

Svenska Ishockeyförbundet

Elitkurs

# **Attityd eller Taktik**

-Var lägger svenska hockeytränare mest fokus?

**Tobias Thermell**

Handledare: Johan Andersson

2014-04-09

## **Sammanfattning**

Som hockeytränare har man förmånen att själv välja vilket budskap man ska fokusera mest på mot laget. Det kan vara att fokusera mest på det taktiska eller så kan det vara att lyfta fram attityden mer. Syftet med undersökningen var att ta reda på var hockeytränare i Sverige lägger ner mest fokus och om det skiljer sig mellan junior- och seniortränare. De jag intervjuade skiljer sig åt var de lägger sitt fokus men det går att ana en viss skillnad mellan junior- och seniortränare, där juniortränare fokuserar mer på attityden och seniortränare lägger mer fokus på det taktiska. Alla tränare i undersökningen menar att det finns risker med att lägga för stor vikt på antingen taktiken eller attityden.

## **Innehållsförteckning**

<b>1. INLEDNING</b>	<b>1</b>
<b>2. BAKGRUND</b>	<b>2</b>
2.1 TAKTIK	2
2.2 ATTITYD(INSTÄLLNING)	3
2.3 BEGREPPEN I SITT SAMMANHANG	3
<b>3. SYFTE</b>	<b>4</b>
3.1 FRÅGESTÄLLNINGAR	4
<b>4. METOD</b>	<b>5</b>
4.1 URVAL	5
4.2 INTERVJUGUIDE	5
4.3 DATABEARBETNING	5
<b>5. RESULTAT</b>	<b>6</b>
5.1 RESPONDENTERNA	6
5.2 RESULTAT AV INTERVJUERNA	6
<b>6. DISKUSSION</b>	<b>8</b>
6.1 REFLEKTION	8
6.2 DISKUSSION KRING METOD	8
6.3 RESULTATDISKUSSION	8
6.4 FORTSATT FORSKNING	9
<b>LITTERATURLISTA</b>	
<b>BILAGA</b>	

## 1. Inledning

Svensk hockey har alltid varit uppbyggd på att vara taktisk i någon form. Taktiska triumfer har firat guld på alla möjliga nivåer. På 90-talet pratades det väldigt mycket om styrspel och 1-3-1. Några år framåt kom begrepp som Big Ice Hockey in i bilden. Är taktiken fortfarande central i svensk hockey?

När vi lyssnar på en intervju med en tränare efter en match är det väldigt sällan vi hör tränaren prata om de taktiska detaljerna i spelet. Istället får vi ofta höra tränaren prata om "vi var inte där idag", "Vi hade bestämt oss och brinner i 60 minuter". Det kanske inte är samma budskap som ges till spelarna men det ger ändå en indikation på vad det pratas om i omklädningsrummet.

När jag som tränare pratar med mitt lag inför en match så märker jag själv hur jag ofta pratar om rena attitydsbegrepp mer än taktiska detaljer. Är det där vi lägger vårt fokus som hockeytränare? Ser det likadant ut i övriga hockeysverige? Hur jobbar andra hockeytränare?

## 2. Bakgrund

Som hockeytränare har man alltid ett val vart man vill rikta in sitt fokus till laget. Jag väljer själv vad jag tycker är viktigast för just den gruppen jag jobbar med. Hur jag vill att vi ska uppfattas som lag styr jag med min inriktning på attityd och vilken strategi vi ska ha i spelet styr jag med mina taktiska direktiv.

För att kunna förstå skillnaderna mellan begreppen taktik och attityd kommer de båda olika begreppen att definieras.

### 2.1 Taktik

Taktik är läran om användningen av militära förband att försvaga eller störa motståndaren att nå en lokal framgång och att skydda egen verksamhet eller bekämpa motståndarens. (Nationalencyklopedin).

Enligt Wikipedia betyder taktik(taktik sport) deltagaren eller lagets spelidé och strategi för att uppnå bästa möjliga resultat. Att inom lagsport kunna förfoga över sina resurser i form av spelsystem för att nå önskat resultat. Lagets taktik innefattar hur man ska formera sig vid olika situationer under en match. I metodikpyramiden(Vägen till Elit Del 4) ligger lagets taktik högst upp i pyramiden och är en grund till det som kallas strategi, som används för att eliminera motståndarens styrkor och utnyttja dennes svagheter en enskild match.

Tränaren undervisar spelidén eller en taktiken för spelarna (Anfelt, 2008). För en tränare handlar det om att använda sina kunskaper för att skapa ett fungerande system och sälja in dessa till spelarna i laget. När spelarnas grundläggande kunskaper är utvecklade och ett bra grundspel tränats in kan tränaren dra nytta av offensiva och defensiva principer som är intränade. Man skapar optimala enheter som blir ett vinnande koncept, ett vinnande lag. Spelsystem ska vara lättförståeligt för att vara effektivt. Meningen är att det ska skapa en trygghet för laget och spelaren (Brithen, 2009).

En del personer verkar ha en övertro på det taktiska. Grunden till all taktik är spelarnas teknik och fysik. När spelsystem utvecklas krävs att spelarna blir mer och mer tekniska och fysiska (Brithen, 2009).

## 2.2 Attityd(inställning)

"Lagets engagemang och benägenhet att ta kampen, arbeta hårt och spela uppoffrande för laget. Attityden avgör hur väl lagets system fungerar." Sam Hallam tränare Växjö Lakers beskriver hur han definierar attityd.

En sökning på Nationalencyklopedin på ordet **attityd** ger svaret **inställning** eller **förhållningssätt**.

I Vägen Till Elit - del 4 beskriver Mårts & Pettersson (2009) att man i hockey pratar man om att ta kampen i en matchsituation, både fysiskt och psykiskt. Det är inställning till den uppgift som ska utföras som är viktig. Kroppen skickar signaler till det sympatiska nervsystemet som gör att man går upp i varv. Upplevelsen av lust leder till kamp och upplevelsen av olust leder till flykt. Det gäller att med rätt inställning anta utmaningen på rätt sätt.

När jag själv definierar attityd kommer jag in på begrepp som motivation och vilja. Jag tror att motivationen och viljan måste komma från individen/gruppen själv, men tränaren har ett ansvar att locka fram den. En tränare går ibland in i omklädningsrummet innan match och peppar igång spelarna för att få dem "motiverade". I själva verket ökar han bara aktiveringsnivån, vilket inte är det samma som att motivera (Hassmén, Hassmén, Plate, 2003).

## 2.3 Begreppen i sitt sammanhang

I en matchgenomgång kan se ut på många olika sätt. Ord som ofta förekommer:

### **Taktik**

*Game plan(spelsystem)*

*Överbelasta*

*Hög tredje man*

*Hög avlastning*

*Gap control*

*Dubbelsving*

### **Attityd**

*Tålamod*

*Fokus*

*Vinn din kamp*

*Kriga i 60 minuter*

*Gör det enkla*

*Rejåla*

### **3. Syfte**

#### **3.1 Frågeställningar**

Avsikten är att undersöka vart vi som svenska hockeytränare riktar in vårt fokus när vi vill få ut vårt budskap till gruppen.

\*Lägger vi som hockeytränare mest fokus på taktik eller attityd(inställning)?

\*Skiljer sig budskapet på attityd och taktik om man jobbar med juniorer eller seniorer?

\*Vad finns det för risker med att lägga för stor vikt vid det ena eller andra?

## **4. Metod**

Jag har valt att skicka ut ett frågeformulär(bilaga) till sex tränare på elitnivå. Tre av tränarna tränar seniorer och de andra 3 tränar juniorer. Att jag just skickade ut frågorna via mail var dels för att jag ville att tränarna skulle kunna på frågorna i lugn och ro när de hade tid, och dels för att det i skrift kräver mer genomtänkta svar. Jag tror de som svarat på frågorna har gjort det utan att de blivit vilseledda eller påverkade på något sätt eftersom de svart på frågorna i sin miljö utan yttre påverkan. Detta gör att reliabiliteten är hög i undersökningen. Reliabiliteten är mycket viktig om man vill få fram ett trovärdigt och användbart material (Thurén, 1991). Innan jag skickade ut frågorna till tränarna gjorde jag en pilotundersökning med min tränarkollega för att upptäcka eventuella brister i frågeformuläret.

### **4.1 Urval**

Uppdelningen med tre juniortränare och tre seniortränare gör det möjligt för mig att kunna se om det finns några tydliga skillnader mellan dessa två nivåer. Viktigt har också varit att alla arbetar på elitnivå då det annars kan vara avvikande om det är olika nivå på lagen tränarna arbetar med. Jag visste på vilken nivå som jag skickade ut frågorna till arbetar på innan jag skickade ut frågorna till dem.

### **4.2 Intervjuguide**

Det är viktigt för studien att respondenterna får definiera begreppen attityd och taktik så jag vet att de svarar på det frågorna avser. Frågorna är utformade på ett sätt som är relevant för att nå syftet med min undersökning. För att komma undan att tränarna har delat upp sina arbetsuppgifter när det gäller taktik och attityd har jag lagt till "du och din kollega" i frågorna.

### **4.3 Databearbetning**

Direkt när jag fått in alla svar från frågeformuläret läste jag noga igenom de svar jag fått in och sorterade sedan ut det jag tyckte var viktigt för undersökning i resultatdelen. Jag har tolkat texten som jag fått ut av svaren på mitt sätt, efter mina erfarenheter och tankar.



## **5. Resultat**

### **5.1 Respondenterna**

Tränare 1 (T1) Tränare A-lag SHL, 2:a året på nuvarande nivå.

Tränare 2 (T2) Tränare A-lag Allsvenskan, 3:e året på nuvarande nivå.

Tränare 3 (T3) Tränare A-lag Allsvenskan, 13:e året på nuvarande nivå

Tränare 4 (T4) Tränare J-20 Superelit, 1:a året på nuvarande nivå.

Tränare 5 (T5) Tränare J-20 Superelit, 2:a året på nuvarande nivå.

Tränare 6 (T6) Tränare J-20 Superelit, 4:e året på nuvarande nivå.

### **5.2 Resultat av intervjuer**

Här kommer respondenternas svar efter frågorna att presenteras. Analyser av svaren kommer att göras under rubriken diskussion.

#### **Hur definierar du begreppet taktik?**

T1, T2 och T5 menar att taktik innefattar det spelsystem och riktlinjer laget har, både med och utan puck. Även T3 är inne på samma sak, "...ramar och riklinjer...". T4 beskriver taktik som ett sätt att lura motståndarna för att få en enklare resa medan T6 delar upp taktiken på den individuella taktiken och lagets taktik.

#### **Hur definierar du begreppet attityd?**

Alla tränare beskriver attityd med ord som engagemang, arbetsinsats och energi. T1, T4 och T6 kommer även in på att fokus ingår i begreppet.

#### **Var lägger du(och din kollega) ner mest fokus mot laget, er taktik eller attityd?**

T1 och T2 svarar att de lägger mest vikt på taktik och T4 och T6 lägger istället mer vikt på attityd. De två andra tränarna lägger ned lika mycket fokus på de båda alternativen.

### **Finns det en risk att lägga ner för mycket fokus på det ena eller andra?**

Alla tränare är överrens att det finns en risk att lägga för mycket fokus på antingen det taktiska eller attityden. "Framgång kommer ur balansen mellan dom båda...", "För mycket taktik hämmar hungern.", beskriver T1, T4 och T5. T2 förklarar "...har lärt mig att attityden är viktigare än taktiken." T4 menar att det blir kaos med för mycket taktik för juniorer. "...bör vara en balans beroende på läget.", säger T3.

### **Hur många procent lägger du(och din kollega) ner på taktik kontra attityd i en matchgenomgång?**

T1 och T2 lägger ner mest på taktik medan de övriga tränarna lägger ner mest på attityd. T1, T3 och T5 förklarar att taktiken är något de jobbar med dagligen och ju närmre matchstart de kommer desto mer inriktning mot attityd. "...taktiken ska de redan kunna när det är dags för match", menar T5.

### **Hur många procent lägger du(och din kollega) ner på taktik kontra attityd i matchanalys efter matchen?**

Här svarar T3, T4 och T6 att det är helt beroende på hur matchen sett ut. T5 försöker alltid att vara 50-50 medan T2 lägger ner 90% på det taktiska och 10% på attityden. "...att kritisera laget för dålig attityd kan man nog bara göra ett par gånger under en säsong.", menar T1. Han lyfter även fram "...att vara i skottlinjen kan vara en taktisk detalj som även bygger på attityd."

## **6. Diskussion**

### **6.1 Reflektion**

Det verkar skilja sig en hel del på vart hockeytränarna i Sverige lägger sitt fokus. Jag hade innan undersökningen en teori om att de tränarna som jobbar med juniorer lägger mer fokus på taktik eftersom unga spelare behöver bli utbildade i taktiska moment. Det verkar enligt min undersökning som att det snarare är tvärt om då juniortränarna märker av att för mycket fokus på taktik hämmar hungern. Där kommer alltså tränarna in på det faktum att för mycket av det ena kan hämma det andra.

### **6.2 Diskussion kring metod**

Att jag valde att skicka ut mina frågor till respondenterna via mail tror jag har gjort att svaren är mer genomtänkta än om jag bara hade ringt upp och gjort en telefonintervju. Nu tog det ett tag innan svaren kom in men när de kom in så har det varit lätt för mig att tolka svaren i skrift. Det känns som att valet att intervjua tre tränare för senior och tre tränare för juniorlag var ett måste för att se vilka skillnader som finns på de båda nivåerna.

### **6.3 Resultatdiskussion**

Alla sex respondenterna har definierat attityd på liknande sätt med ord som engagemang, arbetsinsats och energi, vilket är synonymt med hur jag kallar det inställning. Även definitionen av taktik är fyra av sex överrens om att det är spelsystem och riktlinjer. T4:s beskrivning bygger också på ett slags system där det går ut på att lura motståndaren. Det är bara T6 som inte nämner något om strategi/system, han delar istället in taktik i den individuella taktiken och lagets taktik. Att så många av respondenterna ändå definierar de båda begreppen på liknande sätt är viktigt för undersökningen. Då försäkrar jag mig om att vi pratar om samma saker.

Det är intressant för undersökningen att T1 och T2 som är seniortränare lägger mest vikt på taktiken och T4 och T6 som är juniortränare lägger mest vikt på attityden. Det verkar som att det är viktigt för seniorlag att ha en tydlig strategi och ett väl fungerande spelsystem vilket också Brithén(2009) poängterar när han pratar om att det är viktigt med en trygghet för laget och spelaren. Att attityden är viktigare för juniorer kan vara ett resultat av att tränarna känner ett ansvar för att uppfostra spelarna i en hockeymiljö där inställningen är A och O.

Att det finns en risk i att ha en obalans mellan attityd och taktik är alla tränare helt överrens om. För mycket fokus på taktik kan lätt leda till att det skapas en passivitet och osäkerhet i

laget. Jag tror att man som tränare är i en ständig utveckling där man lägger sitt fokus på olika saker beroende på vilken fas man är inne i, både som tränare och lag. T2 beskriver själv hur han lärt sig att attityden är viktigare än taktiken. Trots detta lägger han mer tid på taktik än attityd.

I själva matchgenomgången för laget är det bara T1 och T2 som lägger mest fokus på taktik, men samtidigt övergår taktiken till fokus på attityd ju närmre matchstart de kommer. T5 binder ihop det när han säger att taktiken är något laget ska kunna när det är dags för match. Det håller jag med om, men samtidigt kan jag ställa mig frågan om inte attityden och inställningen också ska finnas där när det närmar sig match? Hassmén, Hassmén, Plate (2003), menar att det inte är tränarna som motivera laget, de ökar bara aktiveringsnivån vilket också är viktigt.

Jag var redan i inledningen inne på att många tränare i sin matchanalys till media efter match pratar väldigt mycket om attityd och säger inte så mycket om det taktiska. Hälften av de tränarna jag har intervjuat menar att det är helt upp till hur matchen sett ut vart de lägger tonvikten i analysen. Slutsatsen som T1 gör när han nämner att man inte kan kritisera laget för dålig attityd för många gånger tyder på att han verkligen har reflekterat över var han lägger sin vikt i samtalet till laget. Han går även in på en väldigt viktig slutsats för den här undersökningen när han säger att ligga i skottlinjen både är taktik och attityd, och fyller i med att attityden avgör hur väl laget system fungerar tack vare fokusets nivå.

#### **6.4 Fortsatt forskning**

Att få en rättvis bild var svenska tränare lägger mest fokus på sex intervjuer kanske inte ger helt rätt bild men det ger ändå en indikation på att tränarna har med det i sitt tankesätt. I fortsatta forskning vore det intressant på att se hur tränare i andra länder jobbar. Det finns en myt om att t ex Nordamerikanska lag bara slänger in puckar mot mål på vinst eller förlust och visar en grym attityd när det vankas målchans. Nu tror inte jag att de är så enkelspåriga, vilket OS-guldet i Sotji visar. Laget med flest stjärnor som spelar i ligan där de kastar in puckar på vinst eller förlust vinner guldet på grunda av en taktisk triumf.

## Litteraturlista

Anfeldt, O (2008). *Ledarskap. Vägen till ELIT del 3*. Svenska Ishockeyförbundet

Brithén, J (2009). *Ett vinnande lag. Vägen till ELIT del 4*. Svenska Ishockeyförbundet

Hassmén, P, Hassmén N och Plate, J (2003). *Idrottspsykologi*. Sockholm: Bokförlaget Natur och Kultur

Mårts, P, Pettersson, P (2009). *Ett vinnande lag. Vägen till ELIT del 4*. Svenska Ishockeyförbundet

Thurén, T. (1991). *Vetenskapsteori för nybörjare*. Stockholm: RUNA FÖRLAG AB



## **Attityd eller taktik**

**-Var lägger svenska hockeytränare mest fokus?**

1. På vilken nivå är du verksam?
2. Hur många år har du varit aktiv som tränare på nuvarande nivå?
3. Hur definierar du begreppet taktik ?
4. Hur definierar du begreppet attityd?
5. Var lägger du(och din kollega) ner mest fokus mot laget, er taktik eller er attityd?
6. Finns det en risk att lägga ner för mycket fokus på det ena eller andra?
7. Hur många procent lägger du(och din kollega) ner på taktik kontra attityd i en matchgenomgång?
8. Hur många procent lägger du(och din kollega) ner på taktik kontra attityd i matchanalysen efter matchen?

**Tack för din medverkan! Dina svar behandlas anonymt.**