



Från U18 till Damkronorna

- Vad är orsaken till att vissa avslutar sin elitsatsning kontra går hela vägen?

Kim Martin Hasson

Innehållsförteckning

1. Inledning.....	1
2. Bakgrund	2
3. Syfte och frågeställning.....	3
4. Metod	4
4.1 Urval.....	6
5. Resultat.....	7
6. Diskussion	11
Litteraturlista	13

1. Inledning

Från mina egna erfarenheter och år inom damhockey både som elitidrotter men också på arbetsmarknaden så ser jag ett problem med att många tjejer lägger av i tidig ålder. Hur kommer det sig? I mitt arbete kommer jag att titta närmare på hur många tjejer som är med i U18 VM och som sedan etablerar sig i damkronorna. Med etablera så menas minst 10-15 spelade matcher i damkronorna. För att komma fram till bästa resultat, kommer det utföras intervju med ledare och utvecklingsansvarige på svenska ishockeyförbundet för att få fakta från så många olika källor som möjligt. Det är intressant att höra varför spelare fortsatte att satsa och varför flera valde att sluta sin elitsatsning. Många spelare slutar in med hockey men fortsätter med hockey på nationell nivå. Dessa spelare kommer inte att ingå i undersökningen då de fortfarande har en chans på att etablera sig i damkronorna.

Studien inkluderar spelare som i 2006 var U18 ålder då det var här Svenska Ishockeyförbundet startade sin juniorsatsning på damsidan. Det är oftast svårt för spelare att få ihop vardagen samtidigt som de elitsatsar, men är det upp till enbart spelaren eller kan ledare och förbund hitta en utvecklingsplan för tjejer så de kan hjälpa spelare med dom bästa möjliga förutsättningarna för att fortsätta deras karriärer? Det är intressant att följa damhockeyns utveckling och se vad förbund och klubbar gör för att ge tjejerna de bästa möjliga förutsättningarna och se vart det kan leda. Damhockeyn går framåt men vad är vårt nästa steg. Vad kan göra att unga tjejer på elitnivå håller på längre?

Svenska Ishockeyförbundet har framförallt fokus på elitsatsningen på unga tjejer genom regionsläger och U18 landslagssamlingar, 4-nationers och U18 VM. Sedan har det även fokuserats väldigt mycket på bredd hockey speciellt i ungdomshockeyn.

Klubbarna har en väldigt viktig roll där de ska motivera och förse tjejerna med en miljö där de känner att de kan utvecklas och motiveras för att ta ytterligare ett steg i deras utveckling. Är det möjligt för alla klubbar? För många klubbar är det väldigt svårt då ekonomin sätter stop men fler och fler klubbar har förstått hur viktigt det är att ha ett damlag i föreningen. Linköping har varit drivande i att satsa på damerna den senaste åren och sedan förra säsongen har andra SHL klubbar sett innebörden med att ha damlag. Bland annat har Djurgården, Luleå och Hv71 gjort en seriös satsning på damerna. Oftast är det lättare för damlag som är i en förening som driver ett SHL, då det finns en annan ekonomi i klubben.

Mycket ansvar ligger också på spelaren själv. Drivkraften måste komma inifrån och planering och ansvaret för att få ihop vardagen är eget ansvar. Sen kan det alltid behövas hjälp på vägen. Då jag började med hockey fanns det inte alls några förutsättningar för tjejer men jag ser en stor potential i sporten och jag har sett en väldig utveckling de senaste åren. Damhockeyn är på väg någonstans men vad är vårt nästa steg? Det som gjorde att jag tog steget upp i damkronorna och kunde hålla mig på internationell nivå var att jag älskade att träna, jag var målmedveten och motiverade till att gå långt. Jag var väldigt anpassbar till vart jag än spelade och gillade utmaningar. Jag drogs till miljöer där jag kände att jag kunde utvecklas. Dom som känner mig vet att jag älskar att planera och det hjälpte mig att få ihop min vardag.

2. Bakgrund

Redan på 70 talet började damhockey sakta men säkert att ta fart men det var inte förrän 1988 som det första SM spelades i Sverige (Feltenmark, 2015). Första matchen som damer spelades var 1889 i Ottawa, Kanada. Men den första klubben som bildades var Love-me-littles, i Queen's University i Kingston, Ontario 1895 (Harrington, 2013). Den första internationella organiserad damturnering var 1980 och det första Europeiska mästerskapen spelades 1989 i Dusseldorf och Ratingen i Tyskland. efter 1990 spelades den första VM turneringen i Ottawa, Kanada. 2 år efter det kom damhockey med på tapeten för OS spel och det infördes 1998 då turneringen spelades i Nagano. (International Ice Hockey Federation, 2012) Flick- och damhockey går framåt i Sverige och just nu är det ca 4000 tjejer som spelar (Hielle, 2015). 2002 tog Sverige sin första OS medalj och efter det hade Sverige några år med framgångar. VM 2005 i Linköping vann man bronset efter vinst mot Finland och under OS 2006 lyckades man vinna OS silvret efter vinst mot USA på straffar i semifinalen. Det var också under det året som Svenska ishockeyförbundet valde att satsa på ett junior landslag på damsidan. Ett U18 landslag skapades och det är tjejer som är mellan 15 och 18 år som får delta. Sverige har vunnit brons i fem av dom U18 VM som har spelats (Feltenmark, 2015). I samtliga Riksseriellag finns det 47 spelare som har rätt ålder för spela med U18 landslaget. Sedan finns det också spelare i pojklag samt några som spelar i division 1 damlag. Majoriteten av de spelare som spelar för U18 landslaget tillhör ett Riksseriellag.

U18 damlandslaget syftar till att utveckla toppen av svensk damishockeyn och skapa framtida damspelare till Damkronorna. Spelarna ska få erfarenhet av internationellt spel, utveckla spelet under hög press och lära sig hantera stressen ett mästerskap innebär innan de tar språnget upp i damkronorna. Då U18 damlandslaget framförallt ska generera spelare till damkronorna

är det intressant att undersöka hur många av de spelare som har blivit uttaget till U18 damlandslaget som lyckas etablera sig i damkronorna. Som i alla andra idrotter har även damhockeyn problem med spelare som väljer att sluta sin karriär i ung ålder och damhockeyn går miss om unga duktiga spelare som med tiden kan bli världsspelare. Undersökningen avser därför också att granska hur många spelare som har deltagit i U18 damlandslaget som har avslutat sin elitsatsning tidigt och vilka anledningar de har för att sluta sin karriär. I sin helhet ska undersökningen generera en förståelse för skillnaden mellan de U18 damlandslagsspelare som lyckas etablera sig i damkronorna och de spelare som väljer att lägga av med hockeyn. Det finns en stor grupp av spelare kvar som inte inkluderas i undersökningen som är de spelare som väljer att fortsätta sin karriär efter U18 damlandslaget fast de inte spelar i Damkronorna.

3. Syfte och frågeställning

Syftet med undersökningen är att belysa skillnader på de U18 damlandslagsspelare som lyckas etablera sig i damkronorna och de som väljer att lägga av i tidig ålder samt ge förslag till förbättringsområden svensk damhockeyns talangutveckling.

1. Hur många U18 damlandslagsspelare har lyckas etablera sig i damkronorna och hur många har valt att lägga av vid 20 års ålder?
2. Vad är avgörande faktorer för att få spelarna att fortsätta sin satsning och etablera sig i damkronorna?
3. Vad kan ledare inom damhockeyn och Svenska Ishockeyförbundet göra för att få unga talanger inom damhockeyn att fortsätta sin karriär? Vilken skillnad ser du på dom spelarna som går hela vägen från U18 till damkronorna?

Svensk damhockey vill växa och utöka sin bredd men vi vill samtidigt att våra topp spelare kan konkurrera internationellt. U18 spelarna har en hel del hockey i sig och genom att utvecklas i U18 landslaget så får man mer erfarenhet av internationell hockey samt lära sig grunderna av det svenska spelsystemet. Därför är det viktigt att så många som möjligt satsar vidare mot damkronorna för att ta ytterligare ett steg i sin karriär. Kommer U18 spelare till damkronorna så kanske 2 av dom blir världsstjärnor. Desto fler spelare som satsar vidare desto större är chansen att vi får fram riktigt bra spelare. Det är viktigt för Svenska Ishockeyförbundet och

klubbar att ta till sig av denna information för att öka chansen att spelare fortsätter sina karriärer. Under undersökningen bevisas spelarnas karaktärer och vad som påverkar varför just vissa kom längre än andra. Det är också viktigt för individen själv att se varför just jag inte lyckades. Kan inte spelaren själv får fram rätt svar så har framförallt dom tränare och ledare på hemma plan en viktig uppgift att få dessa på rätt sida och pusha dom till framgång. Dom som inte klarar av detta kommer heller inte kunna leva på talang hela karriären igenom.

4. Metod

Undersökningen bygger på att identifiera vilka och hur många spelare som har deltagit i U18-damlandslaget som antingen har avslutat sin karriär eller som har etablerat sig i damkronorna. Den första del av tillvägagångssättet var därmed först att identifiera samtliga spelare som har deltagit i ett av Sveriges U18 damlandslag sedan 2006. Därefter plockades de spelare ut som antingen har etablerat sig i damkronorna, som i undersökningen definieras vid minst 10 landslagsmatcher i damkronorna, och som har lagt av innan de blev 25 år. Undersökningen inkluderar inte de spelare som fortfarande är aktiva efter dem har fyllt 25 och som inte har etablerats i Damkronorna.

Selekteringen har gått till vid granskning av spelarförteckningar på tidigare mästerskap hos svenska Ishockeyförbundet (Svenska Ishockeyförbundet, 2015). Namnen på spelarna jämfördes sedan med förteckningar över spelare som har spelat i Damkronorna från Svenska Ishockeyförbundet (Svenska Ishockeyförbundet 1, 2015). De spelare som har över 10 spelade landslagsmatcher i damkronorna inkluderades i undersökningen. Urvalet av de spelare som har avslutat sin karriär tidigt i undersökningen var lite mer komplicerat då det inte finns förteckningar på de spelare som har avslutat sin karriär. För att identifiera vilka spelare som har slutat sin karriär användes Elite Prospect (Elite Prospects – Hockey, 2016) för att se om det fanns någon registrerat klubb säsongen 2015/16 samt fråga spelarna direkt vid hjälp av Facebook (Facebook, 2016) och mobiltelefon. Spelare som är född 1995 och äldre inkluderades i undersökningen. Årskullarna 1996 och 1997 exkluderades då de fortfarande anses för unga för att delta.

Det utformades två frågeformulär till deltagarna, ett till de som har avslutat sin karriär och ett till de som har etablerat sig i Damkronorna (se bilaga 1 och 2).

Frågeformuläret till de som har avslutat sin karriär består av båda stängda och öppna frågor. De stängda frågorna refererar till anledningen av varför de har avslutat sin karriär där spelarna

har möjlighet att ge fler svarsalternativ. Svarsalternativen är följande: Skada (där de fick definiera kroppsdel), motivation, ekonomi, annan idrott, jobb, studier och annat (där de har möjlighet att skriva till en anledning). De öppna frågorna refererar till huruvida både klubbar och Svenska Ishockeyförbundet kunde gjort något annorlunda för att få spelarna att fortsätta sin karriär. Kombinationen av stängde frågor valdes för att dels kunna föra statistik på anledningarna till att spelarna avslutade sin karriär och dels för att de fritt ska kunna uttrycka vad som skulle ha gjorts annorlunda för att få dem att fortsätta sin karriär.

Frågeformuläret till de som har etablerat sig i damkronorna formulerades med öppna frågor för inte att begränsa spelarnas svarsmöjligheter. Spelarna ställs frågorna: vad har du själv gjort för att komma dit du är i dag? Vad har klubben gjort för att hjälpa dig i din satsning? samt Vad har Svenska Ishockeyförbundet gjort för att hjälpa dig i din satsning. Efter granskning av samtliga svar delades svaren in i följande kategorier:

Efter identifieringen av samtliga spelare som kvalificerade till de två grupperna kontaktades samtliga på Facebook eller e-mail där de fick det frågeformuläret som utformades till den gruppen de tillhörde (lagt av eller etablerat) som de sedan skickade tillbaka.

Intervjuer gjordes med utvecklings ansvarig för damsektionen på svenska ishockey förbundet. Frågan som ställdes till henne var: vad kan ledare inom damhockeyn och svenska ishockey förbundet göra för att spelarna ska fortsätta sin karriär? Vad gör förbundet för att få tjejerna att fortsätta? Hur gick tankarna då ni startade ett U18 landslag? Hur gör ni för att behålla spelarna på en bra nivå och att de fortsätter även efter U18?

En annan intervju gjordes med U18s förbundskapten. Frågorna som ställdes var; Vilka möjligheter ser du för tjejerna att utvecklas på hemma plan? Kan klubbarna göra något för att få tjejerna att fortsätta spela längre?

Sen har vi den sista personen som intervjuades och det var damkronornas förbundskapten. Vad kan ledare inom damhockeyn och Svenska Ishockeyförbundet göra för att få unga talanger inom damhockeyn att fortsätta sin karriär? Vilken skillnad ser du på dom spelarna som går hela vägen från U18 till damkronorna kontra dom som lägger av?

Samtliga intervjuer gjorde via email där personerna i fråga kunde utveckla sina svar som dom ville. Frågor mailades till dem och sedan mailade dem tillbaka svaren. Denna metod valdes för att det var lättast då alla var upptagna med A-VM. Det ansågs vara lättare för personerna att göra det själva i lugn och ro och inga missförstånd gjordes då allt var nedskrivet.

4.1 Urval

Viktigast var att få tag på de personer som var huvudsyftet för studien och det var spelarna som antingen valde att fortsätta och tog sig hela vägen upp till damkronorna samt dem som av någon anledning avslutad sin satsning tidigt. Dessa personer var relativt lätta att hitta och behövdes inte tänkas så mycket om vilka dom var. Det var viktigt att skicka ut rätt frågeställningar till dessa spelare för att få ut det svar vi letade efter. Vad var anledningen till att de la av och vad gjorde dem som lyckades och vad påpekade i deras miljö och inställning som gjorde att dom tog steget till damkronorna.

Åt andra sidan hade intervjuer kunnat göras med andra personer än dem som valdes. Men med deras erfarenheter och med deras positioner kändes det som att de passade bäst till studien. Men valet föll på dam utvecklingsansvarige på hockey förbundet, förbundskaptenen för U18 landslaget och förbundskaptenen för damkronorna. Deras kunskap inom ämnet och med den bakgrunden de har påverkade beslutet i vilka som valdes.

Intervjuer gjordes med Erika Holst utvecklings ansvarig för damsektionen på Svenska Ishockeyförbundet. Hon har länge spelat i damkronorna och varit lagkapten i många år. Hennes erfarenhet av både nationell och internationell hockey på hög nivå och kunskaper från Svenska Ishockeyförbundet gjorde henne till en bra kandidat för en intervju. Eftersom hon sitter och jobbar på Svenska Ishockeyförbundet så fick hon många frågor angående vad förbundet kan göra för att få tjejerna att spela längre och skapade dom bästa förutsättningarna för att få dom att fortsätta satsa. Varför startades ett U18 lag 2006 och hur går tankar kring det. Helt enkelt från mer ett förbunds perspektiv och vad dem kan göra för att få tjejerna att fortsätta längre.

En annan intervju gjordes av Ylva Linberg, tidigare huvudtränare för AIKs damlag som nu har gått över till att vara förbundskapten för U18 landslaget. Hon har också en lång karriär bakom sig med spel på högsta nivån både nationellt och internationellt. Med hennes erfarenhet som både tränare på klubbnivå samt landslagsnivå ansågs hon var en bra person att intervjua. Till henne handlade frågorna mer om hur det ser ut på hemmaplan på klubbnivå och vad som kan göras för att se till att tjejerna kan utvecklas och få motivationen till att fortsätta. Vilka förutsättningar kan ordnas för se till att tjejernas vardag fungerar?

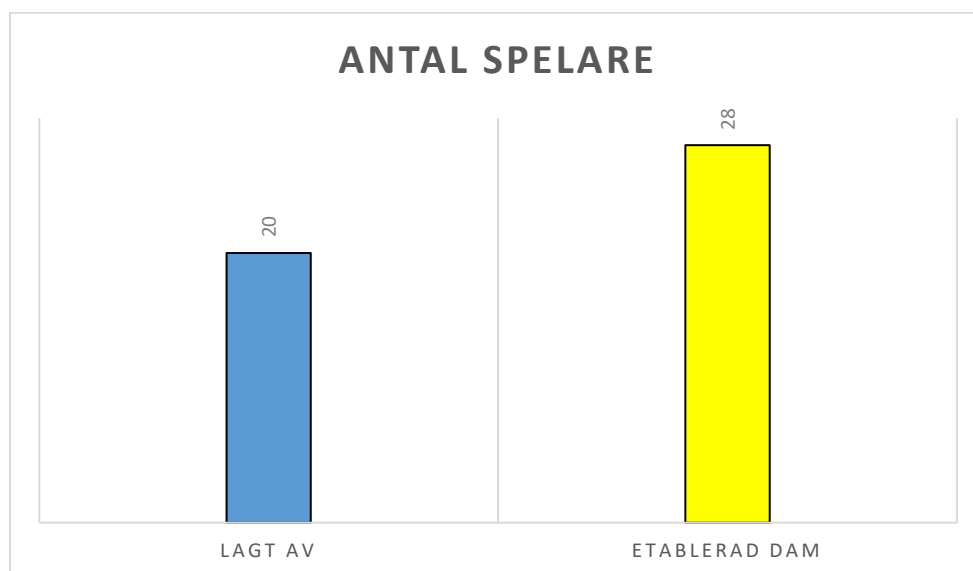
Sen har vi den sista personen som intervjuades och det var damkronornas förbundskapten Leif Boork. Tidigare har Boork aldrig tränat tjejer och det är intressant att se hans uppfattning om

svensk damhockeys utveckling. Sedan han tog över damkronorna har han blivit en pionjär för damhockey och har skapat sig ett stort intresse. Hans frågor var grundade på att se vad han och Svenska Ishockeyförbundet kan göra för att få unga spelare att satsa vidare och vad han tror är skillnaden i spelarnas karaktär som gör att vissa lyckas och vissa inte.

5. Resultat

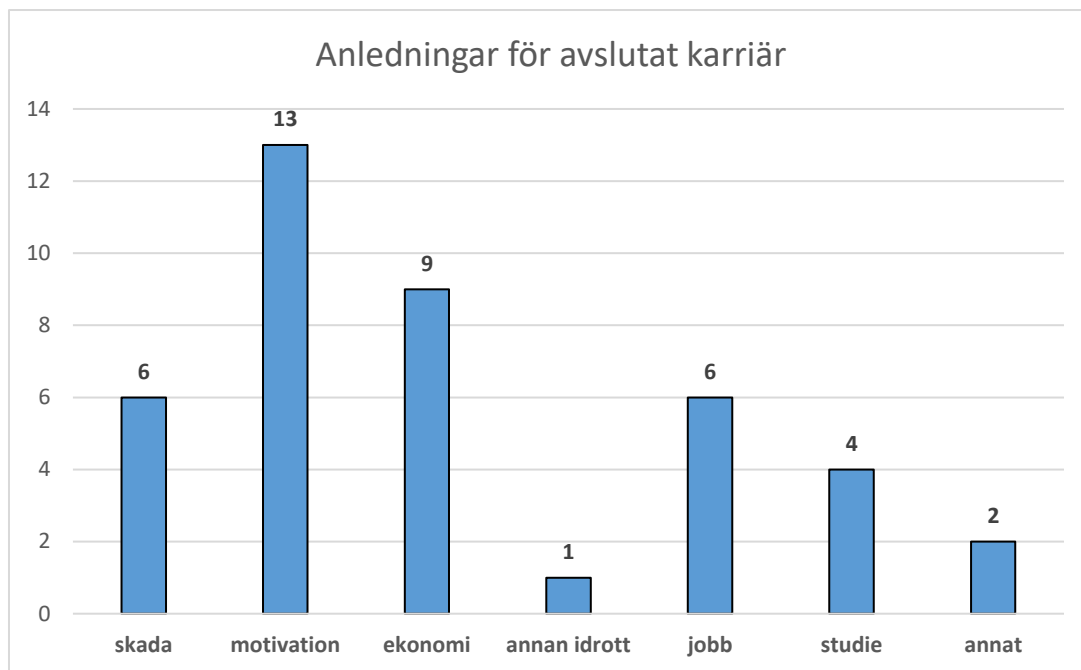
Tabell över hur många spelare som spelade U18 VM och sen etablerade sig i damkronorna (minst 10 matcher).

År	06/07	07/08	08/09	09/10	10/11	11/12	12/13	13/14	14/15
Spelare	9	14	15	10	7	8	4	2	1



Tabell 1: Av dom spelare som var aktuella och i rätt ålder, så var det 20 spelare som avslutade sin karriär och 28 spelare som etablerade sig i damkronorna. Två enkäter skickades ut. En till dem som avslutade sin karriär tidigt och en till dem som etablerade sig i damkronorna. 18 svarade av dem 20 som fanns möjliga som avslutade sin karriär och 24 av 28 svarade av dem som etablerade sig i damkronorna.

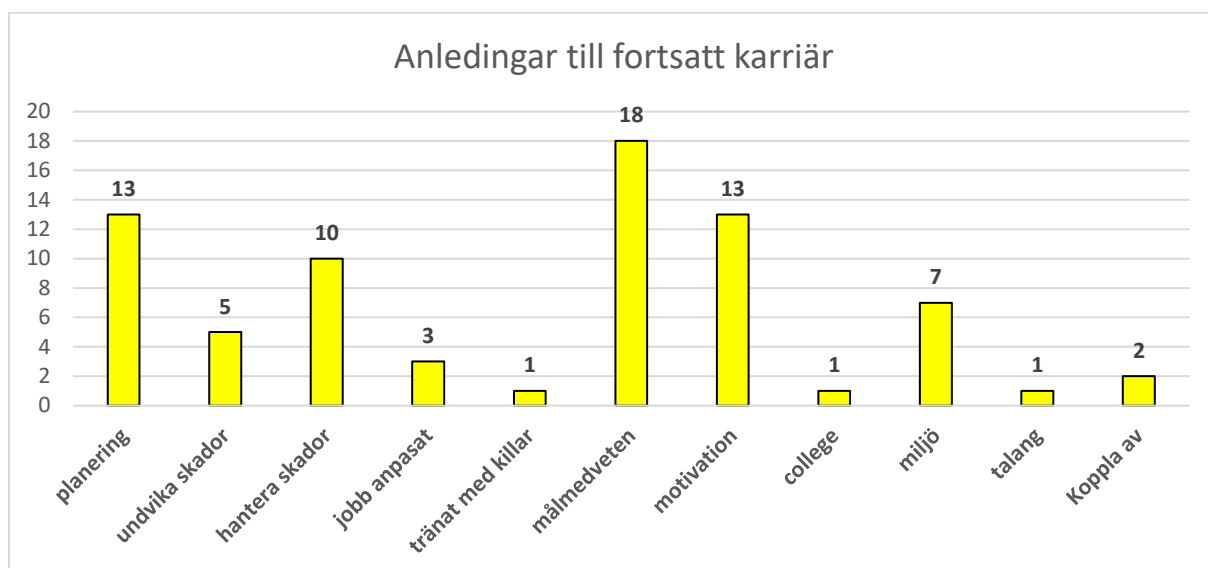
Enligt enkäten som gjordes med de spelarna som avslutade sin karriär tidigt efter U18 landslaget visades det att majoriteten av spelarna hade valt motivation. Andra anledningar som vägde högt var ekonomi men även skador och jobb. Många såg en problematik med att jobba och satsa samtidigt. De fick helt enkelt inte ihop vardagen och därför minskande motivation. Skador var en annan del och många hade allvarliga skador som inte gick att rehabilitera tillbaka till elitnivå. Några av dom önskade att det hade funnits bättre hjälp på hemma plan.



Tabell 2: Visar anledningar till varför spelare valde att avsluta sin karriär.

Om man istället tittar på dem som gick hela vägen ifrån U18 landslaget till damkronorna så handlade det mycket om just planeringen av vardagen. Många förklarade att det var just det som hade tagit dom så här långt. Det och motivation var två viktiga faktorer men det som låg högst upp var målmedvetenhet. En del nämnde också att det var viktigt att vara i miljö där man trivs men framförallt där man känner att man utvecklas. Att kunna hantera eller undvika skador var också en viktig faktor för att orka motivera sig och driva mot sina mål. Andra saker som kom upp var också ett jobb som gick att anpassa med sin elitsatsning. Träna med killar, gå på college, ha talang och kunna koppla av låg lite längre ner men var viktigt för enskilda spelare.

Figur 3



Tabell 3: visar vad som var anledningar till fortsatt karriär.

Angående intervjuerna som gjordes kom det fram att den långsiktiga planen för att behålla spelare är att rekrytera fler. Utvecklingsansvarige på Svenska Ishockeyförbundet anser att om många spelare spelar och att det finns seriespel på alla nivåer kommer vi behålla fler. Till exempel en juniorliga för att slippa att det ska bli ett så stort åldersspann och att man följer en utvecklings plan. Det skulle vara väldigt bra om man hade tillräckligt med spelare för att ha U18 seriespel och på sikt även U20 seriespel. Om Riksserielagen kan skapa bra förutsättningar för sina spelare så kommer klubbarna att behålla dem längre och ha fler seniorer i seniorlagen komma då skulle juniorerna i juniorlagen bidra till att spelare fortsätter längre. Historiskt sätt, vid 15-16 års ålder och redan då spelar seniorhockey så kanske man håller/pallar/vill spela i 10 år, då lägger man av vid 25-26 och kanske aldrig kommer till ”peaken” i sin karriär som för de flesta är runt 30. Förbundskaptenen för damkronornas tankar; I det differentierade samhället vi lever i, där det finns ett stort urval av verksamheter att prova på och välja bland, är risken/möjligheterna stor att en ung person prövar många olika saker utan att sedan bestämma sig för vad man vill satsa på. Alltså, ska man satsa på en internationell, professionell karriär måste personen bestämma sig. Bestämma sig för att prioritera det som krävs och göra den idrottsatsningen till en del av sitt liv under några år. Då krävs det också att man har disciplinen/förmågan/beslutsamheten att välja bort aktiviteter som kompisar gör. Du kan inte göra allt och begära att du ska lyckas extra bra med det mesta. Kort sagt ; du måste bestämma dig, prioritera och välja bort!

Det som Svenska Ishockeyförbundet nu försöker göra för att minska ”glappet” mellan U18 och Damkronorna är att ha U20 camp. I år kommer man dessutom för första gången att genomföra Russin 2 i augusti och Russin 1 är i Maj.

Planen är att ha ett U20 lag och ett U18 lag, där det spelas 4 matcher på Russin 1 och 3 matcher på Russin 2.

Förutom det har inte Svenska Ishockeyförbundet någon aktivitet efter U18 om man inte tar sig in i Damkronornas verksamhet. Då är det klubbarna som behöver en tillräckligt bra verksamhet och föreningsmiljö för att spelarna vill fortsätta även efter U18.

Det är viktigt med engagerade och duktiga ledare som tar uppgiften som ledare för att de vill utbilda spelare och hjälpa dem utvecklas. Spelare behöver bli sedda och känna att de är viktiga för laget oavsett kunskapsnivå eller speltid. Spelare trivs i klubbar då de känner att de utvecklas och går framåt. Självklart är det viktigt att ha roligt men det är inte det är inte den avgörande rollen till att man trivs och vill stanna, anser utvecklingsansvarige på Svenska ishockeyförbundet. Förbundskaptenen för damkronorna tycker att ledare ska förklara vilka krav som ställs på en nationell respektive internationell karriär. De kraven måste baseras på en kunskap och erfarenhet hos ledarna av den nivån de beskriver för spelarna. Det är viktigt för en ledare att visa för spelarna att han/hon vill dem väl och själv visa den passion och engagemang som han/hon kräver av spelarna. Ledaren ska växla mellan att slå fast vissa saker och “öppna dörrar” för spelaren, som tvingar/och engagerar spelaren att välja och pröva egna beslut. Det krävs en timing från ledarhåll att göra de rätta avvägningarna här. Samma timing krävs i övningsurval i själva träningen. Vissa kompetenser kräver repetition och kontinuitet. Andra kräver nyfikenhet och nydanande övningar.

Svenska Ishockeyförbundets insatser för att behålla spelare är band annat U13-U16 camperna och Stålbucklan, samt att ”uppmåna” föreningar att samarbeta med närliggande föreningar för att skapa tränings och matchtillfällen. Det är viktigt att även dom minsta får sina matcher och turneringar för att få dom att vilja fortsätta. Syftet med Stålbucklan är att skapa matchtillfällen med och mot jämnåriga tjejer. I åldern 14-16 år känns det extra viktigt då det kan vara en tid då det är svårare att fortsätta spela med killar. Regionlagsturneringen är också ett sätt att skapa matchtillfällen med och mot jämnåriga.

Svenska Ishockeyförbundet förser tjejerna med olika camper, läger och aktiviteter för att behålla spelare men samtidigt har föreningarna viktiga uppgifter att skapa en bra miljö och lyckas rekrytera tjejer och se till att dom känner att det utvecklas.

Svenska Ishockeyförbundet och klubbarna i Sverige kan skapa bra förutsättningar för tjejerna men viktigast av allt för att ta sig någonstans är spelarnas egna driv till att lyckas och vilja bli bättre. Det spelar ingen roll vilken miljö man har och vilka förutsättningar man ges om man själv inte vill, enligt förbundskaptenen för U18 landslaget. Uppföljning av träning och uppsatta mål är också betydelsefulla. Att analysera vad som åstadkommit och ta nya avstamp i karriären, träningen och matchandet. Tålamod är ett slitet ord. Men "bra saker tar tid"!, damkronornas förbundskapten.

6. Diskussion

Syftet med detta arbete är att se hur många som avslutar sin karriär efter U18 landslaget och vilka som går hela vägen till damkronorna. Är det något speciellt som skiljer dom 2 kategorierna åt?

Man kan se en länk mellan dem som satsar vidare och dem som avslutar sin karriär. Många av dem som slutar gör det på grund av ekonomi, motivation eller skada. Skillnaden mellan dem som slutar och dem som fortsätter är att dom som fortsätter planera och kan få ihop sin vardag på bästa möjliga sätt. Från egna erfarenheter vet jag också hur mycket planering spelar roll och det var väldigt viktigt för mig för att kunna fokusera helt och hållet på hockeyn men också ha tid till bland annat skola och fritid som också är mycket viktigt för återhämtningen och samla på sig energi. Motivation och målinriktning är något som också betyder mycket och har man det så kommer man långt. Även då man kanske har tufft med att få ihop det i vardagen så är man så målinriktad och motiverad att man ser till att lösa det på något sätt. Jag tror den faktor är det stora skillnaden mellan att lyckas och inte lyckas mellan dom olika grupperna. Spelarna som spelar för U18 landslaget går fortfarande i skolan och det är relativt lätt att få ihop vardagen. Det blir dock tuffare då man blir äldre och måste jobba och man kanske inte lever på sina föräldrar länge. Man börjar att prata om besparing, köpa egen lägenhet med mera och det är då det krävs att man blir extra motiverad och kan planera sin vardag på bästa möjliga sätt. Det är alltid en dröm och ära att få åka på läger och det är oftast lätt att hitta motivation, men det är på hemmaplan som motivation svajar. Därför är det viktigt med engagerade och motiverande ledare som kan motivera och utveckla spelarna på hemma plan. Jag tror att det är viktigt för utveckling och stimulerande om spelare för följa utvecklings trappan. Vilket betyder att man inte ska ha så bråttom upp i damkronorna utan nu finns chansen att ta det i fler trappsteg och inte gå upp som 14 åring i landslaget och bara orkar spela i 10 år, då du

egentligen bara är 24 år men inget nytt och stimulerande sker. Om man istället får man vara med på regions turneringar stålbacken vidare upp till U18 landslaget och sen vara med på russin läger och sen till damkronorna kommer göra att fler motiveras och fortsätter längre. Ett bra initiativ av Svenska Ishockeyförbundet och det har redan märkts en skillnad. På senare år har damhockeyn utvecklats och riksserien har aldrig varit så bra som den var i år. Det kommer att vara en bidragande roll till att spelare kommer känna att det är utvecklande och motiverande att spela, vilket i sin tur kommer göra att de förhoppningsvis spelar längre. Dock är ekonomin fortfarande ett problem, trots att några lag nuförtiden kan bidra sina spelare med en liten lön. Svaren som kom fram i frågeställning var lite som jag hade förväntat mig. Efter många år i sporten så vet jag hur det ligger till men jag ser ljuset i tunneln men de som fortfarande spelare måste ha tålamod. Det går framåt men det kommer fortfarande att ta tiotals år innan vi kan märka den ekonomiska skillnaden som många saknar. Nuförtiden har många lag hyfsade förutsättningar för tjejerna att lyckas men ekonomin gör det tufft för tjejerna då majoriteten jobbar och åker direkt till träningen. För att få en bredd inom hockey Sverige men också i enskilda klubbar är det viktigt att rekrytera unga spelare till att börja spela och sen se till att dem har en utvecklings möjlighet och få dem intresserade av hockey. Tyvärr är många av våra junior lag allt för ojämna och det kan vara något som kan göra damhockey ännu bättre. Om vi skulle kunna få en bättre junior liga för att många unga slipper skynda sig i sin utveckling och tillslut tröttna så kan de utvecklas i lugn och ro. Därmed också orka spela längre för att de har nya mål och känner sig motiverande. Som 14 åring och spela i damkronorna i 15 år och sen bara vara 29 år är egentligen ingen ålder men svårt att hitta nya mål. Jag önskar att det fanns fler steg då jag själv spelade, vem vet, jag hade kanske hållit på längre.

Litteraturlista

Elektroniska källor

Elite Prospects – Hockey (2016). *Player Search*.
<http://www.eliteprospects.com> [2016-04-02].

Facebook (2016). *Messages*.
<https://www.facebook.com> [2016-04-02].

Feltenmark, A. (2015). *Damishockey*.
<http://www.swehockey.se/Landslag/Historik/Damishockey/> [2016-04-18].

Harrington, P. (2013). *WWHC: A History Of Women's Hockey in Canada*.
http://www2.tsn.ca/canadian_hockey/story/?id=419704 [2016-04-18].

Hielle, L. P. (2015). *Allt flera tjejer på isen, men fortfarande killdominans*.
<http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=1646&artikel=6093087> [2016-04-18].

International Ice Hockey Federation (2012). *Women's Hockey*.
<http://www.iihf.com/iihf-home/sport/women/> [2016-04-19].

Svenska Ishockeyförbundet (2015)
<http://www.swehockey.se/IdrottOnlineForbund/Ishockey/SvenskaIshockeyforbundet/Landslag/Dam/DamlandslagetU18/> [2016-04-10]

Svenska Ishockeyförbundet 1 (2015)
<http://www.swehockey.se/IdrottOnlineForbund/Ishockey/SvenskaIshockeyforbundet/Landslag/Dam/Damkronorna/> [2016-04-10]

Intervjuer

Erika Holst 2016-03-30 mail intervju

Ylva Lindberg 2016-04-01 mail intervju

Leif Boork 2016-04-10 mail intervju

Bilaga 1

Spelare som fortsatte och etablerade sig i Damkronorna

Födelse år

Debut år i damkronorna _____

Antal matcher i damkronorna _____

Vad har du själv gjort för att komma dit du är idag? (hantera skador, egen träning, motivation, planering av vardagen)

Vad har klubben gjort för att hjälpa dig i din satsning?

Vad har Svenska ishockey förbundet gjort för att hjälpa dig i din satsning?

Bilaga 2

Spelare som avslutade sin karriär innan de nådde Damkronorna.

Födelse år _____

När la du av med hockey? årtal _____

Varför? Kan svara på mer än en.

Skada _____ Kroppsdel _____

Motivation _____

Ekonomi _____

Annan idrott _____

Jobb _____

Studier _____

Annat _____

Skulle klubben kunnat ha gjort något annat för att få dig att fortsätta spela?

Skulle Svenska ishockey förbundet kunnat ha gjort något annat för att få dig att fortsätta spela?