 55 000 deltagare i åldrarna 17-85 år. Göteborgs Varvet engagerar ca 2000 funktionärer årligen (goteborgsvarvet.se).

⁷ Beskrivning från 2019.

elittränare också delas in i samma kategorier. I den högsta nivån finns elittränare vars elitidrottare tävlar på minst europeisk mästerskapsnivå och i den näst högsta elittränare vars elitidrottare representerar landslaget. Näst sista nivån innehåller elittränare vars elitidrottare har presterat topp tre resultat på svenska mästerskapet (SM) och den sista nivån innehåller elittränare med elitidrottare som placerat sig mellan 4-6 plats på SM. Elittränare behåller sin elitstatus ett år efter aktiva elitidrottarens prestation men kan mista den om elitidrottaren inom ett år inte når det resultat som krävs för motsvarande prestationsnivå.

Fräidrottstränarna i GFIF har med sin delaktighet haft en stor betydelse för genomförandet av avhandlingen.

Göteborgs fräidrottsförbunds organisation

GFIF fastställde 2014 visionsarbetet *Sveriges mest attraktiva fräidrottsmiljö med bredd, spets och glädje* (Göteborgsfräidrottsförbund, 2014, s. 2), med syfte att GFIF skall skapa optimala förutsättningar för samtliga som bedriver fräidrott utifrån var och ens förmåga och ambition, samt utveckla sunda vanor, höja livskvalitén och stärka gemenskapen (Göteborgsfräidrottsförbund, 2014, s. 2). GFIF arbetar tillsammans med fräidrottsföreningarna med visionen att Göteborg ska ha den mest attraktiva fräidrottsmiljön i Sverige. GFIF ska även verka för att skapa en miljö där tränare, ledare och aktiva idrottare ska utvecklas både som människor och i sina respektive roller inom idrotten (Göteborgsfräidrottsförbund, 2009).

Inom GFIF finns 16 arena-föreningar som är ansvariga för den idrottsliga verksamheten och varje elitaktiv idrottare är medlem i någon av föreningarna. GFIF, som är ett specialdistriktsförbund, ansvarar för att verksamheten i föreningarna drivs utifrån de förutsättningar som ges både från direktiv av Specialförbundet (Svenska fräidrottsförbundet) samt de gemensamma beslut som tas tillsammans på årsmöten av de 16 arena-föreningarna.

GFIFs organisation är uppdelat i två delar. Det ena är Göteborgsvarvets organisation. Den består av heltidsanställda projektledare, marknadskommunikatörer, ekonomiansvarig, IT-arkitekt samt behovsanställda. Utifrån Göteborgsvarvets marknadsplan har personal och rollerna skiftat genom åren projektet

har fortlöpt. Den andra delen utgör Friidrotten. Friidrotten och Göteborgs Varvets organisationer har samma övergripande chef, som verkar under GFIFs styrelsen. Styrelsen är vald av distriktsförbundets medlemmar under GFIFs årsmöte.

Vid starten av forskningsprojektet fanns även en elitansvarig anställd. Sedan starten 2015 har rollen som elitansvarig försvunnit och dessa uppgifter är tilldelade friidrottschefen och projektanställda. Andra aktörer inom organisationen runt elittränarna är deras arbetsgivare (föreningarnas styrelser och sportchefer) och till viss del GFIFs styrelse som är beställare av forskningsprojektet.

GFIF är en medlemsorganisation, vilket innebär att flera styrelseledamöter kan lämna och bytas ut varje år. Oberoende av forskningsprojektets inverkan på organisationen är GFIF likt andra arbetsplatser dynamisk. Personal som arbetar inom GFIF har bytts ut under forskningsprojektets gång. Under första året lämnade den elitidrottsansvarige sin tjänst efter en omorganisation. Elitansvariges roll var främst att stötta och driva forskningsprojektet. Under andra året anställdes en friidrottschef, som hade övergripande ansvar för forskningsprojektet. Denna person ersattes under tredje året med en ny friidrottschef, och det tillkom även en ny tjänsteperson med uppgift att stötta forskningsprojektet. Under samtliga år har även ordföranden i GFIF ersatts.

5. Metodologi

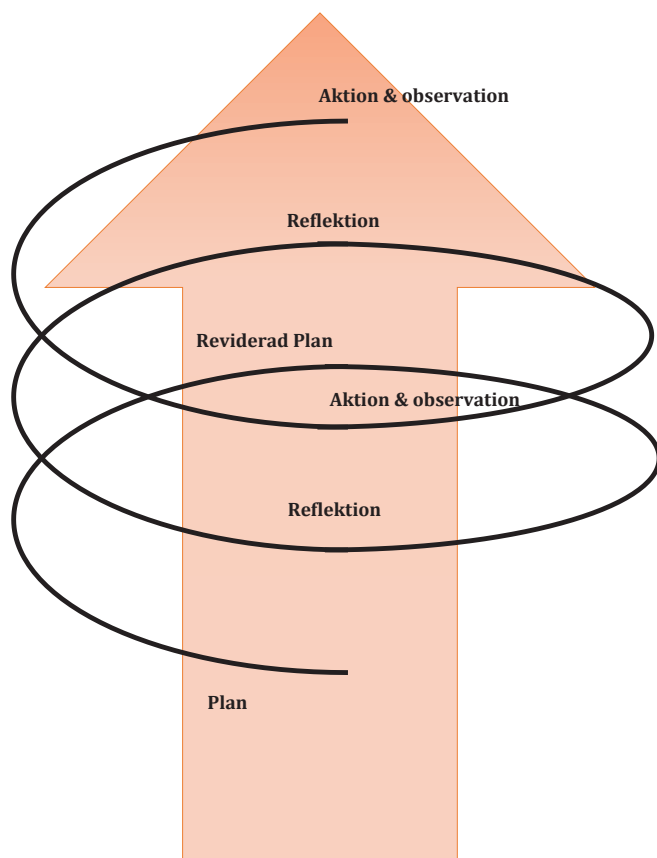
Genom att använda aktionsforskning i avhandlingen sätts både teori och praktik i fokus. Aktionsforskning syftar till att främja deltagande och empowerment (egenmakt) och kan generera kunskap som direkt kan appliceras och påverka elittränare, träningsmiljön, och elitidrottarna (Ollis & Sproule, 2007). Aktionsforskning i avhandlingen innebär ett teoretiskt perspektiv som innefattar erfarenhetsbaserad- och praktiskt kunskap (Higginbottom & Liamputtong, 2015). Den erfarenhetsbaserade kunskapen är forskaren och deltagarnas direkta erfarenheter från deras praktiker och fångas genom deras samverkan i projektet. Deltagarnas praktiska kunskaper förfinas och kultiveras genom deras handlingar för att förändra praktikerna (Higginbottom & Liamputtong, 2015). Detta innebär att den epistemologiska utgångspunkten är kritisk-subjektiv (Heron & Reason, 1997). Fokus på praktikerna och praktikernas sammanhang visar exempel på hur kontexten har betydelse och påverkan av vad som möjliggör och begränsar en mer hållbar elitfriddrott i elitfriddrottspraktikerna. Beskrivningen av praktiken har delvis också haft teoretiskt fokus av den anledningen att det som sker i praktikerna inte sker förutsättningslöst utan formas och villkoras utifrån praktikernas historia och sammanhang (Mahon m.fl., 2017).

Aktionsforskning som ansats

Aktionsforskning kan vara en viktig del för att förstå hur nya idéer och nya sätt att arbeta kan bidra till förändring (Kemmis, 2010). Detta arbete utgår från den definition av aktionsforskning som Carr och Kemmis redan angav 1986, att aktionsforskning har som syfte att utveckla aspekter i en praktik, utveckla förståelse för praktiken och utveckla förståelse för de sammanhang som praktiken ingår i (Carr & Kemmis, 1986, s. 164).

Övergripande beskrivs aktionsforskningsprocessen ofta som en spiral där aktion, handling, observation och reflektion pågår i en

process (se figur 6). Först sker en identifiering av problemet. Därefter genomförs en handling, en förändrad insats, utifrån en plan som är gjord utifrån deltagarnas tidigare erfarenheter och kunskap.aktionen följs med observationer för att studera vad som sker. Avslutningsvis reflekterar och utvärderar deltagarna aktionen för att återigen påbörja nya aktioner (McNiff, 2013). Processen är både individuell och kollektiv, vilket gör att aktionsforskningsprocessen inte har en tydlig början och ett slut, utan kan starta efter en handling (aktion) och inledas med en reflektion (Kemmis & McTaggart, 2007). En grundförutsättning är även att aktionsforskning genom samarbete, reflektion och förändring sätter både teori och praktik i fokus (Kemmis & Smith, 2008).



Figur 6. Processen i aktionsforskning. Inspirerad av Rönnerman m.fl. (2018, s. 55).

Aktionsforskning med elittränare inom Göteborgs friidrottsförbund

Detta avsnitt beskriver och problematiserar hur valet av metodologi har tagit uttryck i det arbete som har genomförts i friidrottspraktikerna. Målet med forskningsprojektet var att skapa förutsättningar för en mer hållbar elitidrott. Detta gjordes genom ett fokus på tränarnas professionella utveckling samt hur den påverkar och påverkas av elitfriidrottspraktikerna. Forskningsprojektet skulle också uppfylla delar av GFIFs mål att skapa en hållbar och attraktiv miljö där elitaktiva tränare och idrottare vill vara och utvecklas, samt att stärka kopplingarna mellan GFIF och Göteborgs universitet.

Genom forskningsprojektet agerade GFIF som arena för en deltagarorienterad läroprocess. Forskningen bedrevs genom ett långsiktigt samarbete mellan GFIF och forskare från Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, vid Göteborgs universitet. De tränare som ingått i projektet förväntades bli kritiskt reflekterande praktiker, få nya insikter och genom aktionsforskningen utveckla förståelse och sammanhang för elitfriidrottspraktikerna (Carr & Kemmis, 1986). Valet av denna inriktning av aktionsforskning har också som syfte att förändra praktikerna, där designen är uppbyggd för att skapa förändring (Carr & Kemmis, 1986). Vidare har aktionsforskningen följt Carr och Kemmis (1986) perspektiv genom ett inkluderande deltagarperspektiv, då tränarna skapar förståelse om friidrottspraktikerna och deras sammanhang, samt strävar efter ett kritiskt förhållningsätt till villkor och normer. Sedan starten 2015 klargjordes tränarnas och forskarnas olika förväntningar genom att diskutera elittränarnas roll i forskningen, forskarnas närvaro i tränarpraktikerna, strukturer för aktionsforskningens processer, samt den professionella gemenskapen. En professionell gemenskap innebär att gemensamt stötta och reflektera olika aktionsprocesser så som att; kunna anta olika perspektiv, utmana det egna för-givet-taget tänkandet, anta reflektion- handling- reflektion, stödja utvecklingsprocesser och skapa förståelse ur teoretiska perspektiv (Rönnerman, 2012).

Aktionsforskning används av forskare som inte bara vill dokumentera och analysera, i detta fall idrott och tränarskap, utan även syftar till att utveckla verksamheten och kulturen (jmf. Kemmis, 2012; Rönnerman, 2012). Forskarna sätter sin kunskap och expertis till förfogande och använder fältarbete som ett verktyg i förändringsprocesser. De involverar även aktörer som deltar i forskningen som medforskare (Herr & Anderson, 2005).

Min roll

Min bakgrund inom idrottsrörelsen är stor, jag har själv börjat som barn- och ungdomstränare på ideell basis och har i över 15 års tid varit aktiv tränare och ledare med utbildningsuppdrag och styrelseuppdrag. Min egen erfarenhet som tränare är inom fotboll, där

jag är utbildad av Specialidrottsförbundet utöver min högskoleutbildning i Sport coaching inom idrottsvetenskap. Jag har fått möjlighet att vara elittränare och varit ansvarig huvudtränare för ett seniorlag på elitnivå. Utöver mina praktiska erfarenheter inom idrotten har jag gjort flertal föreläsningar för idrottsrörelsens utbildningsorgan RF/SISU, samt undervisat och är programansvarig för Sports coaching programmet vid Göteborgs universitet. Däremot hade jag, vid starten av detta projekt, ringa erfarenhet av friidrott. Genom min erfarenhet av elitidrott, fanns en förståelse och respekt mellan mig och elittränarna. Jag upplevde det som relativt enkelt att kommunicera och delta i aktiviteter med elittränarna då jag själv upplevt 'ett liv' inom elitidrott och min roll som observatör var uttalad och accepterad.

Aktionsforskning utgår från att forskaren, genom delaktighet, aktivt ska påverka förbättring i praktiken (Hansson, 2003). I detta projekt var det därför viktigt att jag kunde förhålla mig till och hantera den komplexitet som finns i elitidrottspraktiker. Flera elittränare och elitidrottarna arbetar vid sidan av friidrotten vilket begränsar deras tid. Genom att vara flexibel och anpassningsbar kunde jag genomföra interjuver utan att de kände att belastningen blev för stor tidsmässigt. Min anställning som samverkansdoktorand möjliggjorde att jag kunde röra mig fritt i träningsfaciliteterna och jag hade mer eller mindre daglig access till elitfriidrottspraktikerna. Jag fick också möjlighet att delta under träningar och tävlingar, och fick ta del av flera elittränares planering. Genom min närvaro, alltid i samråd med elittränarna, fick jag också möjlighet att ställa frågor och diskutera elittränarnas tränarfilosofier och resonemang om träningsplanering.

För att få en bättre förståelse för friidrotten, deltog jag under de första åren på de flesta nationella mästerskapen och reste tillsammans med funktionärer och elittränare till tävlingar. Sammanlagt deltog jag som åskådare tätt intill flera av elittränarna på tre svenska mästerskap, två större tävlingsarrangemang, två externa friidrottskonferenser och ett flertal möten med elittränare som arrangerades av Svenska friidrottsförbundet.

Min roll i starten av tränarmötena var deltagande för att aktivt hjälpa till med de aktioner som gjordes. När jag inte hade en teknisk

funktion att presentera forskning blev min roll mer av en observatör (Higginbottom & Liamputtong, 2015).

Elittränarnas delaktighet

Elittränarna har medverkat utifrån tre principer för deltagande forskning (Heron, 1996); (1) elittränarna var medvetna om aktionsforskningsprocessen och kunde påbörja processen utifrån deras egna reflektioner, (2) elittränarna accepterade att samverka i beslutsfattande om projektet, och att dela med sig av sina upplevelser av aktionerna och (3) elittränarna skapade ett positivt och öppet klimat som bidrog till en positiv stämning, där allas åsikter och reflektioner respekterades. Det innebar också att elittränarna var ansvariga och drivande för förändringar i elitidrottspraktikerna (jmf. Carr & Kemmis, 1986). I forskningsprojektet var det forskare (doktorand och handledare), elittränare och chefer inom GFIF som reflekterade över projektets utformning. Aktionsforskningen grundades från elittränarnas erfarenheter och arbete i direkt koppling till deras egna praktiker. Detta kan ses som en förutsättning för att aktionsforskning ska vara framgångsrikt (Spillane & Seashore, 2002).

De kollektiva aktionerna som startades upp med hela tränargruppen innebar att forskarna tillsammans med elittränarna har utvecklat den gemensamma friidrottspraktiken i en partiell form av samverkande i forskningsprocessen (se tabell 4). Detta genom att stötta utförandet av organiserade möten där elittränarna fick dela erfarenheter från både gemensamma och individuella reflektioner.

Tabell 4. Partiell form av samverkan (Heron, 1996).

Forskare och elittränarnas delaktighet i projektet		
	Forskare	Elittränare
Gemensamma frågor ur elittränarnas praktik	Stort deltagande	Stort deltagande
Planering	Stort deltagande	Stort deltagande
Genomförda aktioner	Stort deltagande	Stort deltagande
Dataproduktion	Stort deltagande	Stort deltagande
Dataanalys	Stort deltagande	Inget deltagande
Tolka och analysera resultat	Stort deltagande	Inget deltagande
Reflektera över resultat	Stort deltagande	Stort deltagande
Dokumentation	Stort deltagande	Inget deltagande

Aktionsforskningen har utgått från att det skall finnas möjlighet för elittränarna att vara delaktiga i utvecklingen och lärandet. Elittränarna och forskarna har arbetat gemensamt genom forskningsprocessen för att skapa ett lärande till följd av reflektion av erfarenheter och handling (Whyte, 1991).

För att skapa ett verkligt samspel mellan mig och elittränarna, och som inte krävde den ena praktikens underordning gentemot den andra, så användes elittränarmöten, presentationer och reflektion samt observationer som verktyg. Dessa verktyg valdes för att främja och verka för dialog och kunskapsutveckling hos alla parter, och utifrån att det var praktiskt genomförbart. Elittränarmöten innebar att elittränarna och jag som doktorand och aktionsforskare deltog i elittränarmötena för att diskutera deras professionella utveckling, deras roll samt förutsättningar för elitfriidrott i distriktet. Diskussionerna modererades i början av en konsult inom reflektionsteknik för att gruppen skulle få verktyg att diskutera på ett sätt att alla kom till tals. När gruppen upplevde att de hanterade detta modererades diskussionerna av mig. Presentationer innebar att jag presenterade och hade en dialog kring de preliminära resultat från forskningsfrågorna; Hur har avgörande händelser i elitfriidrottstränarnas karriärer påverkat deras professionella utveckling?; och Hur talar elittränare och elitidrottare om vad som villkorar och påverkar en mer hållbar elitfriidrott?. Därtill diskuterades resultat från andra vetenskapliga studier som valdes ut utifrån tränarnas reflektioner om tränarskapsutveckling. Reflektion innebar att elittränarna delade erfarenheter samt reflekterade över dilemman som uppstått i deras praktiker. Observationerna skedde genom att jag observerade och dokumenterade tränarnas praktik samt gav de feedback till de som ville. Dokumentationen skedde genom deltagande observationer som antecknades i en loggbok.

Deltagare

Forskningsprojektet startade 2015 och då fanns det 27 elittränare, men det totala antalet elittränare skiftade under åren som forskningsprojektet pågick (Tabell 5).

De som betraktades som elittränare inom GFIF var de som årligen kvalificerades för att få ekonomiskt stöd. Det ekonomiska stödet baserades på elitidrottarnas prestationer och var uppdelat i fyra kategorier ⁸(Grupp A-D). Det högsta bidraget delades ut till de tränare som hade elitidrottare som klarade kvalgränsen till minst EM-nivå på seniormästerskap och det lägsta bidraget delades ut till tränare som hade elitidrottare som placerade sig på fjärde till sjätte plats på senior-SM. Dessa elittränare representerade samtliga fyra grupper av tränare till idrottare, från mästerskapselit till SM-elit.

Tabell 5. Elittränare inom Göteborg Friidrott som kvalificeras till stöd 2015, 2016 och 2017.

Elitstödet olika nivåer	Elittränare 2015	Elittränare 2016	Elittränare 2017
Grupp A	8 (1 Kvinna/7 Män)	8 (1 kvinna/7 Män)	6 (1 kvinna/5 Män)
Grupp B	13 (1 Kvinna/12 Män)	13 (1 kvinna/12 Män)	11 (1 Kvinna/10 Män)
Grupp C	1 (0 kvinnor/1 Man)	3 (0 kvinnor/3 Män)	3 (1 Kvinna/2 Män)
Grupp D	5 (0 kvinnor/5 Män)	6 (2 Kvinnor/4 Män)	6 (1 Kvinna/5 Män)
Totalt antal tränare	27 (2 Kvinnor/25 Män)	30 (4 Kvinnor/26 Män)	26 (4 Kvinnor/22 Män)

Av de som fick en förfrågan att delta i forskningsprojektet valde 17 elittränare (1 kvinna och 16 män) att medverka i forskningsprojektet, och samtliga grengrupper var representerade (Tabell 6). Kriterierna för att delta i forskningsprojektet var att tränarna fick elitbidrag och därmed betraktades som elittränare. Det var endast elittränare från

⁸ Grupp A: klarat individuell kvalgräns, inomhus eller utomhus, till seniormästerskap på minst EM-nivå. (Gränserna gäller för senaste respektive mästerskap IEM 2019, EM 2018).

Grupp B: representerat Sverige individuellt vid seniorlandskamper, inomhus eller utomhus. Deltagit i startande stafett-lag vid IEM, EM, IVM, VM eller OS. Deltagit i Terräng-EM laget (individuellt start kategoriseras som grupp A). Deltagit vid Europacupen i Kast eller Mångkamp.

Grupp C: placerat sig 1-3:a på individuellt senior-SM, inomhus eller utomhus. Deltagit i Terräng-NM laget. Deltagit i startande stafett-lag vid landskamper så som Finkamp, Lag-EM och Nordenkampen. Deltagit vid 3-landskampen i mångkamp.

Grupp D: Under 2019 placerat sig 4-6:a på individuellt senior-SM, inomhus eller utomhus. Alternativt presterar ett resultat på en nationell tävling som ger mer än 1000p i IAAF Result Score-tabell.

första åren som deltog i kartläggningen och delstudie I. Däremot tillkom elittränare under de åren som projektet genomfördes. Sammanlagt deltog 17 elittränare i organiserade tränarmöten under två år och antalet deltagare per möten varierade mellan fyra som minst och 17 som mest och med ett snitt på 9.5 deltagare/möte.

Tabell 6. Tränare som ingick i forskningsprojektet utifrån kön och nivå på ekonomiskt stöd.

Nivå på ekonomiskt stöd	Kvinnliga tränare	Manliga tränare
Grupp A	0	7
Grupp B	1	5
Grupp C	0	1
Grupp D	0	3
Total	1	16

För de elitidrottare som deltog (delstudie II) från GFIF gjordes ett ändamålsenligt urval (Oliver, 2016) för att få representation av både män och kvinnor och från alla grengrupper. Kriterierna utgjordes också av att elitidrottarna var berättigade ekonomiskt stöd i form av elitbidrag och klassades som elitfriidrottare (Grupp A – D). Rekryteringsprocessen försvårades av att flera idrottare hade svårt att finna tid att delta. Av det totala möjliga urvalet av 66 elitidrottare (33 kvinnor och 33 män) valde 15 (nio kvinnor och sex män) att delta i fokusgruppsintervjuer samt en enskild intervju (tabell 7). Dock var alla fyra friidrottsgrenargrupper (hoppning, kast, sprint och medel- och långdistanslöpning) representerade i delstudien.

Tabell 7. Elitfriidrottare som deltog i delstudie II.

Intervju	Urval(kvinnor/män)	Ålder	Tävlingsnivå (1-4)
Fokusgrupp 1	3(2 kvinnor/1 man)	20-27	1-2
Fokusgrupp 2	6(1 kvinnor/5 män)	20-25	1,3,4
Fokusgrupp 3	3(3 kvinnor/0 män)	19-34	2,3,4
Fokusgrupp 4	2(2 kvinnor/0 män)	19-28	2, 4
Enskild intervju	1 (kvinna)	31	1

Datainsamling

Fokus på aktionsforskning och utvecklingen av tränarnas praktiker har varit att a) kombinera teoretisk kunskap, elittränarskap och hållbarhet; b) utveckla och utbilda elittränare genom att erbjuda

nätverk, dialog, samarbete och kritiskt tänkande tillsammans med andra; c) skapa möjlighet till formell utbildning om ett hållbarhetsperspektiv på elitidrott; d) bidra med forskning om deras egna praktiker. Under projektet har därför flera typer av data samlats in för att kunna redogöra för och svara på avhandlingens syfte och frågeställningar. All data samlades in av mig med undantag för fokusgruppsintervju (1-3) (se tabell 7) då ytterligare två forskare agerade observatörer.

Semistrukturerade intervjuer med elittränare

Vid starten av projektet gjordes semistrukturerade intervjuer med de 17 tränarna som valt att delta i forskningsprojektet. Intervjuerna var baserade på frågor som handlade om deras tränarfilosofi, träningsmetoder, utmaningar, hur de ser på sitt tränarskap och deras erfarenhet om att skapa en god träningsmiljö för att utveckla idrottare. Intervjuerna fördjupades genom ett biografiskt rutnät (Thiel m.fl., 2015) för att kartlägga och identifiera nyckelhändelser av tränarnas karriärer som har påverkat deras tränarskap. Den biografiska kartläggningen var en hjälp i processen att få elittränarna att komma ihåg tidigare händelser samt att kunna kategorisera vändpunkter. Ett biografiskt rutnät är en karta där den horisontella axeln representerar tid och den vertikala axeln representerar påverkansgrad. På rutnätet fick tränarna rita upp de vändpunkter eller avgörande händelser som har påverkat dem under deras karriär. Med hjälp av fem olika färgpennor fick de markera ut hur fem olika kategorier hade påverkat deras karriär från deras individuella startår då de ansåg att deras karriär hade startat. De fem kategorierna var Tränarkarriärsvägar, Karriärvägar, Tränarutveckling, Personlig utveckling och Kritiska händelser. Intervjuerna (17) varade mellan 90 och 120 minuter med en genomsnittstid på 108 minuter. Samtliga intervjuer spelades in med hjälp av en digital Zoom2. Intervjuerna transkriberades efter att de genomförts. Samtliga intervjuer gjordes på deras träningsanläggning där tränarna själva fick välja den tid som passade. Intervjuerna genomfördes i ett av anläggningens konferensrum för att skapa en trygg situation för respondenterna (Gratton & Jones, 2010). Samtliga 17 intervjuer användes för att svara

på forskningsfråga 1; Hur har avgörande händelser i elitfriidrottstränares karriär utvecklat deras tränarskap?

Kompletterande semistrukturerade intervjuer med elittränare

För att undersöka hur elittränarna på högsta nivå (N=7) talade om hållbar elitidrott (som ligger till grund för delstudie I) användes dels den första intervjun med elittränarna på högsta nivå och som beskrivits ovan, dels en uppföljande intervju med dem. De valdes ut utifrån ett ändamålsenligt urval (Oliver, 2016) som innebar att de hade mästerskaps erfarenhet på nivå A och representerade alla fyra friidrottsgrenar: hopp, kast, sprint och medel-/långdistanslöpning. Elittränarna som genomförde de uppföljande intervjuerna var män med en medelålder på 41,8 år.

Den uppföljande intervjun fokuserade helt på ett hållbarhetsperspektiv (Barker-Ruchti m.fl., 2014) (Se intervjuguide i bilaga 2). Den uppföljande intervjun tog mellan 30-40 minuter att genomföra, och genomfördes, likt den första intervjun, i en trygg miljö (Gratton & Jones, 2010). Samtliga intervjuer spelades in och transkriberades, vilket resulterade i 167 sidor med enkelsidigt mellanrum som användes för dataanalys. Den första intervjun samt den uppföljande intervjun med de sju elittränarna användes för att svara på den delen i forskningsfråga 2 som handlar om elittränarna: Hur talar elittränare och elitidrottare om vad som villkorar och påverkar en mer hållbar elitfriidrott?, och ligger till grund för delstudie I.

Fokusgruppsintervjuer och enskild intervju med elitidrottare

För att öka förståelsen av hållbarhet och skapa underlag för tränarnas reflektioner gjordes i fokusgruppsintervjuer med elitidrottare i GFIF. På grund av svårigheter att rekrytera idrottare till fokusgruppsintervjuerna samt att det blev ett bortfall när fokusgruppsintervjuerna skulle ske, genomfördes en fokusgruppsintervju med sex deltagare och två triader (tre deltagare) samt en dyad (två deltagare) (Roller & Lavrakas, 2015). Utöver detta

gjordes en enskild intervju, detta på grund av sent bortfall. Totalt blev det 5 intervjutillfällen.

Alla intervjuer (oavsett om det var fokusgrupp eller enskild intervju) baserades på en intervjuguide som designades utifrån tidigare forskning om hållbarhet och elitidrott (se bilaga 3). Liket de övriga intervjuerna genomfördes dessa på träningsanläggningen i ett avskilt konferensrum, som ansågs som en trygg miljö för elitidrottarna (Gratton & Jones, 2010). I de fokusgrupper som bestod av fler än tre respondenter deltog både en moderator (jag) och en observator (en forskare). Min roll var att säkerställa att diskussionerna följde intervjuguiden och att samtalen var fokuserade på ämnet. Observatören hade som roll att följa upp diskussionerna med följdfrågor för att få fördjupning inom relevanta ämnen.

Samtliga intervjuer inleddes med en förklaring av att det inte fanns några rätta eller felaktiga svar och att deras tankar och åsikter var i fokus. Fokusgruppsintervjuerna varade mellan 70 -91 minuter och den enskilda i 59 minuter. Samtliga spelades in digitalt för att sedan transkriberas vilket resulterade i 103 sidor med enkelsidigt mellanrum, 12 punkts text. Även denna empiri har analyserats för att svara på forskningsfråga 2; Hur talar elittränare och elitidrottare om vad som villkorar och påverkar en mer hållbar elitfriidrott?, och ligger till grund för delstudie II.

Elittränarmöten och observationer

Samtliga möten med elittränarna spelades in, med undantag av två möten som genomfördes på en restaurang. Under perioden mellan augusti 2015 och augusti 2017 genomfördes totalt 14 tränarmöten. Mötena varade mellan 90-140 minuter och det var deltagarstyrda samtalsämnen. Samtliga inspelningar lyssnades igenom och fyra transkriberades för analys. Dessa möten ansågs vara avgörande för olika riktningar av aktionsforskning då vändpunkter kunde identifieras i samtalen. Under samtliga möten fördes även fältanteckningar av mig utifrån observationer. Observationerna är genomförda enligt observation av andra ordningen (Bjørndal, 2018). Det innebär att observationerna görs samtidigt som en aktivitet

(möten, och träningar), men är sekundär. Under tränarnas möten var den primära aktiviteten deras interaktion och erfarenhetsutbyte.

Under andra tillfällen har det primära fokuset varit tränarnas praktik och villkor. Observationerna från den individuella tränarens praktik har fungerat som källor för att lära känna och förstå kontexten, tränarnas dagliga arbete och samspelet mellan elittränarna och elitidrottarna. Observationer kan vara komplexa och subjektiva (Bjørndal, 2018) och kräver ett kritiskt värderande förhållningsätt. Observationerna har därför förberetts genom att jag har skapat förståelseperception och minnesprocesser, teoretiska kunskaper, kunskaper om observation som metod och ökad saklighet i samband med observationerna. Observationerna får en betydande roll för att förstå kollektivets gemenskap där den vardagliga praktiken (Tomlinson, 2010) har bidragit till att få information om kontexten och tränarnas vardag. Genom att följa tränarna på deras vardagliga praktik gav observationerna insyn och förståelse för det samspel som skett mellan tränare samt mellan tränare och idrottare (Patel, 2011). Observationerna har använts för att få förståelse av samspelet utifrån övrig analyserad data (Patel, 2011). Detta för att behålla ett kritiskt förhållningsätt och inte låta subjektiva slutsatser från observationerna bli generaliserande (Bjørndal, 2018). Observationerna kan betraktas som ostrukturerade (Bjørndal, 2018), men har registrerats genom anteckningar som sedan har förts in i en loggbok.

En loggbok har använts utifrån två syften. Dels har den registrerat observationer för att säkerställa observationernas trovärdighet (Fangen, 2005). Dels har den fungerat som ett reflektionsverktyg med sammanställning av fältanteckningar (Bjørndal, 2018).

Jag har använt loggbok både under och efter observationstillfällena. I första skedet har anteckningar med stödord skrivits i en anteckningsbok och sedan renskrivits för att kronologiskt registrera observationerna. Delar av loggboken kan då beskrivas som fältanteckningar och mina tolkningar av det som sker, snarare än objektiva data (Bjørndal, 2018). Detta innebär att det finns två olika kontexter av loggbokens anteckningar. Det ena är författarens tankar om projektet och det andra är anteckningar från observationerna (se exempel i bilaga 4). Tillsammans bildar de en subjektiv redogörelse för vad som har skett i den omgivande kontexten (Bjørndal, 2018).

Loggboken består av data från 32 sidor med enkelsidig 12 punkts text. Data har analyserats genom att jag först har läst igenom med fokus på tränarnas utveckling samt praktikernas samverkan (Kemmis m.fl., 2014). Reflektioner och genomläsningen har stor betydelse för analysen (Fangen, 2005), då loggboken har sammanfogats med material från intervjuer för att ge en trovärdig helhetsbild och skapa förståelse av hur praktiker påverkar och påverkas av andra praktiker, i relation till hållbarhet.

Empirin från inspelningarna av mötena har analyserats för att svara på forskningsfråga 3: Hur har förutsättningarna möjliggjort och begränsat elittränarnas mötespraktiker i syfte att utveckla ny kunskap?, och ligger till grund för delstudie III. Observationerna och loggboken har analyserats för att svara på forskningsfråga 4; Vad har villkorat och påverkat elittränarnas utvecklingsarbete mot en mer hållbar elitfriidrott?

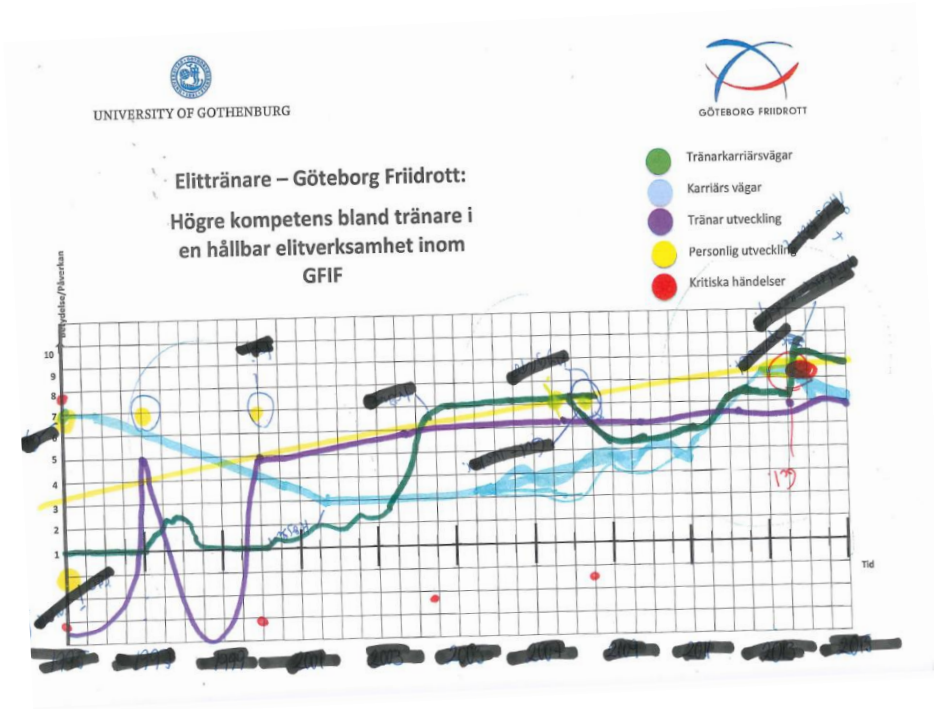
Analys

Avhandlingen visar på elitfriidrottspraktikernas sammanhang och praktikernas arrangemang i syfte att skapa en mer hållbar elitfriidrott. Den övergripande analysen har gjorts med stöd av det teoretiska ramverket och presenteras i sin helhet utifrån de mest vitala praktikarkitekturer som framträder. Teorin om praktikarkitekturer användes för att skapa en förståelse för komplexiteten av elitidrottspraktikerna och tog en utgångspunkt i att utforska vad som kan skapa bättre förutsättningar för en professionell utveckling av elittränare att bedriva en mer hållbar friidrott. Det empiriska materialet har analyserats med hjälp av olika analysprocesser och metoder i delstudierna, som enskilt ger en fördjupad förståelse för elittränarnas professionella utveckling, innebörden av hållbarhet inom elitfriidrott utifrån både elittränare och elitidrottare samt möjligheter och begränsningar för elittränarnas professionella utveckling i deras organiserade mötespraktik.

Identifiering av vändpunkter

För att spåra avgörande händelser i elittränarnas karriär som har påverkat deras professionella utveckling, analyserades den

fördjupande delen i intervjun och en biografisk kartläggning (figur 7) av de 17 elittränarna.



Figur 7. Exempel på ifylld biografisk kartläggning.

Dataanalysen har haft en abduktiv ansats (Graneheim, Lindgren & Lundman, 2017). Först lästes intervjuerna igenom noggrant för att få en helhetsbild av varje intervju. Nästa steg var att kontextualisera vändpunkter genom att extrahera uttalanden från elittränaren som innehåll erfarenheter och rutiner före och efter avgörande händelser utifrån den biografiska kartläggningen. Därefter kodades alla avgörande händelser som elittränarna gav uttryck för som hade påverkat deras karriärskapande och professionella utveckling. Dels utifrån hur betydelsefulla de hade varit och dels när det skett över tid. Därefter användes Hodkinson och Sparkes (1997) teori om karriärskap för att identifiera de typer av vändpunkter (strukturella, tvingade och självinitierade) samt vilka typer av rutiner som föregick vändpunkterna eller följde dem (se tabell 8). De strukturella vändpunkterna följdes och föregicks av bekräftande, socialiserande,

och störande rutiner. Till exempel var en bekräftande rutin att karriärskapandet förstärktes genom bättre anställningsvillkor. Anställningsvillkoren kunde också relateras till störande rutiner, då anställningsvillkoren inte alltid var långsiktiga. Tvingade vändpunkter föregicks av socialiserande och evolutionära rutiner. Socialiserande rutiner var exempelvis deras elitidrottares framgångar påverkade att deras egen karriär fick en annan vändning. Evolutionära rutiner var istället när de startade sin karriär som tränare. De självinitierade vändpunkterna föregicks och följdes åt av bekräftande rutiner som exempelvis deltagande på konferenser som bekräftade rollen som elittränare och socialiserande rutiner som nätverkande med andra elittränare.

Tabell 8. Exempel på elittränarnas erfarenheter, rutiner och vändpunkter.

Elittränarnas erfarenheter	Rutiner	Vändpunkter
Jag blev tränare på riktigt när min gamla tränare inte kom tillbaka efter sjukdom. Då tänkte jag 'då fortsätter jag då'. Jag hade bara hjälp till innan. För då var detta efter inomhussäsongen eller om det var några veckor in på den. Då var det lite svårt att släppa gruppen jag tränade i en säsongscykel då, så jag tänkte vi kör tills säsongen är över, när tävlingsåret är över.	Evolutionär	Tvingande
Jag började via nya nätverket ta reda på saker på ett annat sätt. Innan hade jag lärt mig mycket praktiskt. Jag tror att många friidrottstränare är praktiker, men ingen kan teori tillräcklig bra, men då har några i mitt nätverk som utbildat sig utomlands på universitet. Jag började prata med dem och lärde mig anatomi och tog lite kurser och läste in bakgrunden. Då hade jag både den teoretiska bakgrunden och den praktiska, och det klickade då. Innan var det så att man lärde sig av sina misstag.	Bekräftande	Självinitierade
Nästa steg var nog att jag anställdes i en klubb. Då jobbade jag som tränare. Det var också då jag fick chans att träna en duktig friidrottare på mästerskapsnivå. Jag var ganska ung och fick börja jobba. Och därifrån har mycket händelser av tränarskapet varit kopplat till min utveckling. Jag fick chans att vara med på internationella mästerskap.	Bekräftande	Strukturella

Kvalitativ innehållsanalys

Kvalitativ innehållsanalys genomfördes för att analysera samtliga semistrukturerade intervjuer och fokusgruppsintervjuer. Dataanalyserna av de semistrukturerade och uppföljande intervjuerna med de sju elittränarna på högsta nivå samt fokusgruppsintervjuerna med elitidrottarna finns utförligt beskrivna i delstudie I & II. Detta stycke innehåller en kortare sammanfattning. Teorin användes inte till en början av analysen då studien har en explorativ karaktär. Tillvägagångssättet var istället abduktivt, vilket tillåter processen att gå fram och tillbaks mellan empiri och teori (Graneheim m.fl., 2017).

Dataanalysen genomfördes utifrån en kvalitativ innehållsanalys (Graneheim & Lundman, 2004). Först skedde en genomlysning av ljudfilerna från intervjuerna, ljudfilerna transkriberades och lästes igenom. I nästa steg identifierades meningsbärande enheter. De meningsbärande enheterna (MBE) placerades i en tabell för att sedan kondenseras. Alla enheter kodades sedan induktivt och sorterades i tentativa kategorier. De tentativa kategorierna reviderades och arrangerades för att till slut bilda nio kategorier som gav uttryck för att manifesta innehållet (Graneheim & Lundman, 2004). Sista steget var att skapa tre teman för att beskriva innehållet på latent nivå (Graneheim m.fl., 2017) (se tabell 9). Analysprocessen har varit mer komplex än den beskrivna linjära processen, då både kontextualisering och dekontextualisering har gjorts för att skapa ett djup i analysen.

Tabell 9. Exempel på meningsbärande enheter, koder, kategorier och tema från analysen av semistrukturerade intervjuer.

Meningsbärande enheter	Koder	Kategorier	Teman
Jag behandlar alla lika oavsett vilken nivå de tävlar på. Även om jag har idrottare på världsklass nivå ser jag dom som människor först.	Behandlar alla lika oavsett tävlingsnivå	Bygger relationer med idrottarna	Holistiskt förhållningsätt
Jag gör det idrottarna vill. Jag kör på och ibland har jag tur med att få fram idrottare. Iden bästa av världar är det 3 eller 4 som säger 'jag vill nå OS nivå'. Då gör vi en plan. Men jag kan inte göra det utan att de vill, jag väntar till det kommer från dem.	Tålmod med resultat och planering som utgår från idrottarnas uttalade behov	Anpassar träning till idrottarnas individuella behov	Fokus på individella behov

Analysen av fokusgrupperna och den enskilda intervjun med elitidrottarna gjordes även de utifrån kvalitativ innehållsanalys (Graneheim m.fl., 2017). Efter noga genomläsning av transkriptionen identifierades MBE utifrån uttryck som relaterade till hållbarhet. I nästa steg kondenserades MBE för att underlätta jämförelser och kategorisering. MBE kodades sedan induktivt utifrån elitidrottarnas uttryck om hållbarhet. Efter noga jämförelser sorterades dessa koder till tentativa kategorier och subteman. Nästa steg följdes av revidering

och diskussion i forskargruppen för att säkerställa förståelsen innan de sju subteman fastställdes som uttrycker ett manifest innehåll av texten (Graneheim & Lundman, 2004). Dessa subteman delades därefter in i två huvudteman. I sista steget sorterades teman och subteman deduktivt utifrån det teoretiska ramverket som baseras på ett marknadsperspektiv och ett gemenskapsperspektiv (Barker-Ruchti m.fl., 2014) (se tabell 10).

Tabell 10. Exempel på meningsbärande enheter, koder and sub-teman och teman från analysen av fokusgruppsintervjuerna

Meningsbärande enheter	Koder	Subteman	Teman
- Jag tycker det är viktigt att ha stöd från både föräldrar och andra idrottare. -Ja, föräldrar, partner och vänner och de som organiserar sjukgymnast och läkare. Jag behöver dem för min utveckling, för att må bra.	Viktigt med stöd från föräldrar, partners och vänner för att utvecklas.	Behov av stöd från andra idrottare och närstående	Holistiskt förhållningsätt för att påverka idrottarnas utveckling och prestation
- Jag har en öppen dialog med min tränare när det gäller tävlingar och träning. Jag har byggt upp ett förtroende för tränaren när jag har blivit äldre. Jag har en åsikt om hur man gör saker. Om jag vet att om jag skadar mig kan jag ändra strategi.	Dialog med tränarna Planerar träning ihop med idrottarna	Behov av tränares stöd och förtroende	
- Du måste prestera för att få ekonomiskt stöd för att kunna prestera igen. - Det är ett problem, om du har ett dåligt år förlorar du ekonomiskt stöd. Min budget har halverats för en skada i låret. Det begränsar mina möjligheter att prestera igen. Det är en kamp, många har varit tvungna att sluta eftersom de hade ett dåligt år.	Behov av att prestera för att få finansiering Förlorar finansiellt stöd vid dåliga resultat	Ogynnsamma och ofördelaktiga ekonomiska villkor för idrottare	Kortsiktiga ekonomiska aspekter och resultat försummar långsiktig hållbar utveckling

Analys av elittränarnas mötespraktik

Inspelningarna från elittränarnas mötespraktik analyserades utifrån praktikens kulturella-diskursiva-, materiella-ekonomiska-, och sociala-politiska- arrangemang (Kemmis m.fl., 2014). Detta har gjorts utifrån Carbó m.fl., (2016) principer av diskursanalys i syfte att utforska hur elittränarnas diskussioner och reflektioner påverkade förändring i mötespraktiken samt hur praktikens arkitekturer möjliggjorde och begränsade mötespraktiken. Dessa principer innebär att identifiera ämnen, positionering, förutsättningar och variationer av diskurser (Carbó m.fl., 2016). Transkriptionerna lästes igenom ett flertal gånger för att urskilja mönster, variation och skillnader i innehållet som indikerade på förändring över tid. I detta skede identifierades tre olika brytpunkter (se tabell 11).

Tabell 11. Exempel på elittränarmöten som identifierades som brytpunkter.

Elitränarmöte	Månad/År	Brytpunkter	Aktion
Elitränarmöte 2	November, 2015	Bara ett fåtal elittränare talade under mötena. De flesta av elittränarna var tysta och lyssnade bara på andras reflektioner.	På mötena lärde sig elittränarna en reflektionsmetod så att alla fick möjlighet att tala, reflektera och delta i diskussioner.
Elitränarmöte 5	April, 2016	Antalet elittränare som deltog i varje möte varierade eftersom det var svårt att hitta en tid för mötena när alla elittränare kunde delta.	Tränarna tog initiativ och initierade en årlig elittränarkonferens, som meddelades i god tid i förväg så att alla kunde delta.
Elitränarmöte 8	November, 2016	Elitränarna kom överens om att de behövde formell utbildning. De kom överens om att delta i en universitetskurs som togs fram specifik för deras behov.	I samarbete med Göteborgs universitet kunde elittränarna ansöka för universitetskursen (3hp) - "Hållbar elitidrott", som var utformad för elittränarna.

Fyra möten valdes ut för att analyseras djupare, då dessa identifierades innehålla tal om olika typer av utveckling av tränarnas mötespraktik under aktionsforskningsprocessen. Analysen styrdes av ord, handlingar och relationer som formade praktiken (Kemmis, 2009) och dataanalysen fokuserades mot hur språkets intersubjektiva dimensioner möjliggjorde och begränsade aktioner som leder till förändring (se tabell 12). Först skapade tränarna medvetenhet om att

tillhöra en gemenskap. Elittränarnas reflektioner (sägande) gav en medvetenhet om kunskapsluckor. Genom interaktion och att reflektera tillsammans (relationer), pratade de öppet om rollen som elittränare, vilket gav ett konsensus om att elittränarna behövde mer kunskap om pedagogiska och sociologiska perspektiv för att stärka sin professionella utveckling. Analysen integrerades sedan med teorin om praktikarkitekturer för att förklara hur sociala och pedagogiska praxis är sammansatta i förhållande till de speciella kulturella diskursiva, materialekonomiska och socialpolitiska arrangemangen som gör dem möjliga.

Tabell 12. Exempel på analys av sägande, görande och relationer.

Innehåll från mötena	Sägande	Görande	Relationer
Elittränarmöte # 2 "Mötena är inte avsedda att diskutera varandras träningsfilosofi eller metoder, utan att diskutera och lära av varandra."	Huvudfokus är samarbete för att dela erfarenheter	Elittränarna enades om att uppmuntra fler av elittränarna att delta	Elittränarna samarbetade över grengränser och grendiscipliner
Elittränarmöte # 14 "Vi har pratat om vem som är elittränare. Om du har haft en elitidrottare i några år är du en elittränare, men när den elitidrottaren slutar är du inte en elittränare. Jag tycker att det är fel. Osäkerheten är stressande. Det är det svåraste att resultaten avgör hur mycket du får betalt.	Huvudfokus på deras roll som elittränare och deras förutsättningar för att kunna tränare elitidrottare	Elittränarna uppmuntrar olika typer av mötesmetoder för att göra det möjligt för elittränare att delta baserat på deras förutsättningar	Elittränarna uppmärksammade att deras olika ekonomiska förutsättningar påverkade dem att delta i möten.

Analys av praktikernas sammanhang

Analysen inleddes genom att sammanställa samtliga data från loggboken och den analyserades utifrån praktikers sammanhang (Kemmis, 2014; Kemmis m.fl., 2014). När all data var sammanställd granskades den utifrån de teoretiska perspektiv om hållbarhet som beskrivs i avhandlingen (Barker-Ruchti m.fl., 2014; Peters & Wals,

2013). Målet med analysen var att svara på hur praktiker påverkar och påverkas av varandra, för att skapa en mer hållbar elitidrott för elitidrottarna. Analysen startade därför med att urskilja hur en hållbar elitidrott möjliggörs och begränsas för elitidrottarna, elittränarna och GFIF (se tabell 13).

Tabell 13. Exempel på analys av hur en hållbar elitidrott möjliggörs och begränsas för elitidrottarna, elittränarna och GFIF.

<p>Elittränarna – Möjligheter Elittränarna skapar goda relationer med elitidrottarna för att kunna stödja dem att utvecklas holistiskt. Elittränarna har en god gemenskap där de kan diskutera, reflektera och dela erfarenheter. Elittränarna har ett stort engagemang i GFIF.</p>	<p>Begränsningar Elittränarna har en maktposition till elitidrottarna där elitidrottarna förväntas ta stort ansvar. Elittränarna prioriterar inte utbildning. Det saknas struktur för dialog mellan elittränarna och idrottsföreningarna som har mandat i GFIF. Bristande stöd från idrottsföreningarna.</p>
<p>Elitidrottarna – Möjligheter Elitidrottarnas influerar varandra att samarbeta och skapa en god miljö med fokus på gemenskap. Elitidrottarna är autonoma och är på olika sätt delaktiga i träningsupplägg och planändring. Elitidrottarna tar själva stort ansvar för sina elitsatsningar.</p>	<p>Begränsningar Elitidrottarna har kortsiktigt resultatfokus, vilket innebär att de utsätter sig för skaderisker. Elitidrottarnas mål är överordnat elittränarnas plan och hindrar dem att sätta elitidrottarnas långsiktighet i fokus.</p>
<p>GFIF – Möjligheter GFIF skapar förutsättningar för en gemensam miljö för elitidrottarna där de kan träna ihop. GFIF uppmanar till samarbete mellan elittränare samt samordnar möten och elittränarkonferenser. Samordnar elitverksamheten för idrottsföreningarna.</p>	<p>Begränsningar GFIFs ekonomiska stöd till elitidrottare baseras på kortsiktiga prestationer. GFIFs ekonomiska stöd till elittränarna baseras på elitidrottarnas resultat. GFIF har otydliga krav på elittränare. GFIF har ingen struktur för elittränares professionella utveckling. Det saknas forum för diskussioner mellan GFIF och idrottsföreningarna.</p>

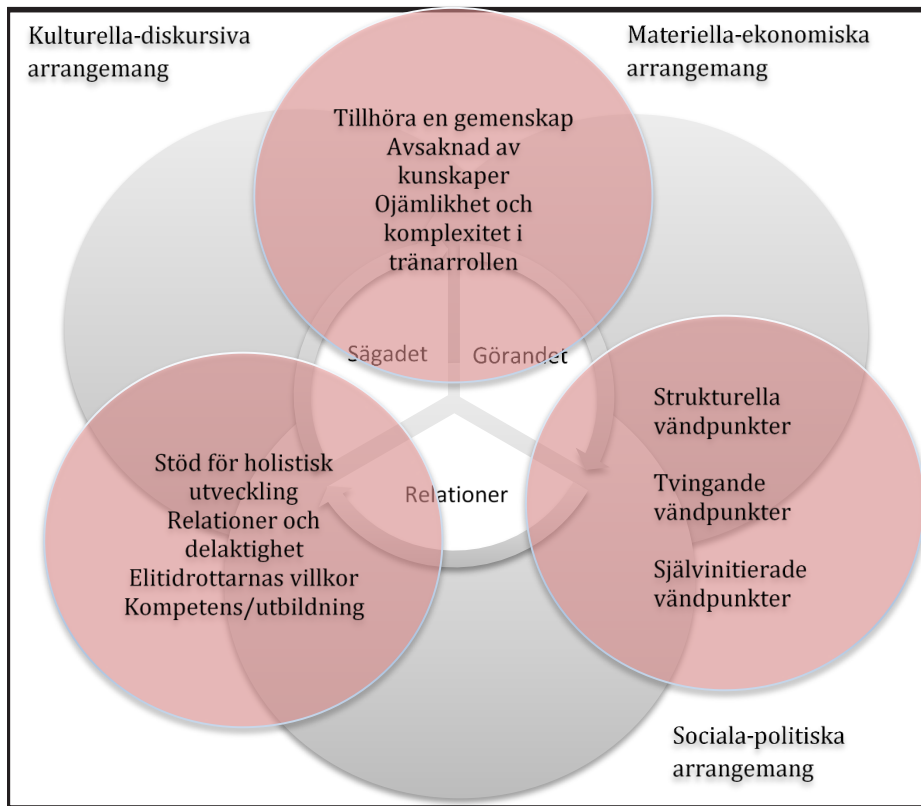
De data som behandlas i avhandlingen har sedan separerats utifrån vad som har påverkat villkor i elittränarnas utvecklingsarbete. Exempelvis uttrycker elitidrottarna att deras ekonomiska villkor påverkar dem att ta risker. Då det är GFIF som är ansvariga för de kortsiktiga ekonomiska förutsättningarna, visar detta att GFIFs villkor påverkar idrottarna att utsätta sig för ohälsosamma risker vilket begränsar idrottarna till ett hållbart idrottande. I sista fasen urskiljs

möjligheter och begränsningar i praktikernas sammanhang som påverkar och villkorar hållbarhet inom friidrotten.

I nästa kapitel presenteras en resultatdiskussion. Där redogörs resultat som svarar på forskningsprojektets övergripande syfte och frågeställningar i relation till avhandlingens teoretiska utgångspunkter.

6. Resultatdiskussion

I detta kapitel redovisas vad som kan skapa bättre förutsättningar för en professionell utveckling av elittränare att bedriva en mer hållbar friidrott. I kapitlet redogörs för de mest centrala arrangemangen, utifrån aktionsforskningsprocessen och delstudie I, II och III (figur 8). Redogörelsen beskrivs i kronologisk ordning utifrån forskningsprocessen och besvarar frågeställningarna i den ordning de är presenteras i syftet. Först redovisas vändpunkter i elittränarnas karriärskapande som påverkat deras professionella utveckling. Därefter presenteras hur elittränare och elitidrottare talar om vad som villkorar och påverkar en hållbar elitidrott. Det följs upp med en redogörelse av hur förutsättningar har möjliggjort och begränsat tränarnas mötespraktik, i syfte att påverka elittränarnas professionella utveckling. Avslutningsvis redovisas praktikernas sammanhang för att svara på vad som har villkorat och påverkat elittränarnas utvecklingsarbete mot en mer hållbar elitfriidrott.



Figur 8. Centrala arrangemang av elitfriidrottspraktikerna som möjliggör och begränsar en hållbar elitfriidrott.

Elittränarnas organiserade mötespraktik var grunden för utbyte av erfarenhetsbaserade kunskaper. Jag som forskare deltog för att kunna bidra med teoretisk kunskap som ledde till reflektion och i sin tur aktioner. Vid starten av projektet gjordes intervjuer med elittränarna för en kartläggning om elittränarnas avgörande händelser i karriären för deras professionella utveckling. Detta visade på hur framför allt materiella-ekonomiska arrangemang i elitfriidrottspraktikerna gav förutsättningar för elittränarnas professionella utveckling, genom deras möjligheter att kunna delta och träffas. Till exempelvis påverkades elittränarnas professionella utveckling av andra elitfriidrottspraktiker så som institutionaliserade förutsättningar att delta i mästerskap, men även av deras egna initiativ och förmåga att

samverka med andra aktörer för att kritiskt kunna reflektera över sitt elittränarskap.

Vändpunkter i elittränarnas karriärskapande som påverkat deras professionella utveckling

I denna del av kapitlet redogör elittränarnas professionella utveckling utifrån deras karriärskapande och ger svar på frågeställning 1) Hur har avgörande händelser i elitfriidrottstränares karriärskapande påverkat deras professionella utveckling? Kartläggningen av vändpunkter i karriärskapandet för elittränarnas visar hur de olika arrangemangen möjliggjorde och begränsade elittränarnas professionella utveckling. Den visar också hur de mest synliga förändringar i enskilda praktiker var beroende av stöd från andra praktiker i förändringsprocessen (Kemmis m.fl., 2014), så som möjligheten att få tid och tillfällen att interagera med andra elittränare och tillgång till resurser för att få fler erfarenheter.

Resultatet presenteras utifrån tre olika typer av avgörande händelser eller vändpunkter som Hodkinson och Sparkes (1997) identifierat som a) strukturella vändpunkter, som inkluderar förutsägbara och ofta institutionaliserade händelser, b) tvingade vändpunkter som förekommer oväntat och har ofta en tendens att vara dramatiska och c) självinitierade vändpunkter, som involverar exempelvis kritiska reflektioner över sig själv, ideal, normer, praxis och relationer. Resultatet belyses med citat från intervjuerna.

Strukturella vändpunkter

De strukturella vändpunkterna handlade om förändrade förutsättningar och strukturer av elittränarnas villkor beträffande anställningsvillkor och nya strukturer i träningsgrupperna som har påverkat deras karriärskapande.

En viktig strukturell vändpunkt, som möjliggjordes av materiella-ekonomiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014) var de ekonomiska förutsättningarna de fått genom anställningar och även friidrottsrelaterade jobb i samband med sin tränarkarriär, exempelvis att ha en tjänst som tränare på idrottsgymnasium och administrativt arbete i idrottsföreningar. En av elittränarna beskrev:

Hela tiden har utvecklingen skett parallellt med [föreningens] ekonomiska situation, så har det ju gjort att sådant här har påverkat...det har gått otroligt bra och har gjort det hela året. Efter inomhussäsongen fick jag ytterligare 25 % i projektanställning som var tidsbegränsad sommaren ut. Det jag har nu, har förlängts året ut. Nu har jag en anställning som är på 50 % (Intervju 1, elittränare 2).

Bättre anställningsvillkor hade gett elittränarna möjlighet för karriärskapande, och vändpunkten föregicks av en bekräftande rutin, som förstärkte karriärskapandet (Hodkinson & Sparkes, 1997). Det hade gett dem möjlighet att kunna fokusera mer mot att utveckla träningsprogrammen och träningsplaneringen för sina elitidrottare, vilket i flera fall har lett till att de kunnat individanpassa träningen utifrån elitidrottarnas mål och förutsättningar. Det hade, enligt elittränarna, inte bara varit positivt för dem själva utan även påverkat elitidrottarnas självbestämmande. Dessa vändpunkter kunde också följas av störande rutiner (Hodkinson & Sparkes, 1997), då anställningsvillkoren för de flesta av tränarna inte alltid var långsiktiga med tanke på att en del bara fått projektanställningar över en begränsad tid. Otrygga anställningsvillkor hade då, enligt elittränarna, skapat diskontinuitet och mindre tid till uppdraget som elittränare. Detta kan hindra elittränare att fokusera på individers enskilda behov och därmed bli en begränsning att skapa en mer hållbar idrott (Barker-Ruchti m.fl., 2014). Däremot framkom det tydligt att pengar inte var drivkraften för elittränarna, utan drivkraften var snarare kärleken till friidrotten, vilket överensstämmer med vad andra elittränare inom svensk friidrott gett uttryck för (Fahlström m.fl., 2013).

En annan strukturell vändpunkt var nya strukturer i träningsgrupperna. Dessa sociala-politiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014) möjliggjorde tränarnas professionella utveckling genom att när en del elitidrottare slutat och andra börjat i träningsgrupperna fick elittränarna tänka nytt. Dessa vändpunkter kunde föregås av socialiserande rutiner som innebar att elittränarna fick möjlighet att träna elitidrottare från grunden (Hodkinson & Sparkes, 1997). Dessa socialiserande rutiner innebar också utveckling på ett personligt plan för elittränarna, vilket de beskrivit utvecklat deras förhållningssätt och förståelse för idrottarna. De sociala-politiska arrangemangen (Kemmis m.fl., 2014) var också en begränsning, då förändringar i

träningsgrupper inte alltid var positiva utan följdes av störande rutiner (Hodkinson & Sparkes, 1997). Exempel på det är när framgångsrika elitidrottare slutade i träningsgrupperna. Det innebar att träningsgruppen tappade de som många gånger varit mest drivande och ambitiösa. En elittränare berättar:

En av de mest framgångsrika aktiva var loket i den här träningsgruppen, och när hen slutade, vad ska man säga, då det fanns inget draglok. Ambitionen och viljan i övriga gruppen minskade också. Och då kände man själv en minskad motivation och drivkraft (Intervju 1, elittränare 4).

Tvingande vändpunkter

De tvingande vändpunkterna handlade om avgörande händelser som förändrat eller påverkat elittränarnas karriärskapande och har föregåtts av socialiserande och evolutionära rutiner. Dessa vändpunkter har varit mer eller mindre dramatiska, såsom att ta steget från idrottare till elittränare, personlig hälsa, familjerelationer och deras elitidrottares framgångar på den absoluta världsnivån.

Elittränarnas personliga hälsa hade på olika sätt påverkat deras karriärskapande. Flera av dem beskrev att skador under deras egen aktiva karriär som fröidrottare fick dem att sluta och att istället skola om sig till tränare. Dessa vändpunkter har följts av socialiserande rutiner då de har format ett identitetstagande som tränare som de inte planerat för (Hodkinson & Sparkes, 1997). Detta är ett vanligt sätt för tränare att etableras inom fröidrotten, liksom inom andra idrotter (Fahlström m.fl., 2015). Då det inte finns några formella akademiska vägar till att träna elitidrottare inom fröidrotten anses detta var den mest naturliga, då det kan medföra att elittränarna har god erfarenhet av idrottsspecifika kunskaper som kan ge goda förutsättningar för att guida idrottare i deras tekniska utveckling (Gilbert m.fl., 2009).

Elittränarnas allmänna hälsa som inte relaterades till skador hade också påverkat deras professionella utveckling på olika sätt. Exempelvis framkom att elittränare som haft större hälsoproblem såg idrotten som en ”frizon”. De hade fokuserat på tränarskapet istället för deras egna fysiska och/eller psykiska ohälsa. Genom de tvingade vändpunkterna, som föregåtts av evolutionära rutiner (Hodkinson &

Sparkes, 1997), hade en del av dem också fått nya insikter och livsperspektiv, varav vissa valt att trappa ner tiden som elittränare. För andra elittränare hade vändpunkterna föregåtts av motstridiga rutiner, då sjukdomar gjort att de har varit tvungna att ta ett steg tillbaka i sina tränarkarriärer, trots att de själva inte hade haft lust med det (jmf. Hodkinson & Sparkes, 1997). En av elittränarna beskrev hur sjukdom påverkade karriärskapandet:

Jag blev allvarlig sjuk, det har påverkat mig. Innan var jag väldigt fokuserad på att vara elittränare och friidrott över huvud taget. Jag hade ju många elitidrottare och så där, men efter att jag blev sjuk så tappade jag lite av det stinget alltså. Det tycker jag både är positivt och negativt. Negativt kanske karriärmässigt, men positivt livsmässigt (Intervju 1, elittränare 7).

Fr iidrotten hade även i vissa fall blivit en tillflykt för elittränarna att fokusera på annat än sorg och besvikelser som de upplevt utanför idrotten. I andra fall hade dessa omställningar i privatlivet gjort att de har tagit beslut att satsa mindre på sin tränarkarriär. Då tränarnas karriärskapande i elitidrottspraktikerna även påverkats av andra praktikers arrangemang, utanför idrotten, gav de uttryck för att föreningar och förbund behövde tänka på elittränarnas sociala och professionella utveckling och hur de ska kunna arbeta med en hållbar elitverksamhet.

Deras elitidrottare framgångar var också tvingande vändpunkter, som följts av evolutionära rutiner, där elitidrottarnas framgångar fått dem att både fokusera på att vara tränare på en högre nivå och att identifiera sig som elittränare (Hodkinson & Sparkes, 1997). I takt med att deras elitidrottare nått framgångar har också resurserna att jobba som elittränare blivit större. Dessa materiella-ekonomiska arrangemang i form av resurser bidrog till att flera av elittränarna fått chansen att arbeta mer fokuserat med elitidrott. Genom deras idrottare framgångar hade elittränarna också fått både erkännande och självförtroende att satsa mer på sin tränarkarriär vilket har möjliggjort tid och energi för karriärskapandet. En annan tvingande vändpunkt som följdes av evolutionär rutin (Hodkinson & Sparkes, 1997), var vid övergång från elitidrottare till att bli tränare. En av

elittränarna beskrev hur framgångarna hos en av dennes idrottare fick hen att helt avsluta sin egen fröidrottskarriär:

Jag kom ihåg ganska tydligt när en idrottare kvalade till ett mästerskap och vi var där, då insåg jag att jag förflyttade fokus från att jag innan dess hade haft tankar på att jag själv också...jag kände att jag själv inte hade behövt sluta, jag höll ju på några år till. Men efter mästerskapet kom jag ihåg att jag bestämde mig i mitt huvud att det är tränarrollen som kommer i första hand och att det är det jag vill. (Intervju 1, elittränare 14)

Självnitierade vändpunkter

De självnitierade vändpunkterna föregicks och följdes åt av bekräftande och socialiserande rutiner och innefattar tränarnas utbildningar, kontakter med andra tränare och miljöombyte och som påverkat deras karriärskapande. De självnitierade vändpunkterna var egna initiativ till att delta i olika fröidrottsutbildningar. Däremot var det inte, i likhet med annan forskning (Walker m.fl., 2018), den formella utbildningen per se som stod till grund för deras karriärskapande utan elittränarna berättade att de i samband med utbildningar utnyttjat möjligheten att skapa kontakter med andra tränare och skapa sig ett nätverk. Detta bekräftar utbildningarnas funktion som nätverkande snarare än formaliserat kunskapande (Nash & Sproule, 2009). De sociala-politiska arrangemangen (Kemmis m.fl., 2014) gav stora möjligheter till interaktioner, som gav nya infallsvinklar i deras tränarskap som varit viktiga för deras karriärskapande. Dessa självnitierade vändpunkter föregicks av bekräftande rutiner (Hodkinson & Sparkes, 1997) som innebär möjlighet att delta i förbundsträffar för elittränare, vilket förstärkte deras identitet som elittränare. Flera elittränare talade också om att de valt att fördjupa sig i fröidrottsrelaterade utbildningar för att förstå den träningsläran som ligger till grund för deras kunskaper om träningsplanering, vilket relaterar till elittränares behov av formell utbildning utöver nätverkande (Nash & Collins, 2006).

Elittränarnas nätverkande och miljöbyten beskrevs också som självnitierade vändpunkter för deras karriärskapande. En sådan vändpunkt kunde föregås av en socialiserande rutin (Hodkinson & Sparkes, 1997), då elittränare valde att byta miljö för att kunna arbeta

under andra förutsättningar. Exempelvis innebar det att de fått chansen att vara tränare i en förening som haft en annan vision och mål än sin förra idrottsförening. Då elittränarnas professionella utveckling, liksom andra tränare (Cushion m.fl., 2010) ofta präglades av ett sökande, hade också den praktik de verkade i haft stor påverkan på deras möjligheter för karriärskapande. Dels genom stöd från föreningarna, dels genom att möjligheter att träna andra elitidrottare. De hade då fått möjligheten att träna idrottare på en högre prestationsnivå, men också fått en chans att träna elitidrottare med större drivkraft att vilja satsa på sin elitidrott. Följande citat är ett exempel på detta:

Ett annat viktigt årtal är också 1990, när jag bestämmer mig för att byta klubb, min gamla klubb hade inte koll på vad som krävdes på elitnivå, det var väldigt trevligt men de hade inget driv. Den nya klubben kanske inte hade samma goda anda, med den hade ett jävla driv, och ett ”know how” som kunskapsmässigt var större. Och det var även min gamla moderklubb dessutom, så det gav en ordentlig skjuts i min utveckling (Intervju 1, elittränare 1).

När elittränarna talade om de självinitierade vändpunkterna beskrev flera även hur karriärskapandet var en parallell process med deras elitidrottarens utveckling, som följdes av en bekräftande rutin (Hodkinson & Sparkes, 1997). Deltagande på både nationella och internationella tävlingar med elitidrottarna gav dem möjlighet att söka kontakt och skapa nätverk med andra elittränare. Dessa vändpunkter påverkade karriärskapandet och möjliggjorde viktiga tillfällen att interagera med andra tränare, som inom forskning har visat sig viktiga för elittränarens professionella utveckling (Annerstedt & Lindgren, 2014; Erickson m.fl., 2008; Irwin m.fl., 2004). En av elittränarna beskrev hur elitidrottarnas och hans egen utveckling pågick parallellt och gav hen möjlighet att besöka nya träningsmiljöer och genom detta bygga nätverk och träffa andra elittränare:

Sen är det ofta så i friidrott, i alla fall för mig, jag tror du kommer höra det från andra som säger samma sak, att man utvecklas med sina aktiva idrottare. Plötsligt är någon med i ungdomslandslaget, så höjer man sig själv en nivå. Plötsligt är någon med på junior EM, sen på senior SM och... Så var man med i juniorlandslag som coach och så var det plötsligt, seniorlandslaget. Var man med i en sådan miljö, då lärde man

sig saker och lärde känna andra tränare. Det var egentligen då som jag började bygga mitt nätverk på riktigt. Innan dess hade jag varit här och pratat med dom här Göteborgstränarna. Men när jag fick bättre aktiva, då började jag bygga ett nätverk, träffa tränare utanför Sverige. Eller utanför Göteborg och började prata med dom på träningarna. Hur gör ni? Vi gör så här och vi åkte med dom, och dom kom hit (Intervju 1, elittränare 6).

Den biografiska kartläggningens resultat presenterades för elittränarna och bidrog till förändring i mötespraktiken, genom att elittränarna reflekterade över de strukturer som påverkade deras karriärskapande. Med elittränarnas nya perspektiv togs initiativ till att ordna en tränarkonferens för att fler elittränare skulle få chans att delta samtidigt, samt att i mer strukturerade former ge möjlighet att reflektera, diskutera och ta del av teoretisk kunskap. Medan tränarmötena pågick regelbundet gjordes fler intervjuer med elittränarna i syfte att på ett djupare plan utforska en mer hållbar elitidrott. För att få en större förståelse av hållbarhet gjordes delstudie I som handlar om hur tränarnas omsorg bidrar till en mer hållbar elitidrott. Detta visar bland annat på hur sociala-politiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014) formar möjligheter för en mer hållbar elitidrott i elitfriidrottspraktikerna. Ett exempel på detta är hur elittränarna blev medvetna över hur deras relationer med elitidrottarna behöver god förståelse om pedagogiska och psykologiska perspektiv, något de upplevde att de saknade. Detta gav ytterligare medvetenhet om möjligheter och begränsningar för att skapa en mer hållbar elitidrott, varav elittränarna reflekterade kring deras kunskaper om holistiska och pedagogiska perspektiv. För att undersöka fler aspekter av hållbarhet i elitfriidrottspraktikerna genomfördes intervjuer med elitidrottarna. Dessa intervjuer bidrog till delstudie II, som utforskar hur elittränarnas elitidrottare resonerar kring hållbarhet och elitidrott. Elittränarnas och elitidrottarnas tal om deras praktik, de kulturella-diskursiva arrangemangen (Kemmis m.fl., 2014), i relation till hållbarhet visar på både möjligheter och begränsningar.

Vad villkorar och påverkar en mer hållbar friidrott på elitnivå, utifrån elittränare och elitidrottarens perspektiv?

Elitfriidrottspraktikerna påverkas av elittränarnas och elitidrottarnas tal om tränarskap, utbildning och professionell utveckling både i den lokala kontexten men även av diskurser som finns både nationellt och internationellt. Denna del av kapitlet redovisar elittränare och elitidrottarens tal om hållbarhet för att svara på frågeställning 2; Hur talar elittränare och elitidrottare om vad som villkorar och påverkar en mer hållbar elitfriidrott? Resultaten baseras på delstudie I och II och har utgått från hållbarhet som teoretiskt begrepp och teoretiska perspektiv på omsorgsetik och praktisk visdom som stöd för att relatera elittränarnas och elitidrottarnas tal om hållbarhet inom elitidrott. Resultaten presenteras utifrån följande teman; stöd för holistisk utveckling, relationer och delaktighet, elitidrottarnas villkor, fysisk hälsa, kompetens och utbildning. Här uppenbarade sig kulturella-diskursiva arrangemang som formades genom elitfriidrottspraktikens specifika språk och uttryck som används för att skapa förståelse om hållbarhet inom elitidrott (jmf. Langelotz, 2017).

Kulturella-diskursiva arrangemang i form av elittränarnas tal (Kemmis m.fl., 2014), visar på normer och hur de förhöll sig till hållbarhet både som begrepp och process. Politiska - sociala arrangemang visar hur traditionen av nära relationer mellan elittränare och elitidrottare möjliggjorde och begränsade professionell utveckling i relation till en mer hållbar elitidrott (Kemmis m.fl., 2014). Analysen av arrangemangen bidrar till riktningar och nya teman för att förstå rollen som elittränare samt kunskaper som är viktiga för att skapa nya innovativa lösningar för att utveckla en mer hållbar elitfriidrott.

Stöd för holistisk utveckling

Elittränarna talade om att de fokuserar på att stötta elitidrottarnas personliga utveckling och inte bara deras kortsiktiga resultat. Detta visar på hur en del av elittränarnas omsorgsetik innebar att ge stöd och bry sig om hela människan (Purdy m.fl., 2016). Fokus på att utveckla elitidrottare holistiskt och inte bara deras idrottsresultat ger

förutsättningar för att elitidrottsmiljön kan bli mer hållbar (Mallett m.fl., 2016). Elittränarna berättade även att deras stöd att utveckla elitidrottarna som människor skapade förutsättningar för att hjälpa dem med deras hälsa och agera skadeförebyggande. De gav uttryck för att de hade stort intresse för att utveckla elitidrottarna, och talade om att det var viktigt att se till att alla mår bra och hade ett gott välbefinnande, samtidigt som de skulle klara av att prestera. En del av elitidrottarna uppgav dock att de hade ett behov av stöd att kunna diskutera personliga problem, men enbart om dessa problem påverkar prestationen. Andra, som hade uppnått sina mål, menade att de inte behövde lika mycket stöd av tränarna utan hade lärt sig att bli sin egen tränare. De betonade inte att de behövde något annat stöd heller. Det fanns följaktligen olika åsikter bland elitidrottarna om huruvida elittränarens genuina intresse av elitidrottarnas mående var viktigt för dem. Trots att elittränarna gav uttryck för att de hade ett genuint intresse för alla sina idrottare som människor är det inte säkert att deras stöd betraktades som omsorgsfullt, eftersom alla elitidrottarna inte bekräftade omsorgen (Noddings, 1986).

Flera av elitidrottarna gav uttryck för att det var viktigt att ha en balans i livet mellan elitidrotten och deras sociala liv, och talade också om vikten av att utvecklas utanför idrotten, men att deras utveckling utanför idrotten inte alltid var tränarens uppgift. Däremot diskuterade elitidrottarna att en god balans mellan elitidrotten och antingen arbete eller studier skapade förutsättningar för att bättre hantera resultat, hälsa och återhämtning. Detta relaterar till att välbefinnande påverkar prestation, och visar på behovet av att även se elitidrottens sociala relevans med fokus på övergripande utveckling och inte bara utifrån prestation och resultat (Barker-Ruchti m.fl., 2014). För en del var det däremot svårt att ha en bra balans mellan en elitsatsning och arbete eftersom det blev en för stor påfrestning på deras ekonomiska situation om de gick ner för mycket i arbetstid. Elitidrottarna berättade även att det var viktigt att ha ett komplement i livet utanför idrotten, då elitidrottandet ändå var i fokus mestadels av tiden, genom anpassningar av kost och återhämtning. Således både möjliggörs och begränsas elitidrottarna av arrangemang utanför elitidrottspraktikerna (jmf. Kemmis m.fl., 2014). Detta visar på att balansen mellan elitidrottsatsning och livet utanför idrotten kräver uppmärksamhet

(Martindale m.fl., 2005). Det visar också på att elittränares erfarenheter om balans inte bara är avgörande för prestation (Côté & Gilbert, 2009; Hardman & Jones, 2011) utan även för att skapa en mer hållbar elitidrott (Barker-Ruchti m.fl., 2014).

Elitidrottarna diskuterade även att de var de själva som tog det största ansvaret för sitt elitidrottande och investerade mycket tid för att utveckla sina prestationer. Flera av dem talade om vikten av att själva utveckla sin kunskap och lära sig om hur deras egna kroppar tål belastning, reagerar på dieter och återhämtar sig vid skada. Utifrån omsorgsetik, är tränarnas val att acceptera idrottarnas beslut ett sätt att visa omsorg (Noddings, 2002). Elitidrottarnas fokus däremot, var riktat mot resultat och prestation, och en del av dem klargjorde att resultatet är överordnat deras hälsa och välbefinnande. Detta visar på hur sociala-politiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014) kan begränsa hållbara lösningar i elitidrottspraktikerna. När elitidrottarna inte tar hänsyn till deras egen hälsa och långsiktiga prestationsutveckling begränsar elittränarnas omsorg deras möjlighet att skapa en mer hållbar elitidrott, dvs. tränarna har lyssnat på elitidrottarnas vilja och anpassat sig till deras beslut även om besluten kan bidra till skador (Barker-Ruchti m.fl., 2014). För att idrotten ska bli mer hållbar är det av stor vikt att elittränare inte hämmas av elitidrottarnas krav och driv att nå kortsiktiga resultat. Resultatet visar att elittränarna saknar mandat att kunna ta beslut som ger utveckling och stöd för att minska elitidrottens negativa konsekvenser. Detta begränsar också elittränarna att genom praktisk visdom ta moraliska och etiska beslut i relation till idrottarens långsiktiga hälsa och välbefinnande (Hardman m.fl., 2010). Elitidrottarnas egenansvar kan däremot vara en stor möjlighet för en mer hållbar elitidrott, då det främjar autenticitet och frigörelse (Barker-Ruchti m.fl., 2014). Det krävs dock att elitidrottarna får lära sig hur de ska arbeta med sin egen utveckling som är hållbar. Detta är betydelsefullt då den svenska fridrotten förutsätter idrottarnas egenansvar som en del av elitidrotten (Fahlström m.fl., 2013).

Relationer och delaktighet

Elittränarna talade om att de spenderade tid på att lära känna elitidrottarna och att de alltid försökte utveckla relationen med sina elitidrottare, vilket kan anses som en omsorgsfull handling (Jones, 2007). Goda relationer skapades genom att elittränarna hade dialoger med elitidrottarna vilket innebar att tränarna lyssnade, talade och agerade för att hjälpa idrottarna utifrån deras målsättningar (Purdy m.fl., 2016). Elitidrottarna hade vanligtvis daglig kontakt med elittränarna för att uppdatera om deras fysiska status och deras prestationer. Detta för att elittränarna ville ha uppdateringar för att kunna planera träningen. Elitidrottarna beskrev även att de hade tillit till elittränarna. Goda dialoger och relationer samt att känna tillit till elittränarna ses inte bara som att elittränarna är omsorgsfulla (Purdy m.fl., 2016) utan det synliggör även att de har praktisk visdom (Jones, 2015). Likaså tyder det på ett idrottscentrerat tränarskap med utrymme för samskapande som är viktigt för att kunna utveckla en mer hållbar elitidrott (Barker-Ruchti m.fl., 2014). Däremot fanns det även elitidrottare som också talade om att de ville ha en distans i sin relation med elittränaren, med övervägande fokus på idrotten, vilket tyder på att omsorgen i form av bekräftelse inte alltid uppfylldes (Noddings, 2012).

En annan aspekt på elittränarnas omsorgsfulla handlingar var delaktighet. Elittränarna anpassade träning och upplägg efter de individuella elitidrottarnas förutsättningar, då elittränarna talade om att det var viktigt att skapa en miljö där alla var inkluderade och fick chans att utvecklas. Detta visar på elittränarnas fokus att skapa en verksamhet baserad på deltagarstyrning och öppenhet, vilket kan bidra till hållbarhet (Wals & Jickling, 2002). Elitidrottarna berättade också att det var viktigt med en god stämning i grupper, vilket även elittränarna talade om då de strävande efter att alla skulle känna sig delaktiga i gemenskapen. Detta relaterar till omsorg som praktik, då elittränarna skapar en miljö utifrån värderingar att värna om andra (Noddings, 1986). Omsorgen blir då en viktig handling och möjliggör hållbara elitidrottspraktiker (Barker-Ruchti m.fl., 2014), då det riktar fokus mot gemenskap och positiv grupptillhörighet.

Elittränarna beskrev att de ibland ägnade mer tid till elitidrottare på en högre nivå. Detta gjordes för att elitidrottarna på en högre nivå investerade mer tid och arbete på elitidrotten, vilket krävde mer av elittränarna i form av planering och resor till större tävlingar. Elittränarna fick dessutom ett större ekonomiskt stöd för att träna de allra bästa. Elitidrottarna talade också om att prestationen påverkade förutsättningarna för deras idrottande, då inte alla fick tillgång till viss typ av rehabutrustning. Materiella-ekonomiska arrangemang i elitfriidrottspraktikerna både möjliggjorde och begränsade förutsättningar för hållbara lösningar (jmf. Kemmis, m.fl., 2014). Exempelvis elitidrottarnas förutsättningar, i form av ekonomiskt stöd och tillgång till bra rehabilitering, var inte lika för alla, men däremot lika viktiga för alla i syfte att kunna satsa långsiktigt. Elittränarnas omsorgsfulla handlingar form av att individanpassa träningen, fick konsekvensen att alla inte fick samma tid och uppmärksamhet av elittränarna. Det kan ses som att omsorgen inte var jämlik och därmed som ett strukturellt problem. När elittränarna inte fördelade omsorgen rättvist mellan elitidrottarna inte fick alla samma möjlighet att utvecklas över tid. Det betyder även att relationerna skapade en ojämlig maktbalans mellan beroende (elitidrottare) och makt (elittränare) (Blum, 2001). Det innebar att det omsorgsfulla förhållningsättet stod i konflikt till hållbarhet när de inte gav alla elitidrottare samma chans till stöd, vilket kan vara avgörande för deras långsiktiga satsning (Barker-Ruchti m.fl., 2014).

Elitidrottarnas villkor

Resultatet visade även att en av de stora utmaningar som elitidrottarna hade var bristande ekonomiska förutsättningar för att bedriva elitidrott på hög nivå. Vissa valde att finansiera sin elitsatsning med hjälp av att studera och därmed ta studielån, vilket innebar att de valde att satsa på dubbla karriärer. Det kan å ena sidan bidra till en långsiktighet då det gav möjligheter för idrottarna att skapa förutsättningar för ett liv efter elitidrotten (Stambulova m.fl., 2015). Å andra sidan kan en satsning på dubbla karriärer även begränsa förutsättningar för en mer hållbar elitidrott då elitidrottarna tvingas lägga all sin tid på idrotten och studierna (Stambulova m.fl., 2015),

vilket kan leda till ett mindre fokus på sitt välbefinnande och det sociala livet (Ekengren m.fl., 2020). Andra elitidrottare förlitade sig på ekonomiskt stöd från familj för att kunna satsa på elitidrotten. Idrottarna som hade studerat färdigt och som inte hade tillräckligt med ekonomiskt stöd från sponsorer eller familj, beskrev att de var tvungna att arbeta trots att det påverkade deras chans negativt att prestera och utvecklas långsiktigt. Det innebar att elitfriidrottarna begränsades av materiella – ekonomiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014). Det finns dock inte tillräckligt mycket pengar inom svensk friidrott utan de flesta av elitidrottarna får försöka hitta sin egen väg för att klara sin elitsatsning (Fahlström m.fl., 2013).

Elitidrottarna talade visserligen om att de får elitbidrag som var direkt kopplat till deras prestationer. Det ekonomiska stödet kunde vara en hjälp när de väl hade presterat, men när de skadat sig kunde de istället mista stödet, vilket påverkade deras långsiktiga elitsatsning negativt. Enligt elitidrottarna hade flera av deras kamrater tvingats till tidiga karriärsavslut på grund av detta. Vid uteblivna resultat påverkades inte bara elitidrottarnas egen ekonomiska situation utan det kunde även innebära att deras elitränare fick en mindre budget. Både elitidrottarna och elitränarna ifrågasatte denna strategi eftersom det inte främjade att elitränarna kunde planera långsiktigt. Det ekonomiska stödet är direkt resultatorienterat, vilket skapar en begränsning för elitidrottare att ha ett holistiskt perspektiv (Barker-Ruchti m.fl., 2014). Detta kan vara en orsak till friidrottares höga skadeproblematik (Jacobsson, 2013b) inte minst då stress utanför idrotten har en stor påverkan på att idrottare skadar sig (Johnson, 2011).

Fysisk hälsa

Elitränarna berättade att mycket av deras tid gick åt att göra träningsplaneringar som skulle hjälpa elitidrottarna att hålla sig skadefria. De elitränare som hade stor erfarenhet, hade också byggt upp nätverk med läkare och fysioterapeuter som skulle bistå när elitidrottarna blev skadade. Det är viktigt att ha ett nätverk kring elitidrottare som tidigt kan hjälpa till att både förebygga och åtgärda ohälsa och skador i strävan mot en mer hållbar elitidrott (Jacobsson,

2013b). Både elitidrottarna och elittränarna gav uttryck för att det var viktigt för elitidrottarna att hålla sig skadefria eftersom skador har stor negativ påverkan på deras prestationer. Trots detta fanns det elitidrottare som berättade att de kunde offra sin hälsa, bara de fick chansen att vara med på OS eller andra stora mästerskap. Andra medgav att de ibland gick ifrån elittränarnas planeringar och tränade med skador. Kulturella - diskursiva arrangemang medierat i tränarnas tal om normer (Kemmis m.fl., 2014) begränsade förutsättningarna för hållbarhet i elitfriidrottspraktikerna. Flera diskuterade att det låg i idrottens natur att bli skadad och att oavsett vad de gjorde skulle de bli skadade förr eller senare, vilket tyder på att det finns en norm i friidrotten att det är accepterat att det är normalt att skada sig. Elittränarnas omsorg i form av motivationsförskjutning (Noddings, 2002) innebar att de satte elitidrottarnas intresse före sitt eget och accepterade att elitidrottarna följde de normer och strukturer som gjorde att de prioriterade kortsiktiga resultat och utsatte sig själva för skaderisk. Detta visar på hur elittränarna, trots sin omsorg, behöver praktisk visdom för att hantera ett moraliskt ställningstagande att gå emot elitidrottarnas vilja för att ta mer hållbara beslut (Hardman m.fl., 2010).

Det fanns även elitidrottare som berättade att de utsatte sig själva för en hög skaderisk vid vissa tävlingar för att de kände sig tvingade av föreningarna att ställa upp. De beskrev att det fanns en inställning inom friidrotten att träna så hårt som möjligt och att ingen ifrågasatte den höga skaderisken eller att de utsatte sig för en alltför hård belastning. Med praktisk visdom skulle elittränarna kunna ta ställning för att göra elitpraktikerna mer hållbara och problematisera föreningarnas krav, något som i dessa fallen saknades (jmf. Hardman m.fl., 2010). Det talades även om normen att inte ifrågasätta riskkulturen eller elittränarnas arbetssätt, vilket bekräftar bilden av den svenska friidrotten (Fahlström m.fl., 2013). Utifrån elitidrottarnas tal om hälsa och skador var de styrda utifrån strukturer som har en tydlig tyngdpunkt på kortsiktiga resultat snarare än långsiktig holistisk utveckling (Barker-Ruchti m.fl., 2014). Detta begränsade elitidrottarnas att bedriva en mer hållbar elitidrott, eftersom de var mer eller mindre tvingade att anpassa sig till de strukturella förutsättningarna inom friidrotten.

Kompetens och utbildning

Elittränarna berättade att de anlidade experter i situationer när de själva saknade erfarenheter. Mestadels rörde det sig om de tidigare nämnda nätverken med fysioterapeuter och läkare för att avgöra elitidrottarnas fysiska status. Elittränarnas konsulterande med experter kan ses som en medvetenhet att tänka på hållbarhet genom att på lång sikt förbättra och utveckla de faktorer som är möjliga att påverka (Annerstedt & Lindgren, 2014). Däremot berättade elittränarna att det saknades ett medicinskt team, och att deras nätverk av medicinsk expertis byggde på de individuella elittränarnas egna kontakter. I likhet med forskning om skador inom elitfriidrott (Jacobsson, 2013b), talade även flera av elitidrottarna om att ett gemensamt nätverk av experter skulle ge mer likvärdiga förutsättningar för elitidrottarna att undvika skador. Detta visar på behovet av samverkan mellan elittränarna och behov av ett samlat nätverk med expertis för att klara av att ge lika förutsättningar till alla elitidrottare.

Flera av elitidrottarna beskrev också att det var viktigt att elittränarna kontinuerligt fokuserade på sin professionella utveckling för att kunna hjälpa elitidrottarna på lång sikt. I flera fall gav elitfriidrottarna uttryck för att det också var viktigt för dem själva att utveckla kunskap då de inte kunde kräva av sina tränare att de skulle besitta all kunskap som krävs. En del av dem påtalade att kraven på elittränarna var för låga eftersom de inte behövde utbilda sig för att få status som elittränare. Detta kan ses som en begräsning inom friidrotten, då elittränarens professionella utveckling är avgörande vid utvecklingen av mer hållbara elitidrottspraktiker (Rynne & Mallett, 2014). Flera äldre elitidrottare talade också om att det var viktigt att ifrågasätta elittränarnas planering och råd om de inte utvecklades enligt deras egna uppsatta mål.

Sociala-politiska arrangemang medierat genom delaktighet visar på möjligheter för hållbarhet (jmf. Kemmis m.fl., 2014). Det fanns elitidrottare som talade om att mer samarbete mellan elittränare skulle möjliggöra att fler elitidrottare fick tillgång till mer kunskap om utveckling och prestation samt om hur de kunde hålla sig skadefria. Även elittränarna talade om att det fanns behov av mer samarbete

mellan dem, samt andra strukturer av samarbete som ett medicinskt team, vilket även kan främja elitidrottarnas skadesituation (Jacobsson, 2013b)

Genom input från de tentativa resultaten i delstudie I & II togs initiativ för en högskolekurs om hållbarhet och elitidrott, för att elittränarna skulle få chans att skapa större förståelse inom ämnet. Denna spiralliknande process med observationer av teoretisk kunskap, reflektion och aktion visar på hur deltagarna genom kritiskt tänkande påverkade fridrottspraktikerna genom aktionsforskningsprocessen (Carr & Kemmis, 1986). Den mest centrala praktiken för forskningsprojektet var hur elittränarnas organiserade en mötespraktik som formade grunden för elittränarnas professionella utveckling.

Förutsättningar för elittränarnas organiserade mötespraktik

Denna del av kapitlet presenterar förutsättningarna i elittränarnas mötespraktik och svara på frågeställning 3; Hur har förutsättningarna möjliggjort och begränsat elittränarnas mötespraktik som forum för professionell utveckling?

Elittränarnas organiserade mötespraktik var navet för aktionsforskningen. Utifrån processen synliggjordes centrala delar av kulturella-diskursiva arrangemang då nya diskurser framträdde i processen (jmf. Kemmis m.fl., 2014). Till exempel uttryckte elittränarna hur bristen på kunskap om holistiska perspektiv begränsade deras förmåga att få sina elitidrottare att prestera utifrån deras potential. Genom att acceptera komplexiteten i elittränarskap, och skapa nya forum för professionell utveckling, kunde de fokusera på en mer hållbar elitidrott utifrån ett gemenskapsperspektiv (Barker-Ruchti m.fl., 2014). Detta påverkade även materiella-ekonomiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014) utifrån möjligheter för elittränarnas samverkan och interaktion. Då elittränares mötespraktik är en av de viktigaste praktikerna för professionell utveckling (Walker m.fl., 2018; Cushion m.fl., 2010) och central i den förändringsprocess som har genomförts redogörs praktikens alla arrangemang. Detta för

att visa på hur praktiken förändrades utifrån den spiralliknade aktionsforskningsprocess som genomfördes.

Detta resultat baseras på delstudie III och presenteras utifrån hur praktiken påverkas och påverkar dess kulturella- diskursiva arrangemang, materiella-ekonomiska arrangemang och sociala-politiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014). Diskussionerna i mötespraktiken visar på tre tydliga brytpunkter som förändrade praktiken:

- Elittränarna skapade medvetenhet om att tillhöra en gemenskap.
- Elittränarna skapade medvetenhet om kunskaper som de saknade.
- Elittränarna skapade medvetenhet om ojämlikhet och komplexitet i tränarrollen.

I analysen framkom det att det var i synnerhet vid tre tillfällen under mötespraktiken som det synliggjordes att elittränarna blivit medvetna om hur praktikarkitekturer skapade förutsättningar för utveckling (Kemmis, 2009). De åren som elittränarna genomförde de organiserade mötena blev elittränarna medvetna om vikten av att tillhöra en gemenskap. Mötena gav möjligheter för elittränarna att samarbeta och dela erfarenheter med varandra, för att ge varandra stöd i det pressade och ensamma arbetet som de upplevde som elittränare. Dessa samtal gav också förutsättningar för elittränarna att få nya kunskaper, då reflektiva samtal genom erfarenhetsutbyte är viktiga för en tränares utveckling (Gilbert & Trudel, 2005).

I likhet med andra studier skapade mötena mellan elittränarna möjlighet för dem att lära sig reflektera tillsammans (Cushion m.fl., 2003; Gilbert & Trudel, 2001; Gilbert & Trudel, 2005). Genom att dela erfarenheter kunde de sedan identifiera olika kunskaper och dilemman som de tillsammans kunde reflektera över, men de kunde även få syn på kunskaper som de upplevde att de saknade. Elittränarna bekräftade den tidigare forskningen gällande att deras utveckling skedde mestadels informellt snarare än formellt (Walker m.fl., 2018; Cushion m.fl., 2010). Däremot uttryckte de att både

informell och formell professionell utveckling var viktigt för dem. Elittränarna identifierade kunskapsområden och gav förslag på nya typer av mötesformer samt önskan om en formell utbildning.

Kulturella- diskursiva arrangemang

Kulturella-diskursiva arrangemang möjliggjorde (Kemmis m.fl., 2014) att mötespraktiken blev ett forum för elittränarna att dela erfarenheter och reflektera tillsammans. Genom att reflektera och gemensamt komma fram till vilka typer av kunskaper som var viktiga för dem förändrades deras fokus. Till en början talade de om deras pressade situation som elittränare. Detta bidrog till medvetenhet om brister i kunskaper samt förståelsen av komplexiteten av elittränarrollen. Det var också då som elittränarna började reflektera över vikten av delaktighet och att utveckla hela människan, vilket relaterar till idrott som en social praktik med fokus på holistisk utveckling (Mallett m.fl., 2016). Tränarna kom fram till att de skulle dela erfarenheter, genom att de skulle beskriva dilemman som de upplevde eller hade upplevt i relation till sitt tränarskap, vilket är en vanlig väg för elittränares professionella utveckling (Walker m.fl., 2018). Dessa erfarenhetsutbyten inspirerade dem till att fortsätta arbeta med deras professionella utveckling. Detta ledde till att elittränarna ifrågasatte sin egen nivå av utbildning och kom fram till att de även var i behov av formell utbildning inom hållbart tänkande, vilket möjliggjorde kreativa lösningar för vidare utbildning. Tidigare studier har endast pekat på att tränares erfarenhetsutbyte kompenserar för bristen av formell utbildning (Côté & Gilbert, 2009; Erickson m.fl., 2008; Nash & Sproule, 2012).

Kulturella-diskursiva arrangemang (Kemmis m.fl., 2014) begränsade också elittränarnas professionella utveckling. Trots att elittränarna har störst betydelse för svenska elitidrottarnas utveckling (Fahlström m.fl., 2015; Fahlström m.fl., 2016; Henriksen, 2010) finns det inga klara riktlinjer för elittränarnas roll. Då det inte fanns någon gemensam förståelse eller överenskommelse om elittränarnas roller och krav från elitidrottarna, fanns heller inga uttalade riktlinjer för tränares professionella utveckling, eller hur den skulle struktureras över tid med hjälp av stöd.

Materiella-ekonomiska arrangemang

Elittränarna var med frivilligt i mötespraktiken och det fanns inga krav från föreningarna att delta. Mötespraktiken ingick inte heller i elittränarnas arbetsbeskrivning, utan både heltids- och deltidanställda elittränare var med utanför arbetstid. För att skapa ytterligare möjligheter för fler elittränare att kunna delta skapades en tränarkonferens där elittränarna fick möjlighet att resa iväg för att reflektera och diskutera under två dagar. Denna påverkan på materiella-ekonomiska arrangemang skapade nya förutsättningar för elittränarnas professionella utveckling (jmf. Kemmis m.fl., 2014). Dels fick fler elittränare möjlighet att dela erfarenheter och delta i meningsfulla reflektioner, vilket är en viktig faktor i elittränarnas professionella utveckling över tid (Mallett m.fl., 2016). Reflektionerna blev också mer relevanta i förhållande till annan formell utbildning, då de utgick från elitfrüidrottspraktiker som alla var en del av (Nash & Collins, 2006). De föreslog också att de skulle ses mer spontant på träningsanläggningen för att reflektera över olika dilemman och dela med sig av sina erfarenheter. I vilken utsträckning detta skedde är inte känt för mig.

Materiella-ekonomiska arrangemang (Kemmism fl., 2014) begränsade också mötespraktiken som forum för professionell utveckling. I likhet med en tidigare svensk rapporteringen (Fahlström m.fl., 2013) deltog inte flera av elittränarna på alla mötena, då deras arbetsbelastning redan var för hög eller att det krockade med deras träningsstider. Det fanns inte heller något stöd från deras föreningar att delta.

För att skapa bättre förutsättningar för elittränare att kunna prata och reflektera om deras tränarskap i förhållande till hållbarhet valde elittränarna också att dela upp mötena i två grupper, en på dagtid och en på kvällstid. Detta var en konsekvens av att alla inte hade möjlighet att delta enbart dagtid eller enbart kvällstid. Genom denna förändring av materiella-ekonomiska arrangemang (Kemmism fl., 2014) kunde de elittränare som var heltidsanställda vara med på mötena i samband med deras träning på morgonen, och övriga elittränare vara med på mötena kvällstid. Detta både möjliggjorde och begränsade mötespraktiken som forum för professionell utveckling. Å ena sidan

möjliggjorde det att totalt fler elittränare kunde delta i reflektioner och dela erfarenheter vilket är en viktig del för tränarnas utveckling (Nash & Sproule, 2009; Nash & Sproule, 2012). Å andra sidan medförde detta forum en begränsning för elittränare, med mindre erfarenhet och som inte var heltidsanställda, eftersom de inte fick chansen att reflektera tillsammans med elittränare på en högre nivå. Detta kan sätta gränser för dessa elittränare att utvecklas till mästerskapstränare (Cushion m.fl., 2003; Hodgson m.fl., 2017).

Sociala-politiska arrangemang

Sociala-politiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014) möjliggjorde elittränarnas utveckling då de utbytte erfarenheter, gav varandra stöd och interagerade med varandra (Cushion m.fl., 2010). Vidare möjliggjorde dessa arrangemang att elittränarna samarbetade och utvecklades utifrån praktiska erfarenheter med andra tränare, vilket sällan är möjligt i formella utbildningar (Jones m.fl., 2003; Ollis & Sproule, 2007). Arrangemangen möjliggjorde även att elittränarna kunde relatera till de erfarenheter som de delade, samt ifrågasätta sig själva, andra viktiga funktioner som har saknats inom formella utbildningar (Hodgson m.fl., 2017; Streat m.fl., 1997). Genom att presentera preliminära resultat av elitidrottarens och elitidrottarens tal om hållbarhet skapades viktig input för elittränarna för att kunna arbeta för en mer hållbar elitidrott, då hållbarhet skapas genom delaktighet och processer som baseras på idrottarnas syn på deras idrottande (Barker m.fl., 2014). Elittränarna enades om att erfarenhetsutbytet mellan dem inte var tillräckligt för deras komplexa uppdrag, då de saknade den pedagogiska, fysiologiska och psykologiska kunskap som de upplevde relevant för elitidrottarnas hållbarhet. Denna process kan ses som ett steg mot en mer hållbar elitidrott då de genom reflekterande och med konsensus kom fram till att detta var en möjlighet som kunde bidra till nya sätt att resonera om viktiga erfarenheter för att bryta mönster (Peters & Wals, 2013).

Sociala-politiska arrangemang synliggjorde hur elittränarnas samarbete och erfarenhetsutbyte begränsades (jmf. Kemmis m.fl., 2014). Mötena var inte accepterade som en praktik för elittränarnas professionella utveckling av föreningarna och inte en del i

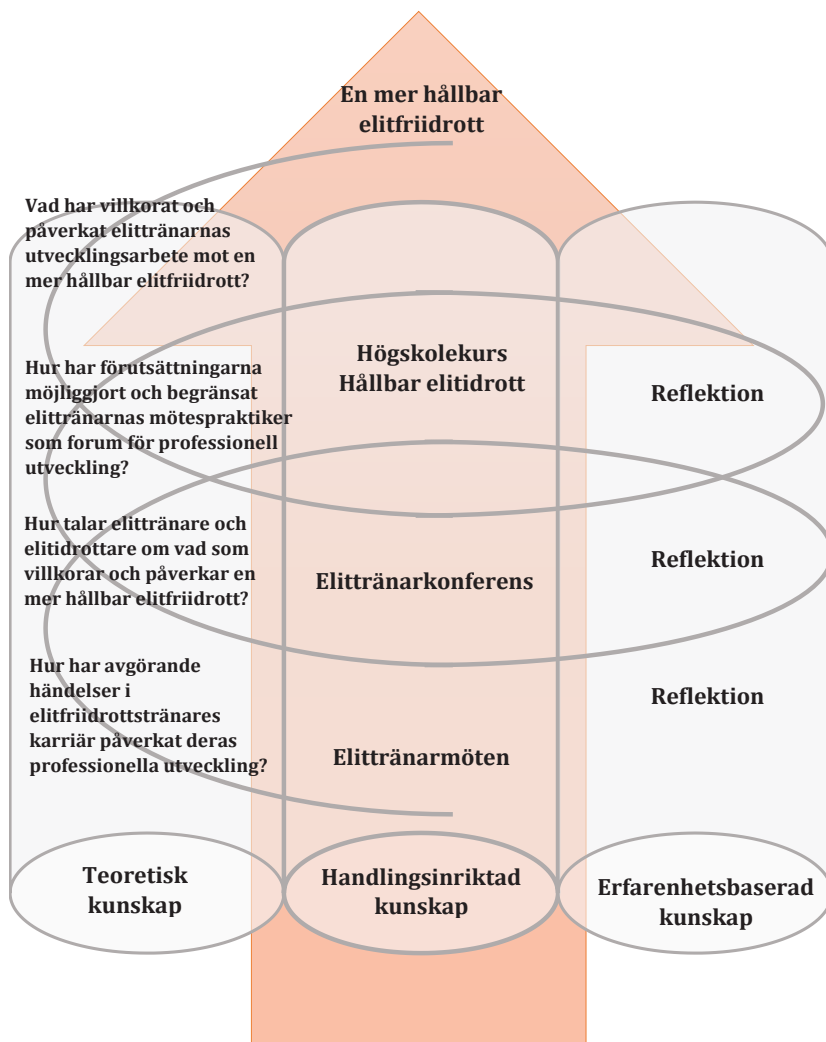
elittränarnas arbetsbeskrivningar. Detta trots att det informella lärandet tillsammans med andra elittränare dominerar elittränarens professionella utveckling (Erickson m.fl., 2008; Irwin et m.fl., 2004). GFIF och elittränarna förankrade heller inte syftet med mötespraktiken hos föreningarna. En djupare förankring genom bättre interaktion mellan elittränarna och föreningarna från start skulle ha kunnat bidra till bättre förutsättningar för elittränarna att skapa mer hållbara elitfröidrottspraktiker (jmf. Wals & Jickling, 2002).

Resultatet från delstudie III visar på hur den organiserade mötespraktikens arrangemang både möjliggjorde och begränsade deras professionella utveckling. Analysen av resultatet i sin helhet, hur praktikerna samverkar, visar också på hur olika arrangemang möjliggjorde och begränsade en mer hållbar elitidrott och synliggör teoretiska och analytiska slutsatser (jmf. Henning Loeb m.fl., 2019).

Praktikernas sammanhang

I denna del av kapitlet beskrivs vad som påverkat elittränarnas utvecklingsarbete och svarar därmed på forskningsfråga 4; Vad har villkorat och påverkat elittränarnas utvecklingsarbete mot en mer hållbar elitfröidrott? Utifrån teorin om praktikarkitekturer och praktikers samspel som analytisk lins synliggjordes kopplingar mellan praktiker som bidrog till att öka förståelsen för hur praktiker påverkar och påverkas av varandra, samt hur de möjliggör och begränsar utvecklingen av en mer hållbar elitfröidrott.

Forskningsprojektet innebar att jag blev delaktig i elitfröidrottstränarnas arbete. Det innebar en emancipatoriskt ansats med teoretisk kunskap, erfarenhetsinriktad kunskap och handlingsinriktad kunskap (Carr & Kemmis, 1986). Den teoretiska kunskapen var vetenskapligt grundad och bestod av teorier, metoder, analyser, granskning och rapportering. De handlingsinriktade och erfarenhetsbaserade kunskaperna var praktikgrundad och bestod av erfarenhet, kreativitet, förtrogenhet, konkreta situationer och aktioner (se figur 9).



Figur 9. En modell över processen i aktionsforskning i studien.

Jag som forskare deltog i tränarnas mötespraktik och bidrog med teoretisk kunskap genom forskning i och om friidrottspraktikerna. Elittränarna reflekterade tillsammans och det fanns ett stort stöd från GFIF att genomföra aktiviteter för att ge stöd till elittränarnas mötespraktik, framförallt visade sig detta genom initiativet från GFIF att genomföra forskningen. Stödet från förbundet var viktigt, då skiftet av hur elittränarna talade möjliggjorde att praktikens

arrangemang skapade nya förutsättningar för elittränarnas professionella utveckling (Kemmis, 2009). GFIF gav inte bara möjlighet för elittränarna att kunna träffas regelbundet, utan de var även ansvariga för att organisera möten och konferenser. Forskningsprocessen bidrog till att GFIF anordnade en konferens som kan ses som en kombination av formell och informell utbildning (Cushion m.fl., 2010). Detta kan likna den form av utbildning för friidrottstränare som tar tillvara på gedigna erfarenheter och samtidigt skapar forum för kritik och mer utmanande ifrågasättande genom teoretisk kunskap (Fahlström m.fl., 2013). Elittränarkonferensen blev, på elittränarnas önskemål, ett återkommande event i GFIFs årsplanering och genomförs i samband med friidrottens försäsong. Detta stöd från förbundet bidrog direkt till en förändringsprocess och bekräftar hur positivt stöd från andra praktiker formar varandra (Kemmis, 2014).

En annan del av stödet var GFIFs samverkan med Göteborgs universitet, som bidrog med en högskolekurs för elittränarna. Denna samverkan gav möjlighet för formell professionell utveckling i hållbart elitidrottande och visar på hur olika praktiker i friidrotten påverkar och påverkas av varandra (Mahon m.fl., 2017). I detta fall möjliggjorde GFIF att elittränarnas mötespraktik fick nödvändiga resurser för att kunna förbättra praktiken som forum för professionell utveckling (Nash & Sproule, 2012; Werthner & Trudel, 2006). Den formella utbildningen möjliggjordes och begränsades av materiella-ekonomiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014). Förutsättningarna för att starta kursen möjliggjordes genom att elittränarna både föreslog och hade ambitionen att delta. När kursen startade var det dock bara åtta av elittränarna som var anmälda. På plats under kursen deltog endast fyra av elittränarna. Ytterligare fyra tränare deltog men de hade elitstatus och hade inte varit delaktiga i utvecklingsprojektet. När kursen efter ett halvår examinerades var det ingen av elittränarna som examinerades. Trots att kursen startade på begäran av elittränarna fanns det stora begränsningar för dem att delta. Dels ansåg elittränarna att det var svårt att prioritera bort tid från elitidrottarnas träning, dels ansågs utbildningen som en belastning på elittränarnas tid. Detta visar på hur arrangemangen i den fysiska dimensionen begränsade elittränarnas professionella utveckling då tiden och

platsen för möten och reflektioner påverkar möjligheten för alla att träffas. Ett annat exempel är att arrangemangen villkorar gemensamma utbildningsaktiviteter. För att alla ska kunna delta oavsett anställnings-, tränings- och tävlingsnivå och erfarenhet finns det behov av att påverka och förändra dessa arrangemang (jmf. Kemmis m.fl., 2014).

Det var dock inte bara materiella-ekonomiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014) så som tid som var begränsande för elittränarnas professionella utveckling. Trots att projektet initierades av GFIF fanns det inget forum att diskutera och hantera professionell utveckling och erfarenhetsutbyte mellan GFIF och föreningarna. Föreningarna gav heller inte alltid möjlighet för elittränarna att delta i elittränarnas mötespraktik. Sociala-politiska arrangemang (Kemmis m.fl., 2014) begränsade också elitfriidrottspraktikerna, då det heller inte fanns någon dialog mellan föreningar och elittränarna att diskutera och reflektera över gemensamma åtgärder i syfte att skapa bättre förutsättningar för en mer hållbar elitfriidrott. En begränsning för utvecklingen av en mer hållbar elitidrott var avsaknaden av ett forum för föreningarna att delta i och lyssna på tränarnas idéer. Ett forum med möjligheter till dialog kan också bidra till förståelse för elittränarnas moraliska dilemman och hur strukturer begränsar moraliskt och etiskt ställningstagande (Hardman m.fl., 2010; Jones, 2015). Här framkommer vikten av att alla intressenter samverkar för hur organisation av elittränarna och elitidrottarnas roller och samverkan ska struktureras (se exempelvis Langelotz, 2017). Det visar på att förståelse och förändring av sägandet, görandet och relaterandet är viktigt då det möjliggör och formar självförståelse och meningsskapande i elitfriidrottspraktikerna (se exempelvis Kemmis, 2009).

Elitidrottarnas ekonomiska villkor (och elittränarnas ekonomiska ersättning) var beslutade av GFIF, vilket återigen visar på hur förutsättningarna för elittränarnas gemensamma praktik även begränsades av förutsättningarna för en annan praktik (Kemmis m.fl., 2014). Eftersom elitidrottarnas resultat även gav elittränarna status som elittränare blev elitstödet också en begränsning för att kunna arbeta mot en mer hållbar elitidrott. Fokus blev på att bemöta elitidrottarnas krav på snabba resultat, vilket är ett tydligt fokus på

marknadsperspektiv (Barker-Ruchti m.fl., 2014). En mer hållbar elitidrott kräver istället en individanpassning där elittränarna kan fokusera på idrotten som en social praktik och främja holistisk utveckling över tid (Mallett m.fl., 2016). Elittränarna diskuterade ofta organisatoriska förändringar som de upplevde kunde förbättra verksamheten. Det fanns däremot ingen dialog med föreningarna om detta utanför elittränarmötena och elittränarnas idéer blev därför sällan hörda av föreningarna. För att göra elitidrotten mer hållbar behövs en tydligare demokratisk struktur, där alla kan göra sin röst hörd (Wals & Jickling, 2002). Det fanns heller inte något mandat för elittränarna att göra några organisatoriska förändringar, och heller inga forum för att ta upp eller diskutera elittränarnas idéer. Detta visar på en avsaknad av deltagarstyrning och självbestämmande, vilket begränsar arbetet av en hållbar elitfridrott (jmf. Wals & Jickling, 2002).

Vidare valde elittränarna även att fokusera på elittränarens roll, och kom med förslag att omvärdera elitstatusen så att den baserades på deras erfarenhet och utbildning, snarare än elitidrottarnas resultat. Detta förslag gick vidare till GFIF för en noggrannare granskning och utvärdering. Granskningen gjordes av GFIFs styrelse som sedan återkopplade till GFIFs kansli. Däremot uteblev någon konkret förändring. Utvecklingsprocessen, utifrån reflektioner och erfarenhetsutbyte i elittränarnas mötespraktik, gav genomslag på andra praktiker genom att elittränarnas förslag på förbättringar togs upp i andra praktiker. Däremot fanns ingen samsyn på vad och varför dessa förändringar skulle ske, vilket har stor betydelse för förändringsprocessen i elitfridrottspraktikerna (jmf. Kemmis m.fl., 2014). Då det saknades ett samspel mellan elittränarna och föreningarna fick inte vissa av förslagen genomslag under tiden som aktionsforskningen genomfördes, trots att de för elittränarna ansågs viktiga och relevanta. Samspelet om förutsättningar för elittränarnas professionella utveckling uteblev och begränsade arbetet mot en mer hållbar elitidrott. Detta då praktikernas samspel i frågan om förutsättningar och behoven inte tillgodosågs, vilket kan vara avgörande för att förstå möjligheter och begränsning i praktikerna för att skapa förändring (Edwards Groves & Rönnerman, 2013).

När det gäller frågan om de ekonomiska elitbidragen var det GFIFs styrelse som tog beslut om förbundskansliet skulle utveckla, revidera eller ändra dessa. För att styrelsen skulle ta ett sådant beslut krävdes att föreningarnas representanter gav detta som förslag eller godkände styrelsens förslag om revision. Dock uteblev dialogen mellan föreningar och elittränarna. Det fanns däremot en dialog mellan GFIFs kansli och styrelse, där GFIFs kansli rapporterade till styrelsen om projektet. Emellertid blev det ingen kontinuitet i rapporteringen då organisationen förändrades, personer avslutade sina tjänster samt att styrelsemedlemmars uppdrag var tidsbegränsade. Detta påverkade elittränarnas professionella utveckling att skapa en mer hållbar elitidrott, då en utebliven dialog med föreningarna begränsade elitfridrottspraktikerna att göra de förändringar som elittränarna tyckte var nödvändiga inom ramen för aktionsforskningen.

Det etablerades däremot en dialog mellan mig och GFIFs kansli under de sista åren under utvecklingsprojektet. Denna dialog handlade om delstudiernas resultat för att skapa förståelse för hållbar elitidrott. Utifrån resultatet av utvecklingsarbetet har det också påbörjats en förändringsprocess och på GFIFs hemsida i april 2020 går det att läsa:

Till 2021 kommer Elitstödet utformning justeras ytterligare, utifrån den översyn som pågått under 2018-19 för att hamna i linje med Svensk Friidrotts mål och forskningsresultaten kring Hållbar Elitmiljö. I korthet kommer stödet vara mer långsiktigt, mot internationell nivå, och kopplat till prestationsnivå för de aktiva. För tränarna kommer en koppling mot tjänst och tränarutbildning att införas succesivt.

Detta bekräftar ett skifte av fokus, bort från fokus på marknadsperspektiv. Istället har fokus riktats mot långsiktighet. Resultatet kan ses som ett skifte mot en mer hållbar elitfridrott och som utgår från elitidrottare och elittränares egna problemställningar från deras vardag.

Denna avhandling visar att förändring inom elitidrottspraktiker är komplext. För att en förändring ska ske krävs engagemang och ansvar från samtliga individer i praktikerna för att gå emot normer som inte bidrar till hållbarhet. Det krävs också kunskaper och

förståelse för vad hållbarhet innebär och samt en gemensam riktning för mer hållbara praktiker. Den visar också på hur samverkan mellan forskare, elittränare, elitidrottare och idrottsförbund kan möjliggöra hur nya idéer, nya sätt att arbeta och nya sätt att relatera bidrar till förändring som kan skapa mer hållbara elitfriidrottspraktiker.

7. Metodkritik och etiska aspekter

Metoddiskussion

Aktionsforskning innebar att prova eller att göra (aktioner), vilket återspeglar samspel mellan mitt systematiska forskningsarbete och praktiken. Det har också varit centralt i avhandlingen, då den utgått från frågeställningar med utgångspunkt i den specifika kontexten. Det innebär att aktionsforskning är kontextberoende och slutsatserna förklarar och redovisar det specifika sammanhang där forskningen har genomförts. Med denna utgångspunkt kan detta innebära att överförbarheten är låg (Fangen, 2005). Trots att detta inte var syftet med avhandlingen, då uppdraget var att undersöka en specifik friidrottsspecifik kontext, finns det möjlighet att göra mer generella slutsatser av resultatet som kan överföras till elittränare inom andra kontexter (Fangen, 2005), med andra ord kan överförbarheten vara hög (Graneheim & Lundman, 2004). Aktionsforskning som ansats i avhandlingen bidrog till att elittränare engagerade sig i forskningsprocessen och delade erfarenheter som inte bara gynnar dem själva utan även andra friidrottstränare och idrottspraktiker (se exempelvis Cargo & Mercer, 2008; Chinn, 2007).

Aktionsforskningen genomfördes i ett idrottsförbund, vilket innebar en låg grad av förutsägbarhet och en hög grad av osäkerhet, då forskningen växte fram genom reflektioner och aktioner. För att lyckas förändra och stärka praktikerna i positiv riktning har det varit viktigt att jag har kunnat hantera osäkerheten i utvecklingsprojektets process och konflikter som har uppstått under processen (Hekkinen, Huttunen, Syrjälä, & Pesonen, 2012). Genom kontinuerliga samtal med mina handledare, som också har hanterat materialet konfidentiellt, har jag fått nödvändigt stöd för att navigera i metodologiska ställningstagande och planeringen för delstudierna.

Min roll som forskare var tydligt uttalad och alla var medvetna om min närvaro och min erfarenhet vilket kan ses som är en styrka för aktionsforskningens genomförande (Higginbottom & Liamputtong, 2015). Min förförståelse om elitidrott har stor betydelse för trovärdigheten i resultaten. Med stor förförståelse finns dock risk att forskarens subjektivitet begränsades till att inte allt uppmärksammas eller belysts i tillräcklig grad. Däremot kan för lite förförståelse om den studerade praktiken begränsa tolkningar och analys. Jag hade dels med mig erfarenhet från likande miljöer med mina tidigare erfarenheter som elittränare (fotboll), samt att jag utvecklade min förförståelse över tid som projektet genomfördes. Men på samma sätt som denna erfarenhet gav mig tillträde till fältet kan den ha begränsat vad jag såg eftersom det är välbekant. I avhandlingen baseras dock mina erfarenheter från en fotbollspraktik vilken skiljer sig från en friidrottspraktik. Detta visar på reflexivet och på så sätt balanserades min förförståelse i takt med att forskningen producerade. Forskningen är däremot inte enbart genomförd av mig. Delstudierna har författats ihop med mina handledare, alla tre med meriterad erfarenhet inom sina forskningsfält (idrottsvetenskap och pedagogik). Med stödet av de andra forskarna skapades medvetenhet om kritiska aspekter och kritiska förhållningsätt till min egen relation till praktiken samt studiernas resultat. Trovärdighet skapades också utifrån att de inblandade forskarna var medvetna om att deras involvering i praktiken kan skapa maktobalans i relationer samt orsaka konflikter när deltagare gör sin röst hörd. De forskare som deltagit har också tagit hänsyn till alla delaktiga elittränare och elitidrottares reflektioner och svar med ett empatiskt-, respektfullt- och lyhört förhållningsätt för att uppnå trovärdighet (Higginbottom & Liamputtong, 2015).

Mina teoretiska ramverk och begrepp i avhandlingen ökade förståelsen för vad som skedde i praktiken, och gav en ytterligare möjlighet för att skapa förståelse för vad som skett i praktiken, samt hur praktiken förändrades och utvecklades. Det bidrog även till att inte metoden tog överhand av utveckling i praktikerna (Rönnerman, 2018). Genom att använda olika teoretiska begrepp och ramverk skapades också en större trovärdighet i forskningen. Teorin om praktikarkitekturer och praktikers sammanhang fungerade både som

ett praktiskt och analytiskt verktyg som satte förändringsprocesserna i fokus. Detta bidrog till ett mer objektivt förhållningsätt i strävan att studera vad som skett under utvecklingsprojektet, då fokus har varit på utforska praktikerna utifrån sägande, görande och relaterande. Teorin bidrog också till att jag som forskare har kunnat förhålla mig kritiskt och kunnat reflektera över de förändringar som jag själv har varit delaktig i. Genom att teoretisera begrepp och utforska professionell utveckling och förståelse av hållbarhet med ytterligare teorier har resultatet fått en ökad stringens, vilket hjälpt mig för att kunna nyansera och reda ut komplexiteten (Tracy, 2010). Detta har också bidragit till högre tillförlitlighet genom att minska mina subjektiva värderingar i analyser och diskussioner (Tracy, 2010).

För att skapa robusthet, giltighet och tillförlitlighet redovisas datainsamlingen och analysen med detaljerade dokumentation av olika steg, reflektion och redovisning av beslut som har lett forskningen framåt. De olika insamlingsmetoderna har också möjliggjort förutsättningar att förhålla mig kritisk till min roll (Kemmis, 2014). Metoderna har olika utgångspunkter och tillsammans kompletterar dessa varandras brister. Loggboken som är skriven utifrån observationer redovisas dock inte fullt ut och i sin ursprungliga form för att inte sprida känslig information och skydda respondenterna (Bjørndal, 2018). De som observeras kan också ha en tendens att förändra beteendet när de vet om att de bli observerade (Tomlinson, 2010). Det är också viktigt att påpeka att under observationerna så ser jag vad individerna gör, inte varför de gör det, vad de tänker samt att värdet av vad de gör är något som jag upplever själv (Bjørndal, 2018).

Då urvalet av elittränare och elitidrottare kommer från en specifik kontext kan urvalet ses som begränsat i den mån att elittränare i Sverige och specifikt inom fröidrotten är relativt litet. Det är också en svaghet att det är få kvinnliga tränare i projektet, vilket gör att resultatet speglar manliga tränares norm. Orsaken till detta är rimligtvis de strukturella förhållandena som råder inom idrott, där organisationens struktur, traditioner och maktförhållanden domineras av en manlig norm (Larsson, 2001).

De semi-strukturerade intervjuerna som gjordes med elittränarna kompletterades med öppna frågor för att minska min egen påverkan

som intervjuare. Intervjuernas längd har också möjliggjort en djupare förståelse för svaren som bidragit till tillförlitlighet. Min egen delaktighet i praktikerna samt min erfarenhet av elitidrott har också skapat en mer nyanserad kunskap om området.

Fokusgruppsintervjuerna med elitidrottarna var delvis små fokusgrupper vilket innebär är det finns utrymme för alla respondenterna att komma till tals (McLafferty, 2004). Med större grupper är det dock viktigt att möjliggöra att alla kommer till tals då det kan skilja på deltagarnas engagemang att diskutera vissa teman (White, Dangerfield II, & Grieb, 2019). För att möjliggöra detta deltog både moderator och observatör i fokusgruppsintervjuerna.

Det ska dock påpekas att varken föreningarna eller elitidrottarna var tilltänkta att inkluderas från start. Över tid valde vi att inkludera elitidrottarna för att ge mer stöd åt elittränarna att reflektera över hållbara förändringar. Däremot fanns inte utrymme att inkludera föreningarna mer i avhandlingen. Dels för att behålla ett tydligt fokus på elittränarna och deras professionella utveckling, dels för att föreningarna som praktik är mer komplext. Det finns flera olika föreningar där alla har olika förutsättningar i förhållande till personal och organisation. Utifrån detta går det att resonera om att det inte är en nackdel att föreningarna inte är inkluderade, utan snarare än fördel att elitidrottarna har blivit involverade då avhandlingen syfte har ett tydligt tränarskapsfokus.

Etiska överväganden

Forskningsprojektet är godkänt av regionala etikprövningsnämnden vid Göteborgs universitet, Dnr 875-15. I godkännandet inkluderas delstudierna med elittränarna och elitidrottarna. Styrkan i att deltagarna engageras i forskningen är att samla kunskap och tillsammans hitta meningsfulla lösningar i relation till problem som är formulerade utifrån deltagarnas erfarenheter (Higginbottom & Liamputtong, 2015). Deltagarna i forskningsprojektet kan därför inte vara anonyma då metoden inkluderar deltagarna i den dynamiska process som aktionsforskning innebär (Herr & Anderson, 2005). Elittränarna som deltagit i aktionsforskningen har i stor utsträckning varit delaktiga i hur aktionsforskningen genomförts och har aktivt

kunnat välja när och hur projektet ska fortlöpa, det vill säga en demokratisk relation (Nolen & Putten, 2007). Elittränarna har informerats muntligt och gett skriftligt samtycke om deras deltagande i forskningsprojektet. Även vid individuella intervjuer med elittränarna och under fokusgrupperna med elitidrottarna har samtliga fått information muntligt och gett skriftligt samtycke (bilaga 5 & 6). Samtliga elittränare har även fått ta del av skriftliga rapporter och möjlighet att läsa igenom de transkriberade intervjuerna som de medverkat i. En av elittränarna valde att läsa igenom transkriptet från sin enskilda intervju utan att anmärka på texten. Elittränarnas arbetsmetoder och träningsupplägg har skyddats och endast brukats i den grad som tränarna tillåtit. För att säkerställa att ingen utomstående identifierar vem som har sagt vad, har jag försökt förhålla mig till resultatet med stor försiktighet att inte riskera personliga olägenheter. Analyser och bilagor är också sparsamt redovisade för att skydda deltagarna och behandla deltagarnas uttalanden konfidentiellt. Elittränarna har varit med helt frivilligt och har haft möjlighet att när som helst avsluta samarbetet utan särskild förklaring och utan att det får några konsekvenser för deras situation som elittränare inom GFIF. Jag har också varit medveten om det förtroendet som jag fått av elittränarna att sortera information och redovisa deras berättelse. Jag har varit medveten om de etiska dilemman som kan uppstå av att jag har fått ta del av information som kan stärka den vetenskapliga relevansen men riskerar att äventyra deras ställning som elittränare eller deras respekt bland sina tränarkollegor. Jag har i varje situation stävat efter att inte äventyra den enskilda elittränarens roll. Jag har också strävat efter att skydda deltagarna genom att inte beskriva deras enskilda bakgrunder individuellt, utan istället givit en mer generell beskrivning av elittränarnas bakgrund. Trots att en mer detaljerad bakgrundsbeskrivning kan berika forskningen har de etiska aspekterna av att inte exploatera elittränarna vägt upp för bristen i bakgrundsrapporteringen. Jag har varit anställd som samverkansdoktorand, vilket innebär att jag har varit anställd på GFIF, och gått min forskarutbildning på Göteborgs universitet. Min roll har varit tydlig, och det har aldrig funnits några krav, uppdrag eller

indikationer från min arbetsgivare som skulle kunna äventyra forskningsetiska principer.

Alla respondenter informerades att producerade data endast kommer användas för forskningsändamål. Forskningen presenteras genom att behandla deltagarnas uttalanden konfidentiellt vid publicering av resultat. Nackdelarna av att inte kunna garantera total anonymitet, ställs mot fördelarna av individuell utveckling och att ansvarig forskares medvetenhet av riskerna kan mildra den eventuella exponeringen av deltagarnas identitet. Vidare har Vetenskapsrådets forskningsetiska principer; informations-, samtyckes-, konfidentialitets- och nyttjandekravet följts (Vetenskapsrådet 2012).

8. Konklusion och implikationer

Resultatet visar på flera möjligheter för elitfriidrotten att skapa en mer hållbar elitidrott. En stor fördel är elittränarnas samverkan som ett naturligt inslag i elitfriidrottspraktikerna. Elittränarnas öppenhet att dela med sig av erfarenheter, reflektera och diskutera är alla viktiga för att innovativt förändra elitfriidrotten i en mer hållbar riktning. Utvecklingsprojektet visar också att det finns stora möjligheter för ännu tätare samarbete mellan de olika praktikerna i friidrotten, där elittränarna kan bana vägen med sina erfarenheter att reflektera och samverka.

En slutsats är att elittränares karriärskapande, i syfte att göra idrotten mer hållbar genom deras professionella utveckling, möjliggörs (och även begränsas) av andra praktikers arkitekturer. Utvecklingsarbetet visar visserligen på att enskilda insatser påverkar karriärskapandet, men för att få en förändring som är innovativ och bryter mönster så krävs delaktighet, samverkan och konsensus från alla elitidrottens aktörer.

Begreppet hållbarhet visar sig innebära att elittränarna tillsammans med elitidrottarna navigerar mellan resultatfokus, och fokus på idrottens sociala relevans och den holistiska utvecklingen. För att nå detta i elitfriidrottskontexten fanns det behov av att elittränarna kombinerar ett omsorgsfullt förhållningsätt med ett ansvarstagande att samtidigt fokusera på den långsiktiga utvecklingen och inte riskera elitidrottarnas framtida hälsa och välbefinnande.

Resultatet från avhandlingen visar också att hållbarhet som process är beroende av att elittränare utvecklar sin förmåga att kritiskt reflektera för att frånga normer. Detta då det finns strukturer som begränsar både elitidrottare och elittränare att fokusera på långsiktiga perspektiv. Vissa av dessa strukturer var att elittränares status var beroende av elitidrottarnas prestationer, otrygga anställningsvillkor och avsaknaden av strukturer för elittränarnas professionella utveckling. En annan av dessa strukturer var också, enligt elitidrottarna, att de ekonomiska strukturerna enbart var gynnsamma

utifrån kortsiktiga resultat. Detta gjorde att flera av elitidrottarna åsidosatte långsiktiga perspektiv för att istället satsa kortsiktigt med risk för både hälsa och välbefinnande. Hållbarhet inom elitidrott visar sig därför vara beroende av idrottens helhet, snarare än individen. Elitidrotten är därför i behov av att skapa stödstrukturer för att hjälpa elitidrottare i deras dubbla karriärer då en god balans mellan elitidrott och antingen arbete eller studier skapar nödvändiga förutsättningar att bättre hantera prestation, hälsa och återhämtning. Elitidrotten har också ett behov av att skapa strukturer för elittränares professionella utveckling över tid och ge möjlighet för elittränare att skapa nätverk och interagera med andra elittränare på kontinuerlig basis, utanför nationella och internationella tävlingar. Det är också viktigt att möjliggöra bredare samarbete mellan elittränare, elitidrottare, föreningar och förbund för att skapa nya innovativa sätt att utbilda och utveckla elittränare och elitidrottare.

Nedan sammanfattas de mest synliga möjligheterna för en mer hållbar elitfridrott i Göteborg:

- Elittränarnas samverkan var en daglig praktik för många elittränare. Det fanns en stor öppenhet hos elittränarna att dela med sig, reflektera och diskutera. Det finns också stora möjligheter till ännu bättre samarbete mellan elittränarna då de var vana att reflektera och dela erfarenheter.
- Elittränarnas drivkraft och vana att själva söka kunskap samt deras kritiska tänkande gav möjlighet till nya innovativa utbildningsformer.
- Elittränarnas omsorgsfulla förhållningsätt hade stort fokus på elitidrottarnas personliga utveckling, deras hälsa och välbefinnande.

Under utvecklingsprocessen framgick också begränsningar för hållbara lösningar. Det går idag inte att svara på huruvida detta hade varit bra eller möjliga lösningar. Däremot, med hjälp av analysen om

elitfriidrottspraktikerna uppenbarade sig tydliga begränsningar för en hållbar elitidrott i friidrottskontexten. Dessa sammanfattas nedan:

- Rådande strukturer med direkt ekonomiskt stöd för resultat och prestationer gjorde att elitidrottarna oftast försummade hälsoperspektiv och utsatte sig för skaderisker för att nå kortsiktiga prestationer. Det ekonomiska stödet var direkt resultat-orienterat, vilket skapar en begränsning för elitidrottare att ha ett holistiskt perspektiv på sitt idrottande.
- Otrygga anställningsvillkor hindrade elittränare att fokusera på individers enskilda behov och blev därmed en begränsning att skapa en mer hållbar idrott.
- GFIF och föreningarna saknade forum att diskutera och organisera utbildning för elittränarna.
- Avsaknaden av utbildning för elitidrottarna i relation till deras autonomi och egna målsättningar.
- Avsaknaden av dialog mellan föreningar och elittränarna att delta och diskutera gemensamma åtgärder för utbildning och samverkan mellan elittränare. Då det inte fanns någon gemensam förståelse eller överenskommelse om elittränarnas roll och krav, fanns heller inga uttalade riktlinjer för elittränarnas professionella utveckling, eller hur den skulle ske.

Avhandlingen visar också på hur praktikinära forskning genom aktionsforskning skapar förutsättningar för att förstå en unik kontext, samt vad och varför förändring sker (alternativt inte sker). Genom att jag i avhandlingen har utforskat praktikers arkitekturer och sammanhang skapas en förståelse för hur deltagare kan se på sina praktiker på ett nytt sätt. Avhandlingen visar att aktionsforskning kan fungera som en grund för professionell utveckling, genom att forska med (inte på) deltagare i en specifik praktik. Den visar också på att olika teoretiska perspektiv och begrepp kan kombineras för att förstå

komplexa praktiker och dessa sammanhang, och både belysa bredare perspektiv som strukturer och hållbarhet, men även individuella perspektiv så som elittränares karriärsskapande och professionell utveckling.

Avhandlingen bidrar också till att belysa hur delaktighet genom praktisknära forskning möjliggör att deltagarna själva formar insatser för sin professionella utveckling i komplexa praktiker. Detta ger goda förutsättningar för vidare forskning av professionell utveckling i komplexa och oförutsägbara praktiker.

Resultatet visar på att aktionsforskning kan skapa förändringar inom relativt stora idrottssammanhang. Detta kan därför bana vägen för fler aktionsforskningsprojekt inom idrottsforskning och idrottsvetenskap i syfte att förändra och bryta negativa normer. En viktig slutsats är att hållbarhetsprocessen i elitidrottspraktiker är beroende av praktikers samverkan. Det finns därför ett behov av att utforska föreningars perspektiv på möjligheter och begränsningar för en mer hållbar elitidrott. Det finns dock ingen uppföljning på hur elittränarna har fortsatt arbeta med sin professionella utveckling eller betydelsen av utvecklingsprojektet för deras framtida karriär inom tränaryrket. Detta, tillsammans med avsaknaden av kvinnliga tränare möjliggör dock intressanta frågeställningar till fortsatt arbete och framtida forskning.

Summary

This thesis explores the conditions for sustainability in elite athletics practices. The thesis focuses on coach's professional development and is carried out in collaboration with coaches. The thesis was based on an action research project in a collaboration between the University of Gothenburg and the Gothenburg Athletics Association (GFIF), with a focus on the coaches' professional development and sustainability in sport.

Introduction

The starting point for this research was to explore the development of elite athletics practices towards creating better conditions to reduce the negative consequences for elite athletes. At both the national and international level, a career in elite sport is characterized by injuries and ill health (Jacobsson, 2013b; Tyflidis et al., 2012). Research shows that greater collaboration is needed between coaches, sports associations, federations, researchers, and medical staff to reduce injuries (Jacobsson, 2013b).

Coaching athletes includes both developing them physically and mentally and guiding a continuous process that enables the athletes to balance healthy training and performance development so that the athletes can meet the demands of elite sports (Côté et al., 2007; Martindale et al., 2005). Therefore, coaches need to create balance in training and competition and need long-term planning (Jones et al., 2010; Martindale et al., 2005). Coaches not only need knowledge of physiology, exercise theory, and performance, but also knowledge of how to create an environment where athletes can develop both as athletes and as human beings (Cassidy et al., 2015; Henriksen et al., 2010; Lindgren & Barker-Ruchti, 2017).

Research shows that new innovative collaborations are needed to meet the challenge of keeping athletes free of injuries, focusing on athletes' health and well-being, and helping them perform at their best (Jacobsson, 2013a; Plateau et al., 2014; Raysmith & Drew, 2016). In

order for coaches to cope with the complex and unpredictable challenges of their profession, they need to gain knowledge about sustainability in elite sport. However, there is a lack of research on how coaches' career creation affects their professional development and how these aspects are enabled and constrained by structures in elite sports practices.

In this thesis, I have used an action research approach. This approach is based on the conditions of the practice and the questions that arise in practice (Carr & Kemmis, 1987). Such research enables the exploration of sustainability in elite sports in the unique context in which elite sports are conducted. Coaches have contributed to the research process by combining their practical knowledge with theoretical knowledge. This approach has enabled the coaches' professional development process to be based in their practice and includes how they prioritize and navigate the training of their athletes in order to develop a more sustainable elite sport.

The action research in this thesis was made possible by the coaches' willingness to participate and their ambition to participate in a project with the goal of changing the practices. This has been done by reflecting together with coaches on new innovative ways of understanding and changing practices. In other words, this approach focuses on coaches' professional development.

Purpose and research questions

This research explores the conditions for coaches' professional development in order to develop a more sustainable elite sport. Furthermore, this research aims to describe and problematize the coaches' development work towards a more sustainable elite sport within Gothenburg athletics. The thesis addresses four research questions; How do turning points in a coach's career impact professional development? How do coaches and athletes talk about what conditions and influences sustainability in elite athletics? What enables and constrains coaches' meeting practices in relation to professional development? What influences the development work of coaches towards more sustainable elite athletics?

SUMMARY

Theoretical framework

The overall theoretical framework of this thesis is based on practice theory and specifically the theory of practice architectures and ecologies of practice (Kemmis et al., 2014). The theoretical framework also relies on the theory of careership, sustainability as a theoretical concept, ethics of care, and practical wisdom.

The theory of practice architectures and the ecologies of practice serve as the overriding theories for answering the purpose and the questions that concern change during the action research process. The theory of careership, sustainability as a theoretical concept, as well as the theory of ethics of care and practical wisdom create a framework for answering the questions that directly concern coaches' professional development and sustainability in elite sports.

The theory of practice architectures shows what happens in practice when trying to understand what enables and constrains change, which contributes to the theoretical, analytical, and transformative perspectives in professional development (Mahon et al., 2017). By analyzing what happens in practice and identifying arrangements for practitioners, new questions about development and change can be explored (Mahon et al., 2017). This creates an understanding of the practice's potential for change through the participants' own understanding and conditions (Kemmis et al., 2014). The social interaction consists of saying, doing, and relating in practice (Henning Loeb et al., 2019; Kemmis et al., 2014). Therefore, a change in a practice takes place in a shift in how the interaction is constituted (Kemmis, 2009). A shift in how the participants talk about and act in practice changes how the participants relate to each other in practice (Kemmis, 2009).

Hodkinson and Sparkes' (1997) sociological theory of careership focuses on the metaphor of turning points. This theoretical starting point is used to understand which turning points and routines have previously affected the coaches' career and influenced their professional development. The starting point has a cultural perspective that considers both the socio-cultural context and the individual's characteristics.

Sustainability is a theoretical concept that implies a vision of sustainability that is negotiable and dynamic (Wals & Jickling, 2002).

This means a negotiation between two orientations that show the extremes of elite sports. These orientations are a sport as commodity and sport as community (Barker-Ruchti et al., 2014). The sport as commodity orientation focuses on authority, efficiency, results, and athletic progression, whereas the sport as community is characterized by a focus on process, athletes as human beings, and individual needs. These characteristics refer to elite sport stakeholders' focus on responsibility, respect, and diversity, attitudes that offer elite sport the potential to become more sustainable.

Nodding's (1986) ethics of care is a relationship-based theory used to shed light on the relationship between coaches and athletes. A well-established ethics of care among coaches affects the possibility of creating a more sustainable elite sport. This includes creating a good development climate, meeting each individual's needs, and developing morals and ethics (Jones, 2009).

Practical wisdom can be described as the ability to reflect and act based on experience to do good for good causes (Flyvbjerg, Landman, & Schram, 2012). Practical wisdom is an important attribute for coaches in the process of being able to make moral decisions (Purdy et al., 2016), which can enable a more sustainable elite sport.

Methodology

By using an action research approach in the thesis, both theory and practice are in focus. The action research aims to develop aspects of a practice, an understanding of the practice, and an understanding of the contexts in which the practice is part of (Carr & Kemmis, 1986). Overall, the action research process is often described as a spiral progression where action, observation, and reflection take place in a process. First, a problem is identified and then an action is carried out. Next, a change occurs based on a plan addressing the participants' previous experiences and knowledge. The action is followed by observations that explore what is happening. Finally, participants reflect and evaluate the action to begin a new spiral process (McNiff, 2013). The process is both individual and collective. That is, the action research process does not have a clear beginning

SUMMARY

and end, but can start after an action and begin with a reflection (Kemmis & McTaggart, 2007).

Data collection

Several types of data were collected to explore and answer the purpose and research questions of the thesis. The data were collected through seventeen semi-structured interviews with coaches, complementary interviews with seven of the coaches, focus group interviews, one single interview with 15 athletes, recordings from 14 coach meetings, observations during meetings and training sessions, and logbook notes. I collected all the data with the exception of three focus group interviews, where two other researchers acted as observers.

Analysis

The empirical material has been analyzed using various analysis processes and methods.

Identifying turning points

The analysis of the semi-structured interviews with the coaches used an abductive approach (Graneheim, Lindgren & Lundman, 2017). First, the interviews were transcribed and carefully read to obtain a deep understanding of each interview. Next, the turning points were contextualized by extracting statements from the coaches that contained experiences and routines before and after critical events. Then, all extracts were coded. In the last step, Hodkinson and Sparkes' (1997) theory of careership was used to identify the types of turning points (structural, forced, and self-initiated) and the types of routines that preceded and followed the turning points.

Qualitative content analysis

Qualitative content analysis was used to analyze both the interviews from the coaches and the athletes regarding sustainability. The first step included listening to the audio recordings from each interview and focus group and reading the interview transcripts to gain a comprehensive impression of their views on sustainable sport. Second, meaning units were identified to address the aim. The

meaning units were then condensed to make the content shorter and more concrete. Each unit was then coded inductively. Third, the codes were compared and arranged into tentative categories. Fourth, the tentative categories were reviewed, discussed, and arranged to finally construct categories and therefore express the manifest content of the text (Graneheim et al., 2017). Although the description of the analytical process was linear, it was far more complex as it engaged in both decontextualization and contextualization to create analytical depth.

Analysis of the coaches' meeting practice

The analysis of the data from the coaches' meetings followed a discourse analysis approach (Carbó et al., 2016). This approach involves identifying topics, positioning, conditions, and variations in the discourses (Carbó et al., 2016). First, the transcripts were read closely several times to identify patterns, variability, and differences in the content. Next, narratives from the meetings were categorized. In the next phase, the theory of practice architectures was integrated in the analysis. The intent for analysis through the lens of the theory was to examine the three integrated arrangements made visible in discourse, language, activities, resources, power relations, and solidarity. In addition, this allowed understanding of the conditions that enabled and constrained the coaches' meeting practice concerning how the meeting practice influences coaches' professional development.

Analysis of the ecological of practice

The analysis started by compiling all the data from the logbook. When all data were compiled, the data were examined through the lens of the theoretical perspectives on sustainability in sport (Barker-Ruchti et al., 2014; Peters & Wals, 2013). Then, the analysis process continued by exploring how a sustainable elite sport was enabled and constrained in practices of the athletes, coaches, and GFIF. The data were then separated based on conditions in the coaches' development work. For example, athletes expressed that their financial conditions influence the risks they take. As GFIF is responsible for the short-term financial conditions, GFIF's conditions affect how athletes

SUMMARY

expose themselves to unhealthy risks, limiting an athletes' sustainability in sport.

Summary of main results

The coaches' organized meeting practice was the foundation for the exchange of experience-based knowledge. As a researcher, I contributed with theoretical knowledge that led to reflection and actions. At the start of the project, interviews were conducted with the coaches to map turning points in their careers that had impacted their professional development. The findings from these interviews show how different structural, forced, and self-initiated turning points had impacted their professional development. The structural turning points were revealed as change of the structures and conditions in the coaches' employment and changes in the training groups. The forced turning points were more or less dramatic, such as transitioning from being an athlete to being a coach, changing personal health and family relationships, and the success of their athletes. The self-initiated turning points were their own initiatives to participate in various coaching courses. Several coaches also said that they chose to immerse themselves in athletic-related education to understand the training theory that underlies their knowledge of training planning, which relates to a coaches' need for formal training in addition to networking (Nash & Collins, 2006). This showed how material-economic arrangements in the elite athletics practices provided conditions for the coaches' professional development through their opportunities to participate and meet. For example, the coaches' professional development was influenced by other elite athletic practices as well as their own initiatives and ability to collaborate with others to critically reflect on their coaching.

During the action research process, more interviews with the coaches and athletes were conducted regarding sustainability. The findings from these interviews demonstrate that a caring coaching approach both supports and conflicts with sustainability in elite sport. Caring is expressed as a foundation upon which to build relationships and focus on individual needs. It appears to be of great importance to enable coaches to develop an athlete's performance. However, when coaches do not take responsibility for their athletes' unhealthy

and risky needs and choices, caring may reduce an athlete's sustainability. The findings also show that practical wisdom (i.e., responsibility for ethical and moral dilemmas) is of great importance for practicing care as a sustainable practice.

From the athletes' point of view, the findings show that tactics and techniques are of great importance to athletes, and it is crucial for sustainability in the sport that athletes are coached based on their presuppositions, their need for support, and long-term prospects. However, athletes adapted and accepted commodity structures, such as outcome focus of performance, as their focus on results overrules most aspects regarding long-term health and well-being. The result shows that coaches must take responsibility regarding issues of sustainability when the athletes themselves lack the experience or knowledge to do it themselves. There is also a need for education and development for stakeholders in elite athletics (federations, clubs, coaches, and athletes) to implement sustainable structures for long-term development.

The coaches reflected together and there was great support from GFIF to carry out activities to provide support for the coaches' meeting practice; above all, this was shown through the initiative from GFIF to carry out the research. The discussions in the meeting practice show three clear breaking points that changed the practice in which professional development took place to create a more sustainable elite sport: (1) the coaches created awareness of belonging to a community; (2) the coaches created awareness of their lack of knowledge; and (3) the coaches created awareness of inequality and complexity in the coaching role.

During the years that the coaches conducted the organized meetings, the coaches became aware of the importance of belonging to a community. The meetings provided opportunities for the coaches to collaborate and share experiences with each other and to give each other support in the pressured and lonely work that they experienced as coaches. These conversations also provided conditions for the coaches to gain new knowledge through reflective conversations and exchanges of experiences (Gilbert & Trudel, 2005). By sharing experiences, the coaches identified different dilemmas that they could reflect on together, but they could also see that they lacked

SUMMARY

knowledge on how to deal with these coaching dilemmas. The coaches identified areas of knowledge and gave suggestions for new types of meeting forms as well as a need for formal education. Through this interaction, they noticed the inequality of the coaches and the complexity of the coaching role.

The research process contributed to GFIF organizing an annual conference that addresses these issues. This support from the GFIF contributed to a process of change and confirms how positive support from different practices shape one another (Kemmis, 2014). In this case, GFIF enabled the coaches' meeting practice to have the necessary resources to improve the meeting practice as a forum for professional development (Nash & Sproule, 2012; Werthner & Trudel, 2006). During the process, the coaches were offered to participate in a formal education course on sustainability in sport (in collaboration with the Gothenburg University). The conditions for starting the course were made possible by the coaches both proposing and having the ambition to participate. When the course started, however, only four coaches participated, and none of the coaches were examined. Although the course was requested by the coaches, there were constraints to participation. The coaches considered it difficult to prioritize time away from their athletes' training, and the education was considered a burden on the coaches' time. This shows how the arrangements in the physical dimension limited the coaches' professional development as the time and place for meetings and reflections affect the opportunity for everyone to meet.

Since the athletes' results gave the coaches their status as *elite* coaches and financial support, the focus was on meeting the athletes' demands for fast results, a clear focus on market perspective (Barker-Ruchti et al. 2014). A more sustainable elite sport would require an individual adaptation where the coaches can focus on the sport as a social practice and promote holistic development (Mallett et al., 2016).

As there was a lack of interaction between the coaches and the GFIF, some of the coaches' proposals for change did not have an impact during the time that the action research was carried out. However, a dialogue was established between me and GFIF in later years during the project. This dialogue was about the results of the

sub-studies to create an understanding of sustainable elite sports. Based on the results of the development work, a process of change in the financial structure began, a strategy that confirmed a shift in focus from a market perspective to a long-term development to reduce negative consequences for athletes and a shift towards a more sustainable elite athletics.

Conclusions

The results show several opportunities for elite athletics to create a more sustainable elite sport. A major advantage is the collaboration of coaches as a natural element in elite athletics practices. The coaches' openness to share experiences, reflect, and discuss are all important for innovatively changing elite athletics in a more sustainable direction.

The results also show that sustainability as a process depends on coaches developing their ability to critically reflect and to deviate from norms. This is because there are structures that limit both athletes and coaches to focus on long-term perspectives. These structures include the status of coaches as they depend on the performance of their athletes, their precarious employment conditions, and the lack of structures for professional development. In addition, according to the athletes, the economic structures are based on short-term results, which further constrains the possibility of change. That is, several of the athletes ignored long-term perspectives and risked both their health and well-being.

Elite sports need to create structures for coaches' professional development and opportunities for coaches to create networks and interact with other coaches on a continuous basis, outside national and international competitions. It is also important to enable broader collaboration between coaches, athletes, associations, and federations to create new innovative ways to educate and develop coaches and athletes.

Referenser

- Andersson, R., & Barker-Ruchti, N. (2019). Career paths of Swedish top-level women soccer players. *Soccer & Society*, 20(6), 857-871. doi:10.1080/14660970.2018.1431775
- Annerstedt, C., & Lindgren, E.-C. (2014). Caring as an important foundation in coaching for social sustainability: a case study of a successful Swedish coach in high-performance sport. *Reflective Practice*, 15(1), 27-39. doi:10.1080/14623943.2013.869204
- Aristotle, & Rackham, H. (1926). *Nicomachean Ethics* (Vol. LCL073). Cambridge: Harvard University Press.
- Ashbolt, K., O'Flynn, G., & Wright, J. (2018). Runners, jumpers and throwers: embodied gender hierarchies in track and field. *Sport, Education and Society*, 23(7), 707-719. doi:10.1080/13573322.2018.1487835
- Baker, J., Safai, P., & Fraser-Thomas, J. (2015). *Health and elite sport : is high performance sport a healthy pursuit?* New York: Routledge, Taylor & Francis Group.
- Barker-Ruchti, N., & Barker, D. (2017). *Sustainability in high performance sport: current practices - future directions*. London: Routledge.
- Barker-Ruchti, N., Barker, D., & Annerstedt, C. (2014). Techno-rational knowing and phronesis: the professional practice of one middle-distance running coach. *Reflective Practice*, 1-13. doi:10.1080/14623943.2013.868794
- Barker-Ruchti, N., Lindgren, E.-C., Hofmann, A., Sinning, S., & Shelton, C. (2014). Tracing the career paths of top-level women football coaches: turning points to understand and develop sport coaching careers. *Sports Coaching Review*, 3(2), 117-131. doi:10.1080/21640629.2015.1035859
- Barker-Ruchti, N., Schubring, A., Aarresola, O., Kerr, R., Grahn, K., & McMahon, J. (2017). Producing success: a critical analysis of athlete development governance in six countries. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 1-20. doi:10.1080/19406940.2017.1348381
- Barker-Ruchti, N., Schubring, A., Post, A., & Pettersson, S. (2019). An elite athlete's storying of injuries and non-qualification for an Olympic Games: a socio-narratological case study. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 11(5), 687-703. doi:10.1080/2159676X.2019.1605405

- Barker, D., Barker-Ruchti, N., Wals, A., & Tinning, R. (2014). High performance sport and sustainability: A contradiction of terms? *Reflective Practice*, 1-11. doi:10.1080/14623943.2013.868799
- Bennell, K. L., Malcolm, S. A., Brukner, P. D., Green, R. M., Hopper, J. L., Wark, J. D., & Ebeling, P. R. (1998). A 12-Month Prospective Study of the Relationship Between Stress Fractures and Bone Turnover in Athletes. *Calcified Tissue International*, 63(1), 80-85. doi:10.1007/s002239900493
- Bjørndal, C. R. P. (2018). *Det värderande ögat : observation, utvärdering och utveckling i undervisning och handledning* (Andra upplagan ed.): Stockholm: Liber.
- Bloomer, M., & Hodkinson, P. (2000). Learning Careers: Continuity and Change in Young People's Dispositions to Learning. *British Educational Research Journal*, 26(5), 583-597.
- Blum, L. (2001). Care. In E. o. Ethics (Ed.), *I Lawrence C Becker & Charlotte B Becker*. New York: Routledge.
- Bompa, T. O. (2009). *Periodization : theory and methodology of training* (5th ed.. ed.). Champaign: Human Kinetics.
- Bornemark, J., & Svenaeus, F. (2009). *Vad är praktisk kunskap?* (Vol. 1). Huddinge: Södertörns högskola.
- Bourdieu, P. (2005). *The social structures of the economy*. Oxford: Polity.
- Carbó, P. A., Andrea Vázquez Ahumada, M., Caballero, A. D., Lezama Argüelles, G. A., & Drisko, J. W. (2016). "How do I do Discourse Analysis?" Teaching Discourse Analysis to novice researchers through a study of intimate partner gender violence among migrant women. *Qualitative Social Work*, 15(3), 363-379. doi:10.1177/1473325015617233
- Cargo, M., & Mercer, S. L. (2008). The Value and Challenges of Participatory Research: Strengthening Its Practice. *Annual Review of Public Health* 29(1), 325-350.
- Carr, W., & Kemmis, S. (1986). *Becoming critical : education knowledge and action research*. London: Falmer Press.
- Carr, W., & Kemmis, S. (2005). Staying Critical. *Educational Action Research*, 13(3), 347-358. doi:10.1080/09650790500200296
- Carson, H. J., & Collins, D. (2011). Refining and regaining skills in fixation/diversification stage performers: the Five-A Model. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 146-167. doi:10.1080/1750984X.2011.613682
- Carson, H. J., & Collins, D. (2015). Tracking Technical Refinement in Elite Performers: The Good, the Better, and the Ugly. *International Journal of Golf Science*, 4(1), 67-87. doi:10.1123/ijgs.2015-0003
- Cassidy, T. (2010). Coaching Insights: Holism in Sports Coaching: Beyond Humanistic Psychology. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 5(4), 439-443. doi:10.1260/1747-9541.5.4.439

- Cassidy, T., Jones, R. L., & Potrac, P. A. (2015). *Understanding Sports Coaching : The Pedagogical, Social and Cultural Foundations of Coaching Practice*. London: Routledge.
- Chinn, P. W. U. (2007). Decolonizing methodologies and indigenous knowledge: The role of culture, place and personal experience in professional development. *Journal of Research in Science Teaching*, *44*(9), 1247-1268. doi:10.1002/tea.20192
- Clarke, N. J., Cushion, C. J., & Harwood, C. G. (2018). Players' understanding of talent identification in early specialization youth football. *Soccer & Society: Talent Identification and Talent Development in Junior-elite Football in the UK: A Messy Affair*, *19*(8), 1151-1165. doi:10.1080/14660970.2018.1432388
- Clarsen, B., Rønsen, O., Myklebust, G., Flørenes, T. W., & Bahr, R. (2014). The Oslo Sports Trauma Research Center questionnaire on health problems: a new approach to prospective monitoring of illness and injury in elite athletes. *British Journal of Sports Medicine*, *48*(9), 754. doi:10.1136/bjsports-2012-092087
- Colnerud, G. (2006). Nel Noddings och omsorgsetiken. *Utbildning & demokrati*, *15*(1), 9.
- Cooke, S., & Carr, D. (2014). Virtue, Practical Wisdom and Character in Teaching. *British Journal of Educational Studies*, *62*(2), 91-110. doi:10.1080/00071005.2014.929632
- Côté, J. (2006). The Development of Coaching Knowledge. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *1*(3), 6.
- Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2003). From play to practice: a developmental framework for the acquisition of expertise in team sports. In In Starkes, J.L. and Ericsson, K.A. (ed.), *Expert performance in sports: advances in research on sport expertise*. Champaign: Human Kinetics
- Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An Integrative Definition of Coaching Effectiveness and Expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *4*(3), 307-323. doi:Doi 10.1260/174795409789623892
- Côté, J., Lidor, R., & Hackfort, D. (2009). ISSP position stand: To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *7*(1), 7-17. doi:10.1080/1612197X.2009.9671889
- Côté, J., Young, B., North, J., & Duffy, P. (2007). Towards a Definition of Excellence in Sport Coaching. *International Journal of Coaching Science*, *1*(1), 3-16.
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2018). Examining the relationships among the coaching climate, life skills development and well-being in sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *13*(6), 815-827. doi:10.1177/1747954118787949

- Cushion, C. J., Armour, K., Lyle, J., Jones, R., Sandford, R., & O'Callaghan, C. (2010). *Coach Learning and Development: A Review of Literature*. Leeds: Sports Coach UK
- Cushion, C. J., Armour, K. M., & Jones, R. L. (2003). Coach Education and Continuing Professional Development: Experience and Learning to Coach. *Quest*, 55(3), 215-230. doi:10.1080/00336297.2003.10491800
- Dohlsten, J., & Lindgren, E.-C. (2015). How managers talk about children's football. *Swedish Journal of Sport Research*, 1(1), 4-27.
- Durand-Bush, N., & Salmela, J. H. (2002). The Development and Maintenance of Expert Athletic Performance: Perceptions of World and Olympic Champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 154-171. doi:10.1080/10413200290103473
- Edouard, P., & Alonso, J.-M. (2013). Epidemiology of Track and Field Injuries. *New Studies in Athletics*, 28(1/2), 85-94.
- Edwards Groves, C., & Rönnerman, K. (2013). Generating leading practices through professional learning. *Professional Development in Education*, 39(1), 122-140. doi:10.1080/19415257.2012.724439
- Ekengren, J., Stambulova, N., Johnson, U., & Carlsson, I.-M. (2020). Exploring career experiences of Swedish professional handball players: Consolidating first-hand information into an empirical career model. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(2), 156-175. doi:10.1080/1612197X.2018.1486872
- Enright, E., & Gard, M. (2016). Media, digital technology and learning in sport: a critical response to Hodgkinson, Biesta and James. *Physical Education and Sport Pedagogy: High-performance sporting sites as learning cultures*, 21(1), 40-54. doi:10.1080/17408989.2015.1043258
- Erickson, K., Bruner, M. W., MacDonald, D. J., & Cote, J. (2008). Gaining Insight into Actual and Preferred Sources of Coaching Knowledge. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 3(4), 527-538. doi:10.1260/174795408787186468
- Eriksson, S. (2006). Vägen till elittränarskap. *FoU rapport, Riksidrottsförbundet*, 2006:7
- Fahlén, J., & Stenling, C. (2016). Sport policy in Sweden. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 8(3), 515-531. doi:10.1080/19406940.2015.1063530
- Fahlström, P. G. (2011). Att finna och att utveckla talang: en studie om specialidrottsförbundens talangverksamhet. *FoU rapport, Riksidrottsförbundet*, 2011:1.
- Fahlström, P. G., Gerrevall, P., Glemme, M., & Linnér, S. (2015). Vägarna till landslaget. *FoU rapport, Riksidrottsförbundet*, 2015:1.
- Fahlström, P. G., Glemme, M., Hageskog, C.-A., Kenttä, G., & Linnér, S. (2013). *Coachteamet – en satsning på elitcoacher i svensk friidrott*. Växjö: Sweden.

- Fahlström, P. G., Glemne, M., & Linnér, S. (2016). Goda idrottsliga utvecklingsmiljöer - En studie av miljöer som är framgångsrika i att utveckla elitidrottare. *FoU rapport, Riksidrottsförbundet*, 2016:1.
- Fangen, K. (2005). *Deltagande observation* (1. uppl. ed.). Malmö: Liber ekonomi.
- Farrow, D., Baker, J., & MacMahon, C. (2013). *Developing sport expertise: researchers and coaches put theory into practice* (Vol. 2nd). London: Routledge.
- Fisher, L. A., Bejar, M. P., Larsen, L. K., Fynes, J. M., & Gearity, B. T. (2017). Caring in U.S. National Collegiate Athletic Association Division I Sport: The perspectives of 18 female and male head coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching* 12(1), 75-91. doi:10.1177/1747954116684388
- Fisher, L. A., Larsen, L. K., Bejar, M. P., & Shigeno, T. C. (2019). A heuristic for the relationship between caring coaching and elite athlete performance. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 14(2), 126-137.
- Fisher, L. A., Shigeno, T. C., Bejar, M. P., Larsen, L. K., & Gearity, B. (2018). Caring practices among U.S. National Collegiate Athletic Association Division I female and male assistant coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13(4), 471-484. doi:10.1177/1747954117743114
- Ford, P. R., Ward, P., Hodges, N. J., & Williams, A. M. (2009). The role of deliberate practice and play in career progression in sport: the early engagement hypothesis. *High Ability Studies*, 20(1), 65-75. doi:10.1080/13598130902860721
- Flyvbjerg, B. (2001). *Making social science matter: why social inquiry fails and how it can succeed again*. Oxford: Cambridge University Press.
- Flyvbjerg, B. (2004). Phronetic planning research: theoretical and methodological reflections. *Planning Theory & Practice*, 5(3), 283-306. doi:10.1080/1464935042000250195
- Flyvbjerg, B., Landman, T., & Schram, S. (2012). *Real social science: applied phronesis*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Gallimore, R., Gilbert, W., & Nater, S. (2014). Reflective practice and ongoing learning: a coach's 10-year journey. *Reflective Practice*, 15(2), 268-288. doi:10.1080/14623943.2013.868790
- Gilbert, W., Côté, J., & Mallett, C. (2006). Developmental Paths and Activities of Successful Sport Coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 1(1), 69-76. doi:10.1260/174795406776338526
- Gilbert, W., Gallimore, R., & Trudel, P. (2009). A Learning Community Approach to Coach Development in Youth Sport. *Journal of Coaching Education*, 2(2), 3-23. doi:10.1123/jce.2.2.3
- Gilbert, W., & Trudel, P. (2001). Learning to coach through experience: Reflection in model youth sport coaches. *Journal Of Teaching In Physical Education*, 21(1), 16-34. doi:10.1123/jtpe.21.1.16

- Gilbert, W., & Trudel, P. (2005). Learning to coach through experience: conditions that influence reflection. *Physical Educator*, 62(1), 32.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice : psychological theory and women's development*. Cambridge: Harvard U.P.
- Grahn, K. (2014). Alternative discourses in the coaching of high performance youth sport: exploring language of sustainability. *Reflective Practice*, 1-13. doi:10.1080/14623943.2013.868795
- Graneheim, U. H., Lindgren, B. M., & Lundman, B. (2017). Methodological challenges in qualitative content analysis: A discussion paper. *Nurse Educ Today*, 56, 29-34. doi:10.1016/j.nedt.2017.06.002
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105-112. doi:10.1016/j.nedt.2003.10.001
- Gratton, C., & Jones, I. (2010). *Research methods for sports studies* (Vol. 2nd). London: Routledge.
- Greenwood, D., Davids, K., & Renshaw, I. (2012). How Elite Coaches' Experiential Knowledge Might Enhance Empirical Research on Sport Performance: A Response to Commentary. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 7(2), 427-429. doi:10.1260/1747-9541.7.2.427
- Gucciardi, D. F., Hanton, S., & Fleming, S. (2017). Are mental toughness and mental health contradictory concepts in elite sport? A narrative review of theory and evidence. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 20(3), 307-311. doi:10.1016/j.jsams.2016.08.006
- Gulbin, J., Weissensteiner, J., Oldenziel, K., & Gagne, F. (2013). Patterns of performance development in elite athletes. *European journal of sport science*, 13(6), 605-614. doi:10.1080/17461391.2012.756542
- GöteborgsFridrottsförbund. (2014). *Verksambetsplan 2015*. Göteborg: Sweden
- Hanin, Y., Korjus, T., Jouste, P., & Baxter, P. (2002). Rapid technique correction using old way/new way: Two case studies with olympic athletes. *Sport Psychologist*, 16(1), 79-99. doi:10.1123/tsp.16.1.79
- Hansson, A. (2003). *Praktiskt taget: aktionsforskning som teori och praktik - i spåren efter LOM: Göteborgs universitet*
- Hanton, S., Fletcher, D., & Coughlan, G. (2005). Stress in elite sport performers: A comparative study of competitive and organizational stressors. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 23(10), 1129-1141. doi:10.1080/02640410500131480
- Hardman, A., & Jones, C. (2011). *The ethics of sports coaching*. London: Routledge.
- Hardman, A., Jones, C., & Jones, R. (2010). Sports coaching, virtue ethics and emulation. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 15(4), 345-359.
- Harris, K. (2010). *Enhancing coaches' experiential learning through 'communities of practice' (lave & wenger, 1991)*. In: ProQuest Dissertations Publishing.

- Heikkinen, H. L. T., Huttunen, R., Syrjälä, L., & Pesonen, J. (2012). Action research and narrative inquiry: five principles for validation revisited. *Educational Action Research: Narrative Inquiry and Action Research*, 20(1), 5-21. doi:10.1080/09650792.2012.647635
- Henning Loeb, I., Langelotz, L., & Rönnerman, K. (2019). *Att utveckla utbildningspraktiker. Analys, förståelse och förändring genom teorin om praktikarkitekturer*. Studentlitteratur: Lund.
- Henriksen, K. (2010). *The Ecology of Talent development in Sport-A Multiple Case Study of Successful Athletic Talent Development Environments in Scandinavia*. Syddansk Universitet: Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet.
- Henriksen, K., Stambulova, N., & Roessler, K. K. (2010). Successful talent development in track and field: considering the role of environment. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20, 122-132.
- Heron, J. (1996). *Co-operative inquiry : research into the human condition*. London: SAGE.
- Heron, J., & Reason, P. (1997). A Participatory Inquiry Paradigm. *Qualitative Inquiry*, 3(3), 274-294. doi:10.1177/107780049700300302
- Herr, K., & Anderson, G. L. (2005). *The Action Research Dissertation: A Guide for Students and Faculty*. United States, California, Thousand Oaks: SAGE Publications, Inc.
- Higginbottom, G., & Liamputong, P. (2015). *Participatory Qualitative Research Methodologies in Health*. London, 55 City Road: SAGE Publications Ltd.
- Hodgson, L., Butt, J., & Maynard, I. (2017). Exploring the psychological attributes underpinning elite sports coaching. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 12(4), 439-451. doi:10.1177/1747954117718017
- Hodkinson, P., Biesta, G., & James, D. (2008). Understanding Learning Culturally: Overcoming the Dualism Between Social and Individual Views of Learning. *Vocations and Learning*, 1(1), 27-47. doi:10.1007/s12186-007-9001
- Hodkinson, P., & Sparkes, A. C. (1997). Careership: a sociological theory of career decision making. *British Journal of Sociology of Education*, 18(1), 29-44. doi:10.1080/0142569970180102
- Irwin, G., Hanton, S., & Kerwin, D. (2004). Reflective practice and the origins of elite coaching knowledge. *Reflective Practice*, 5(3), 425-442. doi:10.1080/1462394042000270718
- Jacobsson, J. (2013a). Kartläggning ska minska friidrottens alla skador. *Svensk Idrottsforskning: Organ för Centrum för Idrottsforskning*, 22(2), 5.
- Jacobsson, J. (2013b). A survey is going to reduce athletic injuries. *Kartläggning ska minska friidrottens alla skador*, 22(2).
- Jacobsson, J., Timpka, T., Kowalski, J., Nilsson, S., Ekberg, J., Dahlström, Ö., & Renström, P. A. (2013). Injury patterns in Swedish elite athletics:

- annual incidence, injury types and risk factors. *British Journal of Sports Medicine*, 47(15), 941-952.
- Johansson, A., & Fahlén, J. (2017). Simply the best, better than all the rest? Validity issues in selections in elite sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 12(4), 470-480. doi:10.1177/1747954117718020
- Johnson, U. (2007). Psychosocial antecedents of sport injury, prevention, and intervention: An overview of theoretical approaches and empirical findings. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 5(4), 352-369. doi:10.1080/1612197X.2007.9671841
- Johnson, U. (2011). Athletes' experiences of psychosocial risk factors preceding injury. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 3(1), 99-115. doi:10.1080/19398441.2011.547690
- Johnson, U., & Ivarsson, A. (2017). Psychosocial factors and sport injuries: prediction, prevention and future research directions. *Current opinion in psychology*, 16, 89. doi:10.1016/j.copsyc.2017.04.023
- Johnston, P., Everard, M., Santillo, D., & Robèrt, K.-H. (2007). Reclaiming the definition of sustainability. *Environmental science and pollution research international*, 14(1), 60. doi:10.1065/espr2007.01.375
- Jones, C. (2015). Care and phronesis in teaching and coaching: dealing with personality disorder. *Sport, Education and Society*, 22(2), 214-229. doi:10.1080/13573322.2015.1015976
- Jones, R. (2009). Coaching as caring (the smiling gallery): accessing hidden knowledge. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 14(4), 377-390. doi:10.1080/17408980801976551
- Jones, R., Armour, K., & Potrac, P. (2010). Constructing Expert Knowledge: A Case Study of a Top-level Professional Soccer Coach. *Sport, Education and Society*, 8(2), 213-229. doi:10.1080/13573320309254
- Jones, R. L., Armour, K. M., & Potrac, P. (2003). Constructing Expert Knowledge: A Case Study of a Top-level Professional Soccer Coach. *Sport, Education and Society*, 8(2), 213-229. doi:10.1080/13573320309254
- Jordalen, G., Lemyre, P.-N., & Durand-Bush, N. (2019). Interplay of motivation and self-regulation throughout the development of elite athletes. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 1-15. doi:10.1080/2159676X.2019.1585388
- Kearney, P. E., Carson, H. J., & Collins, D. (2018). Implementing technical refinement in high-level athletics: exploring the knowledge schemas of coaches. *Journal of Sports Sciences*, 36(10), 1118-1126. doi:10.1080/02640414.2017.1358339
- Kearney, P. E., & Hayes, P. R. (2018). Excelling at youth level in competitive track and field athletics is not a prerequisite for later success. *Journal of Sports Sciences*, 36(21), 2502-2509. doi:10.1080/02640414.2018.1465724

- Kemmis, S. (2009). Action research: A practice-changing practice. *Educational Action Research*, 17(3), 313-331.
- Kemmis, S. (2010). What is to be done? The place of action research. *Educational Action Research*, 18(4), 417-427. doi:10.1080/09650792.2010.524745
- Kemmis, S. (2012). Researching educational praxis: spectator and participant perspectives. *British Educational Research Journal*, 38(6), 885-905. doi:10.1080/01411926.2011.588316
- Kemmis, S. (2014). *The Action Research Planner Doing Critical Participatory Action Research*. Singapore: Springer.
- Kemmis, S., & Grootenboer, P. (2008). Situating Praxis in Practice. In S. Kemmis & T. Smith (Eds.), *Enabling Praxis: Challenges for Education* (pp. 37-62). Amsterdam: Sense Publishing.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2007). Participatory Action Research: Communicative Action and the Public Sphere. In N. Denzin & Y. Lincoln (Eds.), *Strategies of Qualitative Inquiry* (pp. 271-330). Thousand Oaks: Sage.
- Kemmis, S., & Smith, T. J. (2008). *Enabling praxis : challenges for education*. Rotterdam: Sense Publications.
- Kemmis, S., Wilkinson, J., Edwards-Groves, C., Hardy, I., Grootenboer, P., & Bristol, L. (2014). *Changing practices, changing education*. Singapore: Springer.
- Knust, S. K., & Fisher, L. A. (2015). NCAA Division I Female Head Coaches' Experiences of Exemplary Care Within Coaching. *International Sport Coaching Journal*, 2(2), 94-107. doi:10.1123/iscj.2013-0045
- Langelotz, L. (2017). *Kollegialt lärande i praktiken : kompetensutveckling eller kollektiv korrigerig?* (Första utgåvan ed.): Stockholm: Natur & kultur.
- Larsen, C. H., Alfermann, D., Henriksen, K., & Christensen, M. K. (2013). Successful Talent Development in Soccer: The Characteristics of the Environment. *Sport Exercise and Performance Psychology*, 2(3), 190-206. doi:10.1037/a0031958
- Larsson, H. (2001). *Iscensättningen av kön i idrott : en nutidshistoria om idrottsmannen och idrottskvinnan*. Diss. Stockholm: Stockholm universitet
- Lawson, H. A. (2005). Empowering people, facilitating community development, and contributing to sustainable development: The social work of sport, exercise, and physical education programs. *Sport, Education and Society*, 10(1), 135-160. doi:10.1080/1357332052000308800
- Lemyre, F., Trudel, P., & Durand-Bush, N. (2007). How Youth-Sport Coaches Learn to Coach. *The Sport Psychologist*, 21(2), 191-209. doi:10.1123/tsp.21.2.191
- Lidström, L. (2009). *En resa med osäkra mål : unga vuxnas övergångar från skola till arbete i ett biografiskt perspektiv*. Diss. Umeå: Umeå universitet.
- Lindfeldt, M. (2007). Eliten e' liten – men växer. Förändrade perspektiv på elitidrott. *FoU rapport, Riksidrottsförbundet, 2007:11*.

- Lindgren, E.-C., Annerstedt, C., & Dohlsten, J. (2017). "The individual at the centre" – a grounded theory explaining how sport clubs retain young adults. *International Journal Of Qualitative Studies On Health And Well-Being*, 12(1). doi:10.1080/17482631.2017.1361782
- Lindgren, E.-C., & Barker-Ruchti, N. (2017). Balancing performance-based expectations with a holistic perspective on coaching: a qualitative study of Swedish women's national football team coaches' practice experiences. *International Journal Of Qualitative Studies On Health And Well-Being*, 12(1), 1358580. doi:10.1080/17482631.2017.1358580
- Lindgren, E.-C., Hildingh, C., & Linnér, S. (2017). Children's stories about team selection: a discourse analysis. *Leisure Studies*, 36(5), 633-644. doi:10.1080/02614367.2016.1272624
- Loland, S. (2001). Record Sports: An Ecological Critique and a Reconstruction. *Journal of the Philosophy of Sport*, 28(2), 127-139. doi:10.1080/00948705.2001.9714608
- Loland, S. (2006). Olympic Sport and the Ideal of Sustainable Development. *Journal of the Philosophy of Sport*, 33(2), 144-156. doi:10.1080/00948705.2006.9714698
- Lynch, M., & Mallett, C. (2006). Becoming a successful high performance track and field coach. *Modern Athlete & Coach*, 44(2), 15-20.
- Macdonald, D., Côté, J., Eys, M., & Deakin, J. (2011). The Role of Enjoyment and Motivational Climate in Relation to the Personal Development of Team Sport Athletes. *The Sport Psychologist*, 25(1), 32. doi:10.1123/tsp.25.1.32
- Mahon, K., Francisco, S., Kemmis, S., & Lloyd, A. (2017). *Introduction:: Practice Theory and the Theory of Practice Architectures*. Singapore: Springer.
- Main, L. C., & Landers, G. J. (2012). Overtraining or Burnout: A Training and Psycho-Behavioural Case Study. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 7(1), 23-31. doi:10.1260/1747-9541.7.1.23
- Mallett, C., Rynne, S., & Billett, S. (2016). Valued learning experiences of early career and experienced high-performance coaches. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 21(1), 89-104. doi:10.1080/17408989.2014.892062
- Marshall, J., & Toffel, M. (2005). Framing the elusive concept of sustainability: A sustainability hierarchy. *Environmental Science & Technology*, 39(3), 673-682. doi:10.1021/es040394k
- Martindale, R. J., Collins, D., & Daubney, J. (2005). Talent Development: A Guide for Practice and Research Within Sport. *Quest*, 57(4), 353-375. doi:10.1080/00336297.2005.10491862
- McLafferty, I. (2004). Focus group interviews as a data collecting strategy. *Journal of Advanced Nursing*, 48(2), 187-194. doi:10.1111/j.1365-2648.2004.03186

- McNiff, J. (2013). *Action research: Principles and practice, 3rd edition*. London: Routledge.
- Nash, C., & Collins, D. (2006). Tacit Knowledge in Expert Coaching: Science or Art? *Quest*, 58(4), 465-477. doi:10.1080/00336297.2006.10491894
- Nash, C., & Sproule, J. (2009). Career Development of Expert Coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(1), 121-138. doi:10.1260/1747-9541.4.1.121
- Nash, C., & Sproule, J. (2012). Coaches perceptions of their coach education experience. *International Journal of Sport Psychology*, 43(1), 33-52.
- Nelson, L., Cushion, C., & Potrac, P. (2013). Enhancing the provision of coach education: the recommendations of UK coaching practitioners. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 18(2), 204-218. doi:10.1080/17408989.2011.649725
- Nelson, L. J., Cushion, C. J., & Potrac, P. (2006). Formal, Nonformal and Informal Coach Learning: A Holistic Conceptualisation. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 1(3), 247-259. doi:10.1260/174795406778604627
- Nicolini, D. (2012). *Practice Theory, Work, and Organization: An Introduction* (First edition. ed.): United Kingdom: Oxford University Press.
- Noddings, N. (1986). *Caring: a feminine approach to ethics & moral education*. Berkeley, Calif: University of California Press.
- Noddings, N. (1992). *The challenge to care in schools : an alternative approach to education*. New York ; London : Teachers College Press.
- Noddings, N. (2002). *Starting at home: Caring and social policy*. Berkeley: University of California Press.
- Noddings, N. (2012). The caring relation in teaching. *Oxford Review of Education*, 38(6), 771-781. doi:10.1080/03054985.2012.745047
- Nolen, A. L., & Putten, J. V. (2007). Action Research in Education: Addressing Gaps in Ethical Principles and Practices. *Educational Researcher*, 36(7), 401-407. doi:10.3102/0013189X07309629
- Oliver, P. (2016). Methods: Purposive sampling. In V. Jupp (Ed.), *The SAGE dictionary of social research methods*. London: The SAGE.
- Ollis, S., & Sproule, J. (2007). Constructivist Coaching and Expertise Development as Action Research. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 2(1), 1-14. doi:10.1260/174795407780367131
- Overbye, M. (2018). An (un)desirable trade of harms? How elite athletes might react to medically supervised 'doping' and their considerations of side-effects in this situation. *The International Journal on Drug Policy*, 55, 14.
- Patel, R. (2011). *Forskningsmetodikens grunder : att planera, genomföra och rapportera en undersökning* (4., [uppdaterade] uppl. ed.): Lund: Studentlitteratur.
- Peters, S., & Wals, A. E. J. (2013). Learning and knowing in pursuit of sustainability: Concepts and tools for trans-disciplinary environmental

- research. In M. Krasny & J. Dillon (Eds.), *Trading zones in environmental education: Creating transdisciplinary dialogue* (pp. 79–104). New York: Peter Lang.
- Peterson, T. (2011). *Talangutveckling eller talangavveckling?* (1. uppl. ed.). Stockholm: SISU idrottsböcker.
- Plateau, C. R., Arcelus, J., McDermott, H. J., & Meyer, C. (2015). Responses of track and field coaches to athletes with eating problems. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 25(2), e240-e250. doi:10.1111/sms.12286
- Plateau, C. R., McDermott, H. J., Arcelus, J., & Meyer, C. (2014). Identifying and preventing disordered eating among athletes: Perceptions of track and field coaches. *Psychology of Sport & Exercise*, 15(6), 721-728. doi:10.1016/j.psychsport.2013.11.004
- Potrac, P., Brewer, C., Jones, R., Armour, K., & Hoff, J. (2000). Toward an Holistic Understanding of the Coaching Process. *Quest*, 52(2), 186. doi:10.1080/00336297.2000.10491709
- Purdy, L., Potrac, P., & Paulauskas, R. (2016). Nel Noddings, caring, moral learning and coaching. In L. Nelson, R. Groom, & P. Potrac (Eds.), *Learning in sport coaching* (pp. 215-226). New York: Routledge.
- RaySmith, B. P., & Drew, M. K. (2016). Performance success or failure is influenced by weeks lost to injury and illness in elite Australian track and field athletes: A 5-year prospective study. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 19(10), 778-783. doi:10.1016/j.jsams.2015.12.515
- Reade, I., Rodgers, W., & Spriggs, K. (2008). New Ideas for High Performance Coaches: A Case Study of Knowledge Transfer in Sport Science. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 3(3), 335-354. doi:10.1260/174795408786238533
- Redelius, K., Kempe-Bergman, M., Larsson, B., & Linghede, E. (2016). Gör idrotten som Idrotten vill? Barn- och ungdoms idrottens utformning i retorik och praktik. *FoU rapport, Riksidrottsförbundet*, 2016:4.
- Riksidrottsförbundet. (2009). *Idrotten vill: Idrottsrörelsens idéprogram*. Stockholm: Sweden
- Riksidrottsförbundet. (2018). *Idrotten i siffror*. Stockholm: Sweden
- Roller, M. R., & Lavrakas, P. J. (2015). Interview method. Focus group discussions. In M. R. Roller & P. J. Lavrakas (Eds.), *Applied qualitative research design. A total quality framework approach* (pp. 104-167). New York: The Guilford Press.
- Ronglan, L. T. (2014). Elite sport in Scandinavian welfare states: legitimacy under pressure? *International Journal of Sport Policy and Politics*, 1-19. doi:10.1080/19406940.2014.987309

- Rynne, S. B., & Mallett, C. J. (2014). Coaches' learning and sustainability in high performance sport. *Reflective Practice*, 15(1), 12-26. doi:10.1080/14623943.2013.868798
- Rönnerman, K. (2012). *Vad är aktionsforskning?* Lund: Studentlitteratur.
- Rönnerman, K. (2018). Vikten av teori i praktisknära forskning: Exemplet aktionsforskning och teorin om praktikarkitekturer. *Undervisning Och Lärande*, 2018, Vol. 12, Iss. 1, pp. 41-54, 12(1), 41-54.
- Rönnerman, K., Edwards-Groves, C., & Grootenboer, P. (2018). *Att leda från mitten - lärare som driver professionell utveckling*. Stockholm: Lärarförlaget.
- Schatzki, T. R. (2002). *The site of the social: a philosophical account of the constitution of social life and change*. Pennsylvania State: University Press.
- Schnell, A., Mayer, J., Diehl, K., Zipfel, S., & Thiel, A. (2014). Giving everything for athletic success! – Sports-specific risk acceptance of elite adolescent athletes. *Psychology of Sport & Exercise*, 15(2), 165-172. doi:10.1016/j.psychsport.2013.10.012
- Schubring, A., Bub, E.-M., & Thiel, A. (2015). "How Much Is Too Much?" The Social Construction of Elite Youth Athlete Exercise Tolerances From the Coaches' Perspective. *Journal of Sport & Social Issues*, 39(4), 308-331. doi:10.1177/0193723514557820
- Sebbens, J., Hassmen, P., Crisp, D., & Wensley, K. (2016). Mental Health in Sport (MHS): Improving the Early Intervention Knowledge and Confidence of Elite Sport Staff. *Frontiers in Psychology*, 7. doi:10.3389/fpsyg.2016.00911
- Selby, C. L. B., & Reel, J. J. (2011). A Coach's Guide to Identifying and Helping Athletes with Eating Disorders. *Journal of Sport Psychology in Action*, 2(2), 100-112. doi:10.1080/21520704.2011.585701
- Spillane, J. P., & Seashore, L., Karen. (2002). School Improvement Processes and Practices: Professional Learning for Building Instructional Capacity. *Yearbook of the National Society for the Study of Education*, 101(1), 83-104. doi:10.1111/j.1744-7984.2002.tb00005.x
- Stambulova, N. B., Engström, C., Franck, A., Linnér, L., & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport & Exercise*, 21(C), 4-14. doi:10.1016/j.psychsport.2014.08.009
- Standal, O. F., & Hemmestad, L. B. (2011). Becoming a good coach: Coaching and phronesis. In A. Hardman & C. Jones (Eds.), *The ethics of sports coaching* (pp. 45-55). London: Routledge.
- Storm, L. K., Henriksen, C., & Krogh-Christensen, M. (2012). Specialization pathways among elite Danish athletes: A look at the developmental model of sport participation from a cultural perspective. *International Journal of Sport Psychology*, 2012(42), 199-222.

- Stoszowski, J., & Collins, D. (2014). Communities of practice, social learning and networks: exploiting the social side of coach development. *Sport Education and Society*, 19(6), 773-788. doi:10.1080/13573322.2012.692671
- Strean, W. B., Senecal, K. L., Howlett, S. G., & Burgess, J. M. (1997). Xs and Os and what the coach knows: Improving team strategy through critical thinking. *Sport Psychologist*, 11(3), 243-256. doi:10.1123/tsp.11.3.243
- Sundgot-Borgen, J., & Torstveit, M. K. (2004). Clinics in Sports Medicine: "Prevalence of Eating Disorders in Elite Athletes is Higher than in the General Population". *Journal of Dance Medicine & Science*, 8(4), 124.
- Thiel, A., Schubring, A., Sven, S., Stephan, Z., & Mayer, J. (2015). Health in Elite Sports – a “Bio-Psycho-Social” Perspective. *Deutsche Zeitschrift Für Sportmedizin (German Journal Of Sports Medicine)*, 66(9), 241-248. doi:10.5960/dzsm.2015.194
- Tomlinson, A. (2010). *A dictionary of sports studies*. New York: Oxford University Press.
- Tracy, S. J. (2010). Qualitative Quality: Eight “Big-Tent” Criteria for Excellent Qualitative Research. *Qualitative Inquiry*, 16(10), 837-851. doi:10.1177/1077800410383121
- Trudel, P., & Gilbert, W. (2006). Coaching and coach education. In D. Kirk, D. Macdonald, & M. O’Sullivan (Eds.), *The Handbook of Physical Education* (pp. 516-539). London: Sage.
- Tyflidis, A., Kipreos, G., Tripolitsioti, A., & Stergioulas, A. (2012). Epidemiology of track & field injuries: a one year experience in athletic schools. *Biology Of Sport*, 29(4), 291-295. doi:10.5604/20831862.1019885
- Vetenskapsrådet. (2017). *God forskningsred*. Stockholm: Sweden
- Waldron, S., DeFreese, J. D., Register-Mihalik, J., Pietrosimone, B., & Barczak, N. (2020). The Costs and Benefits of Early Sport Specialization: A Critical Review of Literature. *Quest*, 72(1), 1-18. doi:10.1080/00336297.2019.1580205
- Walker, L. F., Thomas, R., & Driska, A. P. (2018). Informal and nonformal learning for sport coaches: A systematic review. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13(1), 694-707.
- Wals, A., & Jickling, B. (2002). “Sustainability” in higher education. *International Journal of Sustainability in Higher Education*, 3(3), 221-232. doi:10.1108/14676370210434688
- Werthner, P., & Trudel, P. (2006). A new theoretical perspective for understanding how coaches learn to coach. *Sport Psychologist*, 20(2), 198-212.
- Weston, M. (2018). Training load monitoring in elite English soccer: a comparison of practices and perceptions between coaches and practitioners. *Science and Medicine in Football*, 2(3), 216-224. doi:10.1080/24733938.2018.1427883

REFERENSER

- White, J. J., Dangerfield II, D. T., & Grieb, S. M. (2019). Methodological considerations for conducting focus groups in HIV prevention research among Black men who have sex with men. *Public health nursing (Boston, Mass.)*. doi:10.1111/phn.12592
- White, M. A. (2013). Sustainability: I know it when I see it. *Ecological Economics*, 86, 213-217. doi:10.1016/j.ecolecon.2012.12.020
- Whyte, W. F. (1991). *Participatory action research*: Newbury Park: Sage.
- Young, B. W., Jemczyk, K., Brophy, K., & Côté, J. (2009). Discriminating Skilled Coaching Groups: Quantitative Examination of Developmental Experiences and Activities. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 397-414. doi:10.1260/174795409789623937
- Åkesdotter, C., & Kenttä, G. (2015). Elitens osynliga ohälsa. *Svensk Idrottsforskning*, 24(4), 32-35.

Bilagor

Bilaga 1

Intervjuguide Tränare

Fokus	Lära känna/Tränarnas bakgrund
Frågor Biografisk kartläggning	<p>Kan du beskriva hur du började som tränare? Vad fick dig att börja som tränare inom din gren? Hur gammal var du när du började? Hur utvecklas du som tränare? Hur har du utvecklats som tränare över tid? Hur har ditt sätt att coacha förändrat över tid? Vad har varit betydelsefullt för din coaching utveckling? Vilka har varit betydelsefulla för din coaching utveckling? Vilka utbildningar utanför idrotten har varit betydelsefulla för dig? Hur har din tränarkarriär påverkat dig som person/privat? Hur har du utvecklats över tid, genom din roll som tränare? Vilka kritiska, positiva som negativa händelser har påverkat dig som person? Vilka kritiska, positiva som negativa händelser har påverkat dig i din roll som tränare?</p>
Profil frågor	<p>Kan du beskriva hur du upplever det att vara tränare? Vilka är dina huvudsakliga uppgifter som tränare? Vad gör en tränare framgångsrik?</p>
Utveckling	<p>Vilka utmaningar står du inför a) det närmaste året, b) de närmaste åren? Vad skulle du vilja prioritera att arbeta med i GFIF projektet? Hur länge tror du att du fortsätter som tränare? Vilka tips skulle du ge till andra tränare? Vad krävs för att dina aktiva ska nå framgång?</p>

Bilaga 2

Intervjuguide kompletterande Intervju Tränare

	Hållbarhet
Frågor: Utifrån dig som tränare och din erfarenhet:	Vad är det du gör för att stödja elitidrottarna i deras personliga utveckling?
	Vad är det du gör för att främja elitidrottarnas fysiska hälsa?
	Vad är det du gör för att främja elitidrottarnas psykiska hälsa?
	Ekonomi? Hur stödjer du elitidrottarna för att de ska få så bra villkor som möjligt i deras utveckling? Hur tar du hänsyn till elitidrottarnas önskemål? Vad gör du för att elitidrottarnas idrottande ska bli hållbart?

Bilaga 3

Intervjuguide Fokusgruppsintervjuer Elitfriidrottarens perspektiv på hållbar elitidrott.

Aktiva Elitidrottare	
Frågor	<p>Skulle ni vilja berätta kort om er själva? (vem ni är, vilken gren ni utövar)</p> <p>Tema 1</p> <p>Hur gör ni för att försöka balansera ert elitidrottande och samtidigt ha en god hälsa?</p> <p>Vad är det som påverkar ert välbefinnande?</p> <p>Vad krävs för att ni ska känna trygghet i ert elitidrottande?</p> <p>Hur gör ni för att anpassa er till nya villkor eller förändringar som ni möts av när ni idrottar (ex ekonomiska bidrag, träningsförutsättningar, krav från olika håll)? Vad har tränarna för ansvar för att ert idrottande ska vara hälsosamt</p> <p>Vilket ansvar har tränarna för att ni ska må bra i och utanför idrotten? (Hur många kan tänka sig vara tränare?)</p> <p>Tema 2</p> <p>Hur upplever ni att ni kan påverka era förutsättningar att träna och tävla på elitnivå?</p> <p>Vilka förutsättningar behöver ni för att kunna satsa på er idrott?</p> <p>Vilket stöd behöver ni för att kunna satsa på er idrott?</p> <p>Vad behöver tränare göra för att ni ska må bra som elitidrottare?</p> <p>Vad behöver tränare göra för att göra ert elitidrottande hållbart?</p> <p>Vad skulle ni önska fanns i friidrottens hus (eller i er övriga träningsmiljö) som skulle kunna öka möjligheten för er att hålla er skadefria?</p> <p>Vilka förändringar behövs göras för att ni ska kunna prestera på topp över tid framöver? (1) av er själva, 2) av tränarna, 3) i organisationen)</p>

Bilaga 4

Exempel på utdrag ur loggbok

Loggbok		
Datum	Egna reflektioner	Anteckningar från observationer
20160422		Grengruppsmöte, konferensrum, fridrottenshus Sex tränare deltar inom samma gengrupp Diskuterar utveckling av grenen för att få fler att satsa på denna gren. Tränarna delar sina tankar om vad som behöver göras utifrån eras erfarenheter om vad som har hänt tidigare år. De diskuterar även hur de ska ta tillvara på de mest erfarna tränares kompetens. En slutsats är att de erfarna tränare ska kunna agera som mentorer till yngre tränare. Tränarna är villiga att vara mentorer men inte organisera ett mentorskaps program. Frågan skickas vidare till förbundet.
20160808	Det finns många konflikter mellan chefer och ansvariga och det har gjort att min lojalitet har ifrågasatts på så sätt att jag pratar med alla om det mesta(dock inte konfidentiellt material) men alla prata inte med varandra. På mina möten med chef och styrelse lämnas ansvariga utanför och tvärt om. Detta har nog gjort mig lite mer tillbakadragen. Jag är osäker på hur det blir i höst. Min relation med tränarna anser jag som oförändrad, dvs bra.	
20161008		De flesta tränarna var med, med det var fortfarande några som inte vill delta. Det finns innan konferensen många frågetecken om hur viktigt tränarnas utbildning egentligen var. Det var tydligt under mötena var att tränarnas utveckling och status är kopplad till de aktivas resultat. Idag har tränarna börjat prata om att skapa strukturer som bygger på att tränarnas utveckling och kunskaper ska stå i fokus, inte de aktivas resultat.
20161101		Första fokusgruppsintervjuerna med aktiva är gjorda. Det finns många likheter mellan de aktivas och tränarnas syn på Hållbarhet. Det som skiljer är dock de aktivas syn på att göra det som är bäst. De aktiva verkar ha mindre "klubbkänsla" och ifrågasätter varför man inte gör vissa "best practice" åtgärder så som att utöka träningstider och samarbetar bättre mellan tränare.
20161123	Vid en av träffarna vi skulle ha med tränarna blev jag sjuk vilket resulterade i att mötet ställdes in. Detta gav en tydlighet i att det nu är jag som driver utvecklingen och projektet. Meningen är ju att mötena är till för tränarna, inte för mig. Vi behöver ha en från GFIF som driver projektet. I utvecklingsystem. En förklaring kan vara vi har bytt chef och tjänsten för elitidrottsansvaret är vakant. Men detta är en viktig del att ta upp med tränarna. Jag har pratat med en del av tränarna, några har själva tyckt i efterhand att det var dumt att mötet ställdes in för de tycker ju verkligen att det är för dom själva. Det blir tydligt att det behövs organisation och struktur för att föra dessa "enkla" reflektioner. Utvecklingsarbetet är någonting som behöver struktur.	

Bilaga 5

Informerat samtycke

Forskningsprojekt i samverkan mellan Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet och Göteborg Friidrott
Högre kompetens bland tränare i en hållbar elitverksamhet inom GFIF
– en partcipatorisk praktikrelaterad forskningsstudie

Information om forskningsprojektet till tränare

Detta forskningsprojekt handlar om Göteborg friidrott som arena för en deltagarorienterad läroprocess. Forskningen kommer att bedrivas genom ett långsiktigt samarbete mellan Göteborg Friidrott och forskare från Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, där forskarna tillsammans med tränarna utreder, implementerar och utför interventionen. Genom aktioner i vardagen som följs systematiskt i samarbete mellan tränare och genom handledning av forskare i syfte att ge fördjupade kunskaper om det egna arbetet och en grund för hur detta kan förbättras. Även erfarenheter och idéer från aktiva tas tillvara på. Forskare och friidrottstränare kommer att ingå i en professionell gemenskap där de tillsammans klargör parternas olika förväntningar. Forskningsprojektet pågår under tre år med start höstterminen 2015.

Du som tillfrågas att ingå i forskningsprojektet förväntas kunna vara reflekterande praktiker, kritiskt frågande, ha en vilja att få nya insikter och ha ett förhållningssätt som innebär att ställa frågor om den egna praktiken i syfte att utveckla ny praktisk kunskap.

Förfrågan om deltagande

Förutsättningar för utredningsarbetet genom partcipatorisk aktionsforskning (PAR) innebär att arbetet sker under en längre tid, att det görs ett ordentligt förankringsarbete i tränargruppen och bland aktiva samt att det finns en stöttande ledning i föreningarna. Du som aktiv tränare inom Göteborg Friidrott medverkar utifrån tre principer för deltagande forskning:

- Du är medveten om aktionsforskningsprocessen och kan påbörja processen utifrån deras egna reflektioner.
- Du accepterar att samverka i beslutsfattande om projektet, och att dela med dig av dina upplevelser av aktionerna
- Du är med och skapar ett positivt och öppet klimat som bidrar till en positiv stämning, där allas åsikter och reflektioner respekteras.

Du som får denna förfrågan tackar JA att delta i forskningsprojektet genom att fylla i bifogande svarsblankett. Svarblanketten skickas till John Dohlsten som är doktorand i projektet. Att delta i studien är frivilligt och du har rätt att när som helst avbryta deltagandet, utan särskild förklaring.

Hur går studien till?

PAR innebär att forska med människor, vilket kräver att alla tränare involveras som medforskare i den mån det är möjligt, och att alla medforskare är involverade i processen både när det kommer till att utveckla arbetet och utvärderingen av den. Vi kommer tillsammans formulera en eller flera gemensamma frågor och därefter planera en förändringsinsats. Förändringsansatsen kommer att dokumenteras genom olika metoder, som t.ex. observationer, anteckningar och intervjuer. Resultaten från aktionerna tolkas och analyseras, för att sen diskuteras i relation till tidigare erfarenheter och teori. Dokumentationen från processen blir grunden för forskningens resultat.

Frivillighet

Att delta i studien är frivilligt och du har rätt att när som helst avbryta deltagandet, utan särskild förklaring och utan att det får några konsekvenser för din situation som tränare inom Göteborg Friidrott.

Hantering av data och sekretess

Ansvaret för dina personuppgifter är Göteborgs universitet. Deltagandet är helt frivilligt och du kan när som helst, utan att behöva förklara anledning, avbryta din medverkan. Samtliga resultat och personuppgifter kommer att behandlas så att ingen obehörig kan ta del av dem och du kommer inte att kunna identifieras då resultaten presenteras. Endast de ansvariga för studien kommer att kunna veta vem som är vem. Resultatet kommer att publiceras i internationella vetenskapliga tidskrifter eller rapporter, på ett sådant sätt att enskilda personer inte kan spåras eller kännas igen. Tränarnas arbetsmetoder, träningsupplägg kommer skyddas och endas exploateras i den grad som tränarna tillåter. Ansvarig för dina personuppgifter är personuppgiftsombud vid Göteborgs universitet, Kristina Ullgren, tel: 031-xxxxxx, e-post: xxx.xxx@gu.se. Information från undersökningen kommer att lagras i ett dataregister i minst 10 år för att möjliggöra granskning. Vid all forskning på de data som samlas in kommer deltagaren att ha ett löpnummer och inte kunna identifieras. Ett separat register med namn och löpnummer kommer upprättas och förvaras åtskilt från dataregistret och endast de ansvariga för studien kommer att kunna ta reda på vilken person som har vilket löpnummer i dataregistret.

Koordinator i projektet

Huvudansvarig forskare för projektet

.....
Doktorand John Dohlsten
07XX-XXXXXX
John.Dohlsten@gu.se
Göteborg Friidrott
Institutionen för kost och idrottsvetenskap,
Göteborgs universitet

.....
Docent Eva-Carin Lindgren
07XX-XXXXXX
Eva-Carin.Lindgren@gu.se
Göteborgs Universitet
Institutionen för kost och idrottsvetenskap,
Göteborgs universitet

Bilaga 6 Informerat samtycket

Forskningsprojekt i samverkan mellan Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet och Göteborg Friidrott
En delstudie i forskningsprojektet

”Högre kompetens bland tränare i en hållbar elitverksamhet inom GFIF
– en partcipatorisk praktikrelaterad forskningsstudie”

Information om forskningsprojektet till elitidrottare

Detta forskningsprojekt är en delstudie av en aktionsforskning som pågår i samverkan mellan Institutionen för kost- och idrottsvetenskap och Göteborg friidrott i syfte att tillsammans med elittränarna utveckla, implementera och utvärdera utvecklingsarbetet för elittränare inom friidrott. Delstudien syftar till att ta tillvara på elitidrottarens erfarenheter av vad som villkorar och påverkar elitfriidrottarens möjligheter till en hållbar elitidrott.

Du som får denna förfrågan tackar JA att svara på ett frågeformulär och att eventuellt bli tillfrågad att delta i en fokusgruppsintervju genom att fylla i bifogande svarsblankett. Svarblanketten skickas till John Dohlsten som är doktorand i projektet. Att delta i studien är frivilligt och du har rätt att när som helst avbryta deltagandet, utan särskild förklaring.

Hur går studien till?

Datansamlingen sker med hjälp av ett frågeformulär och fokusgruppintervjuer. Alla friidrottare i Göteborgs friidrott som får elitstöd blir tillfrågade att svara på ett frågeformulär och 20-25 elitidrottare av dessa kommer att väljas ut för att delta i en fokusgruppsintervju. Forskningsstudien är godkänd av etikprövningsnämnden i Göteborg.

Frågeformulär

Frågeformuläret fylls digitalt och skickas via mejl. Det innehåller frågor om din bakgrund för att ge en bredare bild av Göteborgs elitfriidrottarens bakgrund. Frågorna har både öppna och fasta svarsalternativ. Totalt innehåller frågeformuläret ca 50 frågor och behandlar följande frågeområden; Demografiska data, familjeförhållanden, utbildning, yrke/sysselsättning, involvering i idrott, debutålder, vilka idrotter som utövats, idrott och skola, val av idrott, specialisering, omfattning av träning och tävling.

Fokusgruppsintervju

I fokusgruppsintervjuerna kommer diskussionerna mellan deltagarna dels att handla om vilka omgivande faktorer som påverkar deras möjligheter att prestera på topp över tid och dels handla om vilka behov de har för att kunna bedriva en hållbar elitidrott. Fokusgruppsintervjuerna beräknas ta ca 2 timmar. John Dohlsten kommer att hålla i fokusgruppsintervjuerna tillsammans med ytterligare en forskare från Institutionen för kost- och idrottsvetenskap. Platsen kommer att vara på eller i anslutning till Göteborgs Friidrottsförbund.

Frivillighet

Att delta i studien är frivilligt och du har rätt att när som helst avbryta deltagandet, utan särskild förklaring och utan att det får några konsekvenser för din situation som aktiv elitidrottare inom Göteborg Friidrott.

Hantering av data och sekretess

Ansvaret för dina personuppgifter är Göteborgs universitet. Deltagandet är helt frivilligt och du kan när som helst, utan att behöva förklara anledning, avbryta din medverkan. Samtliga resultat och personuppgifter kommer att behandlas så att ingen obehörig kan ta del av dem och du kommer inte att kunna identifieras då resultaten presenteras. Endast de ansvariga för studien kommer att kunna veta vem som är vem. Resultatet kommer att publiceras i internationella vetenskapliga tidskrifter eller rapporter, på ett sådant sätt att enskilda personer inte kan spåras eller kännas igen. Ansvarig för dina personuppgifter är personuppgiftsombud vid Göteborgs universitet, Kristina Ullgren, tel: 031-xxxxxx, e-post: xxx.xxx@gu.se. Information från undersökningen kommer att lagras i ett dataregister i minst 10 år för att möjliggöra granskning. Vid all forskning på de data som samlas in kommer deltagaren att ha ett löpnummer och inte kunna identifieras. Ett separat register med namn och löpnummer kommer upprättas och förvaras åtskilt från dataregistret och endast de ansvariga för studien kommer att kunna ta reda på vilken person som har vilket löpnummer i dataregistret.

Koordinator i projektet

.....
Doktorand John Dohlsten
07XX-XXXXXX
Göteborg Friidrott
Institutionen för kost och idrottsvetenskap,
Göteborgs universitet

Huvudansvarig forskare för projektet

.....
Docent Eva-Carin Lindgren
07XX-XXXXXX
Göteborgs Universitet
Institutionen för kost och idrottsvetenskap,
Göteborgs universitet

Högre kompetens bland tränare i en hållbar elitverksamhet inom GFIF

– en *participatorisk praktikrelaterad forskningsstudie*

Informerat samtycke från aktiva

Jag har läst och förstår informationen om delstudien i forskningsprojektet " Högre kompetens bland tränare i en hållbar elitverksamhet inom GFIF – en participatorisk praktikrelaterad forskningsstudie". Jag har fått veta att deltagande är frivilligt och att jag kan avbryta mitt deltagande när som helst utan att behöva berätta varför och utan att det får några konsekvenser för min situation som aktiv idrottare inom Göteborg Friidrott. Jag har också fått möjlighet att ställa frågor och få svar på det jag undrat över kring studien. Jag har därtill fått reda på att det är viktigt att inte berätta för andra vad någon sagt i fokusgruppen.

Härmed ger jag samtycke till deltagande i studien och hantering av mina personuppgifter.

Göteborg den / 2016

Jag vill delta i studien

namnteckning

namnförtydligande

Bilaga 7

Abstract till SVEBI 2016

<p>Titel: Paper (x)</p>	<p>Vändpunkter och avgörande händelsers påverkan på elitfridrottstränares karriärer och tränarskap</p>
<p>Författare, hemvist, e-post, tel-nr</p>	<p>John Dohlsten, Göteborgs Universitet Institutionen för kost och idrottsvetenskap, john.dohlsten@gu.se, 07XX-XXXXXX Natalie Barker-Ruchti, Göteborgs Universitet Institutionen för kost och idrottsvetenskap Eva-Carin Lindgren, Göteborgs Universitet Institutionen för kost och idrottsvetenskap</p>
<p>Abstract: (Använd Times New Roman 11 pt. Max 600 ord)</p>	<p>Introduktion Det finns mycket kunskaper om att tränarskapsutveckling sker genom en kombination av olika typer av lärande (Stoszowski & Collins, 2014; Reade, Rodgers & Spriggs, 2008b; Nash & Collins, 2006; Nelson, Cushion, & Potrac, 2006; Côté, 2006). Senare studier visar att tränares kunskap och erfarenhet om sin specifika idrott utvecklas under lång tid och utifrån olika dimensioner (ex Greenwood, Davids, & Renshaw, 2012; Gilbert, Gallimore & Trudel, 2009) liksom att elittränare har erfarenheter från att själva ha varit aktiva (Gilbert et al, 2006). Elittränare har i allmänhet mycket erfarenhet av elitidrott och i synnerhet mer erfarenheter som tränare trots att tränarkarriärsvägar oftast är krokiga och oförutsägbara (Barker-Ruchti et al, 2014). Genom att studera avgörande händelser och vändpunkter i elittränarnas liv ökar möjligheten att förstå hur de utvecklat sitt tränarskap och karriärsvägar. Få forskare har studerat elittränares erfarenheter av avgörande händelser och vändpunkter som haft inverkan på deras tränarskapsutveckling och karriärer. Exempel på två undantag är Barker-Ruchti, et al. (2015) och Purdy och Potrac (2014), vilka har fokuserat endast på kvinnliga elittränare och karriärutveckling.</p> <p>Syfte & teoretisk ram Syftet med denna presentation är att belysa hur avgörande händelser och vändpunkter i elitfridrottstränares liv har format deras tränarskap och karriärer som tränare. Studiens teoretiska referensram utgår från Hodkinson, Biesta, och James (2008) sociologiska teori om karriärvägar, där fokus är på metaforen <i>vändpunkter eller avgörande händelser</i>. Teorin har ett kulturellt perspektiv som tar hänsyn till både socio-kulturell kontext och individuella särdrag. Utveckling och förändring kan ibland drivas av särskilda ändamål eller förekomma underförstått. Likaså kan vissa erfarenheter vara av liten betydelse, medan andra, utlösas av oväntade händelser som kan generera stora förändringar (jmf Bloomer & Hodkinson, 2000; Hodkinson et al, 2008).</p> <p>Metod Studien har fått godkännande att genomföras av Regionala etikprövningsnämnden, Dnr:875-15. Dataproduktionen har skett med hjälp av semi-strukturerade intervjuer, biografisk kartläggning och frågeformulär bland 17 elitfridrottstränare. Samtalen utgick från en intervjuguide som tog ca 1,5-2 timmar per intervju. För att fördjupa intervjuerna och identifiera nyckelhändelser i tränarnas liv som har påverkats deras tränarutveckling, användes ett biografiskt kartläggningsnät (Thiel, 2011). Utifrån ett rutnät där den horisontella axeln representerar tid och den vertikala axeln representerar påverkansgrad fick tränarna rita upp de vändpunkter eller avgörande händelser som har påverkat dem under deras karriär. Alla deltagare (n=23) inom Göteborg Friidrott tillhörande forskningsprojektet "Hållbar elitidrott – aktionsforskning med elittränare inom Göteborg Friidrott" fick förfrågan att delta, varav 17 tränare valde att delta i studien. Dataanalysen började med identifieringen av vändpunkter eller avgörande händelser (Emerson, 2004), vilket var ett induktivt analytiskt förfarande. Därefter tolkades och förklarades dessa vändpunkter och händelser utifrån Hodkinson och Sparkes (1997) teori om karriärvägar, vilket gjorde att analysen blev mer deduktiv.</p> <p>Preliminära resultat De preliminära resultaten visar olika former av strukturella, tvingande och självinitierade vändpunkter som påverkat elitfridrottstränares tränarskap och karriärer. De strukturella vändpunkterna handlar om förändrade förutsättningar och strukturer i tränarnas praktiker så som förbättrade anställningsvillkor och nya strukturer i träningsgrupperna. De tvingande vändpunkterna handlar om avgörande händelser som förändrat eller påverkat tränarnas sociala situation som varit mer eller mindre dramatiska, såsom deras personliga hälsa, familjerelationer och deras aktivas framgångar på den absoluta världsnivån. De självinitierade vändpunkterna innefattar tränarnas egenvalda miljöombyte, utbildningar som har gett nya perspektiv och kontakter med mentorer och andra tränare.</p>

