

Languages on this page: ISSN 1652-7224 ::: Publicerad den 25 november 2009
Utskriftsvänlig pdf-fil

Det finns en stor del av den akademiska idrottsforskningen, och av den faktiska verksamheten ute i träningshallar och liknande, som sällan eller aldrig berörs i de artiklar och recensioner som publiceras på idrottsforum.org. Det beror på ett medvetet val; forumets ska behandla idrottsvetenskap utifrån humanistiska och samhällsvetenskapliga utgångspunkter. Den omfattande och betydelsefulla del av idrottsvetenskapen som ligger inom det naturvetenskapliga området, och främst inom medicin och fysiologi, kan man få kunskap om från andra källor, till exempel **Svensk Idrottsmedicinsk Förening**, **Senter for Idrettsskadeforskning** och **Dansk Idrætsmedicinsk Selskab**. Dock händer det att en bok med fysiologiskt innehåll landar på recensionsredaktörens bord, och inte sällan sätts den i händerna på Torsten Buhre, fysiologilektor på forumets hemmainstitution. Så blev det också med boken *Tester och mätmetoder för idrott och hälsa* av Helena Bellardini, Anders Henriksson och Michail Tonkonogi (SISU Idrottsböcker). Den presenteras som en populärvetenskaplig bok om humanbiologiska mätmetoder som ska bygga en bro mellan idrottsforskningen och den praktiska idrottsverksamheten. Vår recensent har kritiska synpunkter på delar av innehållet, med välkomnar ändå boken som ett viktigt bidrag till konskapsfältet.

Om humanbiologiska mätmetoder

Torsten Buhre

Institutionen för idrottsvetenskap, Malmö högskola

*Helena Bellardini, Anders Henriksson & Michail Tonkonogi***Tester och mätmetoder för idrott och hälsa**

397 sidor, hft., ill.

Stockholm: SISU Idrottsböcker 2009

ISBN 978-91-85433-13-1

SISU Idrottsböcker har publicerat boken *Tester och mätmetoder för idrott och hälsa*, som har sitt ursprung från Högskolan i Dalarna. Boken är uppbyggd kring bedömningar av bl. a. testers svårighetsgrad och deras lämplighet i olika sammanhang. Dessutom har de flesta tester också normvärden. Dessa normvärden och bedömningar av värden kan upplevas som kategoriserande, och troligtvis behöver användaren av boken, liksom genomföraren av testerna, hantera detta med en viss försiktighet, annars kan det få konsekvenser in i den praktiska idrotten på individnivå. Den diskussionen saknar jag i boken. Ett kort avsnitt om att tester behöver ha ett syfte finns med, dock saknas själva problematisering kring

användandet av tester. Denna diskussion har förenklats i och med att man under varje test har arbetet med lämplighet eller tillämpbarhet i olika sammanhang som en bedömning efter varje test.

Texten har ett genomförandeperspektiv, vilket är nog så viktigt, och det är i detta sammanhang man ska läsa boken. För att kunna ta tillvara all data som finns med i form av normvärden för olika åldersgrupper och olika typer av idrottsgrupper, borde analysavsnittet ha varit större och därmed också den grundläggande problematiken om validitet och reliabilitet i samband med varje enskild test. En kort – väldigt kort – del av boken handlar om validitet och reliabilitet, vilket inte speglar den vikt som dessa begrepp har i testsammanhang och inte ger dem det utrymme som verkligen behövs. Kanske har författarna valt att undvika komplexiteten och problematiseringen av olika testers validitet. I så fall borde det motiveras tydligt, framför allt i anslutning till de olika testerna.



Personligen hade jag velat ha med ett resonemang om detta, då det är uppenbart att vi dels har olika tolkningar av begrepp (exempelvis fysiska kvaliteter), och dels att både konstruktionen och mätmetoderna påverkar validiteten. Författarna hade kunnat ta med denna information i samband med varje redovisad test, och hjälpt läsaren att fatta egna beslut. Samtidigt så är det också så att frågan om framför allt giltighet eller validitet är något som främst behandlas i vetenskapliga artiklar och kanske inte är så attraktiv för större delar av den breda målgruppen som boken är riktad till. Jag säger detta mera utifrån erfarenhet än som en personlig värdering. Ytterst har vi ju som forskare ett ansvar för att göra både våra verktyg och den kunskap som vi genererar tillgänglig för alla, även i de mera praktiskt orienterade arbetsfälten som är berörda av att vi utvecklar vår kompetens. I detta sammanhang spelar ett resonemang om giltighet och även tillförlitlighet en stor roll. Kortfattat skulle jag vilja hävda värdet av att en riskbedömning av de möjliga analyser som kan göras med utgångspunkt från testresultaten borde ingå. Vi har ju en mani inom det naturvetenskapliga fältet att acceptera statistisk signifikans som det avgörande, och får folk att agera med utgångspunkt från konkreta värdena. Många andra författare har problematiserat detta både vetenskapligt och populärvetenskapligt. Det kan bli väldigt svart och vitt.

Då det gäller problematiken med

begreppsdefinitioner, som både är ett inledande avsnitt i boken och som finns med i varje enskilt testavsnitt, vill jag belysa två problem som boken har.

För det första i det inledande avsnittet om träningslära beskrivs en hel rad begrepp. Tyvärr har författarna undvikit att i detta avsnitt använda sig av referenser. Varför detta har gjorts kan jag bara spekulera om, vilket är totalt onödigt. Dock vill jag poängtera en risk med att inte använda referenser,


nämligen att den generella definitionen blir vriden ur fokus, varvid validiteten av testet går förlorad. Ett annat exempel är begreppet *styrkeuthållighet* som beskrivs under två rubriker, med samma beskrivning, men istället för att problematisera den gängse begreppsstrukturen anpassar författarna sig till denna. Man menar att begreppet är ett uthållighetsbegrepp men av tradition räknar man det som en styrkeegenskap. Min personliga åsikt är att man faller för och bevarar kulturella föreställningar som vi faktiskt med hjälp av både teori och evidensbaserad forskning skulle kunna krossa och bidra till att förändra perspektivet på hur träning kanske kan göras bättre. Med hänsyn till den breda målgruppen som boken riktar sig till, och den genomslagskraft i svensk idrott som boken förmodligen kommer att ha på grund av det förlag som publicerar boken, vore den ett bra forum för att initiera sådana paradigmskiften. Jag vet att Tonkonogi har bidragit väsentligt till att skapa paradigmskiften med sitt arbete om styrketräning för barn och unga, och det vill jag uppmärksamma och applådera.

” Dock vill jag poängtera en risk med att inte använda referenser, nämligen att den generella definitionen blir vriden ur fokus, varvid validiteten av testet går förlorad.

In anslutning till testerna finns ett avsnitt som rubriceras ”utvärdering av resultat”. De är på ett sätt behjälpliga, på ett annat sätt inte; låt mig förklara vad jag menar. Här redovisas tidigare testresultat från olika grupper, gruppstorlekar och idrottsgrenar. Ibland är de kategoriserade i åldrar och kön ibland i idrottsgrenar och ibland i en skala från låg till hög. Detta är nog så bra, men även här krävs det emellanåt en djupare förståelse på hur urvalet och dess storlek påverkar generaliserbarheten. När värdena är kopplade till någon form av kvalitativ bedömning är det dels viktigt att veta hur skalan är konstruerad, och dels viktigt att komma ihåg att bedömningarna grundar sig på en faktisk population. I detta ligger ett antagande om att de som är bra i en idrott också är de som har de bäst utvecklade fysiska kvaliteterna för den idrotten. Exempelvis kan man ha svårt att tolka vad som är god kondition för en fotbollsspelare i åldern 15-18, med utgångspunkt från Coopers test, dels eftersom ålderskategorin inte existerar direkt (<39 år åldersgruppen och den kan väl ses som lite väl bred i just denna situationen), och dels är skalan från mycket dålig till utmärkt problematisk därför den finns inget underlag som värderar betydelsen av god kondition i fotboll.

Slutligen vill jag påpeka det olyckliga i att ett antal referenser är skrivna med det kyrilliska alfabetet. Tyvärr har jag inte den språkliga begåvning som erfordras, och har därför svårt att vara källkritisk. Ett syfte med att inkludera referenser är ju faktiskt att läsaren själv ska kunna gå till dessa källor och göra egna bedömningar av materialet. Samtidigt kan jag tycka att informationen som är hämtad från denna typ av källor ökar det informativa värdet av boken. Men som sagt, vi lämnas i händerna på författarna. Boken kan bli, som jag tidigare indirekt antytt, som en skarpladdad pistol i händerna på en vilda västern-fanatiker.

Även om mina synpunkter har varit kritiska så välkomnar jag ändå boken. Den sammanställer tester som skulle kunna vara relevanta för olika idrottare och som är relevanta i ett folkhälsoperspektiv för både unga och gamla. Målgruppen är stor och inkluderande, samtidigt är den kvalificerad nog för att kunna användas inom yrkesområden där humanbiologiska tester och mätmetoder kan ge relevant information. I detta sammanhang bör det dock påpekas att av den stora mängden av människor som arbetar inom det idrottsliga fältet saknar 90% yrkesutbildning (ca 285.000 enligt Ola Stadler, RF [personlig kommunikation]). De arbetar på ideell basis, varför man kanske inte kan förvänta sig en förståelse för den problematiken som jag har beskrivit här ovan.

 **Hitta bästa pris på boken hos Prispallen.se**

 **Kjøp boken fra Capris.no**

 **Køb bogen fra Adlibris.dk**

 **Buy this book from Amazon.co.uk**

 **Buy this book from Amazon.com**