

Norsk håndball.

Talentutvikling i verdensklasse

Christian Thue Bjørndal

Seksjon for coaching og idrettspsykologi/Norges Idrettshøgskole

Kontakt: christian.bjorndal@nih.no



Bakgrunn

- Phd-stipendiat v/Norges Idrettshøgskole
- Håndballtrener på elitenivå
- Sportssjef på idrettsgymnas
- Oslo Idrettssenter (fysisk trening for idrettsutøvere)



Hvorfor er Norge verdens beste i håndball?

- Flest aktive håndballspillere i verden
- 22 år med kontinuitet i landsholdsledelsen (kvinner)
- Landsholdet har flere samlingsdøgn enn alle andre



Norsk håndball har ikke ”optimalisert” talentutvikling



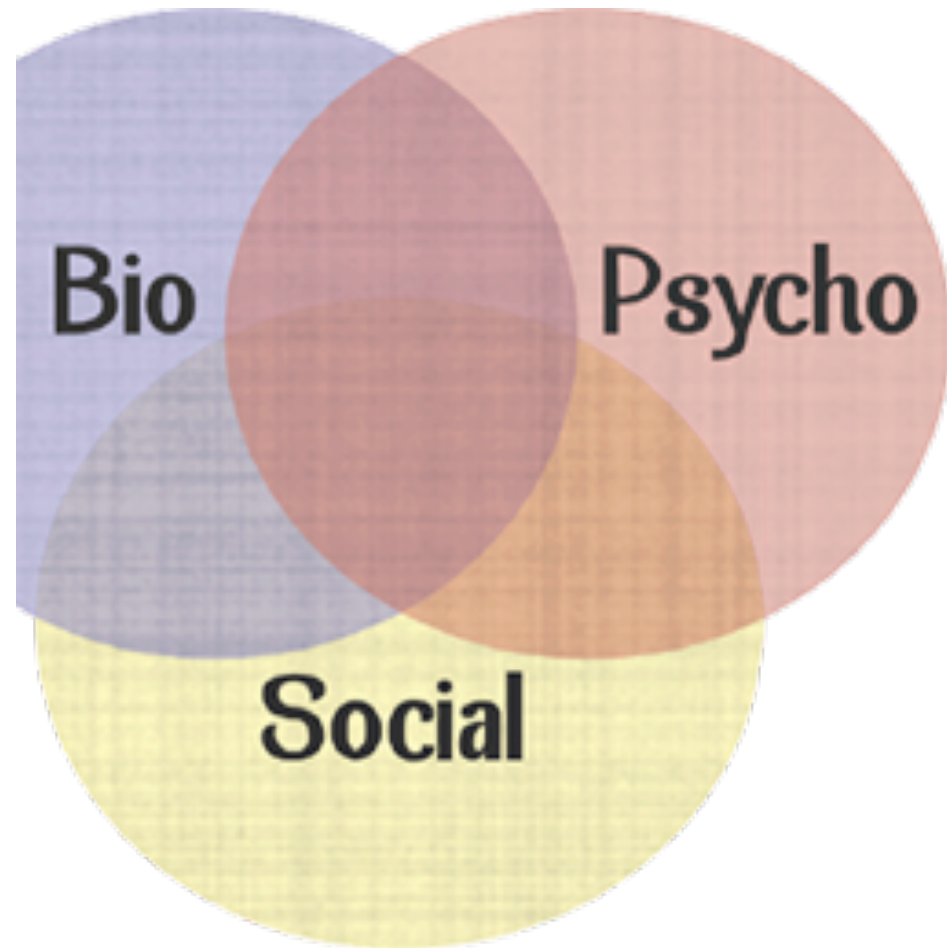
- Det er ingen nasjonal talentutviklingsstrategi
- Det er ingen sterk sentralstyring
- Utviklingstiltak utover det som skjer i klubbene starter forholdsvis sent
- Utviklingstiltak på regionsnivå varierer i kvalitet

Å optimalisere talentutvikling i en
Skandinavisk lagidrettskontekst er noe annet
enn hvordan idrettsorganisasjoner
tradisjonelt har forsøkt å optimalisere
talentutvikling.

Gode prestasjoner og god talentutvikling er
ikke nødvendigvis det samme.

Hva er et talent?

[...] a set of characteristics, competencies and skills developed based on innate potential and multiyear practice, competitions and interactions with the environment.¹

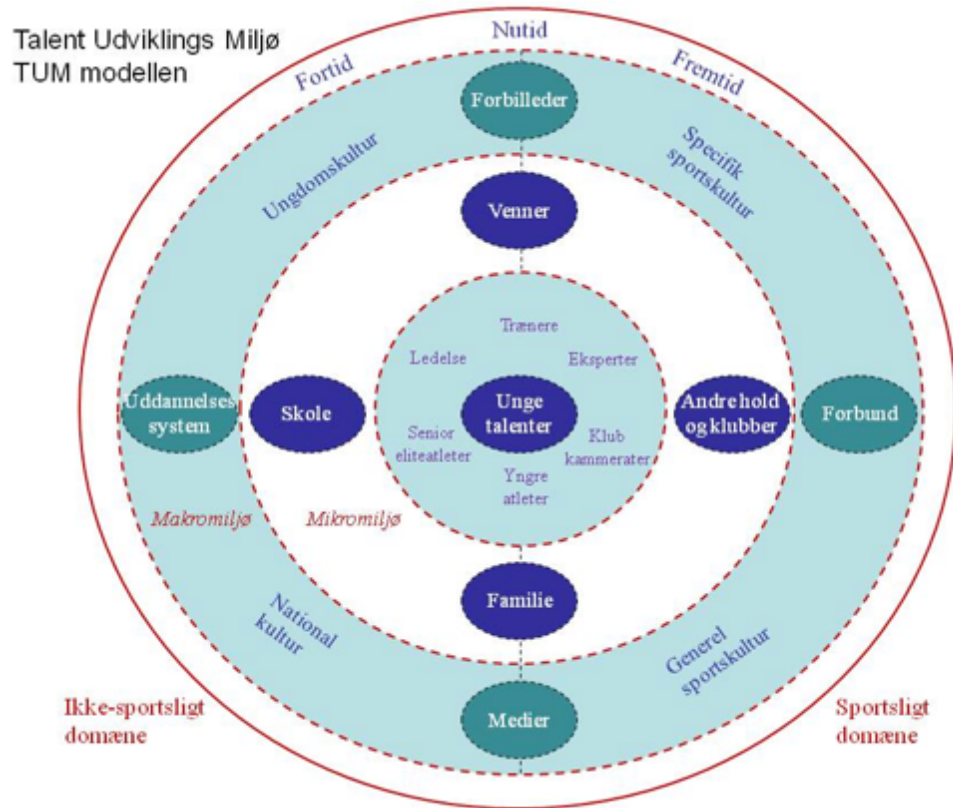


Hva skal til for å bli god?

- Du må trene **mye**²
- Du må trene med **kvalitet**³
- Du må ha en sterk **motivasjon**⁴
- Du må utvikle **psykologiske ferdigheter** som lar deg lære effektivt og mestre motgang⁵



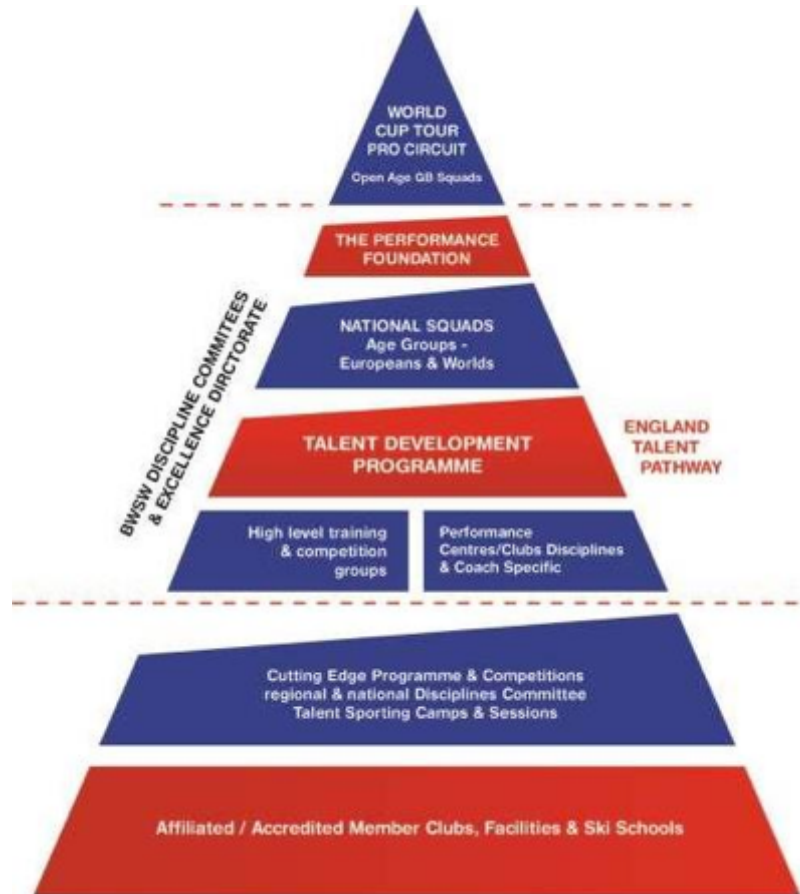
Ingen blir god alene.



- Du må få støtte fra **foreldre og venner**⁶
- Du blir **sosialisert inn i bestemte kulturer**⁷
- Det må være et godt samspill mellom ulike arenaer, for eksempel **idrett og skole**⁸

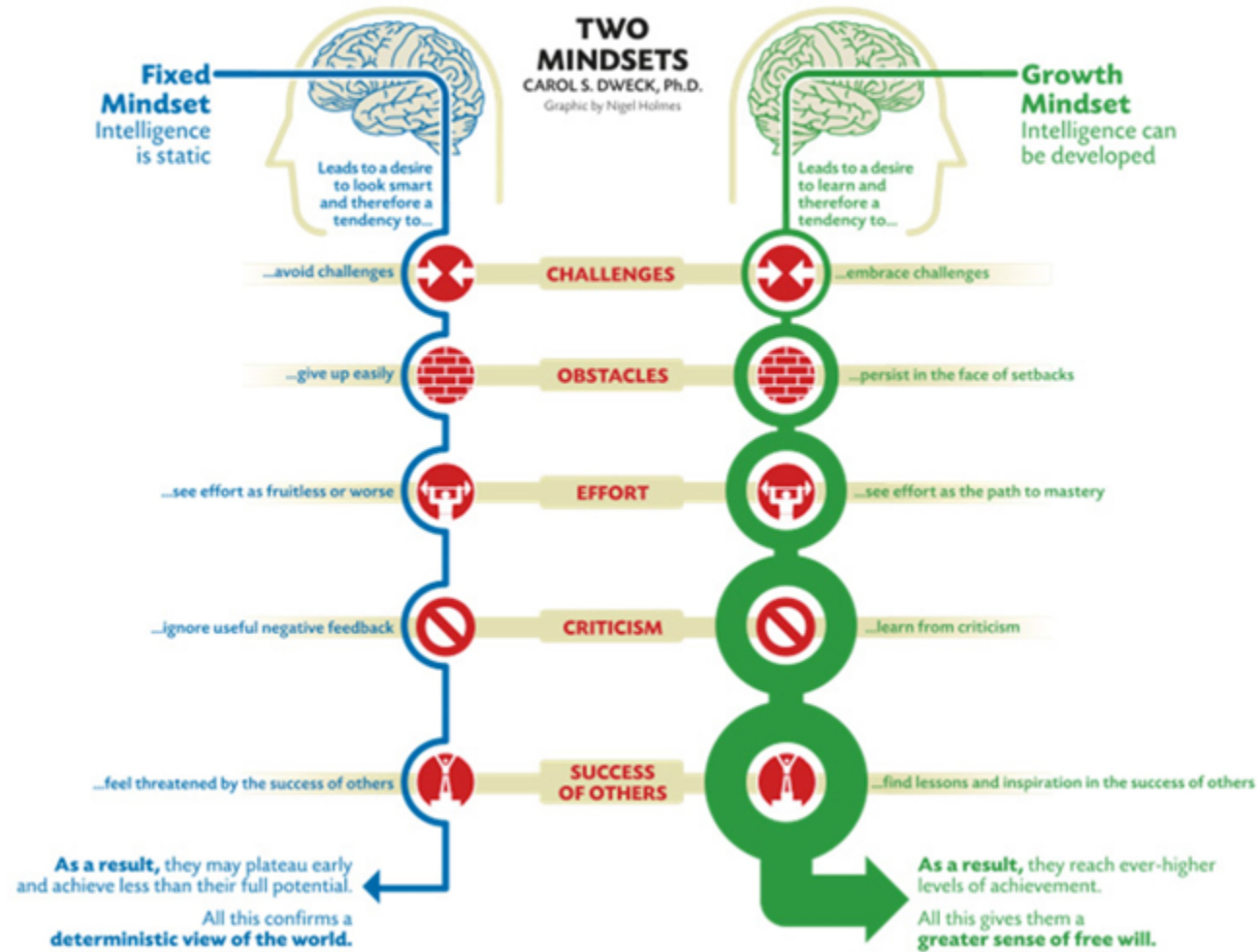
(Henriksen, 2010)

Hvordan forsøker mange land å optimalisere utvikling?⁹



- Forutsetter at man allerede tidlig kan velge ut hvem som blir best
- Hvis utøverne får tilstrekkelig med ressurser så kan de utvikle seg videre
- Utøverne klatrer stigen (...men er du ute så er du ute)

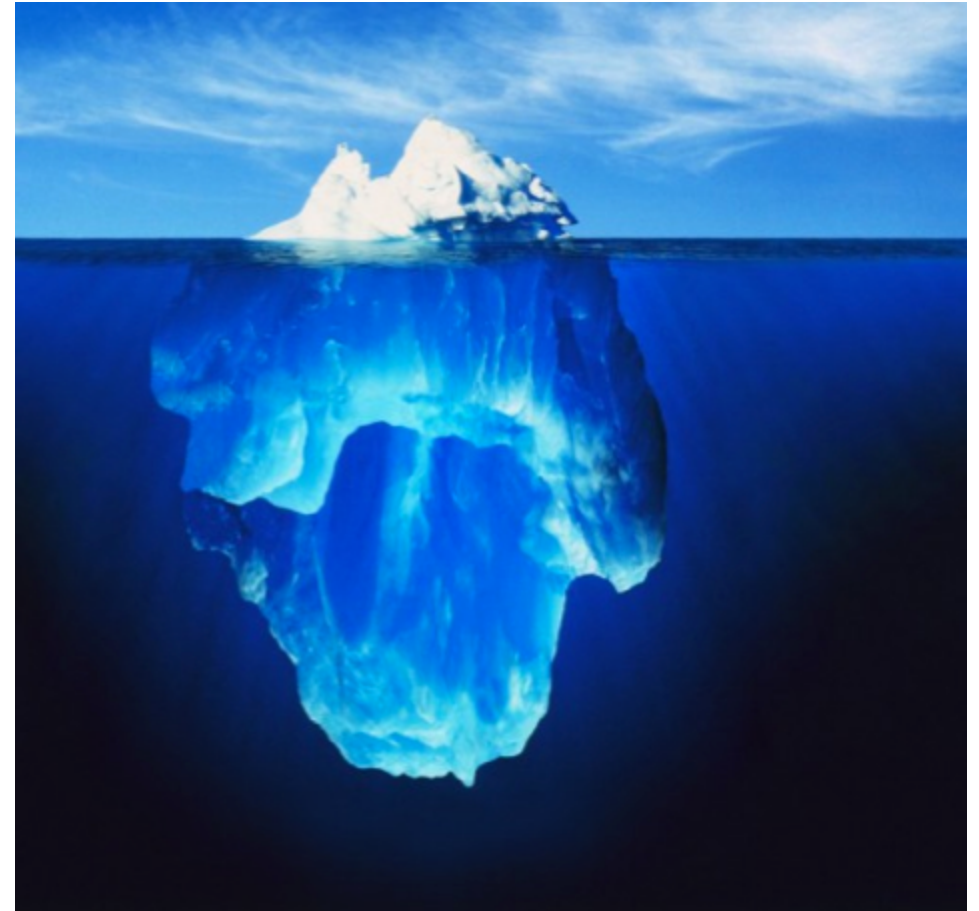
Vi vet aldri hvem **andre** som kunne ha blitt gode... eller om de hadde blitt bedre... ved å se på de som kommer ut på toppen.



Tidlig
prestasjon er
en dårlig
indikator på
fremtidig
suksess¹⁰

Et talent i lagidrett er mer enn nåværende prestasjon

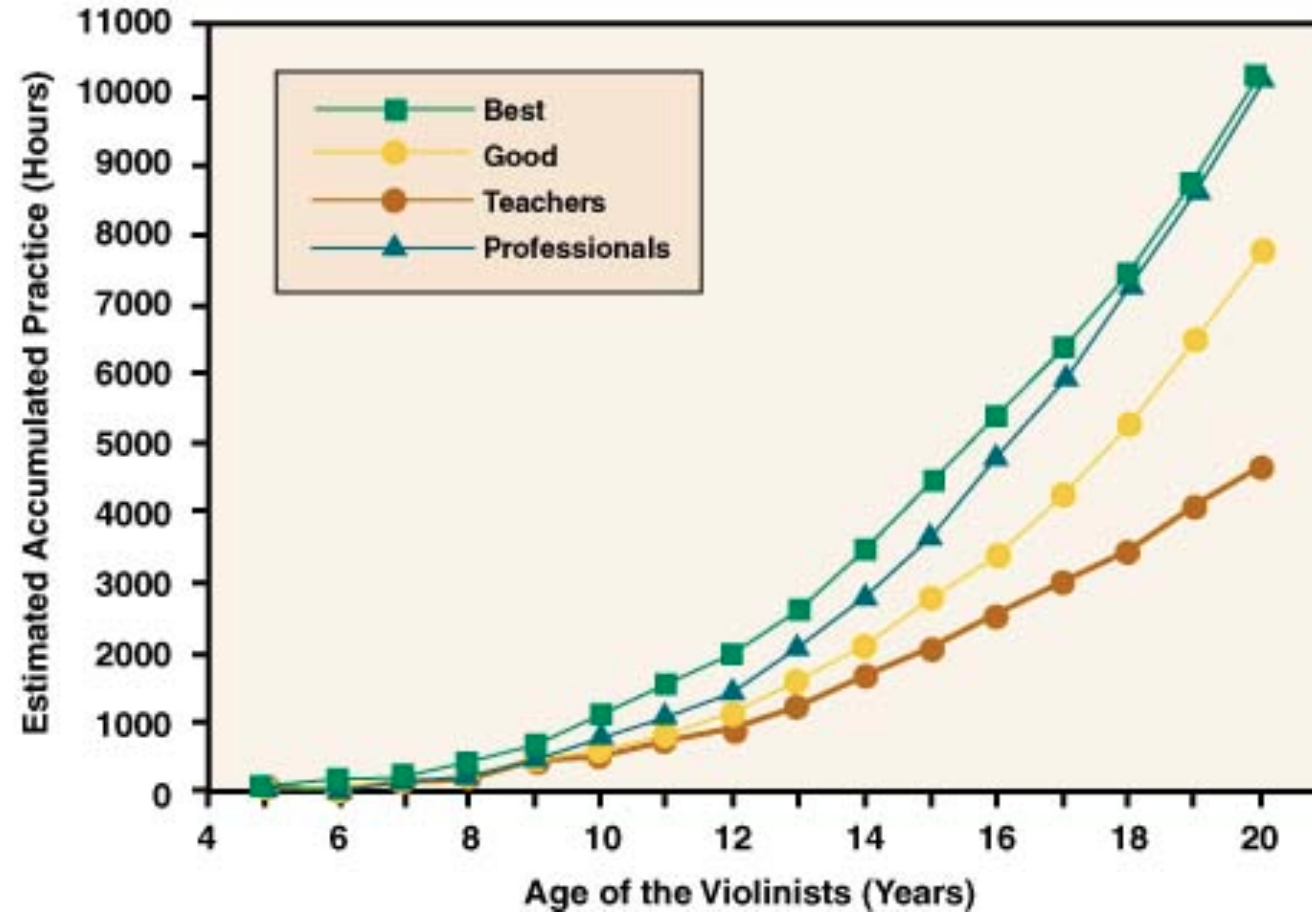
- Forutsetter mange ulike ferdigheter
- Som kan settes sammen på mange ulike måter
- Det er dynamisk
- Det er umulig å måle størrelsen et potensial
- Det er fullstendig umulig å predikere om en utøver kommer til å realisere sitt potensial



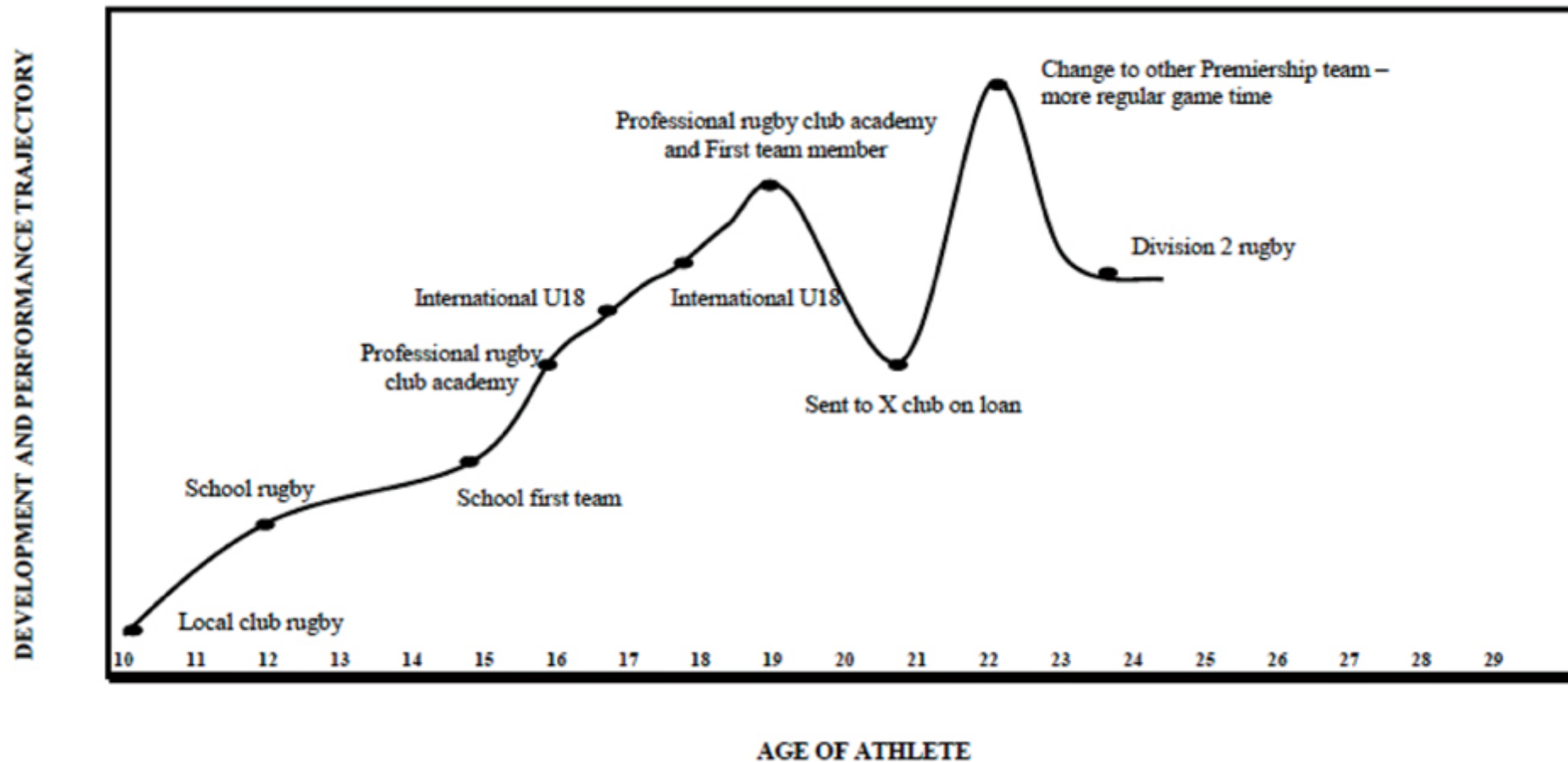
Det er rom for mange



Utvikling er **ikke** en jevn oppadstigende kurve¹¹



Utvikling er individuelt og humpete¹²



Problemet til talentutviklingsmodeller



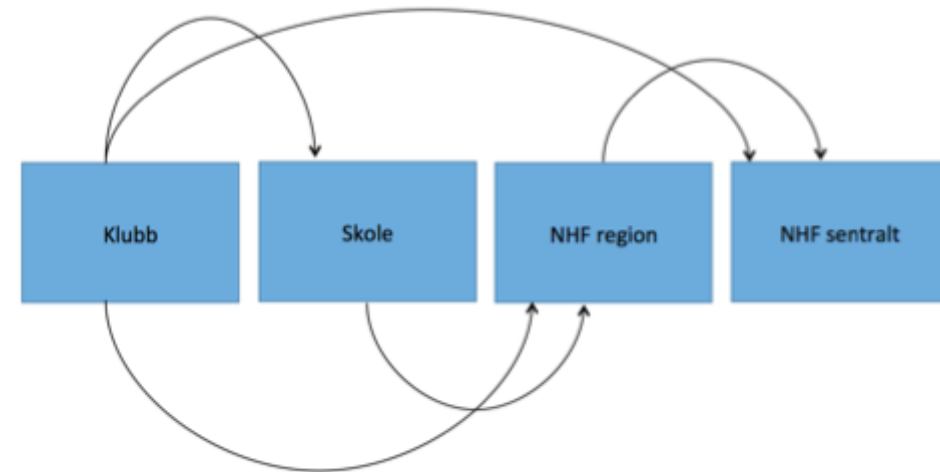
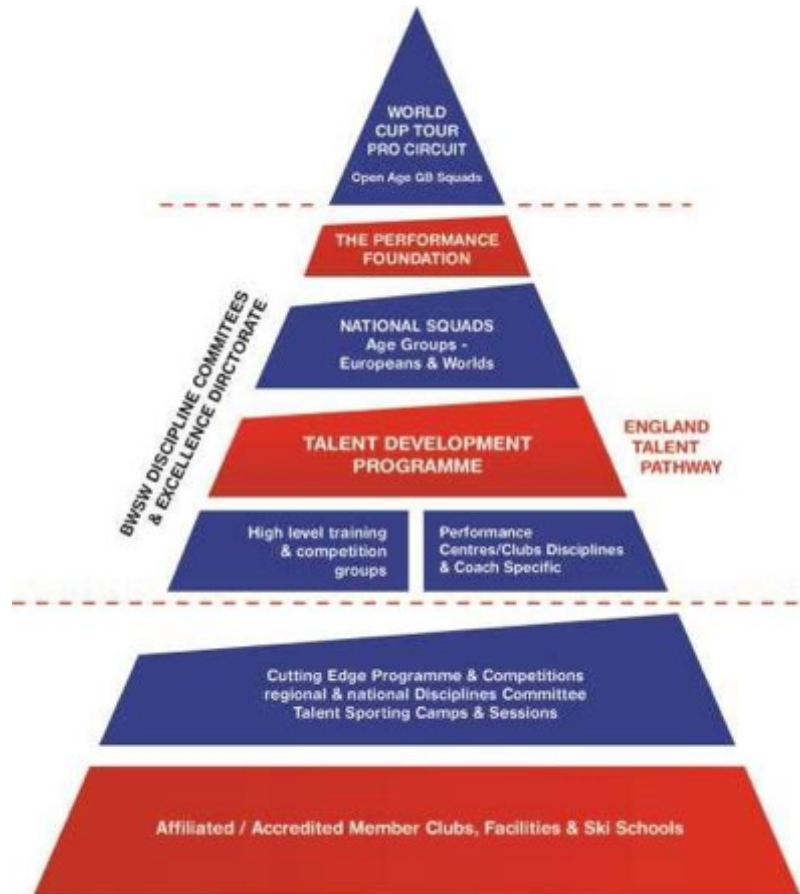
- One size does **not** fit all!
- Utvikling skjer i samspill mellom **individ og miljø**
- Utvikling går opp og ned, fremover og bakover, hurtig og langsomt

Resultatet av en pyramidemodell

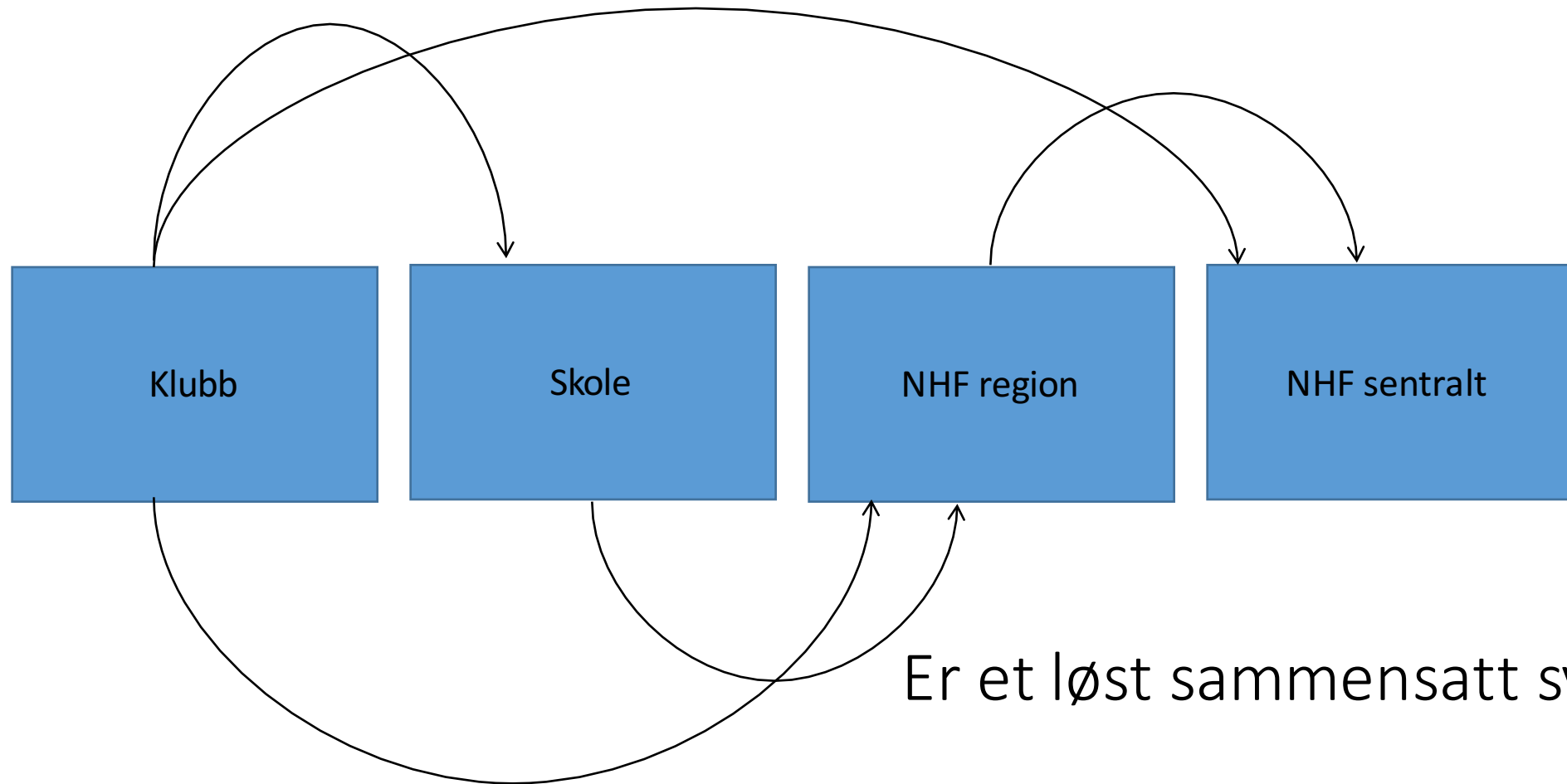
- Vi velger de som er født tidlig på året, størst og/eller sterkest¹³
- Seleksjon skaper sosial ulikhet¹⁴
- Seleksjon skaper selvforsterkende psykologiske mekanismer¹⁵
- Systemet blir selvforsterkende¹⁵



Finnes det en alternativ organisering?



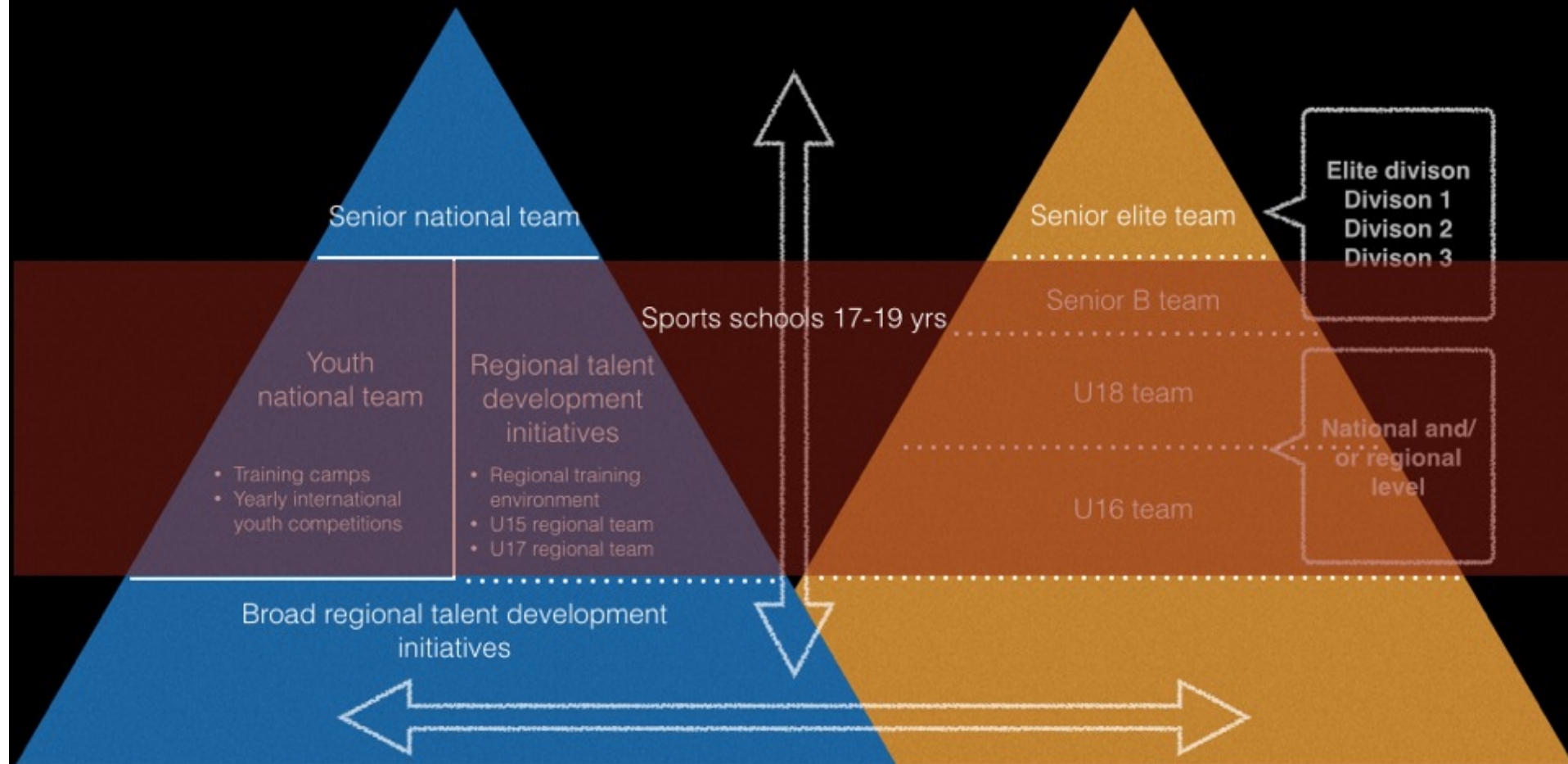
Organiseringen av talentutvikling i norsk håndball¹⁶



Er et løst sammensatt system.

NHF structure

Club level structure



Players need to participate in the club level structure. Players can also get selected to participate in the NHF structure. Talented players usually move horizontally back and forth between both club level and NHF arenas. Talented players normally move vertically up and down between different levels of training and competition in their developmental years.

Hva er et normalt utviklingsforløp?

- Aktiv oppvekst
- Flere idretter og sen spesialisering (14 år)
- Idrettsgymnas
- Fra benkesliter på U16 til toppspiller i 1. div senior
- Sent inne på u-landshold (17 år)



FOTO: ENIK SKJØLD

Kohort 1996-1997	Alle (n=33)	Lavere nivå (n=6)	1. div (n=6)	Elite (n=21)
Startalder	7.7 ± 1.4 ^a	8.4 ± 0.7 ^a	6.5 ± 1.0 ^a	7.8 ± 1.4 ^a
Antall andre idretter	2.1 ± 1.5 ^a	2.1 ± 1.0 ^a	1.5 ± 1.0 ^a	2.3 ± 1.7 ^a
År med deltagelse i andre idretter	5.3 ± 3.2 ^a	4.6 ± 3.0 ^a	4.3 ± 2.6 ^a	5.9 ± 3.2 ^a
Tidspunkt for spesialisering	13.4 ± 3.0 ^a	14.0 ± 3.0 ^a	12.2 ± 2.7 ^a	13.6 ± 2.9 ^a
Toppidrettsprogram VGS	81.8% ^a	83.3% ^a	66.6% ^a	85.7% ^a
Alle spillere 1996-1997	Alle (74)	Lavere nivå (n=30)	1. div (n=13)	Elite (n=31)
Ant aldersbestemte landslagskamper	5 (0-49) ^b	4.5 (0-28) ^b	5 (2-43) ^b	18 (0-49) ^b
Treningstimer i aldersbestemte landslag	154 (14-531) ^b	61.5 (14-271) ^b	199.5 (87-519) ^b	245 (50-531) ^b

^a Gjennomsnitt og standardavvik; ^b median og variasjonsbredde

Hva skiller de beste fra de nest beste?

- 74 spillere involvert i u-landsholdsaktivitet over 4 år (>15 år)
 - Alle spillere har hatt aktive oppvekster hvor de driver med flere idretter og de spesialiserer seg ganske sent
 - Elitespillere har i gjennomsnitt noe mer erfaring fra u-landsholdsaktivitet, **men variasjonen er stor!**
 - **Variasjonen er større mellom spillere som når elitenivå** enn mellom grupper av spillere på ulikt prestasjonsnivå

Hvorfor kan en et løst sammensatt system være bedre?

- Det er plass til flere utøvere
- Det muliggjør mange ulike veier til elitenivå
- Lett å bevege seg frem og tilbake mellom ulike spillerutviklingstiltak og nivåer



Hvorfor kan en et løst sammensatt system være bedre?

- Systemet er ikke "godt" nok til at det skaper for stor ulikhet
- Komplementære arenaer som kan settes sammen på mange forskjellige måter
- Det er større rom for ulikt tempo i utvikling og skiftende individuelle agendaer fordi **alle** spillere er en del av den samme strukturen
- Å delta på alle utviklingsarenaer blir *for* mye
- Godt egnet i idretter med mange utøvere (?)

Utfordringene med et løst sammensatt system

- Koordinasjon og kommunikasjon
- Motsetningsfulle krav
- Alle aktører har sin egne interesser



Utfordringene til
den talentfulle
håndballspilleren

Handler nesten
utelukkende om å
“overleve”
ungdomshåndballen

Alder	13	14	15	16	17	18	19	20
Klubb	Klubbtrening/Regionsserie/Turneringer							
		U14 Nasjonal serie		U16 Nasjonal serie		U18 Nasjonal serie		
NHF region	Lokal og regional spillerutvikling (SPU/SUP/RUM)							
		Nasjonal talent samling	Regionalt landslagsmiljø					
			NM15 (Bjørklund)		NM17			
Skole				VGS	VGS	VGS		
NHF sentralt		Nasjonal talent samling		Aldersbestemte landslag				
				U16 EM kvinner	U17 EM menn/VM kvinner	U18 EM kvinner/VM menn	U19 EM menn/VM kvinner	U20 VM menn

Fravær av koordinasjon og kommunikasjon

Jeg synes at skolen og klubben burde samarbeidet i stedet for at jeg skal planlegge dag for dag. Jeg har ikke mer enn en 10-30 min hjemme før jeg må dra på trening, og da vet jeg aldri om jeg skal trene med J18 eller elitelaget [som trener på forskjellige tidspunkt i to forskjellige haller]. Jeg vet ikke hvor eller når før skolen er ferdig.

(Spiller)



Bildene er tilfeldig valgte illustrasjoner.

Koordinasjon og kommunikasjon



Generelt så tror jeg skolehverdagen i altfor stor grad lever sitt eget liv, skoletrenerne kjører sitt eget løp, og det blir avskilt fra det som skjer i klubben. [...] Jeg har en på elitelaget nå som jeg også har på skolen. Det er mye lettere å finjustere hans treningshverdag enn for de som går på andre skoler.

(Elitetrener)

Å erfare motsetningsfulle krav

Det er vanskelig å få tid til alt! Når vi er på samling snakker de [trenerne] om at det er viktig at vi utvikler arbeidskapasitet, styrke osv. Det er bare det at midt i sesongen så er det jo masse håndball og da får du ikke tid til å trene alt. Det synes jeg er vanskelig [...] Jeg blir sliten. Når jeg endelig har en dag fri er jeg helt utslitt.

(Spiller)



Bildene er tilfeldig valgte illustrasjoner.

Alle aktører har sine egne interesser



Bildene er tilfeldig valgte illustrasjoner.

På en måte snakker NHF med to tunger: De snakker om helhetlig spillerutvikling, men når alt koker ned så er de fleste mest opptatt av resultatet. Ingen får en blomst på en trenersamling for en 8. plass [...] selv om du kan ha drevet godt utviklingsarbeid.

(Elitetrener)

Hvordan optimalisere talentutvikling i en norsk lagidrettsmodell?

- Ekstra utviklingstiltak må være "enten eller" **ikke** "både og"
- Ansvarliggjøring av spilleren må komme i **tillegg til** og ikke i **stedet for** god tilrettelegging
- Vi er alle oss selv nærmest



FOTO: ERIK SJØLØY

I klubben

- God intern koordinering og kommunikasjon
 - Prioriteringer mht kamp- og treningsarena
- Klubbtrenerne må bli målt utover resultatene
- **Balansere** langtids- og kortidsperspektiver
 - Individualisering er vanskelig(ere) fordi alle er gjensidig avhengig av hverandre



I skolen

- Tilpasset belastning
- **Komplementært** tilbud til klubbaktivitet
- Fristed for å utvikle individuelle ferdigheter og tid til å utvikle fysiske ferdigheter



I u-landshold og andre utviklingstiltak

- Konkurransestructuren er **dysfunksjonell**
- Utviklingstilbud må differensieres
- Bredde i rekruttering og oppmerksomme på relativt yngre utøvere
- Formell koordineringsfunksjon (for sentrale spillere)



Hvordan kan vi tilrettelegge for individuell
variasjon og tilpasning

...så flere og bedre unge lovende håndballspillere
kan være med på karusellen lenger?

...og det ikke bare blir et spørsmål om hvem som
tilfeldigvis er så heldig å overleve
ungdomshåndballen

Takk for oppmerksomheten!



Referanser

1. Henriksen, K. (2010). The ecology of talent development in sport. (PhD), University of Southern Denmark, Odense.
2. Ford, P. R., Ward, P., Hodges, N. J., & Williams, A. M. (2009). The role of deliberate practice and play in career progression in sport: the early engagement hypothesis. *High Ability Studies*, 20(1), 65-75.
3. Haugaasen, M., & Jordet, G. (2012). Developing football expertise: a football-specific research review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 5(2), 177-201.
4. Strachan, L., Côté, J., & Deakin, J. (2009). "Specializers" versus "samplers" in youth sport: Comparing experiences and outcomes. *The Sport Psychologist*, 23, 77-92.
5. MacNamara, Á., & Collins, D. (2015). Profiling, Exploiting, and Countering Psychological Characteristics in Talent Identification and Development. *Sport Psychologist*, 29(1), 73-81.

6. Côté, J. (1999). The Influence of the Family in the Development of Talent in Sport. *Sport Psychologist*, 13(4), 395-417.
7. Storm, L. K., Henriksen, K., & Krogh, C. M. (2012). Specialization pathways among elite Danish athletes: A look at the developmental model of sport participation from a cultural perspective. *International Journal of Sport Psychology*, 43(3), 199-222.
8. Wylleman, P., & Reints, A. (2010). A lifespan perspective on the career of talented and elite athletes: Perspectives on high-intensity sports. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20, 88-94.
9. Bailey, R., & Collins, D. (2013). The Standard Model of Talent Development and Its Discontents. *Kinesiology Review*, 2(4), 248-259.
10. Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets That Promote Resilience: When Students Believe That Personal Characteristics Can Be Developed. *Educational Psychologist*, 47(4), 302-314.

11. Gulbin, J., Weissensteiner, J., Oldenziel, K., & Gagné, F. (2013). Patterns of performance development in elite athletes. *European Journal of Sport Science*, 13(6), 605-614.
12. Collins, D., Macnamara, A., & McCarthy, N. (2016). Super champions, champions and almos: Important differences and commonalities on the rocky road. *Frontiers in Psychology*, 6.
13. Sánchez-Rodríguez, C., Grande, I., Sampedro, J., & Rivillagarcía, J. (2013). Is the date of birth an advantage/ally to excel in handball? *Journal of Human Sport & Exercise*, 8(3), 754-760.
14. Peterson, T. (2011). *Talangutveckling eller talangavveckling*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.
15. Hancock, D. J., Adler, A. L., & Côté, J. (2013). A proposed theoretical model to explain relative age effects in sport. *European Journal of Sport Science*, 13(6), 630-637.

16. Bjørndal, C. T., Ronglan, L. T., & Andersen, S. S. (2015). Talent development as an ecology of games: a case study of Norwegian handball. *Sport, Education and Society*, 1-14.