

Att elitsimma eller inte elitsimma?

En kvalitativ intervjustudie om varför elitsatsande simmare inom idrottsgymnasium slutar simma

© Dylan Saleh & Jørgen Bagger Kjær

Institutionen för idrottsvetenskap, Linnéuniversitetet

Författarkontakt <dylansaleh98@gmail.com>

Publicerat på idrottsforum.org 2022-06-21

Syftet med studien är att undersöka före detta elitsatsande simmares upplevelse av avslutsprocessen inom idrottsgymnasiet och förstå varför de väljer att hoppa av. För att besvara detta baseras studien på nio intervjuer med elitsatsande simmare som ingått i idrottsgymnasium men valt att hoppa av under gymnasietiden eller direkt efter. Vidare analyseras detta med hjälp av två teoretiska ramverk, Ebaughs beslutsprocess och push/pull/anti-push/anti-pull-modellen.

Resultatet visar att beslutet om avhoppet kommer fram som mångfasetterat och komplext där från en och upp till fyra olika faktorer sammantaget utgör underlag för beslutet. Faktorerna innehåller de två push-faktorerna missnöje med tränare och utebliven utveckling, samt de två pull-faktorerna sociala anledningar utanför idrotten och studier. Dessa faktorer var i högre grad kopplade till faktorer inom ramen för simklubbens kontroll och i mindre grad kopplade till stödet från idrottsgymnasiet. Däremot, i linje med Henriksen (2010a, 2010b) bör dessa två miljöer samarbeta för att erbjuda en holistisk utvecklingsmiljö för idrottaren och därmed ha möjligheten att motverka avhoppet. Glädjen inom simningen och tränarens roll betonas också som värdefulla i motverkandet av avhoppet. Därutöver gör studien ett teoretiskt bidrag till Ebaughs beslutsprocess genom

att föreslå en särskiljning mellan kortsiktiga och långsiktiga alternativ. Resultaten visar att simmarna inte hade några alternativ att söka kortsiktigt utöver att gå klart gymnasiet. Istället sökte de långsiktiga alternativ genom fortsatta studier efter idrottsgymnasiet men utan idrotten.

DYLAN SALEH är simtränare på Mölndals Allmänna Simsällskap. Han har en kandidatexamen inom idrottsvetenskap med inriktning Coaching och Sport Management från Linnéuniversitetet. Han har skrivit sin första forskningsartikel vars innehåll blev prisad som Outstanding Qualitative Sports and Society Research av Ohio State University. Till hösten startar han sina masterstudier på Linnéuniversitetet.

JØRGEN BAGGER KJÆR är universitetslektor på institutionen för idrottsvetenskap vid Linnéuniversitetet. Han har en B.Sc. och M.Sc. från Københavns Universitet, Danmark och en M.A från George Washington University, USA. Han tog sin Ph.D vid George Mason University, USA. Han forskar inom effektiv idrottscoachning, ungdomsidrott och professionaliseringsprocessen inom idrotten. Han stöttar även idrottscoacher genom Linnéuniversitetets kandidat- och masterprogram samt professionella utvecklingskurser.

Inledning

Det finns ett tydligt värde i att utveckla elitidrotten där internationella framgångar inspirerar nya generationer (Riksidrottsförbundet, 2019). Det är också en del i Svenska Simförbundets arbete mot Strategi 2025 att jobba för livslångt simidrottande med möjlighet att nå den yttersta eliten (Svenska Simförbundet, 2020a). För många unga simmare är det en dröm att bli antagen till ett idrottsgymnasium och kunna ha möjligheten att kombinera skolan med en elitsatsning. Vidare kan det antas att en talangfull simmare som valt att lägga ner tre–fyra år av sin tid på ett idrottsgymnasium har ett starkt engagemang. Ändå är det endast 17% av alla juniorelitidrottare som klarat av övergången från junior till senior (Vanden Auweele et al., 2004, refererad i Stambulova & Wylleman, 2014).

I det livslånga simidrottandet går simmaren igenom olika avgörande faser. Övergången från junior till senior särskiljer sig som den mest utmanande i den idrottsliga karriären. För att underlätta övergången krävs det därför att hänsyn tas till idrottarens helhetsituation. Ett sätt att göra detta är genom så kallad *dual career* (Fahlström et al., 2015; Stambulova & Wylleman 2014).

Dual career definieras enligt Stambulova och Wylleman (2014, s. 612) som ”en karriär med två huvudsakliga fokus: idrott och studier eller arbete”. Inom dual career kan det återfinnas flera olika typer av system. I Sverige finns elitidrottsvänliga gymnasium, elitidrottsgymnasium, elitidrottsvänliga universitet och nationellt idrottsuniversitet. Av dessa förekommer i denna studie endast elitidrottsvänliga gymnasier. Dessa kan jämföras med nationell idrottsutbildning (NIU) och erbjuder en akademisk flexibilitet för idrottarna att träna och tävla i deras idrottsmiljö. I kontexten innebär det en akademisk flexibilitet från skolan för att möjliggöra träning och tävling som bedrivs av idrottsföreningen. Utformningen är inte standardiserad utan varje NIU kan själva välja hur mycket stöd som ges (Morris et al., 2021).

Dual career och idrottsgymnasium har sedermera visat sig vara betydelsefullt för att nå landslagsnivå (Fahlström et al., 2015). Trots det stöd som ges från idrottsgymnasium sker större avhopp från idrotten i anslutning till gymnasietiden. Baron-Thiene och Alfermann (2015) studerade avhopp bland 52 flickor och 73 pojkar som gick idrottsgymnasium. I studien fastställs att 29,6 procent av idrottarna avbröt deras idrottskarriär inom två år. En majoritet av dessa avhopp var från individuella idrotter. Problematiken belyses därför i simningen som individuell idrott. För att undersöka problematiken närmare kommer denna studie ta reda på varför före detta

elitsimmare under åldern 16–19 år väljer att avsluta deras elitsatsning under eller direkt efter idrottsgymnasiet.

Tidigare forskning

Det stora hoppet i elitsatsningen är övergången från junior till senior och inträffar när idrottaren övergår till att delta i tävlingar på seniornivå (Stambulova, 1994). Övergången skapar ökade krav för simmaren. Till exempel ökar intensiteten av träning och tävling (Stambulova & Wylleman, 2014), men också större publicitet och ett ökat finansiellt behov (Franck, Stambulova & Ivarsson, 2018). Dessutom ökar kraven i ens livsstil och relationer, till exempel att skapa en balans mellan idrott, utbildning, det sociala och privata livet samt förnyandet av ens kontaktnätverk. Utöver detta upplever idrottare i denna fas psykologiska krav, som att skapa en identitet eller socialt liv; akademiska krav, som att börja en högre utbildning; finansiella krav, som att söka efter sponsorer eller ett professionellt kontrakt (Franck, Stambulova & Ivarsson, 2018). Tränarens sociala stöd belyses som en viktig faktor i övergången (Stambulova & Wylleman, 2014). Detta bekräftas av Fahlström et al. (2016) som framhäver betydelsen av tränarnas kompetens i en god idrottslig elitutvecklingsmiljö.

Avhopp inom idrott

Att göra en övergång från elitsatsningen kan resultera både i positiva och mindre positiva utfall (Park, Lavallee & Tod, 2013). Processen till avhoppet kan uppfattas som en öppen process där resultatet kan leda till en kris, men också en chans för personlig utveckling. Hur avhoppet därefter spelar ut kan påverkas av olika faktorer, till exempel idrottarens personliga och sociala resurser, anledningen till avhoppet samt omständigheterna i det enskilda fallet (Alfermann & Stambulova, 2007).

Att idrottarna väljer att lägga ned elitsatsningen kan bero på flera olika anledningar som unga omkring 15–16 år framför allt känner av. En av de främsta anledningarna är att idrottarna ”hade andra saker att göra”. Utöver det förekommer anledningar som missnöje med tränaren, uppfattning av misslyckande, brist på lagkänsla (Moliner et al., 2006) och minskad spänning inom idrotten (Rottensteiner et al., 2013), liksom faktorer som andra icke-idrottsliga aktiviteter, andra sporter och brist på nöje inom idrotten

(Butcher, Lindner & Johns, 2002). Till detta kommer även skadefrekvens, stagnering, utbildningskrav och brist på motivation som faktorer till avhopp (Enoksen, 2011). Fem stora områden blir därmed återkommande faktorer i sammanhanget: brist på nöje, upplevd fysisk förmåga, social press, tävlingsprioriteringar och fysiska faktorer (Crane & Temple, 2015).

I en svensk kontext studeras varför svenska innebandyflickor i åldern 13 till 18 år väljer att sluta. Det sammanfattas med hjälp av sex olika faktorer som bidrar till avhopp: ökat fokus på idrottsprestation och resultat; ändringar i lagformationen; nya tränare och förändringar i tränarens attityd; intresse för annan aktivitet eller sport; och höga krav på sig själva. Komplexiteten i beslutet betonas och att det ofta är en kombination av tre eller fyra av faktorerna som bidrar till avhoppet (Eliasson och Johansson, 2014). Sammantaget är återkommande anledningar till avhopp person- och miljöfaktorer, konflikt av intressen, tränarrelationen och uppfattad förmåga.

Inom simningen indikeras precis som i övriga studier att ”andra saker att göra” är den huvudsakliga anledningen. I denna studie ingick deltagare med en snittålder på 15 år. Här framkommer därutöver anledningar som brist på nöje och upplevt misslyckande eller låg nivå. Studien påpekar också att de kvinnliga simmarna betonade mer den omåttliga pressen, hård träning, misstycke till tävling, att inte vinna och att inte känna sig tillräcklig (Salguero et al., 2004).

Vidare framkommer att avhopp till följd av fysiska eller psykosociala faktorer var relaterat till färre hobbyaktiviteter, mindre ostrukturerad lek i träningen och begränsad individuell träning. De simmare som hoppat av hade nått en nivå där träningen blivit mer seriös tidigare än de engagerade simmarens utveckling motiverade. I sammanhanget rör det sig om tävlingssimmare i åldern 13 till 18 år. Avhoppare hade också mer sannolikt föräldrar som varit på hög nivå av idrottande som unga. Dessutom kännetecknades de av att vara yngst i deras träningsgrupp samt att de inte hade någon bästa vän i gruppen (Fraser-Thomas, Côté & Deakin, 2008a).

Fraser-Thomas, Côté och Deakin (2008b) studerar avhoppet också i en annan studie, denna gång utifrån simmarens träningsmönster och rollen av nära kontakter, där tydliga skillnader återfinns hos avhoppade respektive engagerade simmare. Hos de avhoppande tävlingssimmarna i åldern 14 till 17 år framhålls tidig topprestation, begränsad individuell träning, press från föräldrar i ungdomsåren, brist på kamrater i ungdomsåren, och rivalitet bland syskon. Hos de engagerade uppgavs i stället utvecklingsfilosofin i klubben, öppen kommunikation från tränare och föräldrar, stöttning från

skolkompisar samt positiv influens från syskon (Fraser-Thomas, Côté och Deakin, 2008b).

I en internationell kontext är sammanfattningsvis de huvudsakliga anledningarna till avhopp inom simning som: konflikter med tränare; andra saker att göra; upplevt misslyckande i utvecklingen; press från föräldrar; tränare och partner; brist på nöje och intresse (Monteiro et al., 2017). I en svensk kontext finns blott begränsade studier kring avhopp inom simningen, följande är hämtat från en kandidatuppsats respektive magisteruppsats. I dessa framkommer skäl till avhopp för elitsimmare i åldern 21 till 26 år utifrån faktorerna skador, brist på motivation, bemötandet och relationen med tränaren som huvudanledningar (Haraldsson, 2019). Dessutom förklaras avhopp för simmare och gymnaster i åldern 13 till 20 år utifrån faktorerna låg upplevd kompetens, tävlingsfokus, nytt fokus och tidsaspekten är orsakerna till avhopp (Lif, 2015).

Avhopp inom idrottsgymnasium

För dual career-idrottare framkommer att fysiska besvär var större bland de avhoppande medan de som hade motivation till att vinna samt självoptimering visade färre antal avhopp. Majoriteten av de avhoppande inom idrottsgymnasium var tjejer och inom individuella idrotter (Baron-Thine och Alfermann, 2015).

I Sverige har begränsade studier gjorts på ungdomar i idrottsgymnasium som väljer att avsluta sin idrottssatsning. I följande två kandidatuppsatser där push/pull/anti-push/anti-pull-modellen användes framkommer att anledningarna till avhopp grundade sig i skador, tidsbrist, sociala problem utanför idrotten, sociala problem inom idrotten och idrottskulturen (Farias och Petersson, 2016). Vidare påvisas att den huvudsakliga anledningen till att hoppa av är negativa relationer med tränare och lagkamrater. De avhoppade idrottarna sägs saknade idrotten men har gått vidare med andra karriärval (Bogren och Rodenburg Lindholm, 2020)

Studiens relevans i relation till tidigare forskning

Sammantaget är den tidigare forskningen väletablerad inom övergången från junior till senior och avhopp inom simningen. Däremot finns det en tydlig begränsning i kunskap om avhopp i samband med idrottsgymnasiet,

speciellt inom individuella idrotter i Sverige. Därför blir denna studie viktig eftersom den fyller en kunskapslucka och bidrar till en större förståelse kring vilka faktorer som står till grund för avhoppet för elitsimmare inom idrottsgymnasium.

Teori

Ebaughs beslutsprocess

Ebaughs beslutsprocess är en väletablerad teori som förklarar lämnandet av en roll. Den har använts i liknande studier inom avhopp och är därmed lämplig för att närmare studera beslutet om avhopp. Vid lämnandet av en roll menar Ebaugh (1988) att processen ser likadan ut, oberoende av om det gäller ett förhållande, jobb eller i detta fall idrott. Utifrån Ebaughs beslutsprocess kännetecknas lämnandet av en roll utifrån fyra olika faser: första tvekan, att söka alternativ, brytpunkten och orsaken, samt efter beslutet.

Den första fasen, *första tvekan*, beskriver i den här kontexten när simmaren börjar ifrågasätta och tveka på sin roll. En tidigare given situation blir omtolkad. När simmaren blir medveten om tveksamheterna börjar den tolka om meningen och de normativa förväntningarna associerade med rollen.

Den andra fasen, *att söka alternativ*, följer efter att simmaren börjat tveka och den söker och bedömer alternativa roller. Till en början är det oklart vilka alternativa vägar som finns, därefter blir sökandet mer och mer medvetet. Dessa alternativa roller kan antingen dämpa eller förstärka den första tveksamheten. I denna del inkluderas att överväga för- och nackdelar, den sociala stöttningen, insikten om valfrihet, skiftande fokus på den alternativa rollen och inläring av den alternativa rollen.

Den tredje fasen, *brytpunkten och orsaken*, innebär en händelse som uppmärksammar att bytet till den nya rollen är möjligt. Detta sker oftast i samband med en aktiv handling som exempelvis att lämna in uppsägning eller besluta sig för att hoppa av idrotten. Händelserna som skapar uppvaknandet kan vara specifika företeelser som gör det aktuellt att lämna den nuvarande rollen. Till exempel familjeproblem eller andra orsaker som personen upplever strider mot de egna värderingarna och tankarna. Det kan också vara återkommande känslor som personen till slut får nog av, eller tidsrelaterade faktorer. Vidare kan det vara händelser där personen använder en ursäkt för att rättfärdiga beslutet att lämna. Det kan exempelvis vara genom att använda ett skadebesked som en anledning att lämna rollen när personen egentligen

upplevde missnöje med sin roll. Dessutom kan det vara ultimatum av olika slag där personen känner att den behöver lämna eller riskera att förlora sin fysiska eller psykiska hälsa.

Den sista fasen, *efter beslutet*, innebär skapandet av den nya rollen och anpassningen som följer till den. Detta blir en utmanande fas för personen som emotionellt behöver avlägsna sig från tidigare självuppfattningar och normativa förväntningar. I detta arbete kommer den tredje fasen, brytpunkten och orsaken, att vara i störst fokus för att besvara frågeställningen.

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

För att få en mer gedigen förståelse av Ebaugh's tredje fas, brytpunkten och orsaken, behöver det definieras vilka faktorer som påverkar beslutet. I sammanhanget menar Fernandez, Stephan och Fouquereau (2006) dock att det inte finns ett teoretiskt ramverk som är anpassat för idrottare. Därför appliceras mer generella modeller i en idrottslig kontext med fokus på vilka faktorer som påverkar beslutet. I sådana modeller betonar Feldman (1994) vikten av att ta hänsyn till både push- och pull-faktorer. Push-faktorer definieras utifrån Schultz, Morton och Weckerle (1998, s. 45) som "negative considerations, like poor health or dislike of one's job, that induce older workers to retire". Pull-faktorer definieras i stället som "typically positive considerations, such as the desire to pursue leisure interests or volunteer activities, that attract older workers toward retirement" (Schultz, Morton & Weckerle, s. 45–46). Mullet et al. (2000) bygger därefter på modellen med två ytterligare faktorer, anti-push och anti-pull. Anti-push-faktorer blir i sammanhanget fördelarna av den nuvarande situationen, exempelvis den sociala kontexten, och anti-pull-faktorer blir kostnaderna och riskerna med den framtida situationen. Sammantaget utgör dessa fyra faktorer push/pull/anti-push/anti-pull-modellen.

Push/pull/anti-push/anti-pull-modellen operationaliseras därefter i en idrottslig kontext av Fernandez, Stephan och Fouquereau (2006). De menar att push-faktorer innebär negativa reflektioner som "pushar" idrottaren till att hoppa av, till exempel en skada. Pull-faktorer beskriver vidare de oftast positiva reflektionerna som driver idrottaren till att vilja hoppa av, exempelvis för att få mer fritid till familjen. Anti-push-faktorerna förklarar varför idrottaren vill stanna kvar i situationen, till exempel den sociala kontexten. Anti-pull-faktorerna, slutligen, beskriver varför idrottaren vill stanna kvar till följd av kostnaderna och riskerna att avvika. Det kan exempelvis vara

ångest över att känna sig misslyckad i kommande miljö eller en osäkerhet över livet efter idrotten. När push- och pull-faktorerna överväger anti-push- och anti-pull-faktorerna blir konsekvensen avhopp.

Tack vare denna modell ges en förståelse över vilka faktorer som simmarna definierar som väsentliga i beslutsfattandet till avhopp. Dessutom skapas en större insikt i beslutsfattandet när modellen inkluderar både positiva och negativa faktorer till att lämna eller stanna i rollen som simmare. Modellen utgör därmed en nyckelroll i analysen. Däremot beskriver den inte sammanhanget utanför beslutet, till exempel påverkan från det sociala stödet eller när den första tvekan skedde, vilket gör att modellen kompletteras väl av Ebaugh's beslutsprocess.

Metod

För att fånga simmarnas upplevelser, känslor och tankar anses en kvalitativ metod vara lämplig (Jones, 2015; Kvale & Brinkmann, 2014). Den kvalitativa metoden tar avstamp i semi-strukturerade intervjuer. Det skapar en möjlighet att erhålla informationsrika data vilket även är det studien syftar till (Jones, 2015). Det semi-strukturerade upplägget möjliggör vidare att besvara valda teman men också en flexibilitet att undersöka teman som framkommer från respondenten (Jones, 2015; Markula & Silk, 2011). Eftersom simmarnas erfarenhet samlas in är det också de som i sammanhanget är den bästa källan, därmed utgår studien från retrospektiva intervjuer (Creswell, 2013). För att underlätta intervjuerna användes en intervjuguide med inspiration av de valda teorierna, Ebaugh's beslutsprocess och push/pull/anti-pull/anti-push-modellen.

Innan intervjufrågorna användes i studien testades de i en pilotstudie. En pilotstudie har fördelarna att frågorna testas och man erhåller värdefull information om frågornas relevans och om de är tydliga. Det skapar även en erfarenhet för intervjuaren som blir bekväm i intervjusammanhanget (Jones, 2015). Pilotstudien testades på en deltagare i liknande urval men däremot i sporten fotboll.

Inför varje intervju tydliggjordes studiens syfte och klargjordes att deltagandet frivilligt, liksom möjligheten att hoppa över frågor. Dessutom tydliggjordes anonymiteten genom att intervjuobjektens verkliga namn inte används. Data skyddades därefter från obehöriga (Bryman, 2018).

Simmarna intervjuades med online-verktyget Zoom, framför allt eftersom det underlättade medverkandet till studien (Jones, 2015) men också för

att rådande pandemi, covid-19, gjorde det svårt att träffas. Innan intervjun tillfrågades deltagaren om den samtycker till en inspelad intervju.

Urvalet av deltagarna var ändamålsenligt, vilket innebär att välja deltagare utifrån specifika kännetecken (Jones, 2015). I sammanhanget var det ett brett urval för att få en inblick i intresset att delta. Deltagarna avgränsades till simmare som börjat i idrottsgymnasium och valt att lägga ner sin elitsatsning, antingen under eller efter gymnasietiden. Denna information skickades ut delvis via ett simtränarnätverk på sociala medier, men också till samtliga 23 idrottsgymnasier i Sverige. Det gav initialt åtta deltagare. Därefter utnyttjades snöbollsurval (Jones, 2015). De åtta deltagarna blev tillfrågade och identifierade ytterligare fem simmare som var intresserade att medverka i studien. Dessa informerades likaså via mail. Därpå filtrerades antalet deltagare genom två kriterier. Det första kriteriet var att simmaren deltagit i idrottsgymnasium någon gång efter 2010 eftersom Svenska Simförbundet (2020b) uttrycker att utbildningsformen startade på nytt då. Det andra kriteriet var att simmaren hade hoppat av under eller direkt efter studietiden. Därigenom erhöles simmare som befgann sig i övergången från junior till senior. I slutändan medverkade 9 simmare, 7 kvinnor och 2 män (se tabellen nedan). Deras namn är fingerade.

<i>Namn</i>	<i>Kön</i>	<i>Född</i>	<i>Högsta nivå</i>	<i>Avhopp</i>
Astrid	Kvinna	2000	Juniorlandslag	Efter examen
Axel	Man	1999	JSM ¹	Termin 6
Elsa	Kvinna	2001	JSM	Efter examen
Hanna	Kvinna	2001	Juniorlandslag	Termin 6
Linda	Kvinna	2003	Ungdoms-SM ²	Termin 3
Lisa	Kvinna	2001	Ungdoms-SM	Termin 5
Maria	Kvinna	2001	JSM	Termin 6
Nils	Man	2000	JSM	Efter examen
Sofia	Kvinna	2001	JSM	Termin 6

1 = Svenska Juniormästerskapen (17–20 år)

2 = Svenska Ungdomsmästerskapen (13–16 år)

Intervjuerna spelades in och transkriberades. Fördelen med detta är att det går att spela upp inspelningen i efterhand och veta både vad och hur respondenterna svarade (Bryman & Nilsson, 2018). Analysen av transkriberade data utgick från Jones (2015) som beskriver analysen i fem steg. Det första steget innebär att bekanta sig med data. För att göra detta lästes transkriberingen igenom två gånger och därmed bildades en överblick över data. Här

antecknades också initiala tankar och teman i analysen. Det andra steget innebär att reducera data. Detta gjordes genom att välja ut relevant data för varje specifikt tema med de teoretiska ramverken och intervjuguiden som stöd. I sammanhanget delades det upp i fyra olika delar: push-faktorer; pull-faktorer; anti-push-faktorer; anti-pull-faktorer. I ett tredje steg organiserades data för varje specifik del genom färgkodning som markerar relevanta svar från respektive intervju inom varje faktor. Till exempel samlades alla svar relaterade till push-faktorer under en färg för att tydligt kunna kategoriseras. Det fjärde steget innebär att visa upp data på ett tydligt sätt. Inom varje faktor skapades därför en lista med alla respondenternas svar vilket underlättade att finna övergripande teman. I det femte och sista steget drogs slutsatser från resultatet och analyserades med hjälp av de teoretiska ramverken samt tidigare forskning. Analysen utgick därefter från en deduktiv ansats när data ställdes i kontrast mot de olika faktorerna i push/pull/anti-push/anti-pull-modellen.

Metoddiskussion

Det är viktigt att betona forskarens relation till studien, något som ofta omnämns som forskarens bias. Det finns två perspektiv av detta. Å ena sidan förklaras nackdelen med att forskaren kan influera studien genom dennes bakgrund och identitet som tas in i studien. Å andra sidan förklaras den positiva sidan med att en särskiljning mellan studien och forskarens andra aspekter av livet kan begränsa studien från olika insikter, hypoteser och validitetskontroller (Maxwell, 2012). För att förtydliga detta i denna studie förklaras vidare uppsatsförfattarens relation till studien. Förste författaren har erfarenhet som simtränare och ämnar att med denna studie göra ett bidrag till svensk simning. Dessutom strävas efter att belysa samt skapa kunskap i problematiken med avhopp från elitsimningen för att utveckla simningen vidare. Andre författaren har erfarenhet som tränare på ett amerikanskt idrottsgymnasium och har gjort forskning inom fälten tränar- och talangutveckling.

Som nämnts bestod urvalet i studien av nio simmare varav två var män. Detta var dock inte något förutbestämt utan en följd av snöbollsurvalet. Jones (2015) menar att det i en kvalitativ studie bör strävas efter ”mättnad”, där fler deltagare inte bidrar med någon ny kunskap. Därmed förespråkas inte att sträva efter ett specifikt antal deltagare. Å ena sidan kan det därför uppfattas som att fler män i studien skulle bidra med mer mättnad. Å den

andra skiljde sig inte svaren märkbart mellan de två könen och därför betraktas det inte heller som en problematik. En generell mättnad skapades efter den sjunde intervjun, men det kan inte fastslås om en specifik mättnad skapades var avser männens svar. Ett scenario kan innebära att det eventuellt uppstått ett nytt perspektiv om fler män deltagit i studien. Det kan därför vara en potentiell begränsning i sammanhanget.

Slutligen är det av betydelse att diskutera generaliserbarheten i studien. En nackdel med intervjustudier är att de kräver mycket resurser. Således kan en konsekvens vara att urvalet blir smalt och icke-representativ för en större del av befolkningen (Jones, 2015). Andra länder och kulturella kontexter liknar möjligen inte den svenska idrottskulturen. Därför har det uppmärksamats att resultaten möjligen inte är tillämpningsbara i dessa sammanhang. Däremot anses att studien bidrar med en analytisk generaliserbarhet eftersom dess iakttagelser utgår från etablerade teorier (Smith, 2018).

Resultat och analys

Utifrån simmarens berättelser uppfattas en kombination av olika faktorer bidra till avhoppet. Vidare presenteras de faktorer som simmare lyfte fram enligt push/pull/anti-push/anti-pull-modellen.

Push-faktorer

Missnöje med tränare: Simmare uttryckte missnöje med tränare eller träningsupplägg i olika former som en betydande faktor. Det kunde exempelvis vara att det förekom favorisering inom simgruppen utifrån vilka som presterade bäst, men också att träningsupplägget inte tycktes passa för simmare. I andra fall var det tränarbyten som skapade en instabil miljö. Tränarbytet kunde också leda till ett nytt ledarskap eller träningsupplägg som simmare inte ville anpassa sig till eller tyckte var roligt. Så här berättar exempelvis Axel:

Det försökte jag göra men tyvärr lämnade han oss, han valde att gå vidare och avbryta samarbetet med klubben. Det förstår jag nu i efterhand varför. Jag blev givetvis väldigt ledsen och det var inte bara jag utan majoriteten av gruppen. Så själva tränarstrukturen var så att vi hade ingen tränare den perioden fram tills vintern och början av mitt sista år inom simningen och då kände jag

att det var väldigt nytt och jag orkar inte anpassa mig. Jag kände att jag kan det här, den här träningen funkar inte för mig, vi måste hitta något. (Axel]

Utebliven utveckling: Upplevelsen av att den idrottsliga utvecklingen inte motsvarande deras förväntningar eller att de presterade dåligt lyftes upp som en push-faktor. Det kunde vara i både tränings- och tävlingssammanhang men huvudsakligen att lägga ner så mycket tid som satsningen innebar och inte få något positivt resultat. Maria berättar till exempel att ”där i trean så gick det inte speciellt bra och då blir man såklart också omotiverad till att fortsätta med något”.

Utöver de idrottsliga faktorerna berättades det också om utebliven utveckling som ett resultat på ohälsa. Det kunde innebära psykisk ohälsa och skador som gör det svårare eller omöjligt att återgå till simningen. I vissa fall beskrevs också återhämtningen från längre tids sjukdom som bidragande eftersom konsekvensen blev utebliven utveckling eller dålig prestation. Hanna beskriver sin upplevelse så här:

Jag har mycket det att jag kände mig dålig. Innan har jag känt mig som att simning har varit en väldigt, väldigt stor del av min identitet och att jag är identifierat mig som en duktig simmare. Men efter det där så blev det istället att jag bara var en dålig simmare. (Hanna)

Den uteblivna utvecklingen, oberoende av orsak, kunde också leda till prestationsångest. Simmarna upplevde ångest för att alltid behöva prestera och uppnå resultat. Så här upplevde Sofia situationen:

Mycket prestationsångest tror jag, jättemycket. Det var väl kanske för att så fort motivationen dippade lite, det kan vara av olika anledningar, det kan vara bara för stunden liksom, men det syns ju ganska snabbt i resultat. Så fort det syns i resultat så blir det bara värre. Jag hade jättesvårt med just prestationsångest, att jag vill bli bättre hela tiden men när jag inte kände att jag blev det så kändes tiden ännu mer förgäves. (Sofia)

Till sist kunde den uteblivna utvecklingen uttryckas genom simmarnas reflektion över att de i deras framtid inte såg en utveckling mot att kunna livnära sig på idrotten. Därför kände de också att det inte var värt ansträngningen när livet ställde andra krav, som exempelvis att hitta en inkomst. Astrid berättar exempelvis att ”man går i de tankarna, ja, det finns ju inga pengar i simning, det går inte att leva på det om du inte är en Sarah Sjöström”.

Pull-faktorer

För att skapa förståelse inför genomgången av pull-faktorer är det väsentligt att lyfta fram att en simmare på denna nivå tränar regelbundet ungefär 14 till 18 timmar i veckan (Svenska Simförbundet, 2014).

Sociala anledningar utanför idrotten: Simmarna beskriver sociala anledningar utanför idrotten som en bidragande del i avhoppet. I sammanhanget upplevde simmarna att de fick välja bort andra roliga saker de ville göra till förmån för träningen. Ofta var dessa kopplat till studenten, fester och åtaganden tillsammans med kompisar utanför idrotten. Nils berättar exempelvis om sin upplevelse:

Så fritiden blev lite bortglömd där. När man är i 16, 17, 18 års ålder blir det väldigt intressant med fester och alkohol och sånt. Om man skulle festa var inte det bra för träningen heller. (Nils)

Studier: Det berättas också om studierna som började ta större plats i simmarens liv. I dessa fall beskrevs oftast studier som en prioritering och att få mer tid till att fokusera på studierna. Nils berättar exempelvis att ”träningen tog upp så mycket tid av pluggtiden utanför skolan”.

Citaten skapar ett intressant perspektiv på dual career som i sitt ursprung syftar till att möjliggöra för utövaren att kombinera studier och idrott (Stambulova och Wylleman, 2014). I denna studie lyfts att vissa simmare faktiskt upplever dual career som en utmaning. Den tidskrävande simningen skiljer sig från andra idrotter och bilden som framkommer visar hur dual career fungerar i simningen.

Anti-push-faktorer

Glädjen inom simningen: Viljan att vara kvar i elitsatsningen definierades av simmarna som glädjen inom simningen. Detta uttrycktes framför allt som gemenskapen. Kompisar och umgänge under träningar och tävlingar upplevdes göra tiden roligare. Lisa berättar exempelvis:

Ja alla minnen man hade, alla kompisar man har. Jag har väldigt nära kontakt med mina tränare. Även om det var jobbigt att komma till träningen så var det ändå. Vi har ju en sammanhållning och vi umgås inte bara i simhallen, vi umgås utanför också. Så det är ju mest kompisarna som gör att man orkar fortsätta. (Lisa)

Glädje kunde också uttryckas i att de tycker om simningen som sport och att det gjorde att de fortsatte. Det kunde exempelvis vara glädjen i att träna och tävla i simning. Elsa berättar så här om sin upplevelse:

Det var ju att jag tycker om simning, jag gillar ju simning. Det är inte så att jag hatar sporten simning och jag tycker ju om att satsa på simning och jag hade aldrig gjort något annat. (Elsa)

Bra tränare: Att tränaren var stöttande var också en viktig del av simmarens upplevelser för att vilja stanna kvar i simningen. Det kunde vara stöd och förståelse från tränare genom exempelvis ett anpassat upplägg. Det kunde också vara att de var trevliga att vara omkring och att passen var bra. Sofia uttrycker det enligt följande:

Jag vet inte, alltså min tränare var väldigt, till en början i alla fall, innan han förstod att jag faktiskt hade tröttnat så var han väldigt förstående och ville försöka hjälpa mig och hitta tillbaka, anpassa lite och få mig att tänka positivt, hitta tillbaks till glädjen. Det tyckte jag var väldigt positivt. (Sofia)

Anti-pull-faktorer

Hitta ny identitet: Skapandet av en ny identitet beskrevs som ett orosmoment efter avhopp. Simmare lyfter upp att de identifierar sig som simmare eftersom det är det de ägnat större delen av sin tid åt. Upplevelsen var därför en oro över att lämna tryggheten och fundera på vem de skulle bli efter simningen eller vad de skulle lägga den tiden på. Det beskrivs av Astrid enligt följande:

Det blev nästan en liten identitetskris. Man har ju identifierat sig som simmare hela livet. Jag och min kompis pratade om det för hon har elitsatsat i fotboll, så skulle hon berätta att hon pluggade med mig till någon. Och de svarade 'aha Astrid, simmaren' man bara mm. Man kände sig nästan lite vilsen och bara okej, jag har gjort det här så pass många år, vad ska jag göra nu. (Astrid)

En del av att tappa identiteten uttrycktes som att tappa eller lämna kontakten med den gemenskap som fanns inom simningen. Maria uttrycker exempelvis att "rädslan var väl att tappa kontakten med sina kompisar".

Simmarna upplever det som besvärligt att tappa den träning som de fick naturligt genom satsningen. Det kunde också vara känslan över att inte veta vad man skulle göra annars. Till exempel uttrycker Maria:

Och sen kändes det jobbigt att varit väldigt aktiv i hela sitt liv på hög nivå. Då känner man lite att träningen kommer gratis, man går dit för att man tycker det är kul och man får träning på köpet, så känns det ungefär. Det tyckte jag kändes lite jobbigt att inte ha planerade träningar och behöva pusha sig själv. (Maria)

Press: Simmarna upplevde en form av självupplevd press genom en oro över att göra tränare eller familjemedlemmar besvikna. Det var ingen som aktivt satte press på simmaren, utan det var något som simmaren själv upplevde. Här uttrycker Sofia hennes upplevelse:

Jag ville inte göra någon besviken, för att jag vet att mina föräldrar alltid har varit stöttande och de har såklart alltid sagt att det är mitt val. Jag har aldrig varit tvingad att simma. Men de har också lagt ner hela sitt liv eller väldigt mycket energi på mig och min simning. Samma sak med mina tränare som tror på mig och då vill man inte på något sätt göra de besvikna med att sluta. För att om min tränare kommer till mig och säger att han tror att jag kan nå långt om jag bara vill, då får man dåligt samvete för att man kanske inte vill. Det är lite jobbigt, det vet jag att jag tyckte var jättejobbigt. Just med min tränare som hade gjort så himla mycket för mig. För mina föräldrar var ganska snabba med att 'okej, det är ditt val'. Men han blev nog lite ledsen. (Sofia)

Därutöver kunde simmarna också uppleva en viss press utifrån som gjorde att de fortsatte simningen eftersom det var en obligatorisk del och därmed också betygsättande. Att inte genomföra den skulle innebära att betyget påverkades. Maria berättar sin upplevelse enligt följande:

En grej var att jag faktiskt gick på idrottsgymnasium. Det var kurser som jag behövde slutföra för att få betyg och jag var väldigt ambitiös i skolan och satsade på väldigt höga betyg och det drev mig faktiskt framåt väldigt länge. Att 'du får fixa att simma det här året också för att du betygsätts' och jag vill ha höga betyg. (Maria)

Utifrån denna utsaga från Maria kan man fundera över huruvida dual career funkar i simningen. Hela dual career-konceptet innebär att underlätta för idrottaren och möjliggöra kombination av studier och idrott (Stambulova och Wylleman, 2014). Detta innebär att idrottsgymnasiets struktur skapar en press utifrån på simmaren och frågan kan ställas om det bör se ut så.

Sammanfattningsvis uttrycks faktorerna som bidrar till avhopp genom push- och pull-faktorerna på följande sätt: missnöje med tränare, utebliven utveckling, sociala anledningar utanför idrotten samt studier. För förtydligande delas dessa följaktligen i två kategorier, idrottsliga faktorer och utbildningsfaktorer. De idrottsliga faktorerna har en tydlig koppling till simmarens miljö genom simföreningens påverkan. De är missnöje med tränare, utebliven utveckling och större förståelse för faktorn 'sociala anledningar utanför idrotten'. Utbildningsfaktorer är i stället faktorer med en tydlig koppling till skolans miljö, i denna kontext innebär det faktorn studier. Vidare lyfts också faktorerna som bidrar till varför simmaren vill stanna kvar inom sporten genom anti-push- och anti-pull-faktorerna. Dessa var glädje inom simningen, bra tränare, hitta ny identitet och press.

Diskussion

Monteiro et al. (2017) beskriver de huvudsakliga anledningarna till avhopp inom simningen som konflikter med tränare, andra saker att göra, upplevt misslyckande i utvecklingen, press från föräldrar, tränare och partner, brist på nöje och intresse. Dessa faktorer har likheter med faktorerna som framkommer i denna studie har likheter. Konflikter med tränaren, som benämns som push-faktorn missnöje med tränare, framkommer när simmaren upplevde en favorisering eller när tränarbytet skapade andra förutsättningar. Likaså framkommer "andra saker att göra" i denna studies pull-faktorer i form av studier, som upplevdes som mer värdefullt. Vidare lyfts den uteblivna utvecklingen upp i bägge studierna när simmaren upplever en minskad motivation i samband med att inte utvecklas som den vill.

Vad som däremot kompletterar studien av Monteiro et al. (2017) är push-faktorn utebliven utveckling på grund av psykisk och/eller fysisk ohälsa samt ekonomiska faktorer i anslutning till simningen. Värt att notera är att skador har belysts i tidigare studier inom idrottsgymnasium (Farias och Petersson, 2016). I dessa framkommer dock en större betoning i prestationsångesten och den psykiska ohälsan som simmarna upplever. Ytterligare ett tillägg är pressen som av Monteiro et al. (2017) beskrivs kommer från föräldrar, tränare och partner. I denna studie uppfattas i stället att pressen inte nödvändigtvis aktivt kommer från föräldrar, tränare och partners men att den istället är självskapad med en anknytning till dessa roller.

Fortsättningsvis kan det utifrån denna studie inte sägas exakt vilken faktor som blir den kritiska för avhoppet. Istället blir det uppenbart att en kom-

bination av push- och pull-faktorer gemensamt bidrar till valet att hoppa av eftersom olika faktorer har olika betydelser för varje simmare. Att beslutet är mångfasetterat och komplext är även något som Eliasson och Johansson (2014) menar i deras studie. Det blir därför viktigt att ta hänsyn till den idrottande individens helhet (Fahlström et al., 2016; Gilbert, 2017). Den unika situationen ställer krav på vilka olika typer av behov varje individ behöver.

Vidare betraktas den större delen av de bidragande faktorer som idrottsliga faktorer snarare än faktorer inom skolmiljön. Till exempel är push-faktorer som missnöje med tränare och utebliven utveckling till följd av prestationsångest, några faktorer som kan tas om hand och motverkas inom idrottsmiljön. Likaså pull-faktorn sociala anledningarna utanför idrotten kan underlättas inom idrottsmiljön. Vid första anblick kan denna faktor anses ligga utanför idrottsmiljön och simföreningens påverkan. Däremot upplever simmarna i studien en begränsning för att kunna närvara på sociala aktiviteter utanför idrotten och samtidigt satsa på simningen. Vad som därför kan underlättas inom idrottsmiljön är simföreningens möjlighet att se den idrottande individens helhet och möjliggöra en utveckling av en identitet även utanför simningen (Edison et al., 2021). Fahlström et al. (2016) menar att tränarens betydelse för att påverka faktorerna runt individen blir viktig. Framför allt lyfter de betydelsen av tränarnas kompetens eftersom den till större delen även påverkar de övriga faktorerna i en god idrottslig utvecklingsmiljö. Utöver detta beskrivs också att en fungerande miljö vid kombination av skola och idrott är betydelsefull för att få en helhetssyn på den idrottande individen. En sådan helhetssyn blir i sammanhanget ett förhållningssätt från tränare som sätter individen i centrum, vilket framhålls av Gilbert (2017) som en av de viktigare egenskaperna i tränarskapet. Detta stöds av denna studie när de idrottsliga faktorerna betonas extra, eftersom tränaren är personen i sammanhanget som har direkt påverkan på av dessa faktorer. Kjær et al. (2022) menar att tränarrollen inte bara är viktig på spelplanen utan också hjälper nya idrottare att aklimatisera sig när de flyttar till en idrottsskola. Detta kräver tid att spendera utanför idrotten, exempelvis genom att hjälpa till med flytten och att delta i en dialog med idrottarna.

Utöver de idrottsliga faktorerna lyfts också pull-faktorn studier upp i simmarnas berättelser som betydande i avhoppet, vilket skapar en intressant insyn i dual career-konceptet inom simning eftersom syftet med dual career är att möjliggöra fokus på både skola och idrott (Stambulova och Wylleman 2014). Våra resultat insinuerar motsatsen, ty när simmarna ser en utmaning i att kombinera de bägge blir det tydligt att det finns brister i dual career-

konceptet inom simningen. En del i detta skulle kunna vara att simningen är tidskrävande (Svenska Simförbundet, 2014). Det blir därmed desto viktigare att dual career-konceptet fungerar i detta sammanhang.

Utbildningsfaktorerna är däremot av mindre betydelse jämfört med de idrottsliga faktorerna. Det kan därför å ena sidan tänkas att simföreningen har en starkare möjlighet att motverka avhoppet och därmed innehar ett större ansvar än skolan. I relation till modeller av Henriksen (2010b) och Fahlström et al. (2016) är detta inte helt otänkbart eftersom de påverkbara faktorer som ligger närmast idrottaren är faktorer med koppling till idrottsföreningen. Däremot betonar de också vikten av fungerande samarbete och kommunikation mellan skola och idrott i en god idrottslig utvecklingsmiljö för att få en helhetssyn på den idrottande individen. Därför blir det inte i sammanhanget en fråga om skola eller idrott utan snarare en samverkan mellan skolan, som ansvarig för utbildningsfaktorerna, och idrottsföreningen, som ansvarig för de idrottsliga faktorerna. Enligt resultaten från denna studie är de idrottsliga faktorerna de största men utbildningsfaktorerna bör inte förringas. Det finns brister från bägge sidor och för att mest effektivt kunna motverka avhoppet krävs därför en samverkan mellan bägge miljöer.

Stambulova och Wylleman (2014) menar vidare att studier och de sociala aspekterna blir mer krävande i övergången från junior till senior. De menar också att det skapar en högre stress och ökad känslighet av att påverkas av sociala faktorer, speciellt när idrottaren också vill behaga dennes nära kontakter. I denna studie lyfts det upp att simmarna till stor del påverkas av sociala faktorer. Det kan vi exempelvis se när simmarna uttrycker sociala anledningar utanför idrotten och studierna som stora pull-faktorer. Dessa faktorer menar Weinberg och Gould (2019) orsakar avhopp genom logistiska och sociala orosmoment. De logistiska orosmomenten inkluderar den tidskrävande sporten som lämnar idrottaren med mindre tid för vänner och skolan, och det sociala orosmomentet innebär missnöje med idrottarens sociala liv.

Eftersom det inte genomförts någon tidigare forskning om simmares avhopp enligt push/pull/anti-push/anti-pull-modellen, framhävs även vilka faktorer som gör att simmarna vill stanna kvar inom idrotten. Gemenskapen tycks här vara viktig för att vilja vara kvar inom idrotten. Det är också gemenskapen som det uttrycks som en rädsla för att tappa. En god gemenskap är därför utifrån denna studie ett starkt tema där föreningen har möjlighet att motverka avhoppet. Det betonar vikten av träningsgruppens sammansättning och samverkan, precis som Henriksen (2010b) och Fahlström et al. (2016) menar kännetecknar en god idrottslig utvecklingsmiljö. Den spe-

cifika idrottsföreningens arbete med stöd och påverkan på dessa idrottsliga faktorer blir därför väsentliga i sammanhanget för att motverka avhoppet.

Till sist beskriver Ebaugh (1988) i den andra fasen av beslutsprocessen att simmaren mer och mer medvetet söker efter en alternativ roll. Däremot hade simmarna i sammanhanget inte ett tydligt sökande utan såg framför allt ett alternativ som möjligt, det vill säga fortsatta studier. Eftersom simmarna inte tydligt söker alternativa roller då de går i gymnasiet kan teorin i denna fas utvecklas vidare. Deras kortsiktiga alternativ till andra roller blir begränsade eftersom de vet att de behöver gå klart gymnasiet. Det som däremot framkommer är att simmarna inte ser den idrottsliga utvecklingen hos sig själva som tillräcklig för att i framtiden kunna vara i världsklass och därmed också få en trygg ekonomisk situation. Simning är en sport som kräver mycket tid för att bli framgångsrik i (Svenska Simförbundet, 2014). Detta skapar en utmaning eftersom målet ligger för långt bort för att simmarna ska se fördelarna med att investera den tiden. När utmaningen, i detta fall målet att kunna prestera i världsklass, blir för stor i jämförelse m nuvarande färdigheter skapas ångest hos utövaren och därmed psykologiska orosmoment (Csikszentmihalyi, 2008). Psykologiska orosmoment är en återkommande faktor som står för mer än 50% av anledningarna för avhopp. En del i denna faktor är idrottarens insikt att en professionell karriär är osannolik (Weinberg & Gould, 2019). Därför söker simmarna sig i stället till långsiktiga alternativ genom fortsatta studier utan simningen.

Konklusion

Denna studie har bidragit med en större förståelse över varför elitsatsande simmare hoppar av i anknypning till idrottsgymnasiet. I sammanhanget kunde ingen enskild kritisk faktor kunde urskiljas som anledningen till avhoppet. Däremot framkommer det att beslutet är mångfasetterad och komplext där en till fyra olika faktorer sammantaget kunde utgöra underlag för beslutet. De faktorer som uppgavs av simmarna var push-faktorena missnöje med tränare och utebliven utveckling samt pull-faktorena sociala anledningar utanför idrotten och studier. Dessa var i stor del kopplade till idrottsliga faktorer inom simföreningens påverkansmöjligheter och i mindre del till idrottsgymnasiets stöd. Däremot bör dessa miljöer samverka för att kunna bidra till en holistisk miljö för idrottaren och därmed starkast kunna motverka avhoppet. I analysen framkommer också att glädje i simningen och tränarens roll är värdefulla för att motverka beslutet.

Därutöver ger studien ett teoretiskt bidrag till och föreslår en tillämpning av Ebaughs beslutsprocess där simmaren inte nödvändigtvis kan söka sig till andra roller om den är begränsad kortsiktig, i detta fall av att gå klart gymnasiet. Däremot kan den söka sig till långsiktiga alternativ, som i denna kontext är fortsatta studier utan simningen.

Till sist är en fördjupad kunskap över vad som skapar avhoppet inom svensk simning av stor betydelse. Inte minst eftersom det finns ett värde i att investera i elitidrotten för att inspirera nya generationer idrottare. Med denna studie belyses problematiken utifrån simmarens perspektiv och ger en första inblick i förståelsen av varför avhoppet från svensk elitsimning inom idrottsgymnasium förekommer. För att skapa en mer nyanserad förståelse inom problemområdet kan vidare forskning med fördel undersöka avhoppet utifrån simföreningens och idrottsgymnasiets perspektiv.

Referenser

- Alfermann, D., & Stambulova, N. (2007). Career Transitions and Career Termination. I Tenenbaum, G., & Eklund, R. C. (Red.), (2007). *Handbook of sport psychology* (3rd ed.) (s. 712–733). John Wiley & Sons, Inc.
- Baron-Thiene, A., & Alfermann, D. (2015). Personal characteristics as predictors for dual career dropout versus continuation - A prospective study of adolescent athletes from German elite sport schools. *Psychology of Sport and Exercise* 21(1): 42–49.
- Bogren, A., & Rodenburg Lindholm, K. (2020). *Athletic Dropouts in Swedish Adolescence Female Handball Players*. [Kandidatuppsats, Högskolan i Halmstad]. DiVA: <http://hh.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A1394556&dsid=8323>
- Butcher, J., Lindner, K. & Johns, D. (2002). Withdrawal from competitive youth sport: A retrospective ten-year study. *Journal of Sport Behavior* 25(2): 145–163
- Bryman, A., & Nilsson, B. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder* (3 uppl.). Liber.
- Crane, J. & Temple, V. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review* 21(1): 114–131. DOI: 10.1177/1356336X14555294
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design*. Sage.
- Csikszentmihályi, M. (2008). *Flow: The psychology of optimal experience* (1st Harper Perennial Modern Classics ed.). New York: Harper Perennial.
- Ebaugh, H. (1988). *Becoming an ex: The process of role exit*. Chicago: Univ. of Chicago Pr.
- Edison, B. R., Christino, M. A., & Rizzone, K. H. (2021). Athletic Identity in Youth Athletes: A Systematic Review of the Literature. *International Journal*

- of Environmental Research and Public Health* 18(7331). DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18147331>
- Eliasson, I. & Johansson, A. (2014). Att sluta med idrott. En analys av avslutsprocessen och varför flickor slutar spela innebandy. *Pedagogiska rapporter* 91(1). Pedagogiska institutionen, Umeå universitet.
- Enoksen, E. (2011). Drop-out Rate and Drop-out Reasons Among Promising Norwegian Track and Field Athletes - A 25 Year Study. *Scandinavian sport studies forum* 2(1): 19–43
- Fahlström, PG., Gerrevall, P., Glemne, M., & Linnér, S. (2015). Vägarna till landslaget. Om svenska elitidrottarens idrottsval och specialisering. *FoU-rapport* 2015:1. Riksidrottsförbundet.
- Fahlström, PG., Glemne, M., & Linnér, S. (2016). Goda idrottsliga utvecklingsmiljöer: En studie av miljöer som är framgångsrika i att utveckla elitidrottare. Riksidrottsförbundet.
- Farrias, M., & Petersson, R. (2016). *Idrottsliga avhopp: Anledningar och konsekvenser hos ungdomar*. [Kandidatuppsats, Högskolan i Halmstad]. DiVA: <http://hh.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A904805&dswid=3762>
- Feldman, D. (1994). The Decision to Retire Early: A Review and Conceptualization. *The Academy of Management Review* 19(2): 285–311. DOI: 10.5465/AMR.1994.9410210751
- Fernandez, A., Stephan, Y., & Fouquereau, E. (2006). Assessing reasons for sports career termination: Development of the Athletes' Retirement Decision Inventory (ARDI). *Psychology of Sport and Exercise* 7(5): 407–421. DOI: 10.1016/j.psychsport.2005.11.001
- Franck, A., Stambulova, N., & Ivarsson, A. (2018). Swedish athletes' adjustment patterns in the junior-to-senior transition. *International Journal of Sport and Exercise Psychology* 16(4): 398–414. DOI: 10.1080/1612197X.2016.1256339
- Fraser-Thomas, J., Côté, J. & Deakin, J. (2008a). Examining Adolescent Sport Dropout and Prolonged Engagement from a Developmental Perspective. *Journal of Applied Sport Psychology* 20(3): 318–333. DOI: 10.1080/10413200802163549
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2008b). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise* 9(1): 645–662.
- Gilbert, W. (2017). Coaching better every season: A year-round system for athlete development and program success. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Haraldsson, J. (2019). *En intervjustudie om simmare på elitnivå: Varför slutar de?*. [Kandidatuppsats, Gymnastik- och idrottshögskolan]. DiVA: <http://gih.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A1307741&dswid=648>
- Henriksen, K., Stambulova, N., & Roessler, K. K. (2010a). Holistic approach to athletic talent development environments: A successful sailing milieu. *Psychology of Sport and Exercise* 11(3): 212–222.
- Henriksen, K., Stambulova, N., & Roessler, K. K. (2010b). Successful talent development in track and field: considering the role of environment. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 20(1): 122–132.
- Jones, J. (2015). *Research methods for sport studies* (3 uppl.). Routledge

- Kjær, J. B., Bjärsholm, D., Fahlström, P.G., & Linnér, S. (2022). Breaking through? Exploring care in the early life of elite Swedish athletes. *Sports Coaching Review*. DOI: 10.1080/21640629.2022.2057695
- Knights, S., Sherry, E., & Ruddock-Hudson, M. (2016). Investigating Elite End-of-Athletic-Career Transition: A Systematic Review. *Journal of Applied Sport Psychology* 28(3): 291–308. DOI: 10.1080/10413200.2015.1128992
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun* (3 uppl.). Studentlitteratur.
- Knights, S., Sherry, E., & Ruddock-Hudson, M. (2016). Investigating Elite End-of-Athletic-Career Transition: A Systematic Review. *Journal of Applied Sport Psychology* 28(3): 291–308. DOI: 10.1080/10413200.2015.1128992
- Lif, S. (2015). *Motivationsklimat inom svensk ungdomsidrott: Idrottsdeltagande och avhopp från idrotten*. [Magisteruppsats, Högskolan i Halmstad]. DiVA: <https://hh.diva-portal.org/smash/get/diva2:859757/FULLTEXT01.pdf>
- Markula, P., & Silk, M. (2011). *Qualitative Research for Physical Culture*. Palgrave Macmillan.
- Maxwell, A. J. (2012). *Qualitative Research Design: An Interactive Approach*. SAGE Publications, Inc.
- Molinero, O., Salguero, A., Tuero, C., Alvarez, E. & Marquez, S. (2006). Dropout reasons in young Spanish athletes: relationship to gender, type of sport and level of competition.
- Monteiro, D., Cid, L., Marinho, D., Moutão, J., Vitorino, A., & Bento, T. (2017). Determinants and Reasons for Dropout in Swimming - Systematic Review. *Sports (Basel)* 5(3): 50. DOI: 10.3390/sports5030050
- Morris, R., Cartigny, E., V. Ryba, T., Wylleman, P., Henriksen, K., Torregrossa, M., Lindahl, K., & Cecic Erpic, S. (2021). A taxonomy of dual career development environments in European countries. *European Sport Management Quarterly* 21(1): 134-151. DOI: 10.1080/16184742.2020.1725778
- Mullet, E., Dej, V., Lemaire, I., & Raiff, P. (2000). Studying, Working, and Living in Another EU Country: French Youth's Point of View. *European Psychologist* 5(3): 216–227. DOI: 10.1027//1016-9040.5.3.216
- Park, S., Lavalley, D., & Tod, D. (2013). Athletes' career transition out of sport: a systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology* 6(1): 22–53. DOI: 10.1080/1750984X.2012.687053
- Riksidrottsförbundet. (25 juni 2019). *Elitidrott*. <https://www.rf.se/RFarbetarmed/Elitidrott/> (Hämtad 2021-05-10)
- Rottensteiner, C., Laakso, L., Pihlaja, T. & Kontinen, N. (2013). Personal Reasons for Withdrawal from Team Sports and the Influence of Significant Others among Youth Athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching* 8(1): 19–32. DOI: 10.1260/1747-9541.8.1.19
- Salguero, A., Gonzales-Boto, R., Tuero, C., & Marques, S. (2004). Identification of dropout reasons in young competitive swimmers. *Journal of sports medicine and physical fitness* 43(4): 530–534
- Shultz, K., Morton, K., & Weckerle, J. (1998). The Influence of Push and Pull Factors on Voluntary and Involuntary Early Retirees' Retirement Decision

- and Adjustment. *Journal of Vocational Behavior* 53(1): 45–57. DOI: 10.1006/jvbe.1997.1610
- Smith, B. (2018). Generalizability in qualitative research: misunderstandings, opportunities and recommendations for the sport and exercise sciences. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health* 10(1): 137–149. DOI: 10.1080/2159676X.2017.1393221
- Stambulova, N. (1994). Developmental Sports Career Investigations in Russia: A Post-Perestroika Analysis. *The Sport Psychologist* 8(3): 221–237
- Stambulova, N., Engström, C., Franck, A., Linnér, L. & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise* 21(1): 4–14.
- Stambulova, N., & Samuel, D. R. (2019). Career transitions. I Hackfort, D., & Schinke, J. R. (Red.), *Routledge encyclopedia of sport and exercise psychology* (s. 119–134)
- Stambulova, N., & Wylleman, P. (2014). Athletes' career development and transitions. I Papaioannou, A., & Hackfort, D. (Red.), *Routledge companion to sport and exercise psychology* (s. 605–621). Routledge.
- Svenska Simförbundet. (10 dec 2020a). *Strategiska områden*. <https://www.svensksimidrott.se/Viarbetarmed/Strategi2025/varastrategiskaomraden/strategiskaomraden/> (Hämtad 2021-05-06)
- Svenska Simförbundet. (10 sep 2020b). *Nationell idrottsutbildning*. <https://www.svensksimidrott.se/Aktiv/kombinerastudieridrott/NationellIdrottsutbildning/> (Hämtad 2021-05-07)
- Svenska Simförbundet. (2014). *Simlinjen – Svenska Simförbundets utvecklings-trappa*. SISU Idrottsböcker.
- Torregrosa, M., Ramis, Y., Pallarés, S., Azócar, F., & Selva, C. (2015). Olympic athletes back to retirement: A qualitative longitudinal study. *Psychology of Sport and Exercise* 21(1): 50–56.
- Weinberg, R., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (Seventh ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Wippert, P., & Wippert, J. (2008). Perceived Stress and Prevalence of Traumatic Stress Symptoms Following Athletic Career Termination. *Journal of Clinical Sport Psychology* 2(1): 1–16.
- Wylleman, P., Reints, A., & De Knop. (2013). A developmental and holistic perspective on athletic career development. I De Bosscher, V., & Sotiriadou, P. (Red.), *Managing High Performance Sport* (s. 191–214). Routledge

