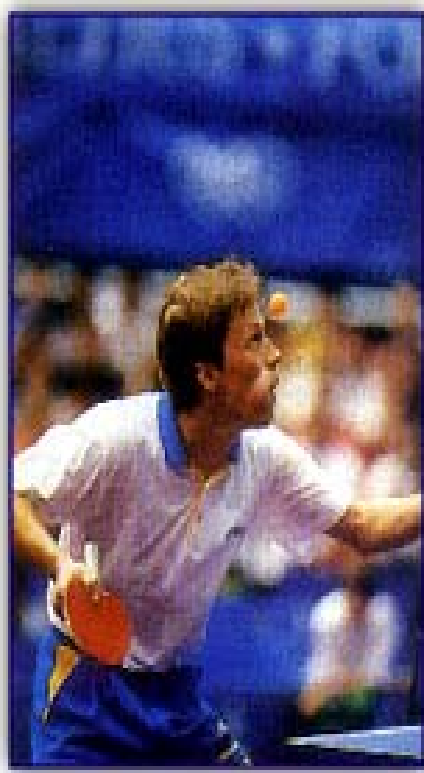


ROLLKONFLIKTER INOM BORDTENNIS



Av
Daniel Johansson
Trollhättan BTK

specialarbete steg 4 hösten 2002

Innehåll

	Sidan
1. Bordtennis och skola	3
2. Bordtennis och arbetsliv	7
3. Bordtennis och familj	8
4. Frågor att diskutera	10
5. Käll- och litteraturförteckning	11

Bordtennis och skola

För yngre spelare handlar det ofta om en konflikt mellan skola och bordtennis. Barn som rör på sig klarar sig bättre i skolan. Det berättar Svenska gymnastikförbundets tidning, Gymnastikmagasinet som skriver om bl. a forskaren Catrine Kostenius- Foster, hon uppmärksammade sin son när han gjorde matteläxan.

Helt plötsligt reste han sig upp och sprang några varv runt bordet. Sedan satte han sig ner gjorde några tal och sprang sedan runt bordet igen, berättar hon för Gymnastikmagasinet. Efter intervjuer med fjärdeklassare fick Kostenius- Foster en klar bild av hur barnen upplevde att de påverkades av att röra på sig. Många av barnen blev lugnare och gladare och hade lättare att koncentrera sig om de hade varit ute och lekt eller gymnastiserat.



Extra idrott på schemat ger bättre betyg!

Detta står i tidningen Svensk idrott nr 4/2002. Man tar upp Bodals skola på Lidingö utanför Stockholm.

De elever som väljer idrott når ofta de högsta studieresultaten säger Per Granroth, idrottslärare på skolan.

Idrottslektionerna ingår i en modell man kallar **Självständigt Arbete(SA)** Där man har SA-tid varje dag, sammanlagt sex timmar i veckan.

Eleverna kan välja att ha två extra idrottstimmar utöver de obligatoriska idrottslektionerna. Man kan välja olika sporter. Urvalet är styrt av vad eleverna håller på med utanför skolan.



Inom bordtennisen finns det i dag också fina möjligheter att

kombinera sin träning och samtidigt hinna med sitt skolarbete. Jag tänker på bordtennisgymnasiet i Köping. Gymnasiet ger spelarna chansen att se hur pass stora chanser dom har att utvecklas och bli riktigt bra spelare.

Kan man då hålla på med träning fem sex eller mer gånger i veckan och samtidigt hinna med sitt skolarbete. Två elever som jag har pratat med Anthony Josefsson och Robbin Johansson menar att det går. Dom säger att vi är 17 år och det är ett bra tillfälle att verkligen satsa på sin idrott.

Dessa elever ska utan problem klara av både skolan och bordtennisen och t o m bli bättre i skolan på grund av bordtennisen Anthony och Robbin säger även: Genom bordtennisen – om det är rätt skött - lär man sig nämligen att strukturera upp tiden som man har utanför skolan.

Den här frågan kan komma upp när man som tränare pratar med föräldrar, en del kanske menar att det inte går. Då kan man lätt göra en matematisk beräkning: när slutar man skolan för dagen, när går man och lägger sig. Så räknar man ut hur många timmar det finns däremellan.

Hur många av dem är man beredd att satsa på läsläsning – och hur mycket tid blir då över?

När Anthony och Robbin får frågan om hur mycket tid dom lägger på läsläsning så svarar dom: 5-6 timmar i veckan. Så satsar man seriöst på bordtennisen och samtidigt ska klara av skolan – vilket jag tycker är ett absolut krav ; skola familj och arbete måste alltid komma före idrotten om man inte är professionell idrottsman – så har man kanske 40 – 50 timmar I veckan över mellan skolan och sängdags.

Så mycket tid lägger ingen ned på läsläsning. Lär man sig däremot att använda en del av tiden till fysisk aktivitet, och slipper tänka på skolan under den perioden, så menar Anthony och Robbin att det bara är positivt. Risken är att man, om man inte lägger ned den tiden på något strukturerat, efter ett tag ändå inte kommer att uppleva att man har mer tid, utan att den bara flyter bort.

Detta kräver naturligtvis planering, och innebär att man kanske får lågprioritera en del andra saker som man skulle göra om man inte hade bordtennisen, t ex bestämma sig på stående fot för att gå på bio, bara för att man just då råkar känna för det, eller gå hem till en kompis som ringer.

Men lär man sig planera lite , vilket man ändå kommer att ha nytta av i livet, så kan man ha både bordtennisen och skolan utan att det får några negativa konsekvenser.



Om en elev kommer till sin lärare och suckar och säger att han inte hunnit skriva den här uppsatsen eller förbereda den där redovisningen för att han har varit tvungen att träna, så är det enligt min mening bara nya varianter av de dåliga bortförklaringar som elever i skolan kommit med i alla tider. När jag tar upp den här frågan med Anthony och Robbin så håller dom med och säger även att: om man använder sig av bortförklaringar så visar det bara på dålig planering hos en själv.



Sören Ahlén som är chefstränare på bordtennismgymnasiet i Köping och har regelbunden kontakt med sina spelares lärare i skolan för att se till att sådana här saker fungerar. Det kan vara svårt , eftersom dagens skola handlar om så många olika lärare. Men man bör kanske ta kontakt med sina spelares klassföreståndare. Anthony och Robbin menar att fungerar

inte skolan är det stor risk att inte bordtennisen fungerar bra heller ; skulle bordtennisen trots allt fungera så undergräver de troligtvis möjligheterna att det ska fungera på lite längre sikt. Dom kvalitetskrav man ställer på sig själv gäller även i skolan och för all del också i arbetslivet.

Det här är ett stort ansvar för en tränare i synnerhet när det gäller skolungdom så får man absolut inte försätta dom i en konfliktsituation mellan skola och bordtennis.

Om det finns ledare som inte fungerar bra i detta avseendet så beror det enligt min mening på okunnighet. Spelaren kommer kanske till tränaren och säger att han inte kan träna följande dag , därför att han måste skriva färdig en uppsats. Som ledare bör jag säga att det är okay, men bör samtidigt försöka sätta mig ner med honom och försöka titta en vecka tillbaka i tiden ärligt diskutera när han fick sin uppgift och hur han disponerat tiden sedan dess. Träningsdagar har han vetat om sedan länge, han visste vilken dag uppsatsen skulle lämnas in – borde han inte med lite bättre planering hade han då inte kunnat klara av det här?

Anthony och Robbin kommer tillbaka till att det handlar om planering, om förutseende om man i god tid vänder sig till tränaren så kan man sätta sig ner och planera det hela på ett sätt så man klarar av det. Gör vi det då har tränaren lyft tillbaka ansvaret till oss som är spelare.

Om man som tränare får en elev , som inte är van att planera och ta ansvar på det här sättet, så bör jag försöka hålla ordning på att han klarar skolan, jag kan som tränare t ex prata med föräldrarna, klassföreståndare för att bilda mig en uppfattning om hur det går i skolan. Om skolbetygen skulle rasa på bordtennisen då får vi alvarligt ställa oss frågan om det är rätt att han satsar på bordtennisen. Avslutningsvis så frågar jag Anthony och Robbin om man ofta känner sig trött efter träning så att man inte orkar göra läxor, dom svarar: Om man fått lite energitillförsel i någon form, t ex en frukt, och man fått duscha och ta det lugnt en stund, så är man istället pigg en mycket längre period.

Bordtennis och arbetsliv



Arbetslivet är jämförbart med skolan. Låt oss säga att man är ett par och tjugo år och har arbetat på ett företag i ett par år och samtidigt satsar på elit idrott. Dessa personer kan vara bra för ett företag av många skäl, de är vana att ha höga krav på sig, de lär sig ta ut maximum av sin prestationsförmåga och de lär sig att ta eget ansvar. Kan företaget bara ta vara på detta på rätt sätt, så tror jag att det enbart är positivt.

Många företag är idag positiva till att anställa idrottsmän, p g a att man värderar personer med ansvars känsla och som är goda kamrater. Det finns kanske en del företag som är tveksamma till att ta in elitidrottare p g a att de ska ha ledigt så mycket. Vi ska inte sticka under stol med att det finns ett problem med frånvaro från arbetet. Men det kanske uppvägs i det goda arbete som idrottsmannen uträttar när han är på plats. Det är egentligen inte tiden man är på arbetsplatsen som är viktig utan vad man uträttar där.

Det kan också vara bra för idrottsmän att ha stimulerande arbete som inte bara ställer fysiska krav, utan även krav på kreativt tänkande som gör att man kommer ifrån tankarna på idrotten som är nyttig för psyket och även för idrottsutövandet. Man mognar på ett helt annat sätt om inte idrotten är allt, om man inte tror att livet hänger på om man spelar bra eller dåligt I en viss turnering. Visst ska vi lära våra lirare att kämpa för att vinna, men det får aldrig bli så viktigt att man tror att inget annat existerar.

Bordtennis och familj

Vi talar på andra håll om den roll idrotten kan ha i familjelivet medan man håller på med ungdomsidrott. En annan sak är det när man själv blir vuxen och själv bildar familj.

Låt oss tänka oss en relativt ung man som flyttat ihop med en flicka och så småningom gift sig och eventuellt fått barn. Detta påverkar idrottandet i hög grad.

Han måste prioritera. Familjen måste få vara en mycket viktig del av hans liv, och – om han inte är professionell idrottsman - vara det som kommer i första rummet.

Men det handlar också om ett samspel.

Om vi har ett par där ena parten idrottar, så kan inte den andra hela tiden ställa krav som ger honom dåligt samvete för att de inte kunnat gå på bio eller teater när han är på träning eller tävling.

Detta är en sak som man måste reda ut ordentligt från början: “Det här är något som betyder mycket för mig. Det är en del av mitt liv. Det måste du respektera.”

Man måste överhuvudtaget ha respekt för varandras intressen. Idrotten ska naturligtvis inte gå före hela tiden men man kan inte sluta gå på hälften av träningarna för att ens flickvän vill att man ska göra något annat. Klarar

man inte av sådana krav, så får man endera sluta med idrotten eller ompröva sin sociala situation.



Jag tror det är en förutsättning att man har någorlunda likadana intressen för att samvaron överhuvudtaget ska fungera. Om den ena parten är ointresserad av något som den andre går upp i helt, så är förutsättningarna inte goda. Man

får inte heller glömma att en konflikt som uppstår kring en sån här fråga ofta har andra underliggande orsaker, och att den är toppen på ett isberg hos en djupare konflikt.

Sedan kan situation uppstå att familjen får barn och att de blir ännu fler saker att ta hänsyn till. Men även här gäller att man måste resonera igenom frågan ordentligt och försöka hitta en lösning som kan fungera.

Vidare måste man också som tränare vara medveten om de problem som spelare kan ha om han har ett krävande arbete och familj. Man kan inte ställa krav på att han är med på varenda träning. Man får inte som tränare vara så stelbent att man spolierar spelarens möjligheter fungera i familjen. När det handlar om små barn så är ju de första åren besvärligast, och det ska ju inte spoliera idrottandet för all framtid.



En enkel sanning är att idrottandet aldrig kan fungera om inte familjelivet fungerar. Då kan man aldrig komma till träning och vara fullständigt koncentrerad, eftersom problemen där hemma hela tiden ligger och gnager i huvudet.

Förutsättningen för att man ska kunna ge hundra procent på träningen är att man har en bra social situation. Har man familj är det ofta en fördel, men de ska vara en fungerande familj.

Kvinnan i familjen kanske inte alltid förstår varför mannen måste träna vid ett

visst tillfälle eller resa bort vid ett annat. Det är egentligen svårare att hantera än arbetslivet.

Är man bordtennisspelare på elitnivå och har en viktig elitseriematch kan man ju egentligen inte vara hemma för vård av sjukt barn annat än undantagsvis. I arbetslivet kan man kanske ta jobbet med sig hem om det kniper, men det är ju inte så lätt att spela elitseriematchen hemma. Det ställs helt enkelt andra krav, samma krav som på t ex en skådespelare: "The Show Must Go On!" Det är i båda fallen sysselsättningar som har många glädjeämnen, men också problem. Man måste helt enkelt ta ställning till om glädjeämnena uppväger problemen.

Man kan här fråga sig om man kan ställa samma krav på spelare i lägre divisioner som spelar i elitserien? Trots allt är det ju så att det är en avsevärd satsning att överhuvudtaget tävlingsidrotta, även om man kanske inte tränar lika mycket om man t ex spelar division 3 mest på skoj som en elitspelare som spelar i elitserien. Man bör ta reda på vilken målsättning varje spelare har. Om målet är eliten då måste man lära sig att satsa även i lägre divisioner. Ska man nå en viss nivå då måste man lära sig att leva med den nivån. om man däremot spelar division 3 mer för att man tycker det är roligt då tycker jag att tränaren måste ställa andra lägre krav.

Frågor att diskutera!

- * Tar du kontakt med dina yngre spelares lärare för att diskutera deras idrottsutövande i förhållande till skolarbetet?
- * Om du får veta att en av dina yngre spelare missköter skolarbetet, förmodligen på grund av idrottandet – vad gör du då?
- * Om du får veta att en av dina spelare har besvär på arbetet på grund av stor bortovaro på grund av idrotten – hur gör du då?
- * Tar du någon kontakt med dina spelares fruar/män eller sambor för att diskutera mannens/kvinnans idrottsutövande?

Käll- och litteraturförteckning

Coachning, modernt ledarskap inom idrotten.

Svenska gymnastikförbundets tidning, Gymnastikmagasinet.

Svensk idrott nr 4/2002.

Daniel Johansson Trollhättans BTK 2004

