

SVENSK IDROTTPSYKOLOGISK FÖRENING
VERKSAMHETSBERÄTTELSE
1 januari – 31 december 2015



Svensk Idrottnspsykologisk Förening

INNEHÅLL

1. Ordföranden har ordet
2. Styrelsens berättelse
Styrelsens sammansättning och organisation
3. Styrelsemöten
4. Informationsverksamhet

1. ORDFÖRANDE HAR ORDET

Ännu ett idrottspsykologiskt år har passerat. Året 2015 var spännande på många sätt. I januari öppnades en mottagning i Stockholm för idrott och psykisk ohälsa. En mottagning för idrottare som lider av kliniska besvär, såsom depression, ätstörningar, panikångest eller annan psykisk ohälsa. En mottagning där det finns den hjälp idrottarna behöver samt möjlighet till finansiellt stöd av landstinget. Mottagningen bidrar till en ökad uppmärksamhet av idrottspsykologiska frågeställningar. Fler och fler idrotter inför idrottspsykologi som en naturlig del i deras arbete. I staben runt elitklubbar finns numer ofta en idrottspsykologisk rådgivare.

Är idrottspsykologins viktigaste roll inom elitidrotten? Under året har vi läst att allt fler ungdomar slutar i den organiserade idrotten. Vissa tycker inte om när det blir tävling och väljer att lägga sin tid på någonting annat. Motivation är ett stort område inom idrottspsykologin och här är jag övertygad om att vi kan vara behjälpliga. Framförallt med att nå de idrottare som slutar för att tävlingsklimaten blir för hårt, att tränare är för snäva i sin utbildning och att resultatet får för stort fokus. Här kan vi stötta i att hitta alternativa motivationsfaktorer. Alla kommer inte stanna kvar i idrotten, men fler kan göra det genom att vi arbetar på rätt sätt med viktiga frågor.

Integration har varit ett ord på tapeten under året och där har idrotten varit ett stående inslag. Artiklar och inslag har visat hur idrotten integrerar individer i samhället. Att som invandrare få ett sammanhang där de respekteras och får hjälp i anpassningen till livet i Sverige. Det är ovärderligt. Det skapar även nya psykologiska utmaningar som tränare kanske inte har mött tidigare. Hur hanterar man en idrottare som har krigstrauman? Idrottspsykologin kan stötta idrottarna och tränarna som dagligen bemöter samt hanterar svåra frågeställningar. 2016 kommer behöva idrottspsykologiskt stöd och då har jag inte ens nämnt sommarens OS i RIO.

Vad har vi som förening för roll i allt detta? Jag har skrivit det i tidigare verksamhetsberättelser men återkommer till vårt uppdrag som består av att sprida information och att främja idrottspsykologin. Det gör vi genom de aktiviteter vi erbjuder (se aktiviteter längre ner i denna verksamhetsberättelse). I år har vi beslutade vi att lägga ner årsboken och istället skicka ut ett medlemsbrev via email. Detta för att försöka öka mervärdet för er medlemmar. Under året har vi i styrelsen diskuterat hur vi kan arbeta föreningens syfte som enligt stadgar är *”§1 Svensk idrottspsykologisk förening (SIPF) har till ändamål att i Sverige väcka och underhålla intresset för det idrottspsykologiska området”*. Det är en utmaning. Vi har beslutat att utgå från en vetenskaplig grund i det arbetet vi gör och de målgrupper vi har definierat är idrottspsykologiska rådgivare, idrottspsykologer, forskare, tränare, aktiva och övriga. En bred grupp som vi hoppas attrahera genom våra aktiviteter. Vi i styrelsen är en liten del av idrottspsykologin och vi är tacksamma för all input vi kan få där du som medlem berättar vad du tycker om eller

saknar i föreningens arbete. Ett sätt att delta i dialogen är genom att besöka vårens konferens och årsmöte. Konferensen är två halvdagar från fredag den 11 till lördag 12 mars. Årsmötet startar 18:00 på fredag och efteråt finns möjlighet att inta en gemensam middag. Ju fler medlemmar vi träffar på konferensen och årsmötet, desto gladare blir vi!

Klimatet inom idrottspsykologin förändras ständigt. Nya utbildningar skapas, ny forskning presenteras och aktuella händelser diskuteras. Vi har som förening i uppgift att samordna information och sprida den vidare till våra medlemmar. Antalet medlemmar är en utmaning som vi ständigt arbetar med. Det är svårt att locka människor till medlemskap. En annan generation har växt upp, där internet är en självklarhet och aktiva medlemskap till viss del tillhör historien. Vi är inte ensamma om att kämpa för medlemmar och jag känner att vi som ideell förening arbetar på bra. Det är viktigt att notera att vi just är en ideell förening, vilket påverkar vårt arbete. Vi i styrelsen lägger ner den tid vi kan och försöker skapa så mycket bra det bara går. Ibland möter vi dock tiden som en motståndare, för ambitionerna finns, men de måste anpassas till verkligheten. Trots detta ser jag positivt på framtiden, våra aktiviteter ökar och under 2016 kommer vi erbjuda medlemmarna aktiviteter i olika format under nio av tolv månader.

2. STYRELSENS BERÄTTELSE

Styrelsens sammansättning och organisation efter årsmötet den 22 mars 2015:

Mikael Wallsbeck (ordförande)	Stockholm
Ulrika Tranæus (vice ordförande)	Stockholm
Karin Weman Josefsson (sekreterare)	Halmstad
Åsa Mattsson (kassör)	Mora
Karin Moesch (ledamot)	Lund
Håkan Carlsson (ledamot)	Örebro
Rasmus Tornberg (ledamot)	Halmstad
Maria Danielsson (suppleant)	Stockholm
Marita Skogum (suppleant)	Kinna

Övriga funktionärer

Lotta Persson (revisor)	Falun
Zulfikar Kamruddin (revisorssuppleant)	Halmstad
Hansi Hinic (valberedning, sammankallande)	Halmstad
Catarina Bergström (valberedning)	Stockholm
Kristina Landgren Caretam (valberedning)	Öjersjö

3. Styrelsemöten 2015

Styrelsen har under perioden 1 januari – 31 december 2015 haft sju protokollförda möten. Utöver detta har styrelsen haft regelbundna avstämningar med hjälp av e-post för att behandla enskilda ärenden. På grund av styrelsemedlemmarnas geografiska spridning, tidsbegränsningar och ekonomiska överväganden har antalet fysiska styrelsemöten medvetet minimerats.

Möte	Datum	Plats
1	30/1	Telefonmöte
2	22/3	Årsmöte, Bosön
3	20/4	Telefonmöte
4	10/6	Fysiskt möte Stockholm
5	11/8	Telefonmöte
6	5/10	Fysiskt möte, Göteborg
7	30/11	Telefonmöte

4. Informationsverksamhet 2015

Medlemstidningen (FLOW) 2015

Under året har två nummer av FLOW distribuerats till medlemmarna. Redaktör för FLOW har varit Maria Danielsson. Tankar och idéer kring inslag i tidningen kan nu utvecklas i dialog med en ansvarig – så har du sådana, kontakta redaktören maria@danielsson.com

Hemsida 2015

Mikael Wallsbeck är webbansvarig för www.svenskidrottspsykologi.se. Under verksamhetsåret har aktuella händelser och arrangemang lagts upp på hemsidan. Har du idéer kring hemsidan, kontakta: mikael@imaginethat.se.

Facebook 2015

Under året har vi bedrivit aktivitet på Facebook där vi lägger ut events och information om vad som sker i föreningen. På Facebook kan medlemmar diskutera med varandra och utbyta erfarenheter. I skrivande stund har vi 523 ”likes”.

Twitter 2015

Via Twitter marknadsförs föreningens olika aktiviteter samt länkar publiceras till information rörande idrottspsykologi. I skrivande stund har vi 233 följare.

Arrangemang under 2015

- 18 februari. SIPF-träff, Stockholm. Tema: KBT och idrottspsykologi
- 18 februari. SIPF-träff, Halmstad. Tema: Mobbing inom idrott
- 22 mars. Vårkonferens Bosön, Stockholm. Tema: Ätstörningar inom idrott
- 22 april. SIPF-träff, Halmstad. Tema: Ätstörningar inom idrotten
- 7 maj. SIPF-träff. Stockholm. Tema: Ätstörningar inom idrotten
- 2 juni. SIPF-träff, Halmstad. Tema: Överträning
- 15 December. SIPF-träff, Stockholm. Tema: Motivation

Årsmöte 11/3 2016, Bosön Stockholm.

Mikael Wallsbeck
Ordförande

Ulrika Tranaeus
Vice ordförande

Åsa Mattsson
Kassör

Karin Weman-Josefsson
Sekreterare

Rasmus Tornberg
Ledamot

Håkan Carlsson
Ledamot

Karin Moesch
Ledamot