



Elittränarprojektet

– En sammanställning



Elittränarprojektet

Projektgrupp:

Marissa Danielsson

Anna Stoltze

Carin Hamnlund

Emma Tillman

Thomas Gehöör

Innehåll

Inledning	5	Statistik	9
Bakgrund	5	Sammanfattning	9
Syfte & målsättningar	5	Analys	10
Jämställdhet	6	Framtiden	11
Mötesplatsen	7	Referenser	12
Koncept	7		
Samverkan	7		
Föreläsare & teman	7		
Filmerna	8		
Spridning & användning	8		
Se utbildningsfilmerna	8		
Elittränare i filmer	8		



INLEDNING

Om projektet

Idag är kvinnor underrepresenterade som elittränare, både inom individuella idrotter och lagidrotter men också som tränare generellt inom idrottsrörelsen. I Elittränarprojektet strävar vi efter att öka antalet kvinnliga tränare.

Bakgrund

Fördelningen mellan kvinnor och män i rekryteringen till tränarpositioner är än idag betydande ojäm. I den svenska idrottsrörelsen visar det sig endast vara 27% kvinnor som leder barn och unga. Denna "underrepresentation av kvinnor som tränare är mångfacetterat och djupt kulturellt konstruerat" (Eliasson, 2020, s. 4). En långsiktig och hållbar åtgärd att ta sig an är att integrera strategier som riktar sig mot de sociokulturella normer och hinder som blivande och/eller nuvarande kvinnliga tränare handskas med. (Eliasson, 2020)

Hur kan synen på tränarrollen förändras till det positiva, hur får vi fler kvinnor till att bli mer inspirerade till yrket och hur får vi en jämställd rekrytering av tränare?

"Idrottsrörelsen ser en jämställd verksamhet som en förutsättning för, och ett tecken på, en framgångsrik idrott. Män och kvinnor har samma makt att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen. Möjligheterna är lika för alla oavsett kön, att utöva och leda idrott. Alla som vill, oavsett kön, ska få vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet. Idrotten utformar verksamheten så att den ger alla som deltar en trygg gemenskap. Män och kvinnor har lika stort inflytande i beslutande och rådgivande organ. Arbetsformer och fördelning av uppdrag utformas så att män och kvinnor har lika stora möjligheter att medverka. Idrottsrörelsen tillämpar jämställdhetsintegrering i sin verksamhet". (RF, 2018, s. 16).

Syfte och målsättningar

Genom projektet ville vi bidra till att nå RFs jämställdhetsmål och ha fokus på utvecklingsresorna *Jämställdhet för en framgångsrik idrott* samt *Ett stärkt ledarskap* i Strategi 2025.

Projektet har haft flera syften. Projektet har varit tänkt att stärka elitidrotten i Västra Götaland genom att förmedla aktuell forskning till elittränare. Elittränarnas reflektioner kring forskningsämnet ska genom filmer spridas vidare till barn, ungdoms- och elitverksamhet i landet som helhet. Genom detta stärks hela bredden av svensk idrott.

Därutöver är det även ett jämställdhetsprojekt. En majoritet på mötesplatserna har varit kvinnliga elittränare och även i utbildningsfilmerna är en majoritet kvinnliga tränare för att inspirera och vara förebilder till framtidens elittränare. Vi ville även lyfta fram kvinnliga idrottsforskare.

Vi hade ett övergripande mål att 30 elittränare skulle bli budbärare av 10 forskares reflektioner genom 14 utbildningsfilmer. Vi har genomfört 9 mötesplatser med 8 forskare och en praktiker som föreläsare. Av dessa var 7 kvinnor och 2 män. Vid dessa tillfällen har 31 utbildningsfilmer skapats i vilka 27 kvinnor och 8 män reflekterat framför kameran. Målet har alltså delvis uppnåtts och delvis överträffats. Vi är nöjda med resultatet.

Genom mötesplatserna skulle kvinnliga elittränare stärkas, utvecklas och uppmärksammas för sina kompetenser. Vår förhoppning var att det på kort sikt skulle leda till fler kvinnor i elittränarroller i vårt distrikt. Under projekttiden har vi dock sett en mindre minskning av antalet kvinnor i elittränarroller i den statistik vi samlat.

Nu finns förutsättningar för att filmerna ska kunna ge effekt på längre sikt genom att bryta normer i utbildningssammanhang och på så sätt öka antalet kvinnor i elittränarroller.

01

Jämställdhet

En jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik idrottsutveckling. Jämställdhetsperspektivet ska finnas med på alla nivåer, alla beslut och i all verksamhet.

Som nämnt innan under målsättningar vill vi eftersträva att nå RFs mål i Strategi 2025. Utifrån projektets perspektiv är det främst fokus på elittränarna och därav har det en stor betydelse av vilka som har inflytande i beslutande och rådgivande organ, för dessa kan påverka vilka tränare vi har på högre nivåer. I jämställdhetsmålet ingår även att "andelen kvinnliga och manliga tränare inom idrott uppgår till minst 40 procent på olika nivåer." (Riksidrottsförbundet, u.å.)



02

Mötesplatsen

Koncept

Numerären på mötesplatsen har siktat mot att vara som högst 25. Inför den sista träffen har projektet totalt involverat 113 st tränare genom mötesplatsen och förhoppningsvis ännu fler via filmerna. Av dessa 113 var 75% kvinnliga elittränare. För varje träff försöktes det också att involvera så många nya deltagare som möjligt, framförallt kvinnor. Sammanlagt har hittills 27 olika idrotter varit involverade och vid vissa tillfällen har även fystränare och fysioterapeuter deltagit, samt några från High Performance-teamet.

Konceptet har fungerat bra, med mingel innan, föreläsning, rundabordssamtal med servering av mat parallellt med inspelning av filmer samt nätverkande. Med numerären som högst 25 kan de flesta känna sig som "en i gänget" och det finns även en balans mellan styrt kontra fritt samtal, vilket motsvarar förväntningarna.

Frågeställningarna som ställs i filmerna, är formade utifrån det innehåll forskaren belyser och dessa ger en tydlig struktur.

Relationen mellan forskningen och praktiken behöver bli starkare för en enklare kunskapsöverföring i den praktiska miljön. I detta projekt är konceptet gediget anpassat då integreringen av forskningen framförs på ett sätt som underlättar för elittränare, det vill säga genom verbal kommunikation.

Samverkan

Vi på RF-SISU Västra Götaland har tillsammans med High Performance Göteborg och nätverket EPOS startat upp Elittränarprojektet.

Föreläsare & teman

Under träffarna har majoriteten varit kvinnliga forskare.

Föreläsningarna har rört flertalet intressanta teman med fokus på elitidrott: idrottsskador, idrottspsykologi, uthållighet och hjärtsäkerhet, hållbara tränarkarriärer, tränings- och tävlingsbelastning, jämställdhet, kost, träningsbelastning och återhämtning, samt styrketräning där det även lyfts fram hur forskningen går att integrera i praktiken. Överlag har forskarna träffat det önskade temat rätt. Det som eftersträvas är ett tränarperspektiv och inte enbart ur forskningsvinkeln, vilket kan vara en svår balans eftersom forskningen är viktig att belysa i mån om att budskapet når fram till elittränarna.

03

Utbildningsfilmerna

Spridning & användning

Resultatet av inspelningarna på våra mötesplatser har blivit filmserien *"Elittränare reflekterar"*. Syftet med filmerna beskrivs under målsättningar (s.5). Ambitionen är att utbildningsfilmerna lever vidare efter projektet i exempelvis universitetskurser, RF-SISUs kurser och i föreläsningar generellt. Nu när samtliga filmer blir klara kommer en kampanj i sociala medier inledas för ytterligare spridning.

Statistiken från Youtube varierar och hittills har filmerna inte fått stor spridning. Däremot vet vi att det sitter många tittare bakom en visning då filmerna används i kurs- och föreläsningsverksamhet.

Se filmerna – Elittränare reflekterar**Kost****Jämställdhet****Tränings- & tävlingsbelastning****Uthållighet & hjärtsäkerhet****Hållbara tränarkarriärer****Idrottspsykologi****Idrottsskador****Samtliga filmer
Elittränare reflekterar****Idrottsprofiler och elittränare som reflekterar i filmerna***Kvinnor:*

Karin Torneklint, Friidrott
Erica Holst, Ishockey
Micaela Barrera, Judo
Ines Lopes, Parasport
Selma Delibasic, Basket
Camilla Ackerfors, Fotboll
Johanna Pettersson, Simning
Sofia Grönberg Whitmore, Golf
Erica Faith, Fotboll
Annica Lundberg, Bandy
Marie Svensson, Fotboll
Lina Strand, Orientering
Tilda Krüger, Ishockey
Sofia Bendiksen, Volleyboll
Carin Hamnlund, Judo
Åsa Kotten Karlsson, Innebandy
Yvonne Klarson, Badminton
Maria Magnusson, Orientering
Kim Martin Hasson, Ishockey
Pernilla Larsson, Fotboll
Kristina Landgren Carestam, Innebandy
Claire Vilshed, Simning
Katrín Enoksson, Boxning
Ellinor Aspeqvist, Motorsport
Anna Stoltze, Fotboll
Jenny Skantze Holmgren, Handboll
Evelina Asplund, Alpint

Män:

Henrik Lundegard, Fäktning
Gustav Fabiansson, Segling
Yannick Tregaro, Friidrott
Robin Månsson, Fotboll
Magnus Wislander, Handboll & Parasport
Roger Svedberg, Judo
Thomas Gehöör, Fotboll
Marcus Algotsson, Fysträning

04

Statistik & analys

Sammanfattning

I projektet har det också tagits fram statistik på hur många kvinnliga elittränare det finns runt om i landet och distriktet. Statistiken är framtagen på föreningar i våra största lagidrotter, bandy, fotboll, handboll, ishockey, basket, innebandy och volleyboll. Avgränsningen är gjord utifrån att det varit enklast att sammanställa lagidrotter då information om tränare oftast är publicerad. Det är via föreningarnas hemsidor vi hämtat informationen. Ibland har information varit svårtolkad eller obefintlig, därav ska statistiken också tolkas därefter. Resultatet kan ge en ungefärlig bild men ett djupare arbete hade behövt göras för att kunna säga att statistiken stämmer till fullo.

De föreningar som har dam- och/eller herrlag representerat i högsta divisionen är representerade i statistiken. Både föreningens dam- och herrlag, oavsett om ett av representationslagen spelar i en lägre division, har räknats in. I statistiken har tränare, assisterande tränare, målvaktstränare och fystränare medräknade. Fysioterapeuter, massörer, läkare eller liknande roller är utlämnade. Även administrativa roller och lagledare är inte med i statistiken.

Statistiken visar tydligt att de kvinnor som är elittränare oftast är det i damlag. Den idrott med flesta kvinnliga tränare i herrlag var innebandyn med 3 st under våren 2024. Volleyboll var den idrott som har störst andel kvinnliga tränare, men uteslutande på damsidan. Innebandyn visade sig vara idrotten med flest aktiva kvinnliga tränare. Vi ser en liten ökning av kvinnor i elittränarroller över de två åren i Sverige medan vi i Västra Götaland ser en liten minskning. Ett konstaterande är att vi är långt ifrån RFs och idrottens gemensamma mål om minst 40% av varje kön representerat i varje ledande organ till 2025.

Med det sagt är det fortsatt viktigt att projekt och utvecklingsarbeten som Elittränarprojektet tar plats inom idrotten för att strategiskt förändra normer på lång sikt.

Antal kvinnor i Sverige

Våren 2022: 66 st

Våren 2024: 74 st

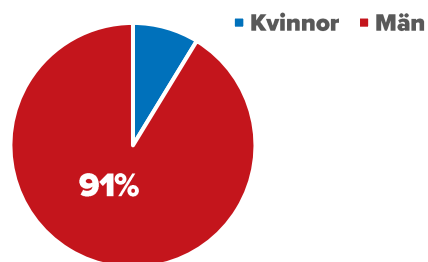
Antal kvinnor i Västra Götaland

Våren 2022: 14 st

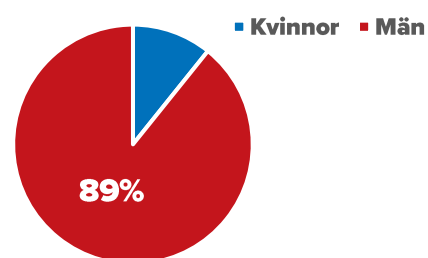
Våren 2024: 11 st

Diagrammen nedan är skapade utifrån ett antagande om att varje tränarstab består av 3 tränare. Vi har alltså endast räknat antalet kvinnor och inte män.

Antal elittränare 2022



Antal elittränare 2024



Analys

En enorm majoritet tränare i elitföreningar med minst ett lag i högsta divisionen är män. Det är också tydligt att män generellt tränar män och män tränar kvinnor, men kvinnor tränar inte män.

Vår mest meriterade kvinnliga tränare inom vår största idrott, Pia Sundhage, har inte fått frågan om att träna ett herrlag i den övre halvan av seriesystemet. Det känns svårt att betvivla hennes kompetens för en sådan roll utan här har normer och rekryteringsprocessers utformning förmodligen stor inverkan. Kristina Landgren Carestam vann både SM-guld som tränare för herrlag och VM-guld som förbundskapten för herrlandslaget tidigt 2000-tal i innebandyn. Fortfarande har ingen kvinna efter henne rekryterats till ett förbundskaptensjobb för herrar och väldigt få har rekryterats till huvudtränarroller för herrlag inom lagidrotten, om ens någon.

Att som ansvarig sportchef eller med liknande titel våga bryta normen genom att rekrytera en kvinna till en tränarroll för ett herrlag tycks kräva både enormt mod och en medvetenhet om att hög kompetens kan sökas och hittas utanför befintliga herridrotten. I en rekryteringsprocess av en tränare tycks kompetens vara svårsmäckt. Vi ser i studier på rekrytering till chefsroller inom näringslivet att män generellt kan rekryteras utifrån potential medan kvinnor generellt endast rekryteras utifrån erfarenhet och kompetens. Är det på samma sätt inom idrotten? Hur får man erfarenhet och kompetens om man inte en gång rekryterats utifrån att någon ser ens potential?

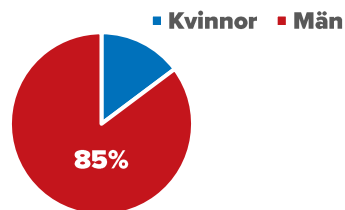
Antagningskriterier till den högsta utbildningsnivån bygger i vissa fall på att du redan ska vara på en hög nivå. Tränar du ett herrlag bedöms fler divisioner som hög nivå än om du tränar ett damlag. I och med att ofta fler män kvalificerar sig för högre utbildning med sina meriter byggs ett moment 22 upp.

Eventuella förändringar i koppling till jämställdhet för elittränare sker väldigt långsamt. I distrikts- och SF-styrelser har kvotering införts sedan ett antal år tillbaka, där har vi sett en snabb förändring. Det kan också ge följd effekter ner på tränarskapet då nya nätverk fyller styrelserummen.

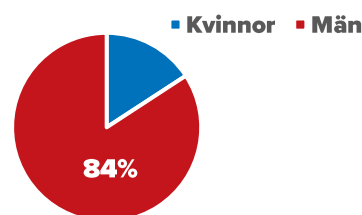
De sportchefer som vill rekrytera kvinnor behöver hjälp att identifiera kvinnor med hög kompetens då de sällan finns inom sportchefernas naturliga nätverk. I projektet har 47 kvinnor med elittränarkompetens varit en del av mötesplatserna och ytterligare ett 100-tal kvinnor har identifierats och fått inbjudan till mötesplatser. Vi behöver likt detta projekt också visa upp kvinnliga elittränare för framtida generationer så att unga tjejer ska kunna identifiera sig i elittränarskapet och vilja dedikera sig till den idrott de älskar även efter sin egen karriär som aktiv idrottare.

Siffrorna nedan bygger på ett antagande om att en stab innehåller 3 tränare. Endast antalet kvinnor har räknats, inte männen.

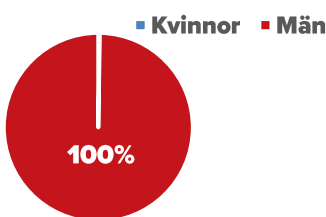
Tränare i damlag i elitförening 2022



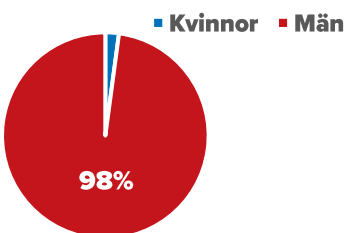
Tränare i damlag i elitförening 2024



Tränare i herrlag i elitförening 2022



Tränare i herrlag i elitförening 2024



05 Framtiden

Vi behöver sända ut rätt signaler, fånga upp ungdomar, skapa fler förebilder – i mån om att skapa en tro på att alla har lika stor möjlighet att bli en högpresterande tränare.

Problemen som finns är djupt rotade men för att förändring ska ske behövs att åtgärderna struktureras och vi hjälps åt.

Barn i tidig ålder lär sig om vad som är "rätt och fel" inom den rådande kulturen. Det behöver belysas och vi bör och kan dra nytta av det för att förändra befintliga kulturer (Lindroth & Östlund, 2019). Med andra ord kan vi reducera könsnormer som begränsar kvinnors möjligheter att nå elittränarskap och bearbeta fördomar om kvinnors och mäns kompetens och förmågor i tränarskap.

Det borde även ges bättre stöd till de kvinnor som redan är tränare samt fokusera på utbildning, eftersom "likvärdig kunskap är ett steg i rätt riktning mot likvärdig respekt" (Lindroth & Östlund, 2019, s. 34).

Den viktiga frågan om att öka antalet kvinnor i elittränarroller är prioriterad och bevakas fortsatt inom High Performance Göteborg samt vår elitidrottsavdelning på RF-SISU Västra Götaland.



Referenser

- Eliasson, Inger (2020). Normer som hindrar kvinnor att bli tränare i idrott. En sociokulturell analys av innebandykulturen. *Pedagogiska rapporter*, nr 99, Pedagogiska institutionen, Umeå universitet.
- Riksidrottsförbundet. (u.å.) *Jämställdhetsmål*. Hämtad 2024-04-08 från <https://www.rf.se/rf-arbetar-med/trygg-och-inkluderande-idrott/jamstalldhet/jamstalldhetsmal>
- Lindroth, A. & Östlund, M. (2019). *Att vara minoritet i en mansdominerad idrottskultur: En kvalitativ studie om innebandytränares perspektiv på kvinnors underrepresentation inom svensk innebandy* [Magisteruppsats, Umeå universitet].



Västra Götaland