Idrott & Kunskap december 2018 Johan Plate

*”- Jag är rädd…”.* Så började ett samtal jag hade med en aktiv för ett tag sedan. Vi har jobbat ihop sedan en tid och nu kände han sig tillräckligt trygg för att ”outa” att han faktiskt var rädd för den kommande prestationen. Rädd för att misslyckas och att inte leva upp till de högt ställda förväntningarna. Smickrande för oss båda kan tyckas, att vi tillsammans skapat ett samtalsklimat där det är ok att vädra sina innersta känslor. Men ett misslyckande för alla oss som har en del i skapandet av det prestationsklimat där min adept är verksam och dessutom förväntas leverera prestationer av högsta kvalitet. Man ska inte vara rädd när man står i begrepp att utöva den idrott som för inte så längesen var det roligaste den lille grabben visste! Det är de positiva känslorna som ska dominera.

Det är uppenbart att idrottaren ovan presterar för att undgå nederlag, inte uppnå framgång. Klyschigt kan tyckas, men likväl både sant och intressant. Det som förut var en energigivare och det roligaste som fanns, är nu behäftat med massiv ängslan och oro.

Min upplevelse är att prestationsängslan tilltagit de senaste åren. Jag tror inte att det har hänt något väsentligt när det kommer till fysionomi och arvsmassa hos de elitaktiva men räddare har de blivit. Trenden är tydlig. En trolig förklaring är säkert att prestationsmiljöerna blivit tuffare. Det är mycket mer som står på spel. Och det är många som ska ha sin del av kakan och följden blir att pressen ökar. Detta riskerar att utarma prestationen både kvaliteten, och kanske viktigare - upplevelsen av prestationen. Och detta både hos utövare och idrottspublik.

Idrottshökarna, de som enligt egen utsago käkar taggtråd och skiter kätting, vittnar samfällt om att det var bättre förr. Och att dagens elitidrottare inte är av det rätta virket.

Men jag håller inte med. Idrottare av idag är mycket bättre tränade och bättre förberedda än sina föregångare. Men det har hänt något med prestationsmiljön. Pressen **har** ökat, något som både ytterst medvetna och helt aningslösa avnämare aktivt bidragit till.

Det som förut var en lek på riktigt, är nu på riktigt men ingen lek. Pengar, media, status, press och förväntningar har, adderat och var för sig, skapat en miljö där idrottarna inte ges möjlighet att prestera sitt bästa. Paradoxalt nog så bidrar de som mest hyllar tuffhet minst till prestationen.

Egenpressen har som följd av detta inte minskat precis.

Som betraktare av samtidens prestationsmiljöer är det ofrånkomligt att tänka på hur det var när jag höll på med aktiv idrott som mest. Vi hade en tränare hemma i fotbollslaget som var av den glada och jovialiska sorten. Dessutom hade han *by heart* en känsla för hur man ska hantera testosteronstinna unga män med prestationsambitioner. Vid ett tillfälle kom han in i omklädningsrummet under en halvtidsvila när vi låg under med 0-4. Och så säger han:

”- *Ta det lugnt grabbar, vi har legat under förut och förlorat!”* Sen går han ut!

Vi i laget tittar förvånat på varandra. En den småler. Några skrattar. Men alla fattade budskapet – gick ut och spelade oavgjort. Jag är helt säker på att om han skällt ut oss efter noter och dessutom förstärkt det vi gjort mindre bra i första halvlek, då hade vi förlorat matchen.

Elitidrott är en allvarsam lek. Men det är fortfarande en lek. Det är något som vi som jobbar med idrott oftare borde påminna oss om.

Johan Plate