

Languages on this page: 

ISSN 1652-7224 ::: Publicerad den 6 juni 2009

Utskriftsvänlig pdf-fil

Läs mer om idrottspsykologi på [idrottsforum.org](http://idrottsforum.org)

Ännu en bok har kommit ut som mer eller mindre explicit gör anspråk på full täckning av det område som behandlas, och därtill av den senaste utvecklingen i området. Området i det här fallet är idrottspsykologi, och som forumets regelbundna läsare vet är detta idrottsvetenskapliga fält nära nog översvämmat med läromedel från olika amerikanska förlag med snarlika titlar och samma höga anspråk, att täcka in hela kunskapsområdet. Denna gång är det Thelma S. Horns *Advances in Sport Psychology* från 1992 (Human Kinetics) som kommit i en ny upplaga, den tredje i ordningen. Det faktum att det gick tio år mellan den första och andra upplagan, men bara sex år mellan den andra och tredje, kan vara en indikation på att området utvecklas snabbt – eller handlar det helt enkelt om att konkurrensen om en plats på kurslistorna vid amerikanska universitet och colleges är knivskarp? I alla händelser är vår recensent Joakim Ingrell positiv till de flesta aspekter av boken, även om han ifrågasätter hur väl man lyckats med att täcka in området. Han föreslår en ny titel, "Advances in most parts of sport psychology".

## Bra men inte heltäckande

Joakim Ingrell

Institutionen för idrottsvetenskap, Malmö högskola

*Thelma S. Horn***Advances in Sport Psychology:  
Third Edition**

499 sidor, inb.

Champaign, IL: [Human Kinetics](http://HumanKinetics.com) 2008

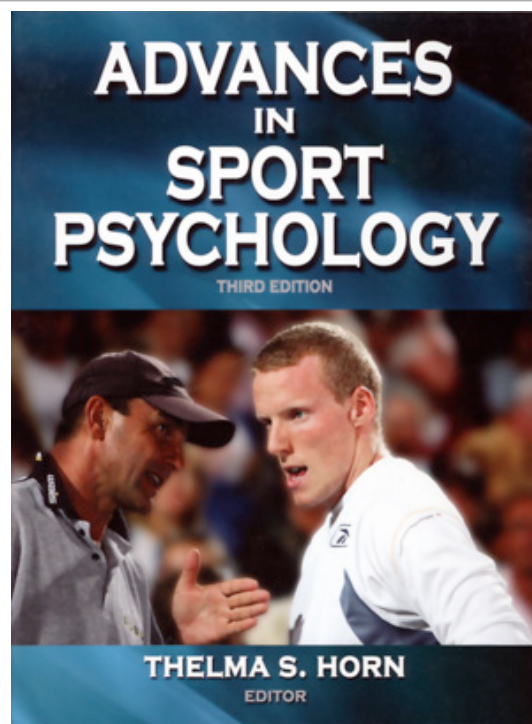
ISBN 978-0-7360-5735-6

Som det framgår av spridningen av böcker under de senaste åren är idrottspsykologi ett växande område. Kan det bli för mycket? Vilken bok ska jag välja? Behöver jag ha denna bok också? Detta är frågor som jag ibland ställer mig, när det hela tiden dyker upp nya böcker som hävdar att de förmedlar det senaste inom ämnet. Om vi inser fakta så finns det just nu väldigt många böcker inom idrottspsykologi och detta är väldigt bra. Det visar bara på ett stort intresse för ämnet, så missförstå mig inte. Men hur ska vi sälla bland alla dessa "fantastiska mästerverk"? Hur ska jag som idrottare, ledare, rådgivare, student och lärare veta vilken bok som bäst passar in för ändamålet?

Den tredje upplagan av *Advances in Sport**Psychology* ger en övergripande bild av den senaste

forskningen inom idrottspsykologin. Boken är redigerad av Thelma S Horn och texten är skriven av 34, inom området, välkända forskare och akademiker. Noterbart är merparten av dessa (fortfarande) kommer från USA.

Thelma S. Horn, PhD, är docent vid Miami University i Ohio och har bland annat även redigerat de två tidigare utgåvorna (1992 & 2002) av *Advances in Sport Psychology*. Bidragsgivarna till dessa texter utvidgar de gränser som tidigare definierats och ger en tydlig riktning för framtida forskning. Denna tredje upplaga, har enligt redaktören, helt ändrats för att kunna återspegla de framsteg som skett inom området de senaste åren. Detta har gjorts genom betydande revideringar av andra upplagan. Samtidigt så menar hon också på att boken ska ge läsaren en fullständig bild av aktuell forskning och nya ämnen inom idrottspsykologin. *Advances in Sport Psychology*, tredje utgåvan, introducerar fyra nya kapitel; kvalitativa forskningsmetoder, "achievement goal" teorier, självförtroende samt familj och kamraters påverkan på den enskilda idrottaren. Boken vill på något sätt framhäva den holistiska synen på



idrottspsykologi där sammanslagningen av individuella faktorer och miljöfaktorer skapar förståelse för idrottarens prestation och beteende.

Boken är uppdelad i fyra stora sektioner som omfattar en introduktion till idrottspsykologin, individuella skillnader, miljöfaktorer samt psykologiska färdigheter och interventioner. Varje sektion börjar med en introduktion till ämnet där läsare får en övergripande bild. Utöver detta har varje kapitel tydliga ramar innehållande definitioner av begrepp, analys av kunskapsläget inom varje område, tillgänglig forskning, förslag på tillämpning och framtida forskning.

Den första delen introducerar ämnet idrottspsykologi. Där beskrivs bland annat olika perspektiv på idrottspsykologi, den idrottspsykologiska rådgivarens roll och idrottspsykologins historia. I första delen beskrivs också kvalitativ och kvantitativ forskningsmetodik. En övergripande bild av de trender, metoder och instrument som används inom den idrottspsykologiska forskningen presenteras för läsaren på ett förståeligt sätt.

Den andra delen undersöker individuella skillnader och egenskaper som påverkar idrottarens beteende. De olika kapitlen i denna sektion berör bland annat idrottarens egna uppfattningar kring fysiska aktivitet, självförtroende, attributionsmönster, upplevd kontroll, motivationsteorier och den moraliska utvecklingen inom idrott och fysisk aktivitet.

Den tredje delen undersöker miljöfaktorerna som påverkar idrottsutövarens beteende. Här djupdyker man i gruppdynamik, ledarens effektivitet och social påverkan inom idrotten. Utöver ledaren påverkar både familj (föräldrar och syskon) och kompisar idrottaren och detta är något som tas upp av bidragsgivarna i dessa kapitel.

” Jag saknar, i en bok av denna kaliber, till exempel ett kapitel om karriärövergångar, som enligt min uppfattning är ett viktigt forskningsområde.

Den fjärde och sista delen i boken diskuterar det tillämpade områden inom idrottspsykologi. Man undersöker idrottarens beteende kopplat till psykologiska färdigheter och interventionstekniker. Ämnesområden som berörs i olika kapitel är; visualisering, uppmärksamhet, målsättningar, flow och optimal upplevelse samt psykologiska faktorer på skador. Boken redogör för empiriskt grundade förslag som gör det lätt för till exempel studenter att ta det från klassrummet ut i verkligheten.

Boken skulle kunna vara ett förnuftigt val för lärare, ledare och rådgivare, precis som det skulle kunna vara en text för doktorander. Det är välskriven på ett intressant och informativt sätt. För att vara en teoretisk bok känns den inte alls tung att läsa igenom. Referenserna är rikliga och aktuella och sättet som boken är uppbyggd på gör det lätt för lärare på till exempel en högskola att undervisa i sektioner. Referenserna är listade i slutet av boken istället för efter varje kapitel, vilket jag personligen tycker är bättre, men jag har hört negativa argument från studenter, eftersom detta kräver extra bläddrande vid letande efter referenser.

I en teoretisk bok som denna finns det ändå praktisk vägledning som gör att boken blir än mer intressant för oss som arbetar tillämpat. För den som vill veta var idrottspsykologin kommer ifrån, vilken resa den har gjort, var den befinner sig idag och vart den är på väg är detta en bok som är värd att plöja igenom.

I inledningen av denna recension nämner jag att boken fokuserar på de viktigaste och mest aktiva områdena av aktuell forskning. Detta stämmer inte riktigt. Jag saknar, i en bok av denna kaliber, till exempel ett kapitel om karriärövergångar, som enligt min uppfattning är ett viktigt forskningsområde där betydande framsteg har skett de senaste åren.

Tycker jag att det är en bra bok? Ja, det gör jag, men jag tycker inte att den lever upp till namnet ”Advances in sport psychology”. Kanske till namnet ”Advances in *most parts of* Sport Psychology”, då boken inte tar upp alla de ämnesområden som finns under idrottspsykologi.

Visst är det underbart att vi får tycka som vi vill. Läs gärna boken och skapa er en egen uppfattning.

---

Intressanta fakta:

Advances in Sport Psychology (1992) – 1589 referenser

Advances in Sport Psychology (2002) – 2794 referenser

Advances in Sport Psychology (2008) – 2672 referenser varav en tredjedel är från år 2000 och framåt

© Joakim Ingrell 2009.

---

 [Köp boken från Adlibris.se](#)

 [Kjøp boken fra Capris.no](#)

 [Køb bogen fra Adlibris.dk](#)



Buy this book from [Amazon.co.uk](https://www.amazon.co.uk)



Buy this book from [Amazon.com](https://www.amazon.com)

[www.idrottsforum.org](http://www.idrottsforum.org) | Redaktör Kjell E. Eriksson | Ansvarig utgivare Aage Radmann