

## Overskrift 2.5 Karrierestøtte for idrettsutøvere

### 1. Definisjon

Karrierestøtte refererer til mekanismene som er satt på plass av en organisasjon for å tilby veiledning og muligheter for kompetanseutvikling. Spesifikt har karrierestøtteprogrammer for idrettsutøvere som mål å hjelpe dem med å gå over fra idrettskarrieren til andre jobbmuligheter og eller følge en dobbel karrierevei, enten innenfor eller utenfor idrettssektoren, ved å gi informasjon, råd, trening, økonomisk bistand eller annet former for støtte. Disse programmene bør organiseres eller koordineres på organisasjonsnivå og bør gi støtte til medlemsorganisasjonene.

Å finne en balanse mellom sport og utdanning/profesjonelle karrierer kan gi fordeler for individuelle idrettsutøvere. Det lærer dem verdifulle ferdigheter innen tidsstyring og prioritering, noe som gjør dem i stand til å utmerke seg på begge områder. Å satse på utdanning/en profesjonell karriere ved siden av idrett gir idrettsutøvere en sunn distraksjon og et annet fokus og bidrar til å utvide idrettsutøvernes identitet utover deres idrettskarriere, og reduserer risikoen for en identitetskrise når idrettskarrieren avsluttes. Videre, å engasjere seg i utdanning eller muligheter for utvikling av ferdigheter gjør det mulig for idrettsutøvere å forbedre sine eksisterende ferdigheter, utvikle viktige livsferdigheter og bli mer avrundede individer. Det utvider også deres sosiale nettverk utover idrettens grenser og forbedrer deres sysselsettingsutsikter ved å gi dem overførbare ferdigheter.

### 2. Ideell scenario

Organisasjonen forstår viktigheten av karrierestøtte for idrettsutøvere og tar det opp både i styret og idrettskommisjonen. En omfattende strategi er utviklet for å gi støtte til utøverne gjennom alle stadier av karrieren, inkludert overgangen fra idrettskarrieren til fremtidige sysselsettingsmuligheter. For å lette denne overgangen jobber organisasjonen ikke bare med idrettsutøverne, men har også utviklet samarbeid med institusjoner for videregående/tertiær utdanning, bedrifter, myndigheter og interessenter (f.eks. sponsorer) som tilbyr karrieremuligheter eller videreutdanning. Karriereovergang er et åpent tema i organisasjonen med regelmessig informasjon om mulighetene som tilbys av organisasjonen og utover for å være en konstant støtte og utvikler seg basert på tilbakemeldinger og behov fra idrettsutøvere.

### 3. Risikoer

- Fravær av støtte til idrettsutøvere kan føre dem til feil oppførsel eller vanskelige livssituasjoner (f.eks. på grunn av lang arbeidsledighetsperiode etter en idrettskarriere).
- Frafall på grunn av avgjørelse mellom idrettskarriere og akademisk/profesjonell karriere kombinert med manglende kunnskap om overgangsmuligheter.
- Uforberedte idrettsutøvere kan møte distraksjoner og redusert ytelse på grunn av uløste karriereproblemer, noe som påvirker deres konkurransefortrinn.
- Idrettsutøvere forblir mislykkede eller overbelastede ettersom deres sportskarrierer og profesjonelle karrierer ikke kan samkjøres og kombineres.

- Idrettsorganisasjoner risikerer omdømmeskade dersom de oppleves å neglisjere idrettsutøveres helhetlige utvikling og velvære.

#### 4. Instrumenter og nøkkelementer

Instrumenter	Nøkkelementer
<b>Idrettsutøvernes karriereprogram:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gi en plan i løpet av karrieren og for omstillingen.</li> <li>• Samarbeid med Idrettskommisjonen for kontinuerlig å matche karriereprogrammet til dagens behov.</li> <li>• Eksistens av planlegging etter karriere (f.eks. med sponsorer, utdanningsinstitusjoner, myndigheter) og e-læringsmuligheter i og utenfor organisasjonen.</li> <li>• Økonomisk støtte og stipendstøtte for å lette idrettsutøvernes utdanning og øke sysselsetting og doble karrieremuligheter.</li> <li>• Sørg for at idrettsutøvere er klar over alle eksisterende muligheter så vel som risikoen ved å ikke planlegge omdannelse eller livet etter karrieren.</li> <li>• Eksistensen av en offiser/ombudsmann/kommisjon for kontakt med idrettsutøvere og tidligere idrettsutøvere.</li> <li>• Tildel en person ansvarlig for doble karrierer, en karriererådgiver for idrettsutøvere, referanse for søknader fra idrettsutøvere.</li> </ul>

#### 5. Eksempler på god praksis

##### Eksempel «Athlete Career Program»

**Organisasjon:** Den franske olympiske komité (CNOSF)

**Beskrivelse:** Parcours Ambition Internationale (PAI) ble lansert i 2013 av den franske komiteen for internasjonal sport og deretter administrert av CNOSFs avdeling for internasjonale relasjoner fra mai 2015, og forbereder årlig rundt tjue franske idrettspersonligheter for internasjonale roller. Programmet inkluderer fire to-dagers seminarer, holdt både i Frankrike og i utlandet, som dekker ulike emner som er essensielle for å navigere i det internasjonale idrettslandskapet, som interkulturell kommunikasjon, økonomisk og strategisk analyse, sportsgeopolitikk, lobbyvirksomhet og forhandlinger, og europeisk sportspolitikk. Disse seminarene inneholder foredrag av anerkjente spesialister, eksperter og ledere fra den globale sports- og politiske arenaen. Deltakere, inkludert folkevalgte, ledere fra franske forbund og idrettsutøvere, drar nytte av personlig engelsktrening, avgjørende for internasjonalt engasjement. PAI fremmer et samarbeidsmiljø, og oppmuntrer til utveksling mellom deltakere og foredragsholdere. Siden oppstarten har nesten 250 personer fullført programmet, og mange har avansert til betydelige internasjonale stillinger. Hvert år mottar franske forbund og CNOSFs idrettsutøverkommisjon på høyt nivå en utlysning, med programmets seminarer planlagt å finne sted i mars, juni, september og desember.

**Ytterligere informasjon:** [The International Ambition Pathway | CNOSF \(franceolympique.com\)](https://www.franceolympique.com/en/ambition-pathway)

### Eksempel " Athletes Career Program"

**Organisasjon:** International Hockey Federation (FIH)

**Beskrivelse:** FIH har utviklet et FIH Hockey Academy som er et utdannings-, trenings- og ressurscenter for alle aktører involvert i Hockey. Målet er å skape en utdannet og profesjonell global hockeyarbeidsstyrke ved å foreslå en rekke programmer, ressurser og verktøy designet for å hjelpe organisasjoner og enkeltpersoner på alle nivåer. Akademiet er utviklet i samarbeid med eksterne interessenter med relevant kompetanse, Coach Logic og NottsSports.

The Athlete Education Framework har tre stadier, basert på idrettsutøvers deltakelsesreise fra igangsetting til etterkarriere og livslang læring. Det gir nettbasert e-læring, men også workshops og kurs både online og ansikt til ansikt.

**Ytterligere informasjon:** [Idrettsutøver \(fih.hockey\)](https://www.fih.hockey/)

### Eksempel «Athletes Career Program»

**Organisasjon:** Den internasjonale olympiske komité (IOC)

**Beskrivelse:** Den internasjonale olympiske komité (IOC) har etablert en omfattende strategi for å støtte idrettsutøvers utdanning og karriereutvikling både under og utover deres idrettskarriere. Sentralt i denne strategien er Athlete 365-fellesskapet, en plattform som samler alle IOC-aktiviteter og ressurser for idrettsutøvere og deres følge. To nøkkelinisiativer innenfor denne strategien fokuserer på å hjelpe idrettsutøvere i karriereoverganger. Først, i 2015, introduserte IOC "Athlete Learning"-plattformen, som tilbyr akademiske forelesninger, videoinnsikt, online live-arrangementer og et diskusjonsforum skreddersydd for idrettsutøvere, spesielt de som ofte reiser. Denne plattformen tilbyr ulike kurs, inkludert de om karriereovergang, ledelse av sportsbegivenheter og profesjonell sportsledelse, samt et forretningsakseleratorsenter for å hjelpe idrettsutøvere med å utforske karrieremuligheter og utvikle praktiske ferdigheter. For det andre har Athlete 365 Career+-programmet, utviklet i samarbeid med det globale menneskelige ressurselskapet Adecco, som mål å hjelpe idrettsutøvere med å forberede seg på og oppnå vellykkede karriereoverganger. Programmet er strukturert i fem trinn: Forbered, oppdage, forske, planlegge og implementere, veilede idrettsutøvere gjennom å forstå deres karriereutviklingsprosess, undersøke deres styrker, planlegge for suksess og tilegne seg de nødvendige ferdighetene. Dette programmet er aktivt implementert på både nasjonalt og internasjonalt nivå, og sikrer omfattende støtte for idrettsutøvere for å maksimere deres utdanning og jobbmuligheter.

**Ytterligere informasjon:**

[Læring \(olympics.com\)](https://olympics.com/læring)

[Atletkarriereportal \(olympics.com\)](https://olympics.com/atletkarriereportal)

### Eksempel «Athletes Career Program»

**Organisasjon:** Den polske olympiske komité

**Beskrivelse:** "Olympic Committees for Dual Careers" (OCDC) var et Erasmus+-finansiert prosjekt dedikert til å fremme doble karrierer blant eliteidrettsutøvere, og understreket viktigheten og mulighetene som doble karrierer gir. Prosjektet tar sikte på å utvikle støttemekanismer som hjelper eliteidrettsutøvere å

balansere sin idrettskarriere med sine pedagogiske sysler, og det tilbyr muligheter for idrettsutøvere til å oppdage lidenskaper og yrker utover idrett. Initiativet utstyret idrettsutøvere med viktige ferdigheter for sømløs overgang til arbeidsmarkedet etter sin idrettskarriere. OCDC-nettkurset for junioridrettsutøvere tilbyr veiledning om å administrere tidsplaner mellom utdanning og idrett, takle presset fra eliteprestasjon sammen med akademisk ansvar, skape en personlig merkevare, finne dobbel karrierestøtte og planlegge for fremtiden. For senioridrettsutøvere fokuserer kurset på bevisstgjøring om viktigheten av å forberede seg på livet etter idretten. Den gir strategier for å balansere eliteidrett med utdanning eller sysselsetting, identifiserer muligheter for voksenopplæring som er kompatible med idrettsutøvernes tidsplaner, og understreker viktigheten av å bygge et støttenettverk. I tillegg utdanner den idrettsutøvere om institusjonelle støtteprogrammer og merkevarestyring, avgjørende for å navigere etter atletiske karrierer.

#### Ytterligere informasjon:

[Olympiske komiteer for dobbel karriere – Polski Komitet Olimpijski](#)

[OCDC – Junior Athletes – SportAcademy](#)

[OCDC – Senioridrettsutøvere – SportAcademy](#)

#### Eksempel «Athletes Career Program»

**Organisasjon:** National Olympic Committee of Canada (COC)

**Beskrivelse:** I samarbeid med Deloitte lanserte den kanadiske olympiske komité (COC) Game Plan, et velvære- og overgangsprogram for idrettsutøvere med høy ytelse. Spilleplanen er utformet for å utstyre kanadiske idrettsutøvere med verktøy for å satse på fortrefelighet under og utover deres idrettskarrierer, og tilbyr en rekke psykiske helsetjenester. Støttet av Canadian Paralympic Committee (CPC) og Canadian Olympic and Paralympic Sport Institute Network (COPSI Network), har programmet som mål å redusere vanlige stressfaktorer og distraksjoner, slik at idrettsutøvere og trenere kan fokusere på topp ytelse. Game Plan-rådgivere er integrert i støtteam, som jobber sammen med idrettsforskere og prestasjonsekspertter. Programmet er strukturert rundt fem nøkkelelementer: Karriereledelse, som inkluderer et jobbbord med fleksible arbeidsmuligheter for idrettsutøvere; Network, et veiledningsinitiativ som knytter tidligere idrettsutøvere sammen med neste generasjon; Utdanning, som tilbyr spesialiserte opplæringsmuligheter og fleksible timeplaner; Ferdighetsutvikling, tilby konferanser om personlig og bedriftens merkevareledelse, offentlige taler og økonomisk planlegging; og helse, som sikrer tilgang til 24/7 psykisk helsestøtte og bevissthetstrening for mental helse.

**Ytterligere informasjon:** [Game Plan, Canadas Total Athlete Wellness Program \(mygameplan.ca\)](#)

## 6. Trinn til neste nivå

Til nivå 2 ★★ «Kommer frem»	Til nivå 3 ★★★ "Utvikler"	Til nivå 4 ★★★★ «Etablert»	Til nivå 5 ★★★★★ "Innebygd"
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diskuter, under et styremøte, de potensielle handlingene som din organisasjon kan sette i gang for å støtte idrettsutøveres karriereovergang.</li> <li>• Introduser grunnleggende informasjonsressurser og sporadiske veiledningsøktene for å hjelpe idrettsutøvere å forstå viktigheten av å balansere sport og andre karriereaktiviteter.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifiser en ekspert som kan være i kontakt med idrettsutøvere hvis de ber om støtte for karriereovergang.</li> <li>• Vedta en strategi for å gi støtte til en idrettsutøver som ønsker å følge et treningsprogram eller et utdanningsprogram.</li> <li>• Vurder fleksible treningsplaner (der det er aktuelt) og gi innledende ressurser som akademisk rådgivning i samarbeid med utdanningsinstitusjoner i området for å hjelpe idrettsutøvere med å administrere både idrett og akademisk/utdanning.</li> <li>• Vurder muligheten til å utvikle verktøy, workshops og seminarer for å</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vedta en utøvers program for å støtte deres aktiviteter etter karrieren, inkludert treningsøkter og utdanningsmuligheter og for å øke bevisstheten deres om emnet både under og etter utøvers idrettskarriere.</li> <li>• Engasjer idrettsutøverkommisjonen for å forbedre og fremme idrettsutøvers karriereprogram, med kommisjonsmedlemmer som også fungerer som mentorer for konkurrerende idrettsutøvere.</li> <li>• Gi opplæring til medlemmer av Idrettskommisjonen for å støtte dem i å veilede/rådgi idrettsutøvere om temaet.</li> <li>• Utvikle og implementere omfattende programmer for to karrierer ved å samarbeide med tilbydere av</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Foredle utøvers program for å støtte dem gjennom hele karrieren, inkludert ved å sette dem i direkte forbindelse med sponsorer og selskaper (direkte eller gjennom organiserte arrangementer, f.eks. Nettverksmesser) samt lage verktøy for å lette deres utvikling (f.eks. e- læring).</li> <li>• Etabler sterke partnerskap med skoler, universiteter og arbeidsgivere, og tilbyr skreddersydde planer for idrettsutøvere som inkluderer mentorskap, stipend og praksisplasser, og kontinuerlig forbedre programmer basert på tilbakemeldinger fra idrettsutøvere og utviklende behov.</li> <li>• Karrierestyringsprogrammer er tilgjengelige og tilgjengelige for idrettsutøvere for å maksimere deres utdanning og jobbmuligheter under og/eller etter deres idrettskarriere.</li> </ul>

	<p>lette utviklingen av idrettsutøveres overgang i løpet av karrieren. Dette kan dekke selvpodagelse, karriereutforskning, CV-skriving, jobbsøkningsstrategier, intervjuforberedelse og nettverksbygging .</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Samarbeid aktivt med Idrettskommissjonen for å utvikle en idrettsutøvers karriereprogram tilpasset deres behov, forventninger og erfaringer.</li> <li>• Fremme og distribuere eksisterende tilgjengelige ressurser fra NOC, National Federation, Continental Association, IOC, etc.</li> </ul>	<p>videregående og høyere utdanning (f.eks. skoler og universiteter) for å støtte kombinasjonen av atletisk trening og pedagogiske sysler. Dette inkluderer å tilby akademisk veiledning, karriereveiledning og opplæring i tidsstyring, samt å danne partnerskap med utdanningsinstitusjoner og arbeidsgivere for å sikre fleksible lærings- og arbeidsordninger.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se aktivt etter nye utviklingsmuligheter for personell. Gi en medarbeider eller annen representant for organisasjonen i oppgave å følge doble karrieremuligheter for idrettsutøvere og ha direkte kontakt med idrettsutøvere.</li> <li>• Gi nettverksmuligheter for idrettsutøvere med for eksempel interessenter eller utdanningsinstitusjoner for å få dem i kontakt med potensielle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utforsk andre muligheter for dobbel karrierestøtte (f.eks. økonomisk støtte) på myndighetsnivå eller nivå med europeiske eller internasjonale forbund.</li> <li>• Samarbeid med statlige arbeidsgivere for idrettsutøvere (f.eks. militær, politi, tollvesen) for å legge til rette for optimale trenings-/arbeidsforhold i løpet av utøvernes aktive karriere og for å lette overgangen til jobb etter karrieren.</li> </ul>
--	--	---	--



Support the Implementation of GOOD GOVERNANCE in Sport  
-Edition 2024-



Co-funded by  
the European Union

		fremtidige arbeidsgivere.	
--	--	---------------------------	--