Inställning och attityd?! SvTM aug 2016

*"Framgångreceptet i idrott består av 25 procent transpiration - resten är inställning!"*

Du har säkert hört någon ledare eller tränare ge röst åt detta talesätt. Föga vetenskapligt men kanske närmare sanningen än du anar. Jag har genom åren haft möjligheten att följa många tennisspelare som blivit världsstjärnor och som lyckat mycket bra i sina karriärer. De har varit olika i sina personligheter och i sina spelstilar, men de har haft en sak gemensamt: de har haft en inställning och attityd som hjälpt dem på vägen. De har haft tydliga mål men de har också varit beredde att "gå den där extra milen" för att nå sina mål. När de andra cyklat hem från tennisbanorna har de stannat kvar och servat 200 servar till eller löpt en extra runda på motionsspåret utanför tennishallen. Drivna av något extra där de velat lite, lite mer än de som till synes var lika talangfulla men som inte var beredda att göra samma uppoffringar. Någon enstaka balanserade på gränsen för vad som kanske anses vara nyttigt men "alla" de som blev bra hade lite hetare vilja och en tuffare inställning till sig själv och sin satsning.

När jag nuförtiden rör mig i tenniskretsar tycker jag mig få svårare och svårare att urskilja den där spelaren som är beredd att ge allt för att nå toppen. Och jag är kluven. Inte bara för att jag ibland inser det kloka i att inte hoppa av skolan i förskoleåldern, flytta utomlands och tidigt anställa ett entourage av tränare och rådgivare. Utan också för att försörjningen av kommande elittennisspelare förmodligen kommer att sina om inte dessa spelare ges utrymme för sin satsning. En vistelse i ett tennis-Mecka i södra Sverige ger syn för sägen. Det mesta när det kommer satsning håller världsklass. De ha den bästa utrustningen, bra tränare, erfarna coacher, bra sponsorer, familjer som ställer upp.

Men likväl saknas något... Glöden finns inte där. Kämpalusten och den kompromisslösa hållningen som ger den extra energi som hjälper dig vinna fler bolldueller, tiebreak och breakbollar saknas. Det brinner inte i ögonen på dem och många verkar inte vara beredda att göra det som krävs för att nå toppen. Eller så har inte vi förklarat för dem vad som krävs... Eller så är jag en usel betraktare som missat något väsentligt...

Jag tror inte på förklaringen att dagens unga tennisspelare skulle vara sämre rustade mentalt, fysiskt eller ekonomiskt. Jag tror snarare att det är vi erfarna/etablerade som misslyckats i vår strävan att svara på den underliggande frågan som gnager i de flesta unga elitsatsande idrottare: *"What's in it for me?!".* Frågan är ytterst relevant. Om jag nu ska försaka massor av saker och göra stora uppoffringar så måste det ju finnas något i den andra vågskålen som väger upp det. Och i den ska inte bara ligga pekuniära argument. Hellre då argument på temat personlig utveckling, möjlighet av få lära känna stora delar av världen, lära sig språk, resa, få en förståelse för olika kulturer, klara sig själv och andra oerhört viktiga saker som är en härliga sidovinster när man står där med Wimbledonbucklan i händerna.

Jag har haft förmånen att jobba för Sveriges Olympiska kommitté i deras Topp & Talangprogram och det är intressant att se vad de tar fasta på vid rekryteringen av nya, hungriga olympier. För SOK är *förmåga* viktigt, men det är lika viktigt att *ansträngning*, *tron på att det är möjligt*, *bestämdhet* och att ett *positivt socialt kontext* omger den elitsatsande. Dessa begrepp tangerar och påverkar i stor utsträckning inställning & attityd!

På temat inställning & attityd förresten, vår störste fotbollspelare har till synes ett självförtroende som är gigantiskt. Hans inställning är att han är bäst. Eller är hans attityd ett uttryck för något helt annat? Han kanske är hård i fejset men lös i magen... Ett populärt psykologiskt trick är ju att antyda att den som pratar mycket om att han inte är, exempelvis nervös, är just det.

I vårt exempel skulle det innebära att den som "har attityd" (underförstått en mindre positiv sådan) skulle vara just den som är ängsligast. Perspektivet skiftar då från att de som är grundtrygga och har "rätt inställning" inte behöver ha någon attityd. De kommer att lyckas ändå.

Det må vara hur det vill med den saken, men faktum kvarstår: inställning och attityd påverkar prestationen. Låt oss då lära mer om hur vi identifiera de som har rätt inställning. Och att ge dessa de bästa förutsättningar att blomma ut till bra spelare. För detta krävs att vi blir ännu bättre på beteendevetenskap och att vi lär oss möta och förstå olika personligheter.

Det sägs att en elev, sedermera mycket framgångsrik näringslivspersonlighet, en gång fick massiv kritik av sin lärare i skolan. Kritiken gick ut på att han måste ändra attityd, annars skulle det inte gå honom väl. Han svarade sin lärare: *"Jag har ingen attityd. Jag har bara en personlighet som Du inte kan handskas med."* Svaret tycker jag är briljant. Han hade säkert kvalificerat för en rad bokstavskombinationer och kunnat få en diagnos som förklarat varför han betedde sig som han gjorde. Men är det intressant? Är det inte mer intressant att lära oss möta och inspirera dessa särbegåvningar med ett enormt driv och en dokumenterad vilja att jobba lite hårdare än många andra?

Johan Plate