Svenska Ishockeyförbundet
Elitkurs (ETU)

Spelarens väg till eliten

Patrick Ljunggren

Handledare: Göran Lindblom
2012-05-22

Sammanfattning

Hur ser spelarens väg till eliten (Elitserien/Allsvenskan) ut? Det är frågeställningen som jag har försökt belysa i detta arbete. Jag har genom intervjuer med 12 spelare (8 spelare från Elitserien och 4 spelare från Allsvenskan säsongen 2011/12) försökt hitta likheter i deras väg till eliten. Hur såg ungdomstiden ut? Vad kännetecknade junioråldern? Vad hände efter junioråldern? Detta är områden som jag försöker lyfta fram i min strävan i att hitta faktorerna till deras framgång.

Det jag har kommit fram till är bl a att de flesta spelarna är födda tidigt på året och att spelarna kommer från både små (div.2-3), mellanstora (div.1), och elitföreningar. Det tycks också vara viktigt att starta med ishockey i relativt tidig ålder 5-7 år. Föräldrarnas intresse och engagemang är av stor viktigt framför allt under ungdomsåren. En annan aspekt är spontanidrottandet som har varit en stor del i deras liv i ungdomsåldern. Alla har också hållit på med många olika idrotter under sin uppväxt både individuella och lagidrotter. Under ungdomsåren har samtliga spelare blivit uppflyttade till äldre pojklag/juniorlag och träningsmängden har varit omfattande. Spelarna har också haft mycket framträdande roller i sina respektive lag genom hela ungdomstiden.

Juniortiden präglas av att samtliga spelare har bytt alternativt blivit värvade till elitföreningar. Där har man i de flesta fall genomgått ett 3-årigt elitishockeygymnasium. Genomgående så har spelarna under denna tid också blivit uppflyttade till äldre juniorlag/A-lag. Betydelsen av duktiga tränare löper som en röd tråd genom juniortiden och detta är något som samtliga vill lyfta fram som viktigt för deras utveckling.

Sammanfattningsvis behöver de flesta spelarna något eller några år på sig efter juniortiden för att kunna etablera sig på elitnivå. Det är få spelare som klarar av att ta steget fullt ut redan som första års senior.

Innehållsförteckning

Sammanfattning **sid. 2**

1. Inledning **sid. 4**

2. Bakgrund **sid. 5**

3. Syfte **sid. 7**
3.1 Frågeställningar sid. 7

4. Metod **sid. 8**
4.1 Urval sid. 8

5. Resultat **sid. 9**
5.2 Bakgrund sid. 9
5.3 Ungdomstiden sid. 11
5.4 Juniortiden sid. 18
5.5 Seniortiden sid. 22

6. Diskussion **sid. 24**
6.1 Bakgrund sid. 24
6.2 Ungdomstiden sid. 24
6.3 Juniortiden sid. 25
6.4 Seniortiden sid. 25
6.5 Slutsatser sid. 26

Referenslista **sid. 27**

Bilagor **sid. 28**

1. Inledning

Vad är det som gör att vissa ishockeyspelare lyckas ta sig hela vägen till eliten? Finns det några gemensamma faktorer för dessa spelare? För de spelare som lyckas, finns det olikheter i deras resa till yrket som ishockeyspelare?

Jag har sedan starten av min tränarbana i mitten på 90-talet funderat mycket kring dessa frågeställningar. Hur det kommer sig att vissa ungdomspelare lyckas tas sig hela vägen till Elitserien/Allsvenskan medans andra inte gör det?

När jag ser matcher i Elitserien/Allsvenskan brukar jag roa mig med att studera matchprogrammet och titta närmare på vilken moderklubb spelaren har. Påfallande ofta tycker jag mig se att de flesta kommer från mindre föreningar och inte elitföreningar. Betyder det att de mindre föreningarna har bättre ungdomsverksamhet och en bättre modell för hur de jobbar med sina ungdomsspelare?

På förenings- och klubbnivå arbetas det med olika modeller för att få fram duktiga ungdoms- och juniorspelare. Några modeller som förekommer är:

1. Att föreningen utifrån ålder delar in spelarna och där man över tid håller ihop åldersvis utan att uppflyttningar eller nerflyttningar till äldre respektive yngre lag sker.

2. Det finns även föreningar som jobbar utifrån ovan nämnda modell men som försöker anpassa nivån utifrån spelarens förutsättningar d.v.s. flyttar upp de bästa spelarna i gruppen till en högre nivå/äldre åldersgrupp.

3. Sen finns det även modeller där spelarna delas in efter olika nivåer i sin åldersgrupp. Där de mest utvecklande spelarna i årskullen bildar ett bättre lag och de mindre utvecklande spelarna bildar ett annat lag. Där upp och ner flyttning kan ske mellan lagen i syfte att utbilda och få fram så bra spelare som möjligt.

4. En ytterligare modell, som oftast finns i de mindre klubbarna där man inte har tillräckligt med ungdomsspelare för att bilda rena årslag, är att lag bildas utav flera åldersgrupper. På så sätt får man som spelare på ett naturligt sätt möjlighet att både spela med äldre och yngre ungdomslag.

Kan den modell som klubben väljer att arbeta med bidra till om den enskilde spelaren får större eller mindre möjligheter att nå eliten?

En annan viktig aspekt är självkart ungdoms- och juniortränaren. Hur viktig är tränarens kunskaper och erfarenheter om ishockey, träningslära, pedagogik mm för att spelaren ska få de bästa möjliga förutsättningarna för att lyckas? För att inte tala om den enskilde individens intresse, motivation och vilja att lyckas med sin idrott… Det är viktigt att följa upp de spelare som har lyckats och titta på de bakomliggande faktorerna som har gjort att de har kunnat gå hela vägen för att på så sätt ”lära oss” hur olika vägar kan se ut för att nå yrket ishockeyspelare.

I denna studie undersöker jag 12 elitspelares väg till en elitkarriär. Det jag tittar närmare på är hur ungdoms- och juniortiden har varit och vad som hände efter juniortiden.

2. Bakgrund

Jag valde det här ämnet för att jag i rollen som ungdoms- och juniortränare vill lära mig mer om de bakomliggande faktorer som styr vägen till eliten. Jag tror att det är mycket viktigt i den tränarroll som jag har att man verkligen förstår och får en inblick i hur man ska träna och i vilken mängd man ska träna vid olika åldrar. Vilken miljö som är gynnsam, betydelsen av föräldrarnas engagemang osv om du som tränare vill lyckas med att få fram så bra ishockeyspelare som möjligt.

I min undersökning som jag gör är jag också väldigt intresserad av att se hur viktigt det är att t.ex. ha spelat TV-pucken, gått på ett ishockeygymnasium för att kunna nå en elitkarriär i ishockey. Kan det innebära begränsningar i mina möjligheter att nå en karriär inom ishockeyn om jag inte har TV-pucken och ishockeygymnasium på min meritlista?

Finns det tydliga faktorer i ungdoms- och junioråren som är avgörande för om du ska lyckas som ishockeyspelare eller inte? I mitt arbete med denna frågeställning har jag stött på några tidigare studier inom ämnet.

Svenska Ishockeyförbundet har, som ett led i sitt utbildningsmaterial ”Ishockeyns ABC” och ”Vägen till elit”, bl a lyft frågorna Hur man tar sig till Tre Kronor? Hur mycket och ofta ska man träna? Vad skall du träna? Materialet har som syfte att ge alla en möjlighet och visa vägen för alla talangfulla juniorer från ungdomshockey till en framtid i elitishockeyn, ungdomslandslag och Tre Kronor. I materialet kan man ta del av en studie som Sture Nääslund har gjort (”Så blev de bäst” 2004). Studien beskriver fyra NHL-spelares bakgrund och ungdomsutveckling. Det finns några likheter som lyfts fram:

1. Alla har börjat tidigt att spela ishockey (5 – 6 års ålder)
2. Alla har utövat många idrotter under sin ungdom.
3. Alla har tränat enormt mycket (20 – 30 timmar/vecka i 10-11 års ålder). SPONTANTRÄNING!
4. Alla har spontanidrottat i början.
5. Alla spelarna har haft tillgång till is på nära håll.
6. Alla har getts möjlighet att spela och träna med äldre spelare i ungdomen.
7. Alla har haft hjälp av eldsjälar i sina respektive klubbar.
8. Alla har haft ett starkt föräldrastöd, dock utan press och tvång.

I studien ger också de fyra NHL-spelarna sina råd till ungdomar och ledare:

Nicklas Lidström:

- Viktigt att ha skoj.
- Tonåren måste också innebära krav.
- Att kunna hantera tuffa krav från flera håll – skola och idrott.

Mats Sundin:

- Viktigast att ha kul. I grund och botten lek oavsett ålder.
- Våga drömma!
- Fokusera inte ensidigt!
- Lev i nuet som barn/ungdom.
- Elitsatsa först vid 17 år.

Markus Näslund:

- Ha distans och en riktig värdegrund d.v.s. vad betyder nåt i livet!
- Håll på med många saker – låt det vara hobby! Inte yrke.
- Viktigt med bra relationer.
- Det viktigaste – ha kul – GLÄDJE!
- Lär dig kämpa och konkurrera.

Peter Forsberg

- Ha kul – skippa systemtänkandet för barn!
- Håll på med många idrotter – tillåt det!
- Sätt inte för hård press.

En annan studie som Anders Lundberg gjort (”Elitresan”, 2011). En studie om kvinnliga elithockeyspelares uppväxt och väg till landslaget visar att kvinnliga ishockeyspelare väljer ishockey utifrån att de tyckte det var en roligare sport än andra idrotter. Undersökningen visar också att det var tack vare papporna som de introducerades till ishockeyn. Även i denna undersökning påvisas också att flertalet spelare har haft väldigt nära till isytan. Av de 18 intervjuade visade det sig även vara så att en majoritet var födda under det första halvåret. Man kan även utläsa att familjen stöttat både ekonomiskt och socialt. Drivkraften har varit att bli en bättre hockeyspelare. Tränaren har, enligt Lundberg, haft viss betydelse för de utövandes framgång.

I Linus Bladströms uppsats (”Hur nådde jag elitnivå?”, 2011) En karriärbeskrivning av svenska ishockeyspelare kan man också läsa att familjen har varit viktig. Föräldrarna har introducerat ishockeyn men även kompisar har varit bidragande orsaker till att de valt ishockey. Det framkommer även här att det är mycket spontanidrottande. Miljön har också varit avgörande för att lyckas. Specialiseringen till ishockey har skett vid 12 – 14 års ålder. Då valdes ishockeyn för den var roligare. Det lyfts även fram att tränarna har varit bidragande till spelarnas framgång. De har alla gått ishockeygymnasium där träningen koncentreras och blivit mer målmedveten. Just juniortränarna har haft stor betydelse för spelarnas personliga utveckling som ishockeyspelare. I denna studie så var inte en majoritet av spelarna födda under det första halvåret.

Som jag ser det ska det bli intressant att se om jag i min studie kommer fram till liknande faktorer som i ovan nämnda undersökningar. I mitt utvecklingsarbete som jag kallar ”Spelarens väg till eliten” står ”eliten” för Allsvenskan och Elitserien. Jag har valt att fördjupa mig i 12 spelares ungdoms- och juniortid samt tiden efter. Detta för att försöka finna framgångsfaktorer till att lyckas med sin resa som så många unga ishockeyspelare drömmer om.

3. Syfte och frågeställning

Syfte med mitt utvecklingsarbete är att beskriva hur ishockeyspelarens väg till eliten ser ut. Jag vill se om det finns gemensamma faktorer som är av betydelse för att lyckas nå hela vägen fram till elitnivån. Vilka likheter, mönster och samband finns spelarna emellan? I denna studie hoppas jag kunna tydliggöra hur föreningar och ledare kan arbeta för att ge ungdomsspelare bästa förutsättningar att lyckas i sin karriär som hockeyspelare.

3.1 Frågeställningar:

- Hur ser spelarens bakgrund och ungdomstid ut?
- Vad är kännetecknande för juniortiden?
- Vad hände efter juniortiden?

4. Metod

Den metod som jag valt att använda i min studie är intervju. Jag har intervjuat 12 elitspelare i ishockey (Elitserien och Allsvenskan). Intervjuerna har genomförts via telefon.

Innan intervjutillfället tog jag kontakt med spelarna via telefon för att bestämma tid för intervjun. Vid detta tillfälle var jag också noga med att berätta vad syftet med intervjuerna var och vad de kommer att användas till.

Samtliga intervjuade spelare har också gett sitt samtycke till att deras namn offentliggörs i undersökningen.

Anledningen till att jag har valt intervjuer är att jag tycker att det är lättare att få kontakt med de tilltänkta spelarna men också för att säkerställa att jag får in svaren på mina frågor i undersökningen. En annan fördel är att du kan förklara frågorna på ett tydligt sätt samtidigt som intervjupersonen själv har möjlighet att svara fritt utifrån hans syn på frågan.

4.1 Urval

Jag gjorde urvalet av spelare utifrån vilka som jag sedan tidigare hade personlig kännedom om och av spelare som några av mina tränarkollegor hade personlig kännedom om.

Kravet som jag hade på urvalet var att alla spelarna skulle vara:

- etablerade på elitnivå (Elitserien, Allsvenskan)
- födda mellan åren 1984 och 1991

Jag intervjuade totalt 12 spelare varav åtta spelare från Elitserien och fyra från Allsvenskan. Av dessa kom en målvakt, två backar och fem forwards från Elitserien. Från Allsvenskan kom en back och tre forwards.

Jag tycker också att antalet intervjuer (12) är tillräckligt urval för att göra denna undersökning. Jag har utifrån frågeformulär försökt beskriva spelarens väg till elitnivån i ishockey med fokus på spelarens bakgrund, ungdomstid, juniortid och tiden därefter.

Följande spelare har deltagit i undersökningen:

- Markus Svensson, målvakt, AIK
- Elias Granath, back, Timrå IK
- Daniel Rahimi, back, HV 71
- Daniel Sondell, back, Rögle BK
- Niklas Olausson, forward, Luleå HF
- Jesper Ollas, forward, Brynäs IF
- Mattias Ritola, forward, Modo Hockey
- Mattias Persson, forward, Luleå HF
- Mario Kempe, forward, Djurgårdens IF
- Marin Janolhs, forward, Leksands IF
- Jon Knuts, forward, Leksands IF
- Thomas Enström, forward, Örebro HK

5. Resultat

Hur ser spelarens väg till eliten (Elitserien och Allsvenskan) ut? Här nedan redovisas frågor samt svar. Spelarna benämns A – L.

5.1 Bakgrund

När är du född på året?
A. februari
B. maj
C. mars
D. mars
E. september
F. april
G. juli
H. april
I. maj
J. april
K. mars
L. september

Moderklubb?
A. Malung IF
B. Hedemora SK
C. Höga Kusten HF
D. IF Björklöven
E. Kramfors Alliansen
F. IF Björklöven
G. Kalmar HC
H. IK Pantern
I. Tingsryd
J. Leksands IF
K. Sellnäs IF
L. HC Dobel

Hur kom det sig att du började med ishockey?
A. Tyckte det verkade roligt, det fanns inget annat att göra en att spela ishockey på vintern. Pappa hade också spelat när han var ung, lika så morfar. Det blev på något sätt naturligt att börja spela.
B. Jag vill alltid som liten spela landhockey och har ända sedan jag var liten hållit på med klubba och boll. Min bror som är 6 år äldre än mig spelade och pappa hade också spelat så det blev naturligt sen var det ju så kul…
C. Mina bröder spelade hockey och jag var med dem. Min pappa var också tränare.
D. De flesta kompisarna spelade ishockey och jag tyckte det var roligt att åka skridskor. Jag vill hålla på med ishockey som mina kompisar.
E. Jag fick skridskor när jag föddes och det blev liksom min grej. Pappa var intresserad och det var roligt.
F. När jag var liten flyttade vi till området där ishallen fanns och jag var där jämt så det blev naturligt att börja spela ishockey.
G. Mina kompisar började med ishockey så det blev naturligt.
H. Min storebror spelade och när jag såg honom spela ville jag också börja spela.
I. Fick en ”prova på” -inbjudan i skolan att börja spela hockey. Det var roligt.
J. Jag var intresserad det var kul. Fick nog mycket av intresset från pappa också då han arbetade på Vita Hästens hockeykansli.
K. Pappa tog med mig, han hade spelat själv och var intresserad.
L. Vet inte, höll på med många idrotter. Det fanns en hockeyplan där jag bodde. Äldre grannkillar spelade så det blev på det sättet man började spela.

Hur långt var avståndet mellan hemmet och ishallen (närheten till isyta)?
A. Ungefär tre km, fick ofta skjuts av föräldrarna eller morfar. Cyklade även på egen hand när jag blev lite äldre.
B. 5 minuter med bil, ibland sprang jag till ishallen det tog ungefär 15-20 minuter men för det mesta fick jag skjuts av min pappa som var tränare från U10-U15. Sträckan till ishallen var ungefär tre km.
C. 200 m
D. Två km blev oftast skjutsad till träningen av pappa, samåkte mycket med kompisar.
E. Tre km
F. 200 m
G. Fem km cyklade på 15 min.
H. 1,5 – 2 km
I. 1,5 mil
J. 12-13 km
K. 1.5 mil
L. ca 1 mil

5.2 Ungdomstiden

Vid vilken ålder startade du med organiserad ishockeyträning (lagverksamhet)?
A. 6 års ålder i björnligan
B. 5-6 års ålder i skridskoskolan, hockeyskolan
C. 5 – 6 års ålder i lag
D. 7 år P-84 laget
E. 5 – 6 års ålder i lag med dem som var två år äldre
F. Jag var 6 år i lag P-87
G. 8 -9 år i björnligan målvakt
H. 5 år
I. 6 – 7 års ålder i lag
J. 6 år björnligan
K. 5-6 år i björnliga
L. 6 – 7 år, hockeyskola

Hur många träningar i veckan var organiserad från klubbens sida (7-16 år ungdomstiden)?
A. Från 1-4 ggr/vecka beroende på ålder (E-pojke till och med A-pojke)
B. Från 1-5 ggr/vecka beroende på ålder, 1-3 ggr upp till U12 och från U13 3-5 dagar i veckan.
C.1-2 ggr/v 6 – 10 år, 3 ggr/v 10 – 12 år, fr.o.m. 13 års ålder varje dag
D.1-2 ggr/v 7 – 10 år, 3-4 ggr 11 - 13 år, 13 – 16 års ålder varje dag
E. 2-3 ggr/v 5 – 7 års ålder, from skolålder varje dag
F. De första åren 1–2 ggr, 3–4 ggr 10 - 13 år, från 14 års ålder 6 pass plus fys.
G. 9 - 12 år 2ggr/v, 12 - 13 år 4 ggr/v, 14 - 15 6 ggr/v
H. 3 ggr/v fram till 14 års ålder, därefter dagligen
I. 2 ggr/v + match 7 – 10 år, 3 ggr/v + match 10 - 13 år, varje dag 14 – 15 år + match
J. 1-2 ggr/v plus match 7 - 10 år, 3 ggr/v plus match 10 - 13 år, 14 - 16 år varje dag plus match.
K. 2-3 ggr/v plus match 8 - 10 år, 3-4 ggr/v 10-13 år, 13-16 år varje dag plus match
L. 1-2 ggr/v 7 – 10 år, 2-3 ggr/v 10 – 13 år, varje dag 13 – 15 år

Hur mycket tid har du lagt ner på spontanishockey (landhockey på gatan – friåkning)?
A. Spontanhockey spelade och tränade jag med min bror varje dag i åldern 7-14 år, både före och efter den organiserade träningen i klubben. Det går inte att uppskatta den tiden jag lade ner på detta. Det blev mkt på gatan med brorsan…
B. Jag var jämt ute på vår uppfart, före och efter skolan och spelade landhockey. Det blev flera timmar varje dag när jag var i åldern 6-16 år. Pappa har bytt ett antal garageportar genom åren. Det fanns också en liten isyta där jag bodde som vi brukade vara på. Men jag var mest på gatan och spelade med min storebror.
C. Det blev mycket friåkning på egen hand. Så fort man kom hem från skolan så stack jag till hallen. Sedan hem för att äta och därefter tillbaka. Jag hade dessutom egen nyckel till ishallen. På sommaren blev det mycket landhockey och skotträning.
D. Varje dag, jag var ute hela tiden och åkte skridskor. Det fanns en isbana ungefär 100 m från vårat hus. Ibland körde jag så mycket att fötterna blödde på mig, det var så kul att åka skridskor…
E. Jättemycket tid. Jag levde på ishallen från att jag var sju år. Tränade inte mitt lag så tränade jag med dem som var äldre eller de som var yngre. Jag kunde träna minst två pass/dag.
F. När jag var yngre i 6 – 10 års ålder var jag aldrig på uteisen bara någon gång ibland. Intresset för spontanishockeyn kom när jag började på högstadiet då var jag alltid där på raster och efter skolan.
G. Ganska mycket, det blev landhockey när det inte fanns is. Spelade mycket landhockey på helgerna och på rasterna i skolan, dock inte varje dag. Tränade också landhockey i vår källare och givetvis allmänhetens åkning i ishallen.
H. Mycket. Det var landhockey och inlines samt fotboll. Jag var ute hela tiden. Direkt efter skolan, in för att äta och så ut igen.
I. Hade inte tillgång till is utan det blev mest landhockey varje dag. Jag spelade även landhockey på raster i skolan.
J. Jag drog på mig grejorna så fort jag kom hem från skolan varje dag. Det blev mycket landhockey/innebandy, ofta spelade vi i något garage eller källare då jag hade 3-4 km till någon isyta.
K. Hur mycket som helst, jag var ju all ledig tid på ishallen, åkte på allmänhetens åkning, kollade på A-laget för att sedan träna själv.
L. Så fort skolan slutade så höll vi på med landhockey och var på isen. Vi höll även på med fotboll. På helgerna höll vi på hela dagarna.

Tränade och spelade du med äldre lag under din ungdomstid (7-16 år)
A. Varje ungdomslag innehöll oftast två årskullar. Vi var för få killar i varje årskull för att kunna bilda ett eget lag så vi fick slå ihop två årskullar. Jag spelade och tränade ofta även med killar som var 2-3 år äldre än jag. När jag blev 15-16 fick jag spela med A-laget i div. 2.
B. Jag spelade i min egen åldersgrupp upp till U13. När jag kom upp till U13 slogs vi ihop med U14 och då började jag spela med ett år äldre killar. När jag blev U15 fick jag även spela med U16, J18 och även J-20-laget. Som U16 spelare spelade jag även med A-laget, då kunde jag lira med U16, J18, J20 och A-laget. Upp till U15 skulle jag spela med min egen åldersgrupp i första hand.
C. Ja, när jag var 13 år började jag spela med dem som var två år äldre. Jag spelade även med min egen åldersgrupp. När jag blev U14 och U15 fick jag även spela med HKH´s A-lag div. 2.
D. Jag spelade med min egen årskull tills jag var 14 år sedan fick jag vara med J18-laget som A-pojke.
E. Jag spelade alltid med killar som var äldre än mig men det hände också att jag spelade med jämnåriga.
F. Ja, när jag var runt 11 år fick jag ibland träna och spela med dem som var ett år äldre men jag tillhörde min egen åldersgrupp. När jag sedan blev 15 år blev jag uppflyttad till J18-laget.
G. Jag fick redan vid 12-13 års ålder vara med äldre pojklag utöver min egen åldersgrupp, då de ofta saknade målvakt. Vid 14 års ålder var jag med och tränade och spelade med 3 ungdomslag. Vid 15 år tränade/spelade jag med både J18 och A-laget i div. 2.
H. Jag spelade med min egen åldersgrupp under hela ungdomstiden. Någon gång ibland fick man träna med de äldre men inget regelbundet.
I. Jag spelade med min egen åldersgrupp upp till 13 års ålder. Laget spelade ofta i en serie för äldre. Från 13 års ålder fick jag vara med i U16 lite då och då. Från 14 års ålder spelade jag med J20 och när jag blev 15 – 16 år var jag ordinarie i Tingsryd div. 1. Krockade matcherna spelade jag alltid med det äldsta laget.
J. Upptill 13 års ålder spelade jag med min egen årskull. Därefter spelade och tränade jag med killar som var 1-2 år äldre än jag.
K. Från att jag var 7-8 år gammal så spelade jag bara med killar som var 2 år äldre än mig. När jag var 14-15 år tränade och spelade jag med Borlänges A-lag i div. 1.
L. Ja, när jag var 13 – 14 år fick jag börja spela med J18 i Borlänge, innan dess spelade jag med jämnåriga.

Hur var din roll i ungdomslaget (stjärna, medel, svag)
A. Jag har väl alltid varit en av de bästa (stjärna) under ungdomsåren man stack väl ut lite grann om jag säger så.
B. Jag gjorde alltid mycket poäng (mål, ass) och tillhörde nog de tre bästa killarna i min åldersgrupp (stjärna). Jag var oftast också lagkapten i ungdomslagen vilket jag tyckte var häftigt och stort.
C. Jag var stjärnan i laget, mycket dominant i spelet och poängstark.
D. Jag var alltid bland de bästa spelarna i laget under ungdomsåren. Det var kul, det gick bra och jag kunde göra saker på isen.
E. Jag tillhörde de bättre hela tiden i de lag jag spelade i.
F. I början byte jag lag för att jag var för dålig och jag tyckte inte det var roligt. Blev bättre successivt men var en i mängden fram till puberteten. Vid 13 års ålder blev jag starkare, snabbare tillföljd av tidig pubertet och tillhörde över halva i laget.
G. Jag var en av de ledande spelarna. Jag blev bättre och bättre hela tiden. Laget var svagt och jag hade mycket att göra i målet.
H. När jag spelade i Pantern var jag den stora stjärnan. Sedan gick jag till Malmö och var där, till en början, en i mängden.
I. Stjärna, gjorde i stort sett vad jag ville de första åren. Har alltid gjort mycket poäng.
J. Fram till 13 års ålder var jag framträdande och gjorde mycket poäng då jag spelade med jämnåriga. Därefter spelade jag alltid med killar som var 1-2 år äldre en mig själv och där tillhörde jag de bättre också.
K. Jag var liten till växten och spelade med killar som var 2 år äldre men tillhörde ändå de främsta i laget.
L. Jag var väl ganska framgångsrik och tillhörde toppskiktet i laget.

Vad har dina föräldrar betytt för dig under ungdomsåren?
A. Mina föräldrar har betytt allt för mig de har fostrat mig till den jag är. De har skjutsat mig och stöttat mig på ett positivt sätt i med och motgång.
B. Jättemycket så klart, pappa var ju ofta med då han var tränare. Mamma var och är också mycket intresserad. De har alltid ställt upp och skjutsat och stötta, peppat mig.
C. Oerhört mycket, de har alltid funnits där och det har varit mycket hockeysnack hemma.
D. Oerhört mycket, de har köpt min utrustning, skjutsat mig ställt upp när jag har behövt det.
E. Jättemycket, de har stöttat och lagt ner sjukt mycket tid och pengar till bl a ishockeyskolor.
F. Väldigt mycket, de har skjutsat till matcher, köpt min utrustning, stöttat mig men aldrig haft åsikter. Jag har spelat för att det är kul och för att jag gillar att träna hårt.
G. Betydde mycket, pappa skjutsade till matcherna och mamma såg till att jag fick mat. Fick stöd och uppmuntran att ha roligt på ishockeyplan. Pappa besviken om jag inte försökte göra mitt bästa.
H. Jättemycket, de betydde väldigt mycket då de lagt mycket tid på skjuts etc. De var också bra genom att de inte la någon press på mig.
I. Allt, de har kört mig till varje träning och varje match under alla år. Pappa missade inte en match!
J. Otroligt mycket, viktigt för mig att få den hjälpen/uppbackningen med skjuts, utrustning mm från dem. Utom mina föräldrar skulle jag inte kunnat hålla på med ishockeyn och inte vara där jag är idag (Elitserien).
K. Otroligt mycket, de skjutsade mig och mina två bröder hela tiden till och från träningar och matcher. Utan mina föräldrar hade det inte fungerat.
L. Det har betytt allt! Jag har fått de bästa förutsättningarna. De har skjutsat, köpt utrustning etc. Jag har dem att tacka för allt.

Hur mycket har dina ungdomstränare betytt för dig?
A. Mina ungdomstränare har betytt mycket för mig. De hade bra strategier för att lära ut grunderna i bl a skridskoåkning. Ibland var jag väldigt less på all skridskoteknik som vi körde de första 15-20 minuter på varje ispass, men med facit i hand så är jag väldigt tacksam för att det nötte grunderna med mig. Då jag idag lever mycket på skridskoåkningen. Sen tyckte jag det var bra att de jobbade mkt med teknikmärkena, de blev lite tävling över det.
B. Ungdomstränarna har betytt mycket för mig. Kanske inte på det sätt att de har lärt mig ishockey rent taktiskt/tekniskt utan mer hur jag ska vara som människa i laget och mot mina lagkamrater.
C. Ungdomstränaren har givetvis betytt mycket. Fick ofta en fri roll. Framför allt pappa som var en av tränarna och Micke Kempe som tog upp mig i A-laget när jag var 15 år.
D. Jättemycket, de har lärt mig grunderna i ishockey framför allt skridskotekniken. De var de som la grunden till min fortsatta karriär.
E. Jättemycket, pappa tränade mig.
F. Lite grann men de har inte varit avgörande för mig.
G. Min tränare hjälpte mig mycket med grunderna i målvaktsspelet. Jag gillade tränaren.
H. Betytt mycket på så sätt att de lyckades göra ishockeyn rolig och det blev aldrig någon press. De fick mig att lita på mig själv och lät mig spela mitt eget spel.
I. Enormt mycket, de la grunden för mig som hockeyspelare. Det var roligt men även krävande – en bra balans. De var fantastiska!
J. Inte betytt mycket så utan de lärde mig tekniken och grunderna i ishockeyn, Det var när jag började mogna i skallen jag lärde mig ett och annat.
K. Otroligt mycket, han var fantastisk vi körde otroligt mycket teknikträning såsom klubba – puck och skridskoteknik. Han lärde mig det mesta i grundtekniken.
L. De har betytt jättemycket. De har gett mig goda värderingar hur man ska vara som människa både på och utanför isen och självklart även grunderna i ishockey. De har även hjälpt mig finslipa detaljer i mitt spel.

Vilka andra idrotter höll du på med under ungdomsåren?
A. Jag spelade även fotboll, längdskidor och löpning.
B. Fotboll, innebandy, längskidor
C. Fotboll
D. Fotboll och tennis, jag hade lätt för bollsporter.
E. Fotboll och taekwondo.
F. Innebandy, pingis, längskidor, fotboll och löpning
G. Fotboll
H. Fotboll och innebandy.
I. Fotboll, golf och innebandy.
J. Fotboll
K. Fotboll
L. Fotboll, golf, längdåkning, löpning, handboll och innebandy.

Hur länge höll du på med andra idrotter?
A. Jag slutade med längdskidor och löpning när jag var 14 år ungefär. Fotbollen slutade jag med när jag var 17 år. Min morfar sa alltid att jag var bättre i fotboll och att jag skulle bli fotbollsspelare när jag blev äldre. Det blev ishockey…
B. Fotbollen slutade jag med som 15 åring, innebandyn som 14 åring och längdskidor som 11 åring. Jag slutade med andra idrotter när ishockeyn tog alltför mycket tid.
C. Till och med 14 års ålder.
D. Fram till 14 – 15 års ålder, då vi började sommarträna med ishockeyn och jag inte han med de andra idrotterna, hockeyn har alltid kommit först för mig.
E. Fotboll höll jag på med till 14 – 15 års ålder, taekwondo till 12 – 13 års ålder.
F. Fotboll, innebandy 15 år, pingis 12 år, löpning 10 år och längskidor 8 år
G. Fotboll höll jag på med till jag var 13 år. Spelade till hockeyn startade varje säsong.
H. 14 år
I. Fotboll höll jag på med till jag var 18 år, golf till ca 15 – 16 års ålder. Innebandy – spelade bara matcher.
J. Spelade fotbolls tills jag var 15-16 år
K. Spelade fotboll fram till 12-13 års ålder, sedan bara ishockey.
L. Fotbollen höll jag på med till 15 års ålder och övriga idrotter höll jag på med till 12 – 13 års ålder.

Vad gjorde att du valde ishockeyn framför andra idrotter?
A. Jag var väldigt duktig i fotboll också, morfar trodde alltid att jag skulle bli fotbollsspelare. Jag tyckte ishockeyn var roligare och prioriterade/satsade mer och mer på den. Sen när jag kom in på HG i Leksand andra året på gymnasiet så blev det ett naturligt val att välja ishockey framför fotbollen. Jag spelade ändå fotboll tills jag var 17 år.
B. Det var helt enkelt roligare. Jag var ganska duktig i innebandy också men ishockeyn var roligare.
C. Mycket roligare, fotbollen var en grej vid sidan om för att fördriva tiden.
D. Jag kände att jag gillade pulsen i spelet, känslan att vara duktig i ett framgångsrikt lag blev avgörande.
E. Hockey var stor i Norrland och pappa var intresserad.
F. Från 8-9 års ålder har ishockeyn alltid varit nr ett. Det blev naturligt med närheten till ishallen. Gillade gemenskapen och närheten till varandra i laget.
G. Hockeyn var roligare än fotbollen. Sedan var det häftigt med alla målvaktsskydden.
H. Tyckte det var extra kul med hockey. Jag var nog en större talang i fotboll men jag valde ishockey för det var roligare.
I. Man fick använda hela kroppen och det var skoj. Hockeyn var också mer seriös än de andra idrotterna. Det blev en självklarhet att välja hockeyn.
J. Det var nog känslan av att jag var bättre i ishockey en fotboll.
K. Hockeyn var alltid nummer ett, det var det roligaste.
L. Jag valde mellan ishockey och fotboll. Jag tyckte hockeyn var roligare. Sedan bidrog det att jag fick förfrågan att gå hockeygymnasiet i Leksand.

Spelade du TV-pucken?
A. Nej, jag spelade aldrig tv-pucken. Jag blev ledsen när jag inte kom med där. Det var något som jag hade sett framemot.
B. Jag spelade ett år, det var häftigt att komma med och jag minns att jag var väldigt nervös inför uttagningarna. Jag visste inte var jag stod jämte de andra killarna. Då tyckte jag att det var väldigt viktigt att komma med, det var stort på något vis.
C. Ja, tre år och det var grymt kul. Jag tyckte det var viktigt att komma med.
D. Ja, ett år, det var jäkligt roligt att få spela mot de bästa i sin egen ålder.
E. Ja, två år.
F. Ett år, det var stort att få komma med och jag trodde aldrig att jag skulle komma med. Betydde jättemycket då, jättenervöst.
G. Nej, jag tog det hårt när jag inte kom med. Det kändes orättvist och jag ville visa dem att de gjort fel som inte valde mig.
H. Ja, ett år.
I. Ja, ett år.
J. Ja, ett år, det var riktigt kul. Då kändes det som en ganska avgörande grej att komma med om man skulle bli hockeyspelare.
K. Ja, ett år, det var kul och hade varit ett mål för mig.
L. Ja, ett år.

Har du spelat några pojk- eller juniorlandskamper för Sverige?
A. Nej, jag spelade inga pojklandskamper men 6 stycken U19/20 landskamper.
B. Nej, jag har varit reserv några gånger till J-landslaget. Jag var med på ett läger efter TV-pucken men kom inte vidare.
C. Ja, både pojk- och juniorlandskamper.
D. Inga pojklandskamper men ca 40 J-landskamper.
E. Ja, juniorlandskamper.
F. Inga pojklandskamper men J-landskamper U19, U20
G. Inga landskamper.
H. Inga landskamper.
I. 30-tal matcher.
J. 3 pojklandskamper
K. 6-pojklandskamper och 58 juniorlandskamper
L. Inga pojklandskamper men däremot fick jag spela juniorlandskamper från 18 års ålder.

5.3 Juniortiden

Vilken klubb spelade du i som junior?
A. Första året i Malung då jag inte kom in på något ishockeygymnasium. Andra året i Leksand då jag kom in på HG där.
B. Leksand
C. Modo
D. Modo
E. Modo
F. IF Björklöven
G. Kalmar HC, Oskarshamn
H. Malmö
I. Tingsryd
J. Leksand
K. Frölunda
L. Leksand

Gick du på något ishockeygymnasium?
A. Jag kom inte in på något HG när jag sökt till första året men efter första året hörde Leksand av sig så jag började andra året på HG i Leksand. Fick börja om i åk 1.
B. Ja, jag blev inbjuden av Leksand att vara med en vecka på deras sommarishockeyskola. Efter den veckan vill Leksand att jag skulle söka deras HG vilket jag också gjorde och kom in.
C. Ja, jag kom in på Modo´s hockeygymnasium. Jag spelade med Modo´s U16 SM-lag året innan och därefter ville de att jag skulle söka till hockeygymnasiet.
D. Jag gick på HG i Modo, de ringde och vill att jag skulle flytta till Ö-vik. Jag tvekade aldrig, tog chansen direkt.
E. Jag gick på HG i Modo. De tog kontakt med mig och ville att jag skulle gå där.
F. Jag sökte Modo, Timrå, Luleå men kom inte in där så det blev naturligt att stanna i Umeå och Björklöven.
G. Ja, i Oskarshamn, flyttade dit efter konkursen i Kalmar som junior.
H. Jag sökte själv samtidigt som Malmö ville att jag skulle gå hos dem.
I. Ja, jag sökte FBK, HV71, Tingsryd och Ö-vik. Jag kom in på alla men jag fick ett A-lagskontrakt med Tingsryd så jag blev kvar och gick hockeygymnasiet där.
J. Ja, jag blev uppmuntrad av tränarna i Leksand att söka dit och så blev det.
K. Ja, jag gick i Göteborg hos Frölunda. De värvade mig dit.
L. Ja, i Leksand, de ringde och ville att jag skulle söka dit.

Hur mycket tränade och spelade du per vecka under juniortiden?
A. I Malung tränade jag 4-5 pass/vecka plus matcher på helgen. I Leksand var det 3 pass på hg på dagtid och träning med laget varje kväll och matcher på helgen.
B. I Leksand blev det varje dag plus att allt blev mer organiserat med fysträning och ibland också dubbla ispass.
C. Tränade varje dag och dubbla matcher på helgerna. Vissa dagar var det dubbla tränings pass.
D. Allt blev jätteproffsigt när jag kom till Modo, inget lämnades åt slumpen. Vi tränade varje dag ibland dubbla ispass med matcher på helgen.
E. Tre dagar/vecka var det dubbla ispass och vi tränade varje kväll och matcher på helgerna.
F. Jag tränade varje dag, tre dagar/v körde vi dubbla pass om dagen. Det blev nog ca 10 pass per vecka.
G. I Kalmar körde vi morgonpass 5 ggr/v samt 4 kvällsträningar. I Oskarshamn var det 2 dagträningar och träning varje kväll.
H. Varje dag, matcher på helgerna och 3 dagar/v var det dubbla pass.
I. Varje dag, matcher på helgerna och 3 dagar/v var det dubbla pass.
J. Varje dag med matcher på helgerna och 2-3 dagar var det dubbla pass. Vi körde även 3 fyspass/vecka också
K. Varje dag med matcher på helgerna och 3 dagar var det dubbla pass. Vi körde även fyspass före träningarna.
L. Varje kväll. 3 dagar var det dubbla pass. Jag upplevde att det var hård träning den tiden.

Hur mycket tränade du på egen hand under juniortiden (utanför lagets träning)?
A. I Malung körde jag en hel del på allmänhetens åkning. I Leksand blev det ibland i mindre utsträckning.
B. Jag brukade köra 1-2 egna fyspass/vecka.
C. 1 – 2 fyspass extra på egen hand/vecka. Fanns inte så mycket tid att träna på egen hand.
D. Inget extra på egen hand
E. Tog alla chanser jag fick när isen var ledig. Tränade även extra fyspass när det behövdes och har alltid jobbat extra med klubba.
F. På sommaren körde jag styrka och skotträning 3 -4 pass/v på egen hand., vintertid 1-2 pass/v.
G. 1 – 2 extra fyspass/v och ibland egna isträningar.
H. Inget extra på egen hand.
I. 1 – 2 extra fyspass/v.
J. Jag har alltid haft bra träningsdisciplin så jag körde 3 ggr/v på egen hand.
K. Det blev inte så mycket.
L. Jag körde lite extra fys på somrarna.

Spelade du med äldre lag under juniortiden?

A. Jag spelade med A-laget i Malung första året som J18 spelare. I Leksand spelade jag med min egen åldersgrupp J18/J20. Sista året som junior blev jag uppflyttad i A-laget i Leksand Allsvenskan.

B. Första året spelade jag bara med J18, andra året blev jag uppflyttad till J20 efter jul och fick spela några matcher med dem (tre st) fick även göra en A-lagsmatch i Allsvenskan det året. Tredje året spelade jag ca: 30 Allsvenska matcher och tränade fullt ut med A-laget. Jag spelade även ett 20-tal J20 matcher det året. Fjärde året såg det ut på ungefär samma sätt.

C. Första året i Modo tränade jag några gånger med J20. Andra och tredje året spelade jag bara med J20. Efter andra året fick jag även sommarträna med A-laget. Hela år tre fick jag träna med A-laget och spela fem matcher. År fyra spelade jag med A-laget.

D. Redan efter jul första året fick jag träna med J20 och spelade några matcher med dem. Andra året spelade jag bara i J20. Tredje året tränade jag med A-laget hela sommarträningen och emellanåt även på is.

E. Första året J18, andra året bara J20, år tre och fyra spelade jag i kanadensiska juniorligan.

F. Ja, första året blev jag uppflyttad till J20 direkt och spelade ibland med mitt eget J18-lag. Andra året fick jag träna lite grann med A-laget (Allsvenskan). År tre tränade jag fullt ut med A-laget och spelade hälften av matcherna med A-laget resten med J20. Fjärde året spelade jag bara med A-laget och enstaka matcher med J20-laget.

G. Ja, år 1 spelade jag med Kalmars A-lag div.2 och efter jul Oskarshamn J20 och A-lag i Allsvenskan, någon enstaka match. År 2, spelade jag med J20 hela tiden. År 3 och 4 spelade jag heltid med A-laget.

H. Första året blev det kanske 2 – 3 matcher med J20. Andra till fjärde året var det bara J20.

I. Ja, alla tre åren på hockeygymnasiet spelade jag i A-laget, div.1. Spelade sporadiskt med J20-laget. Fjärde året spelade jag med Nyköping i Allsvenskan.

J. Ja, år 1 tränade jag lite med J20 och spelade någon match också. År 2-3 var det bara J20 och år 3 fick jag träna lite med A-laget som spelade i Elitserien. Sista året som junior spelade jag med Arboga i Allsvenskan.

K. Ja, redan första året tillhörde jag J20-laget, spelade matcher med J18-laget efter jul. Andra åter blev det bara J20. Flyttade efter jul till Leksand och spelade med deras J20 resten av säsongen. Tredje året spelade och tränade jag med Leksand i Elitserien och gjorde lite matcher med J20 också. Fjärde året spelade jag med Leksand i Allsvenskan fram till jul. Efter jul blev det spel med Borlänge i div.1.

L. Första året spelade jag i J18 till jul, efter jul blev jag uppflyttad till J20. År 2 spelade jag bara med J20 fram till jul och efter jul blev det mer och mer träning och matcher med Leksand i Elitserien. Tredje och fjärde året spelade jag bara med Leksands A-lag. Matchade ibland med J20.

Tränarens roll/betydelse för din framgång som juniorspelare?
A. Tränarna har haft står påverkan för min utveckling under juniortiden framförallt när det gäller att träna bättre, tänka ishockey och möjligheten att ta ett steg till i utvecklingen.
B. Tränarnas roll var ganska stor för min framgång under den här tiden. I J18 fick vi spelare sköta mycket själva (PP – BP) vilket var bra och utvecklande (tänka själva). I J20 blev det mer uppstyrt och vi fick mer hjälp av tränarna. Jag fick en bra roll och jag kände att tränarna trodde på mig vilket gjorde att jag kunde spela mitt spel och växa i rollen. Jag fick också mycket bra feedback på mitt spel.
C. Tränarna har betytt mycket. De har gett mig mycket förtroende och istid. De har bidragit till min taktiska och tekniska utveckling, speciellt Anders Melinder.
D. Tränarna betydde mycket. Jag fick veta av dem vad som krävdes för att lyckas bl a. Jag fick mycket feedback på mitt spel.
E. De har bidragit mycket till min utveckling. Jag tyckte om dem och de tyckte om mitt sätt att spela.
F. Betytt mycket för mig, lyssnade på allt de sa helt och hållet, ”de var sanningen” så att säga. De har lärt mig detaljer i spelet, vad som krävs för att lyckas och att våga gå över gränsen.
G. Betytt mycket. Fick stort förtroende och mycket speltid. De lärde mig inte så mycket tekniskt och taktiskt.
H. Klart de har betytt mycket för mig och min utveckling.
I. De släppte fram mig tidigt och på så sätt har tränaren betytt en del. Däremot hjälpte kanske tränaren inte mig som individ att utvecklas.
J. Betytt väldigt mycket, jag fick en bra kontakt med tränarna som lärde mig mycket hur jag skulle vara både på isen och utanför isen. Fick både positiv och negativ feedback vilket var utvecklande för mig.
K. Betydde jättemycket för mig, framför allt på det personliga planet men även hockeymässigt.
L. Betydde jättemycket! Fick stort förtroende på isen som gav ett stort självförtroende. Jag lärde mig även mycket utanför planen och växte som person. Självklart bidrog även tränarna till min taktiska och tekniska utveckling som hockeyspelare.

5.4 Seniortiden

Vad hände efter juniortiden/HG?
A. Tog plats i Leksands A-lag (Allsvenskan) sista året som junior. Har spelat 2 år i A-laget.
B. Jag fick ett A-lagskontrakt av Leksand redan under mitt sista år på HG och då visste jag att jag skulle få vara kvar och målet var att ta en plats i A-laget (Allsvenskan). Sista året som junior blev jag utlånad till Arboga och Kungälv i Division 1. Mitt första år som senior blev jag återigen utlånad, nu till en klubb i Norge Stiernen i högsta serien. Utlåningarna har i mitt fall bara varit positiva för min utveckling och gjort mig ganska gott.
C. Jag spelade med Modo´s A-lag första året men blev utlånad till Björklöven efter jul och spelade resten av säsongen där. Säsongen efter var jag en kort sejour i Norge och därefter gick jag vidare till Örebro i Allsvenskan.
D. Jag var i Björklöven och Allsvenskan i två år. Sedan var jag i Skellefteå i Allsvenskan och Elitserien under två år, därefter två år i Rögle, Allsvenskan och Elitserien. Sen flyttade jag till Modo i Elitserien, sex månader, Saipa, finska FM-ligan, ett och ett halvt år och slutligen tillbaka till Rögle, Allsvenskan och Elitserien, tre år.
E. Jag har varit i Rögle Elitserien, Mora Allsvenskan, Philadelphia Flyers, Rögle Elitserien två år, Djurgården två år.
F. Karriären tog fart, spelade kvalserien till Elitserien med Björklöven första året, sedan blev det två år i AHL Manitoba, Rögle Elitserien 1 år, HV 71 två år och kommande säsong blir det Linköping i Elitserien.
G. Oskarshamn Allsvenskan 2 år, Mariestad div.1, 2 år, karriären tog fart. Oskarshamn Allsvenskan 2 år, Malmö IF 3 år, AIK Elitserien 1 år.
H. Pantern ett år div.1, Tingsryd div.1, 2 år, Troja/Ljungby Allsvenskan 3 år, Luleå Elitserien 1 år, kommande tre år Malmö IF Allsvenskan
I. Linköping 2 år Elitserien, var utlånad till Nyköping och Allsvenskan delar av dess två år. Västerås Allsvenskan 1 år, Luleå Elitserien 3 år
J. Fick ett try out kontrakt av Leksand (Allsvenskan) på 3 mån som sedan blev ett 2 årskontrakt. Andra året spelade jag i Elitserien med Leksand sen blev det 5 år med Leksand i Allsvenskan innan det blev ett 2 årskontrakt med Brynäs i Elitserien.
K. Det blev 3 år i AHL med Grand Rapids Griffins och under de här åren blev det också 7 stycken NHL matcher med Detroit. Året efter blev det 31 matcher med Tampa Bay i NHL och 17 matcher i AHL med Norfolk Admirals. Därefter startade jag säsongen i NHL med Tampa Bay och spelade 5 matcher. Efter dessa matcher flyttade jag hem till Sverige och Modo i Elitserien.
L. Spelade i Leksands A-lag till 2009. Därefter har jag tillbringat 3 år i Timrå, Elitserien.

Vad har varit drivkraften/är drivkraften till att fortsätta med ishockey?
A. Som junior var det att kunna leva på att spela ishockey att ha det som yrke. Nu är det att bli så bra som möjligt, ta steg för steg.
B. Att det har varit så roligt och kul. Livet som hockeyproffs har för mig alltid känts långt bort.
C. Det har varit roligt och det är det bästa jobben man kan ha! Sedan juniortiden har jag jobbat för att kunna leva på ishockeyn.
D. Drivkraften har varit att spela i landslaget och bli bättre och bättre. Det är kul att spela i Elitserien!
E. Hur kul som helst, jag älskar ishockey! Det har blivit en livsstil…
F. Tävla, kicken att få spela inför fulla läktare när man exempelvis sätter in en tackling eller slår en bra passning. Att det är kul, ett bra yrke som jag trivs med, ett bra liv.
G. Det är det största och roligaste som finns i mitt liv, att få tävla och vinna. Gillar att träna.
H. Roligt, det är så kul! Att vinna matcher, brinner för hockeyn.
I. Utveckla mig själv och se hur bra jag kan bli, att kunna leva på hockeyn. Det är ett skönt liv.
J. Att vinna ishockeymatcher, att prestera bra, vara en hjälte och få rubriker. Att det inte finns ett bättre yrke, det är ett jäkligt bra liv man lever som ishockeyspelare och så kul.
K. Att fortsätta utvecklas och bli bättre.
L. Att det har varit otroligt roligt! Det är ett bra jobb. Jag vet faktiskt inget annat… Det är lite av en dröm att få jobba med sitt största fritidsintresse.

6. Diskussion

De viktigaste delarna av resultatet som jag tycker speglar hur spelarens väg till eliten ser ut kommer jag att redogöra för här.

6.1 Bakgrund

Vad gäller bakgrundsfaktorer kan man utläsa att det spelar roll vilken del av året du är född på. 9 av 12 spelare i den här studien är födda under årets första fem månader. Alla spelare började spela vid tidig ålder (5 – 7 års ålder), förutom en spelare som började spela vid 8 års ålder, och av det drar jag slutsatsen att det är viktigt att börja med ishockey i tidig ålder om man vill lyckas. Äldre bröder eller pappa har varit tydliga anledningar till varför man börjar med ishockey. Det finns även en koppling till kompisar som spelar.

Att komma från en stor eller liten moderklubb verkar inte ha så stor betydelse då jag ser en jämn fördelning av de tillfrågade spelarna. Således verkar inte föreningarnas olika träningsmodeller ha någon större betydelse initialt. Närheten till is har inte varit avgörande men däremot spelar det roll om spelaren har engagerade föräldrar som kan skjutsa till och från matcher och träningar då samtliga spelare nämnde detta.

6.2 Ungdomstiden

Nästan alla 12 spelare har tränat likvärdigt under ungdomstiden. Från 13 – 14 års ålder har alla tränat ishockey dagligen i organiserad verksamhet. Samtliga har också lagt ner oändligt många timmar på spontanidrott såsom landhockey, friåkning och annan idrott. Detta tror jag kan vara en viktig faktor till att lyckas då bl a koordination, kondition, motorik, spelförståelse, repetition samt mängdträning övas på ett lekfullt sätt på eget initiativ. Många har även hållit på med andra organiserade idrotter vid sidan av hockey relativt långt upp i ålder. Det kan alltså bidra till att gynna utvecklingen som hockeyspelare.

En väldigt avgörande faktor till att lyckas verkar föräldrars engagemang vara. Jag ser genomgående att alla de tillfrågade spelarna nämner sina föräldrars engagemang och stöttning som en stor bidragande del till deras framgång. De skjutsar till och från träningar och matcher, köper utrustning etc. De ”peppar” på så sätt att man inte pressar utan uppmuntrar istället. Det finns även ett tydligt mönster som visar på att samtliga spelare har tidigt fått möjlighet att träna och spela med äldre lag.

Av de 12 tillfrågade spelarna var det så att alla spelare ansåg sig ha tillhört de bättre i sitt lag relativt tidigt. De har alla också spelat och tränat extra med äldre lag under ungdomsåren. Utifrån detta tror jag att det är viktigt att få chans att träna och spela med äldre lag för att på så sätt utvecklas utifrån den nivå man är på.

Varför man väljer ishockey före andra idrotter visar sig bland de flesta spelarna vara beroende på att man upplever ishockey roligare än de andra idrotterna och att man var duktig på det. Det känns som en självklarhet att om man ska lyckas måste man känna glädje och tycka att ishockey är roligt för att orka göra den satsning som krävs för att nå toppen. Det är något som jag tycker ungdomstränare bör ha i beaktning när de planerar och bedriver sin verksamhet. Alla spelare uttrycker också att ungdomstränarna har varit betydelsefulla för deras utveckling genom att de därifrån har fått de tekniska grunderna i ishockey. Detta tycker jag också är viktigt att tänka på som ungdomstränare dvs. mycket träning av grunder men att göra det på

ett roligt och lekfullt sätt så att glädjen finns med hela vägen. Får du en mindre bra tränare under ungdomstiden bidrar det negativt på den fortsatta karriären.

I min undersökning spelade 10 spelare av 12 TV-pucken vilket kan tolkas som en intressant aspekt då 9 av 12 även har spelat pojk- eller juniorlandskamper. Kan TV-pucken vara inkörsporten till en fortsatt karriär? Jag tror att TV-pucken är viktig för en fortsatt karriär och att intresset från elitklubbarna för en spelare ökar om man får chansen att delta.

6.3 Juniortiden

Alla spelare i min undersökning har, i de flesta fall året efter TV-pucken, blivit värvade till en elitförening. De har kunnat erbjuda dem att gå på ett elithockeygymnasium i föreningens regi. Alla spelare uttrycker även att träningsmängden har ökat markant denna period där ishockeygymnasiet i snitt stått för tre dagträningar samt kvällsträningar (i föreningens regi) alla veckans dagar och matcher på helgerna. Jag tror att denna möjlighet att få chans att träna på dagtid under gymnasietiden, som t ex vid ett ishockeygymnasium, leder till att utvecklingskurvan för de flesta stegras. Just att få möjlighet att gå på ett elitishockeygymnasium anser jag är rätt avgörande för dagens ishockeyungdomar om de vill nå en elitkarriär.

Under denna tidsperiod uttrycker de flesta att det inte finns så stort utrymme för egen träning. Dock har de flesta försökt träna 1 – 2 egna fyspass/vecka för att bygga upp sin kropp. Givetvis är det svårt att få tid till egen träning, den s.k. spontanträningen jag skrivit om under ungdomstiden, men kanske är det så att just denna vilja och disciplin att träna lite extra under juniortiden har varit avgörande för den fortsatta karriären.

Även under juniortiden har samtliga spelare blivit uppflyttade att träna och spela med äldre junior- eller A-lag. Jag ser här likheter med att de också under ungdomstiden blivit uppflyttade till äldre lag pga. deras skicklighet. Det är, tror jag, ett sätt att få rätt stimulans och utmaning och det ger också den extra träning och matchning som kan vara avgörande för att lyckas.

Under juniortiden framkommer det att tränarna har haft en mycket betydelsefull roll för spelarna på så sätt att de har fått ett stort förtroende i matchsituationer. De har också fått insikt i vad som krävs för att lyckas på elitnivå. Återigen kan jag konstatera att tränarna har en viktig roll för att spelarna ska lyckas nå hela vägen till elit.

6.4 Seniortiden

Ingen av de spelare jag tillfrågat har efter juniortiden etablerat sig direkt i Elitserien. Flertalet av spelarna i studien får A-lagskontrakt med, framför allt, allsvenska klubbar. Några av dessa blir sedan utlånade till toppklubbar på div.1-nivå. Slutsatsen jag drar är att det krävs något år innan spelarna har etablerat sig på elitnivå.

Drivkraften hos spelarna jag intervjuat har varit att kunna försörja sig på ishockeyn, att bli bättre och bättre för att kunna utvecklas vidare. Många nämner också att de brinner så för hockeyn, att det fortfarande är så pass roligt, att man vill fortsätta. Glädjen är, med andra ord, en av faktorerna bakom framgången.

6.5 Slutsatser

I min inledning ställde jag frågan ”Hur kommer det sig att vissa ungdomspelare lyckas tas sig hela vägen till Elitserien/Allsvenskan medans andra inte gör det?”. Utifrån min studie drar jag följande slutsatser:

Framgångsfaktorer – Hur ser spelarens väg till elit ut?

- Född tidigt på året
- Börjat spela hockey tidigt (5 – 7 års ålder)
- Organiserad daglig träning från 13 års ålder
- Engagerade föräldrar
- Mycket egen ”spontanträning” på fritiden
- Att tidigt få möjlighet att spela och träna extra med äldre spelare
- Utöva flera idrotter förutom ishockey upp till 14-15 års ålder
- Uttagen till TV-pucken
- Glädje till idrotten
- Egen drivkraft att ständigt vilja utvecklas
- Bra och välutbildade tränare
- Studera vid elitishockeygymnasium

Dessa framgångsfaktorer bygger på de intervjuer jag gjort med 12 spelare som idag spelar på elitnivå. För att få ett ännu mer tillförlitligt resultat bör givetvis ett större urval av intervjuade spelare ske. Det tar självklart mycket tid i anspråk men utifrån de tidsramar jag haft ger detta trots allt en relativt tydlig bild av vad som krävs för att nå toppen inom ishockeyn i Sverige. De tillfrågade spelarnas väg till eliten ser väldigt lika ut. Jag har svårt att lyfta fram några stora skillnader. Många av de framgångsfaktorer jag kommit fram till stämmer dessutom väl överens med tidigare gjorda arbeten som jag nämnt i början av min studie.

Under tiden jag gjort detta arbete har ett intresse väckts för de spelare som lyckats ta sig till elitnivå men inte har meriter från vare sig TV-puck eller gått på ett elithockeygymnasium. Det skulle vara intressant att se hur deras väg har sett ut!

Referenslista

Litteratur

Bladström, Linus (2011) Hur nådde jag elitnivå? En karriärbeskrivning av svenska ishockeyspelare. Linnéuniversitetet: Kalmar Växjö
http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:Inv:diva-11083

Lundberg, Anders (2011) Elitresan. En studie om kvinnliga hockeyspelares uppväxt och väg till landslaget. GIH: Stockholm
http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:gih:diva-1964

Nääslund, Sture (2004) ”Så blev de bäst”. Vägen till framgång. Studie av fyra NHL-spelares bakgrund och ungdomsutveckling. Ishockeyns ABC, Svenska Ishockeyförbundet

Svenska Ishockeyförbundet (2007) Vägen till Elit del 1 och 2

Telefonintervjuer

Markus Svensson, målvakt, AIK
Elias Granath, back, Timrå IK
Daniel Rahimi, back, HV 71
Daniel Sondell, back, Rögle BK
Niklas Olausson, forward, Luleå HF
Jesper Ollas, forward, Brynäs IF
Mattias Ritola, forward, Modo Hockey
Mattias Persson, forward, Luleå HF
Mario Kempe, forward, Djurgårdens IF
Marin Janolhs, forward, Leksands IF
Jon Knuts, forward, Leksands IF
Thomas Enström, forward, Örebro HK

Bilaga 1

Innehåller intervjuformulär

Intervjuformulär

Bakgrund

När är du född på året?

Moderklubb?

Hur kom det sig att du började med ishockey?

Hur långt var avståndet mellan hemmet och ishallen (närheten till isyta)?

Ungdomstiden

Vid vilken ålder startade du med organiserad ishockeyträning (lagverksamhet)?

Hur många träningar i veckan var organiserad från klubbens sida (7-16 år ungdomstiden)

Hur mycket tid har du lagt ner på spontanishockey (landhockey på gatan – friåkning)?

Tränade och spelade du med äldre lag under din ungdomstid (7-16 år)

Hur var din roll i ungdomslaget (stjärna, medel, svag)

Vad har dina föräldrar betytt för dig under ungdomsåren?

Hur mycket har dina ungdomstränare betytt för dig?

Vilka andra idrotter höll du på med under ungdomsåren?

Hur länge höll du på med andra idrotter?

Vad gjorde att du valde ishockeyn framför andra idrotter?

Spelade du TV-pucken?

Har du spelat några pojk- eller juniorlandskamper för Sverige?

Juniortiden

Vilken klubb spelade du i som junior?

Gick du på något ishockeygymnasium?

Hur mycket tränade och spelade du per vecka under juniortiden?

Hur mycket tränade du på egen hand under juniortiden (utanför lagets träning)?

Spelade du med äldre lag under juniortiden?

Tränarens roll/betydelse för din framgång som juniorspelare?

Seniortiden

Vad hände efter juniortiden/HG?

Vad har varit drivkraften/är drivkraften till att fortsätta med ishockey?