

SVENSK IDROTTPSYKOLOGISK FÖRENING

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

1 januari – 31 december 2011



Svensk Idrottnspsykologisk Förening

INNEHÅLL

1. Ordföranden har ordet

2. Styrelsens berättelse

Styrelsens sammansättning och organisation

Styrelsemöten

Informationsverksamhet

Konferenser

Samarbetspartners

1. ORDFÖRANDE HAR ORDET

Verksamhetsåret 2011 har präglats av styrelsens ambitioner att hålla samman föreningen och att aktivera medlemmarna. Ett arbete som tidvis varit tungt och med få genombrott. Även styrelsens medlemmar har kämpat för att balansera sitt ideella engagemang i SIPF med arbete/studier och livets övriga åtaganden och krav. De utmaningar som styrelsemedlemmarna upplever är förstås inte unika utan delas av många inom den svenska idrottsrörelsen. Även om viljan är god är tiden begränsad. Kanske är det därför inte konstigt att den svenska idrotten precis som den internationella professionaliseras? En tydlig trend inom den akademiska världen är att allt fler lärosäten ser idrottens potential, och begreppet "idrottsnäringen" börjar etablera sig – precis som turistnäringen och andra spirande näringar. Idrottsvetenskap inrättas som ämne (eller huvudområde) på allt fler lärosäten. Även om Riksidrottsförbundet vill slå vakt om den "svenska modellen", som till stor del bygger på ideellt arbete, går det inte att stoppa utvecklingen: idrotten professionaliseras och kommersialiseras. Med detta sagt så dröjer det nog ändå ganska länge innan SIPF drivs av välbetalda styrelseproffs. Vi får även fortsättningsvis lita till "den svenska modellen" och hoppas att Du (just DU!) som läser detta ännu ett tag orkar engagera dig – för med allt färre som är beredda att lägga ner tid på ideellt arbete blir varje person extra viktig!

Nog om detta. SIPF har trots det ovanstående klarat av att arrangera två välbesökta konferenser, den traditionella vårkonferensen på Bosön (tack Göran Kenttä för sedvanligt utmärkt arrangörskap) och den ambulerande höstkonferensen, detta år i Umeå. Båda konferenserna beskrivs kortfattat längre fram, och har också avrapporterats i medlemstidningen *Flow* – som för övrigt under chefredaktör Johan Plates ledning kommit ut med tre nummer under året. Numera är *Flow* vår enda återstående pappersprodukt då vi varit tvungna att övergå enbart till elektronisk utgivning av årsboken. Ett steg som styrelsen hade långa diskussioner kring, väl medveten om att många fortfarande föredrar att läsa traditionella böcker tryckta på papper. Samtidigt ökar antalet läsplattor lavinartat och allt fler böcker ges ut elektroniskt. Om samma trend gäller som för CD-skivorna så kommer det fysiska mediet att successivt minska i popularitet till förmån för direkta nedladdningar över nätet (och bokhandlarna går samma väg som skivaffärerna...). Jag kan för övrigt "avslöja" att jag själv numera läser så gott som alla böcker på min läsplatta, något jag aldrig trott bara för 6 månader sedan. Fördelarna när man är ute och reser är uppenbar, inga böcker att försöka trycka ner i en redan överfylld resväska, bara en lätt läsplatta (som dock behöver laddas regelbundet).

Förra årets verksamhetsberättelse och ordförandes rader avslutade jag med en uppmaning till engagemang – den uppmaningen gäller fortfarande! I och med årsmötet inleder jag mitt sista år som ordförande. Det har varit två roliga perioder, dels de första två åren från starten 2000 när vi var unga (nåväl, yngre i alla fall) och entusiastiska, dels de senaste tre åren (fyra 2013) då föreningen mognat och "satt sig". Personligen tror jag fortfarande att SIPF behövs, även om idrottspsykologins genomslag på alla håll och kanter varit enorm på dessa år. När vi började var det "ingen enda" elitidrottare som arbetade med en idrottspsykologisk rådgivare, för "då måste man ju ha stora problem". I dag arbetar de flesta elitidrottare lika seriöst med "den mentala biten" som med alla andra bitar (läs fysisk träning, teknikträning etc.). Och de vågar säga det, och de inser att utvecklingspotentialen kan begränsas – respektive påverkas positivt – av rätt sorts träning, och rätt sorts inställning. De som arbetar med att tillämpa sina idrottspsykologiska kunskaper berättar att de får allt mer att göra, att allt fler fält öppnar upp sig och att framtiden ser riktigt ljus ut. Kanske är det själva problemet? Vi behövs alla så mycket "out there" att det är svårt att orka med att engagera sig "in here"? Jag tror dock SIPF fortfarande behövs, inte minst genom att organisera och stimulera den allt större grupp av människor som antingen ideellt eller professionellt har idrottspsykologin som sitt arbetsfält. Med dessa positiva ord avslutar jag ordförandes rader för verksamhetsåret 2011.

Peter Hassmén

2. STYRELSENS BERÄTTELSE

Styrelsens sammansättning och organisation efter årsmötet den 13 mars 2011:

Peter Hassmén (ordförande)	Umeå
Liselotte Ohlson (vice ordförande)	Nynäshamn
Karin Weman (sekreterare)	Halmstad
Jenny Abrahamsson (kassör)	Örebro
Sverker Fryklund (ledamot)	Malmö
Magnus Lindwall (ledamot)	Göteborg
Johan Plate (ledamot)	Mariefred
Maria Danielsson (suppleant)	Stockholm
Mikael Wallsbeck (suppleant)	Stockholm

Övriga funktionärer

Lotta Persson (revisor)	Falun
Åsa Mattsson (revisorssuppleant)	Mora

Styrelsemöten 2011

Styrelsen har under perioden 1 januari – 31 december 2011 haft fyra 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	1/3	Elektroniskt (e-post)
2	13/3	Bosön, Lidingö (konstituerande styrelsemöte)
3	13/4	Stockholm, Idrottens Hus
4	12/10	Umeå, IKSU Sport

Informationsverksamhet

Medlemstidningen (Flow)

Under året har tre nummer av *Flow* distribuerats till medlemmarna. *Flow* har sedan 2009 en ordinarie chefredaktör: Johan Plate. Tankar och idéer kring inlägg i tidningen kan nu utvecklas i dialog med en ansvarig – så har du sådana, kontakta chefredaktören (johan.plate@swipnet.se)!

Årsbok 2011

Föreningens nionde årsbok utgavs i februari 2011, med Henrik Gustafsson, Stefan Wagnsson och Christian Augustsson vid Karlstad universitet som ansvariga redaktörer. Till skillnad mot tidigare år trycktes inte årsboken upp utan ges endast ut som pdf-fil (är du medlem och inte fått pdf-filen, kontakta SIPF:s sekreterare: karin.weman@hh.se). Skälet till detta är att kostnaderna för tryck

och utskick successivt stigit och 2010 gick nästan 1/3-del av föreningens totala budget till detta. I längden är det förstås ohållbart att motivera en sådan kostnad, samtidigt som styrelsen är väl medveten om att många medlemmar föredrar en pappersversion. Årsboken 2011 belyser som brukligt är det idrottspsykologiska området utifrån forskning, utbildning och tillämpning. Fördelningen mellan områdena är dock inte heller i år jämn utan det är författare från landets akademiska lärosäten som dominerar. En jämnare fördelning är önskvärd och styrelsen uppmanar därför alla att komma med tips och idéer kring uppslag inför årets årsbok. Deadline för årsboken 2012 är 15 november (kontakta henrik.gustafsson@kau.se).

Hemsida

Sverker Fryklund har under senare delen av året successivt lämnat över driften till Mikael Wallsbeck som webbansvarig för www.svenskidrottspsykologi.nu. Under verksamhetsåret har aktuella händelser och arrangemang lagts upp på hemsidan. Har du idéer kring hemsidan, kontakta: mikael.wallsbeck@waljema.se.

Arrangemang under 2011

Heldagskonferens 13 mars 2011 på Bosön, Stockholm

Temat för vårkonferensen var KÄNSLOR OCH UPPLEVELSER I SAMBAND MED ELITIDROTT – SKA VI HANTERA DEM? Programmet signerat Göran Kenttä innehöll följande medverkande och programpunkter: **Howard Hall**, välkänd "perfektionismforskare" verksam vid York St John University pratade om perfektionismens påverkan på idrottsprestationer – är det ett nödvändigt karaktärsdrag eller ett psykologiskt hinder? Efter Howard följde **Wendy Borlai**, anställd inom den Amerikanska Olympiska Kommittén för att arbeta med tillämpad idrottspsykologi, fokus var på etnicitet och prestation. Från KTH i Stockholm kom sedan **Anders Hedman**, som forskar inom data – människa – integration, och pratade prestationer utifrån ett kognitionspsykologiskt perspektiv. Sportchefen på Sveriges Paralympiska Kommitté **Hans Säfström** följde upp med att prata om elitidrottens press och stress. Avslutningsvis höll **Tina Thörner**, välkänd kartläsare inom rallyvärlden, en inspirerande föreläsning på temat "navigera rätt och vinn". Ett referat från konferensen finns i *Flow* nummer 1, 2011.

Höstkonferens den 12 oktober 2011 på IKSU Sport, Umeå

Sex stycken föredragshållare samlades kring konferenstemat DEN FYSISKA AKTIVITETENS BETYDELSE FÖR MENTAL HÄLSA. Inledde gjorde **Peter Hassmén**, dels genom att som ordförande och konferensarrangör hälsa deltagarna välkomna, dels med att föreläsa på temat fysisk och mental hälsa ur ett motionsperspektiv. Därefter följde ett mer neuropsykologiskt pass kring vad som händer i hjärnan vid aktivitet/inaktivitet signerat **Johan Eriksson** från Institutionen för integrativ medicinsk biologi vid Umeå universitet. Efter lunch pratade **Cecilia Edström** från Västerbottens Läns Landsting om hur de arbetar kring fysisk aktivitet på recept (FaR). Varefter **Mattias Lundberg**, Institutionen för psykologi vid Umeå universitet, berättade hur internet kan användas som resurs för att motivera individer att motionera. Mål och motivation var också temat för nästa föreläsning som gavs av **Magnus Lindwall** från Göteborgs universitet och den Psykologiska institutionen respektive Institutionen för kost och idrottsvetenskap. Dagen avslutades med att **Johan Andreasson**, personlig tränare på IKSU Sport, berättade hur han jobbar i praktiken med att

motivera människor att bli regelbundet fysiskt aktiva. Ett fullständigare referat från konferensen finns i Flow nummer 2, 2011.

Samarbetspartners

edvisor ab (www.edvisor.se)

SIPF genomför i samarbete med edvisor AB, RF och SISU Idrottsutbildarna kurser i mental rådgivning. Kurserna ges i fyra steg och deltagarantalet är cirka 15 personer på varje steg. Steg 1, 2 och 3 ges två gånger varje år, vår och höst. Steg 1 och 2 hålls på Bosön och steg 3 som internat i Sunne. Totalt är kurs tiden 2+2+4+1 dagar, där den sista dagen är en årligen återkommande nätverksträff. Föreläsarna är erfarna idrottspsykologiska rådgivare, utbildare och forskare. SIPF:s medverkan och insyn i kursverksamheten, bl.a. via föreläsare, bidrar till att belysa den idrottspsykologiska mångfalden, speciellt med avseende på teoribildning. Totalt har närmare 200 personer gått steg 3. Deltagarna erbjuds att bli medlemmar i SIPF och edvisor står för kostnaden gällande medlemsavgift under ett år.

Årsmöte 25/3 2012, Bosön.

Peter Hassmén

Ordförande

Liselotte Ohlson

Vice ordförande

Sverker Fryklund

Ledamot

Jenny Abrahamsson

Kassör

Magnus Lindwall

Ledamot

Karin Weman

Sekreterare

Johan Plate

Ledamot