

Sverige vs. Serbien

– idrottspsykologi i skilda världar

Sverige och Serbien är två länder med olika kultur och med bakgrund i olika samhällssystem. En kartläggning av idrottspsykologisk litteratur visar att det skrivs betydligt mer i Sverige än i Serbien. Emotioner och utbrändhet är populära teman här. Däremot är forskning på ungdomsidrott vanligare i Serbien.



Jelena Gajić
Fil.mag.
Gymnastik- och idrottshögskolan



Göran Kenttä,
Lektor i idrottspsykologi
Gymnastik- och idrottshögskolan

FÖRENKLAT HANDLAR idrottspsykologin om människors upplevelser, känslor, beteenden och tankar i samband med idrott. Ämnesområdet idrottspsykologi omfattar i regel allt från fysisk inaktivitet och lågintensiv rekreativ aktivitet till prestations- och tävlingsaktivitet och elitidrott. Här presenteras kortfattat en kartläggning som jämför litteraturen inom idrottspsykologin mellan Sverige och Serbien. Serbien är ett sydosturopeiskt land som har haft en turbulent utveckling och som tidigare tillhörde Jugoslavien och öststatsblocket. Sverige är i jämförelse ett nordeuropeiskt och skandinaviskt land med en stabil utveckling och tillhör den Europeiska unionen. Det är alltså två länder vars utveckling av idrottspsykologin kommer från två helt olika kulturer, strukturer och system.

Tidigare jämförelser

Jämförelser av idrottspsykologin mellan olika länder har även gjorts tidigare, bland annat mellan det som en gång var öststatsblocket och USA. Det noterades att idrottspsykologin i de östeuropeiska länderna var riktad främst mot prestation inom idrotten och förbättring av tävlingsresultat. I USA utvecklades istället idrottspsykologin som ett vetenskapligt område för att generera ny kunskap samt för specifika problem inom idrotten i praktiken, det vill säga i form av rådgivning, terapi och liknande (1).

De östeuropeiska länderna har en varierad utveckling av idrottspsykologin, trots att de flesta var under inflytande av

dåvarande Sovjetunionens idrottssystem. Systemet karakteriserades av statligt driven träning och idrottspsykologer som via statliga idrottsakademier arbetade med idrottare och tränare. De skandinaviska länderna karakteriseras däremot av att ha nationella idrottspsykologiska organisationer, som tillhandahåller ett nätverk för kommunikation mellan de personer som är intresserade av idrottspsykologi (2).

Mer idrottspsykologi i Sverige

Här följer en kortfattad sammanställning av den litteratur som har publicerats inom idrottspsykologi under de senaste tio åren i Sverige och Serbien. Avgränsningen är gjord främst för att den tidsperioden är den mest relevanta för hur idrottspsykologin ser ut i dag, men även för att det är svårare att få tag på det som har skrivits längre tillbaka i tiden. Den litteraturen som finns med i kartläggningen har kategoriserats till olika idrottspsykologiska teman. Det skapar en bättre överblick av den teoretiska idrottspsykologiska utvecklingen.

Tabell 1 ger en bild av den idrottspsykologiska litteraturens utveckling och visar hur mycket det har skrivits med temat idrottspsykologi år för år mellan år 2000 och 2010. Där framkommer det att det har skrivits betydligt mer inom det idrottspsykologiska ämnesområdet i Sverige än i Serbien. Sammanlagt finns 58 tryckta publikationer i Sverige jämfört med 43 i Serbien under samma period. I Sverige kan man se en liten ökning under år 2009 och i Serbien syns en tydlig ökning under år 2010 (Tabell 1).

Få böcker men fler artiklar

För att få en bättre förståelse om vilken typ av litteratur som har skrivits med temat idrottspsykologi under de senaste tio åren har jag gjort en kategorisering av litteraturen i form av böcker, artiklar, rapporter och liknande. Det framkommer då att det i båda länderna har skrivits relativt få böcker. I Sverige har det dock skrivits tre gånger fler än i Serbien. Vanligast är olika tidskriftsartiklar. Det finns många fler tidskriftsartiklar i Sverige, 31 stycken, jämfört med 18 stycken i Serbien under samma tidsperiod. Det har nästan skrivits lika många konferensbidrag i de båda länderna medan det i Sverige har gjorts två stycken rapporter under de senaste tio åren, men ingen i Serbien (Tabell 2).

Idrottsklassificering av litteraturen

Då tidskriftsartiklar var flest i antal av den totala mängden litteratur, gjorde jag en närmare granskning av dessa artiklar. Här presenteras de teman som den idrottspsykologiska litteraturen omfattar ur ett idrottsperspektiv.

Olika profiler inom idrotten i form av elitidrott, ungdomsidrott, damidrott och liknande ger intressant information vad som har varit i fokus för idrottspsykologisk litteratur i respektive land. Rubriken "Annat" längst ner i tabell 3 omfattar främst de teman som inte handlade om någon specifik idrottsprofil utan om idrott i allmänhet. Tabellen visar att det i större utsträckning har skrivits om elitidrott i Sverige än i Serbien. I Sverige finns det elva artiklar om idrottspsykologi kopplat till elitidrott (3) medan det i Serbien har författats tre artiklar på samma tema. I Serbien har det däremot skrivits nästan tre gånger så mycket om ungdomsidrott (4). Serbien har också i mycket större uträkning lagt fokus på lagidrott (5). Anmärkningsvärt är att det i båda länderna skrivs ytterst lite specifikt om damidrott. Bara en tidskriftsartikel i Serbien har handlat om det temat (6) (Tabell 3).

Psykologiska aspekter

Tidskriftsartiklarna innehåller även olika psykologiska aspekter. Rubrikerna till de olika profilerna i tabell 4 valdes efter innehållet av de olika artiklarna. Rubriken

År	Sverige	Serbien
2000	2	3
2001	4	8
2002	-	3
2003	2	6
2004	7	2
2005	5	3
2006	7	6
2007	5	4
2008	8	1
2009	11	3
2010	7	8
Totalt:	58	43

Tabell 1. Visar hur mycket idrottspsykologisk litteratur som har skrivits under varje år de senaste tio åren.

Kategorier	Sverige	Serbien
Böcker	9	3
Tidskriftsartiklar	31	18
Rapporter	2	-
Konferensbidrag	12	15

Tabell 2. Visar vilken typ av litteratur och hur mycket av den som har skrivits inom idrottspsykologin under de senaste tio åren.

Profiler	Sverige	Serbien
Elitidrott	11	3
Breddidrott	8	9
Individuell idrottsgren	6	8
Lagidrott	1	12
Damidrott	1	1
Seniorer	2	1
Juniorer	1	6
Ungdom	3	8
Tränare	3	3
Annat (idrott generellt)	19	7

Tabell 3. Visar vilket idrottsområde som de olika skrivna tidskriftsartiklarna har omfattat.

"Annat" omfattar främst de teman som inte var tillräckligt många för att få en egen kolumn. Jämförelsen av olika psykologiska aspekter görs för att få en bättre bild av vilka perspektiv som har varit i fokus i den idrottspsykologiska litteraturen i respektive land. I Serbien skrivs det mer om motivation, fem artiklar, i jämförelse med endast en svensk artikel (7). Däremot skrivs det mer om rädsla och stress i Sverige, sju artiklar, vilket är nästan dubbelt så mycket som i Serbien (8). I Sverige läggs det stort fokus på emotioner inom idrott och utbrändhet, totalt 58 stycken, vilket utgör mer än en tredjedel av det hela antalet (9,10). I Serbien nämns dessa teman överhuvudta-

Referenser

1. Stambulova, N. m.fl. Journal of Applied Sport Psychology. 2006. 18:173-184.
2. Morris, T. m.fl. Journal of Sport and Exercise Psychology. 2003. 1:139 - 154.
3. Lundqvist, C. m.fl. Svensk idrottsforskning. 2009. 4:10-14.
4. Bačanac, Lj. m.fl. Serbian Journal of Sport Sciences, 2007. 1:21-28.
5. Jakovljević, S. m.fl. Facta universitatis Series: Physical Education and Sport. 2010. 8:21-30.
6. Bačanac, Lj. m.fl. Zbornik radova. 2006. 13:39-52.
7. Smith, A. m.fl. Psychology of Sport and Exercise. 2010. 11:453-460.
8. Lundqvist, C. m.fl. Journal of Sport Sciences. 2005. 23:727-736
9. Lundqvist, C. m.fl. Svensk idrottsforskning, 2008. 1:40-45.
10. Gustafsson, H. m.fl. The Sport Psychologist. 2007. 21:21-37.
11. Kasum, G. m.fl. Fizička kultura. 2007. 61:1-16.
12. Olsson, C.J. Svensk idrottsforskning. 2008. 3:14-17.
13. Weibull, F. m.fl. Svensk idrottsforskning. 2009. 4:50-52.
14. Republički zavod za sport. Pedeset godina rada republikog zavoda za sport 1956-2006. [Femtio år av det republikanska institutet för idrott 1956-2006]. 2006 s. 9-16.
15. Kenttä, G. m.fl. Svensk idrottsforskning. 2007. 1:1-4.

Kontakt

jelena@gajic.biz
goran.kentta@gih.se

Profiler	Sverige	Serbien
Motivation	1	5
Rädsla/stress	7	4
Personlighet	-	2
Emotioner/känslor	11	-
Prestation	2	3
Självförtroende	1	3
Psykologiska egenskaper/ profiler	4	15
Psykologiska förberedelser	-	4
Visualisering	2	-
Utbrändhet	11	-
Annat	14	11

Tabell 4. Visar vilka psykologiska ämnesområden som de olika tidskriftsartiklarna har omfattat.

get inte. I Serbien har det däremot författats nästan fyra gånger fler artiklar om psykologiska egenskaper/profiler än i Sverige (11,12). Personlighet och psykologiska förberedelser är två psykologiska aspekter som har varit ett tema för en del av litteraturen i Serbien, men dessa teman har inte behandlats i Sverige. Däremot finns det i Sverige två artiklar om visualisering (13), ett tema som det inte har skrivits något om under det senaste decenniet i Serbien (Tabell 4).

Sverige kan lära av Serbien

Det viktigt att komma ihåg att en tidskriftsartikel kan omfatta flera idrottsprofiler och psykologiska aspekter (10). Det är också viktigt att påpeka att denna kartläggning sannolikt inte omfattar all litteratur inom idrottspsykologin i de båda

länderna under de senaste tio åren, då datainsamlingen till viss del varit begränsad. Begränsningen speglar sig främst i form av att den elektroniska utvecklingen i Serbien inte har uppnått en god kapacitet och användbarhet, vilket försvårar sökbarheten av litteraturen.

Vi kan ändå konstatera att det under det senaste decenniet har det skrivits 26 procent mer av olika dokument och litteratur inom temat idrottspsykologi i Sverige än i Serbien, enligt sökbara databaser. Hos båda länderna är det störst fokus på skrivande av olika tidskriftsartiklar. Däremot är det olika fokus mellan Sverige och Serbien vad gäller olika idrottsprofiler och olika psykologiska aspekter av litteraturen. I Sverige skrivs det mycket om emotioner och utbrändhet inom idrotten och i Serbien om olika psykologiska egenskaper/profiler. Att det forskas i mycket större utsträckning om ungdomsidrott i Serbien än i Sverige har sannolikt att göra med att alla tävlingsidrottare ska genomgå idrottspsykologiska tester vid Idrottsinstitutet i Belgrad (14), medan det i Sverige krävs tillstånd av föräldrar för omyndiga idrottare att genomgå olika tester. Det leder till att det i Serbien går lättare att komma fram till nya forskningsresultat inom ungdomsidrott och sedan tillämpa dem i praktiken. Tidig identifiering av problem hos idrottande ungdomar kan bidra till bättre utveckling av dem på seniornivå, något som kan vara av nytta också för idrottsutvecklingen i Sverige (15).

Värva en prenumerant!

Ge bort en prenumeration av Svensk Idrottsforskning 2012 i julklapp och få boken Idrottsskador på köpet.

Gå in på webben och beställ.

Ange kampanjkod 4:2011 vid beställning.

För dig som redan är prenumerant erbjuder vi boken Idrottsskador för 100 kr inklusive porto.

Ange kampanjkod 4:2011 vid beställning.

Beställ på www.centrumforidrottsforskning.se