



MALMÖ HÖGSKOLA

Languages on this page:

ISSN 1652-7224 ::: Publicerad den 13 oktober 2010

Utskriftsvänlig pdf-fil

Läs mer om idrottspsykologi på idrottsforum.org

I Taipei, Taiwan genomfördes i oktober 2006 ett seminarium med den stolta titeln International Forum of the Psychology of Olympic Excellence. Vi vet inte mycket om den här konferensen, till exempel vem som arrangerade den eller exakt var den ägde rum; en webbsökning leder bara fram till ett smärre antal forskare som lagt ut sina seminariepapper därifrån i sina CV. Men vi vet desto mer om seminariets *legacy*; tre år senare utkom nämligen antologin *Psychology of Sport Excellence* i serien International Perspectives on Sport and Exercise Psychology på förlaget Fitness Information Technology, under redaktion av Tsung-Min Hung, Ronnie Lidor och Dieter Hackfort. International Perspectives on Sport and Exercise Psychology är en bokserie initierad och sanktionerad av ISSP, International Society of Sport Psychology, och *Psychology of Sport Excellence* är av allt att döma den första och hittills enda volymen i serien. Med tanke på det uttalade elitidrottemat bad vi Johan Fallby om en recension, och fick, som väntat, mer än så. Förutom att läsa och värdera boken har vår recensent försökt kompensera för en redaktionell miss och tematiserat de annars spretiga bidragen till en begriplig struktur. Nu hjälpte inte det stort, och Fallby bistår intresserade med förslag på ett antal titlar som bättre redovisar kunskapsmassan i området.

Motsvarar inte förväntningarna

Johan Fallby

Svenska Fotbollförbundet och Högskolan i Halmstad

Tsung-Min Hung, Ronnie Lidor & Dieter Hackfort (red)

Psychology of Sport Excellence

151 sidor, hft.

Morgantown, WV: [Fitness Information Technology](http://www.fitnessinformationtechnology.com) 2009 (International Perspectives on Sport and Exercise Psychology)

ISBN 978-1-885693-90-7

Psychology of sport excellence är en bok i serien International perspectives on sport and exercise psychology som världsorganet för idrottspsykologi ISSP ger ut. Just den här utgåvan behandlar elitidrottares psykologiska förberedelser för topprestationer. Det är en internationell samling av bidragsgivare som redaktörerna fått med och texterna härhör från ett seminarie på Taiwan 2006, *the International Forum of the Psychology of Olympic Excellence*. Redaktörerna själva har också en bredd som är intressant. Tsung-Min är professor i psykofysiologi vid Taiwan Normal University och har haft elitidrottare som klienter i över tio år. Lidor är ansluten till University of Haifa och Wingate Institute i Israel. Nestorn i sammanhanget är Dieter Hackfort som ursprungligen är från Tyskland, men har stor erfarenhet från hela världen och är sittande ordförande i ISSP. Idag är han också ansvarig för Academy for sports excellence i Doha, Qatar. Bland bidragsgivarna finns också ett ryskt/svenskt inslag i form av Natalia Stambulova som är verksam vid Högskolan i Halmstad sedan knappa tio år.



Det finns enligt redaktörerna tre syften med boken. Ett grundläggande huvudsyfte kan sägas vara att undersöka både teoretiska och praktiska sidor av användningen av psykologiska förberedelser för elitidrottare. Det görs genom att författarna beskriver interventionsmetoder och strategier i praktiken samt att de också försöker väva in filosofiska ställningstaganden och ramverk i deras arbetssätt. Samtidigt är därför också ambitionen att visa sätt att arbeta i olika kulturer eller regioner i världen. Författarna har också erfarenhet både från forskning och tillämpat

arbete med elitidrottare. Målgruppen är framförallt idrottspsykologiska rådgivare och forskare i tillämpningsområdet. Med lite god vilja går det kanske att utvidga det till mycket intresserade tränare eller elitidrottare.

Dispositionen i *Psychology of sport excellence* är 13 kapitel med inbjudna författare från fem kontinenter. Bidragen spretar en del, vilket är naturligt eftersom det är ett så stort område. Det hade underlättat för läsaren om det fokuserats mer på bestämda delar, men flera intressanta bidrag finns naturligtvis med. En relativt grov indelning av boken kan se ut som följer. Inledningsvis i kapitel 1 beskriver

huvudredaktörerna syfte och idé med boken. Kapitel


2 (Hackfort, Kilgallen, & Hao, Qatar) och 12 (Hung, Fong, Wang, Lin, & Lo, Taiwan) behandlar tekniska aspekter av idrottspsykologiskt stöd. Hackfort och kolleger beskriver hur ett datoriserat redskap kan assistera testning och träning i psykologiska färdigheter och Hung mfl diskuterar biofeedback och psykofysiologiska aspekter på neurofeedbackträning samt hjärtfrekvens. Kapitel 3 (Statler & Henschen, USA), 6 (Lidor, Israel), 11 (Schuijers, Holland) och 13 (Lu, Taiwan) behandlar mer klassiska psykologiska träningsmetoder samt en del nytänkande eller närliggande metoder. Kapitel 3 behandlar hur ett idrottspsykologiskt träningsprogram funnits sedan 1982 och fortfarande ges till friidrottare i USA som har elitpotential. Sjätte kapitlet beskriver basketspelares rutiner inför straffkast. Relationen mellan idrottare och idrottspsykologiska rådgivaren samt användningen av kampsportbegreppet "chi" i arbetet med idrottare tas upp i kapitel 11 respektive 13. I kapitel 4 (Serpa, Portugal) och 5 (Van Raalte & Petitpas, USA) tas tävlingssituationen i elitävlingar upp, dels ur idrottarens perspektiv dels ur idrottspsykologiska rådgivarens. Kapitel 7 (Stambulova, Sverige) kopplar ihop begreppen talang och karriärövergång och ger exempel på hur samarbetet kan ske mellan olika delar av organisationen runt idrottare. Slutligen tar kapitel 8 (Papaioannou & Milosis, Grekland), 9 (Baria, Marocko) och 10 (Coté, Kanada) upp olika aspekter av utveckling. Kapitel 8 beskriver ett program i skolmiljö för holistisk utveckling av idrottslever. Efterföljande kapitel sticker ut en del och tar upp utvecklingen av och statusen för idrottspsykologin i arabiska länder. Kapitel 10 tar upp en klassisk fråga om hur utvecklingen av elitidrottare kan ske genom två perspektiv, antingen genom att uppmuntra fler aktiviteter eller tidig specialisering.

Det är ett digert praktiskt material som presenteras tillsammans med dess empiriska bakgrund. Boken är ett typexempel på hur den tillämpade idrottspsykologiska litteraturen försöker utveckla och förklara sitt praktiska existensvärde. Länge har det varit en svårighet att sammanföra teori och praktik på ett tydligt sätt för användarna, det vill säga tränarna och idrottarna. Vilket i sig kan tyckas vara märkligt eftersom det mycket praktiskt användbara yrket psykolog har funnits under en längre tid och dessutom är en naturlig del av vården och utvecklingen i samhället idag.


Den idrottspsykologiska litteraturen kring elitidrottare är något sparsam, även om antalet böcker ökat och fler områden täckts in under åren. *Psychology of sport excellence* fyller ytterligare en liten lucka i kunskapstillförseln och behandlar ett centralt tema, teorins giftemål med praktiken. Det är ett svårt och stort arbete som inte helt lyckas, men som ger en liten inblick på ett ibland smakfullt sätt. Redaktörerna Hackfort och Lidor har tidigare arbetat som redaktörer tillsammans och givit ut *Handbook of research in applied sport and exercise psychology* (recenserad på idrottsforum). Den här produktionen är i samma anda men betydligt mindre omfattande. Kanske kan den bedömas vara något mer lättillgänglig i och med det.

Lever *Psychology of sport excellence* upp till sitt försök att ge en bild av de psykologiska förberedelserna för elitidrottare? Ja och nej blir svaret. Som ofta i detta idrottspsykologiska område blir fokus på det anglosaxiskt dominerade angreppssättet "mental skills", vilket bara är en begränsad del av helheten. Förvisso kompletteras den bilden av områden som exempelvis karriärövergång och self-determination, men i övrigt är det svårt att se vilka nya bidrag till kunskapsmassan som ges. En okej sammanfattning blir betyget. För den insatte i området så är det en parentes, för den oinvigde så behövs enklare och mer lättåtkomlig litteratur. För intresserade tränare och ledare är det sannolikt bättre att läsa Williams utmärkta 6e upplaga av *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*, eller varför inte börja med klassikern Weinberg och Goulds fjärde upplaga av *Foundations of sport and exercise psychology* som är en utmärkt introduktionsbok. För den idrottspsykologiska rådgivaren är det sannolikt bättre att vända sig i riktningen mot nyare alster inom den kognitiva beteendeterapin för att hitta intressanta modeller och metoder för sitt arbete. Något som kanske allmänt borde göras inom den tillämpade idrottspsykologin för att komplettera den klassiska anglosaxiska synen på psykologiska förberedelser för elitidrottare.


© Johan Fallby 2010.


 **Hitta bästa pris på boken hos Prispallen.se**

 **Kjøp boken fra Capris.no**

 **Sammenlign priser på bogen hos Pensum.dk**

” *Lever Psychology of sport excellence upp till sitt försök att ge en bild av de psykologiska förberedelserna för elitidrottare? Ja och nej blir svaret.*

 Buy this book from [Amazon.co.uk](https://www.amazon.co.uk)

 Buy this book from [Amazon.com](https://www.amazon.com)

www.idrottsforum.org | Redaktör Kjell E. Eriksson | Ansvarig utgivare Aage Radmann