

## Rubrik 2.5 Karriärstöd för idrottare

### 1. Definition

Karriärstöd avser de mekanismer som införts av en organisation för att erbjuda vägledning och möjligheter till kompetensutveckling. Specifikt syftar karriärstödsprogram för idrottare till att hjälpa dem att övergå från sina idrottskarriärer till andra jobb möjligheter och eller följa en dubbel karriärväg, vare sig inom eller utanför idrottssektorn, genom att tillhandahålla information, råd, utbildning, ekonomiskt stöd eller annat former av stöd. Dessa program bör organiseras eller samordnas på organisationsnivå och bör utöka stödet till medlemsorganisationerna.

Att hitta en balans mellan sport och utbildning/yrkeskarriär kan erbjuda fördelar för enskilda idrottare. Det lär dem värdefulla färdigheter i tidshantering och prioritering, vilket gör att de kan utmärka sig inom båda områdena. Att bedriva utbildning/professionell karriär vid sidan av idrott ger idrottare en sund distraktion och ett annat fokus och hjälper till att bredda idrottarnas identitet bortom sin idrottskarriär, vilket minskar risken för en identitetskris när deras idrottskarriär tar slut. Genom att engagera sig i utbildning eller kompetensutveckling kan idrottare förbättra sina befintliga färdigheter, utveckla viktiga livskunskaper och bli mer välavrundade individer. Det utökar också deras sociala nätverk utanför idrottens gränser och förbättrar deras anställningsmöjligheter genom att ge dem överförbara färdigheter.

### 2. Idealiskt scenario

Organisationen förstår vikten av karriärstöd för idrottare och tar upp det både inom styrelsen och idrottskommissionen. En omfattande strategi har utvecklats för att ge stöd till idrottarna under alla stadier av deras karriär, inklusive övergången från idrottskarriären till framtida anställningsmöjligheter. För att underlätta denna övergång arbetar organisationen inte bara med idrottarna utan har också utvecklat samarbeten med gymnasie-/högskoleinstitutioner, företag, myndigheter och intressenter (t.ex. sponsorer) som erbjuder karriärmöjligheter eller vidareutbildning. Karriärövergång är ett öppet ämne i organisationen med regelbunden information om möjligheter som erbjuds av organisationen och vidare för att vara ett ständigt stöd och utvecklas baserat på idrottares feedback och behov.

### 3. Risker

- Frånvaro av stöd till idrottare kan leda till missförhållanden eller svåra livssituationer (t.ex. på grund av en lång period av arbetslöshet efter en idrottskarriär).
- Avhopp på grund av beslut mellan idrottskarriär och akademisk/professionell karriär parat med bristande kunskap om övergångsmöjligheter.
- Oförberedda idrottare kan möta distraktioner och försämrade prestation på grund av olösta karriärproblem, vilket påverkar deras konkurrensfördelar.
- Idrottare förblir misslyckade eller överbelastade eftersom deras idrottskarriärer och professionella karriärer inte kan kombineras.

- Idrottsorganisationer riskerar skada på anseendet om de uppfattas som försummar idrottares holistiska utveckling och välbefinnande.

#### 4. Instrument och nyckelelement

Instrument	Nyckelelement
<b>Idrottarnas karriärprogram:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ge en plan under karriären och för omställningen.</li> <li>• Samarbete med Idrottskommissionen för att kontinuerligt matcha karriärprogrammet mot de aktuella behoven.</li> <li>• Förekomsten av planering efter karriären (t.ex. med sponsorer, utbildningsinstitutioner, myndigheter) och e-lärande möjligheter inom och utanför organisationen.</li> <li>• Ekonomiskt och stipendiestöd för att underlätta idrottares utbildning och öka sysselsättning och dubbla karriärmöjligheter.</li> <li>• Se till att idrottare är medvetna om alla befintliga möjligheter såväl som riskerna med att inte planera omställning eller livet efter karriären.</li> <li>• Förekomsten av en tjänsteman/ombudsman/kommission för kontakt med idrottare och före detta idrottare.</li> <li>• Tilldela en person som ansvarar för dubbla karriärer, en karriärrådgivare för idrottare, referens för ansökningar av idrottare.</li> </ul>

#### 5. Goda exempel

##### Exempel "Athletkarriärprogram"

**Organisation:** Franska olympiska kommittén (CNOSF)

**Beskrivning:** Parcours Ambition Internationale (PAI) lanserades 2013 av den franska kommittén för internationell idrott och leddes därefter av CNOSF:s avdelning för internationella relationer från maj 2015, och förbereder årligen ett tjugotal franska idrottspersonligheter för internationella roller. Programmet inkluderar fyra tvådagarsseminarier, som hålls både i Frankrike och utomlands, som täcker olika ämnen som är väsentliga för att navigera i det internationella idrottslandskapet, såsom interkulturell kommunikation, ekonomisk och strategisk analys, idrottsgeopolitik, lobbyverksamhet och förhandlingar och europeisk sportpolitik. Dessa seminarier innehåller föredrag av uppskattade specialister, experter och ledare från den globala sportarenan och den politiska arenan. Deltagare, inklusive förtroendevalda, chefer från franska förbund och idrottare, drar nytta av personlig engelsk utbildning, avgörande för internationellt engagemang. PAI främjar en samarbetsmiljö och uppmuntrar utbyte mellan deltagare och talare. Sedan starten har nästan 250 personer slutfört programmet, och många har avancerat till betydande internationella positioner. Varje år får franska förbund och CNOSF:s högnivåidrottares kommission en utlysning, med programmets seminarier planerade att äga rum i mars, juni, september och december.

**Ytterligare information:** [The International Ambition Pathway | CNOSF \(franceolympique.com\)](https://franceolympique.com)

### Exempel " Athletes Career Program"

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

**Beskrivning:** FIH har utvecklat en FIH Hockey Academy som är ett utbildnings-, tränings- och resurscenter för alla aktörer som är involverade i Hockey. Syftet är att skapa en utbildad och professionell global hockeyarbetskraft genom att föreslå en rad program, resurser och verktyg utformade för att hjälpa organisationer och individer på alla nivåer. Akademin har utvecklats i samarbete med externa intressenter med relevant expertis, Coach Logic och NottsSports.

The Athlete Education Framework har tre steg, baserade på idrottarens deltagande resa från initiering till efter karriär och livslångt lärande. Den tillhandahåller e-lärande online, men också workshops och kurser både online och ansikte mot ansikte.

**Ytterligare information:** [Atlet \(fih.hockey\)](http://fih.hockey)

### Exempel "Idrottarens karriärprogram"

**Organisation:** Internationella olympiska kommittén (IOC)

**Beskrivning:** Internationella olympiska kommittén (IOC) har upprättat en omfattande strategi för att stödja idrottarens utbildning och karriärutveckling både under och efter deras idrottskarriär. Centralt i denna strategi är Athlete 365-communityt, en plattform som samlar alla IOC-aktiviteter och resurser för idrottare och deras omgivningar. Två nyckeliniciativ inom denna strategi fokuserar på att hjälpa idrottare i karriärövergångar. Först, 2015, introducerade IOC plattformen "Athlete Learning", som erbjuder akademiska föreläsningar, videoinsikter, liveevenemang online och ett diskussionsforum anpassat för idrottare, särskilt de som ofta reser. Den här plattformen tillhandahåller olika kurser, inklusive de om karriärövergång, ledning av sportevenemang och professionell sportledning, samt en affärsacceleratornav för att hjälpa idrottare att utforska karriärmöjligheter och utveckla praktiska färdigheter. För det andra, programmet Athlete 365 Career+, utvecklat i samarbete med det globala personalföretaget Adecco, syftar till att hjälpa idrottare att förbereda sig för och uppnå framgångsrika karriärövergångar. Programmet är uppbyggt i fem steg: Förbered, upptäck, forska, planera och implementera, vägleder idrottare genom att förstå deras karriärutvecklingsprocess, undersöka deras styrkor, planera för framgång och skaffa de nödvändiga färdigheterna. Detta program genomförs aktivt på både nationell och internationell nivå, vilket säkerställer omfattande stöd för idrottare för att maximera deras utbildning och sysselsättningsmöjligheter.

**Ytterligare information:**

[Lärande \(olympics.com\)](http://olympics.com)

[Atletkarriärportal \(olympics.com\)](http://olympics.com)

### Exempel "Idrottarens karriärprogram"

**Organisation:** Polska olympiska kommittén

**Beskrivning:** "Olympiska kommittéer för dubbla karriärer" (OCDC) var ett Erasmus+-finansierat projekt tillägnad att främja dubbla karriärer bland elitidrottare, som betonade vikten och möjligheterna som dubbla karriärer ger. Projektet syftar till att utveckla stödmekanismer som hjälper elitidrottare att

balansera sin idrottskarriär med sina utbildningssysselsättningar, och det erbjuder möjligheter för idrottare att upptäcka sina passioner och yrken bortom idrotten. Initiativet utrustar idrottare med nödvändiga färdigheter för att sömlöst övergå till arbetsmarknaden efter sin idrottskarriär. OCDCs onlinekurs för juniora idrottare erbjuder vägledning om att hantera scheman mellan utbildning och sport, hantera pressen från elitprestationer tillsammans med akademiskt ansvar, skapa ett personligt varumärke, hitta dubbel karriärstöd och planera för framtiden. För senioridrottare fokuserar kursen på att öka medvetenheten om vikten av att förbereda sig för livet efter idrotten. Den tillhandahåller strategier för att balansera elitidrott med utbildning eller sysselsättning, identifierar vuxenutbildningsmöjligheter som är kompatibla med idrottarnas scheman och betonar vikten av att bygga ett stödnätverk. Dessutom utbildar den idrottare om institutionella stödprogram och varumärkeshantering, avgörande för att navigera i deras post-atletiska karriärer.

**Ytterligare information:**

[Olympiska kommittéer för dubbel karriär – Polski Komitet Olimpijski](#)

[OCDC – Junior Athletes – SportAcademy](#)

[OCDC – Senior Athletes – SportAcademy](#)

**Exempel "Idrottares karriärprogram"**

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

**Beskrivning:** I samarbete med Deloitte lanserade den kanadensiska olympiska kommittén (COC) Game Plan, ett högpresterande hälso- och övergångsprogram för idrottare. Spelplanen är utformad för att utrusta kanadensiska idrottare med verktyg för att sträva efter excellens under och efter sina idrottskarriärer, och erbjuder en rad mentalvårdstjänster. Med stöd av Canadian Paralympic Committee (CPC) och Canadian Olympic and Paralympic Sport Institute Network (COPSI Network), syftar programmet till att mildra vanliga stressorer och distraktioner, vilket gör det möjligt för idrottare och tränare att fokusera på toppprestationer. Game Plan-rådgivare är integrerade i supportteam som arbetar tillsammans med idrottsforskare och prestationsexperter. Programmet är uppbyggt kring fem nyckelelement: Karriärhantering, som inkluderar en jobbtavla med flexibla arbetsmöjligheter för idrottare; Network, ett mentorskapsinitiativ som länkar före detta idrottare med nästa generation; Utbildning, erbjuder specialiserade utbildningsmöjligheter och flexibla klassscheman; Kompetensutveckling, tillhandahållande av konferenser om personlig och företags varumärkeshantering, offentliga tal och finansiell planering; och hälsa, vilket säkerställer tillgång till mental hälsostöd dygnet runt och utbildning för mental hälsa.

**Ytterligare information:** [Game Plan, Kanadas Total Athlete Wellness Program \(mygameplan.ca\)](#)

## 6. Steg till nästa nivå

Till nivå 2 ★★ "Upptår"	Till nivå 3 ★★★ "Framkallning"	Till nivå 4 ★★★★ "Etablerad"	Till nivå 5 ★★★★★ "Inbäddad"
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diskutera, under ett möte i styrelsen, de potentiella åtgärder som din organisation kan sätta igång för att stödja idrottares karriärövergång.</li> <li>• Introducera grundläggande informationsresurser och enstaka vägledningssessioner för att hjälpa idrottare att förstå vikten av att balansera sport och andra karriärsysselsättningar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifiera en expert som kan vara i kontakt med idrottare om de ber om stöd för sin karriärövergång.</li> <li>• Anta en strategi för att ge stöd till en idrottare som vill följa en träning eller ett utbildningsprogram.</li> <li>• Överväg flexibla träningsprogram (där tillämpligt) och tillhandahåll inledande resurser som akademisk rådgivning i samarbete med utbildningsinstitutioner i området för att hjälpa idrottare att hantera både sport och akademiker/utbildning.</li> <li>• Överväg möjligheten att utveckla verktyg, workshops och seminarier för att underlätta utvecklingen av idrottares övergång under sina karriärer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anta en idrottares program för att stödja deras aktiviteter efter karriären, inklusive träningspass och utbildningsmöjligheter och för att öka deras medvetenhet om ämnet både under och efter idrottarens idrottskarriär.</li> <li>• Engagera Idrottskommissionen för att förbättra och främja idrottarens karriärprogram, med kommissionsmedlemmar som också fungerar som mentorer för tävlande idrottare.</li> <li>• Ge utbildning till medlemmar av Idrottskommissionen för att stödja dem i att vägleda/rådge idrottare i ämnet.</li> <li>• Utveckla och implementera omfattande program med dubbla karriärer genom att samarbeta med leverantörer av gymnasieutbildning och högre utbildning (t.ex. skolor och universitet) för att stödja kombinationen av</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Förfina idrottares program för att stödja dem under hela karriären, inklusive genom att sätta dem i direkt anslutning till sponsorer och företag (direkt eller genom organiserade evenemang, t.ex. Nätverksmässor) samt skapa verktyg för att underlätta deras utveckling (t.ex. e-inläring).</li> <li>• Etablera starka partnerskap med skolor, universitet och arbetsgivare, erbjuda skräddarsydda planer för idrottare som inkluderar mentorskap, stipendier och praktikplatser, och kontinuerligt förbättra program baserat på idrottares feedback och förändrade behov.</li> <li>• Karriärledningsprogram är tillgängliga och</li> </ul>

	<p>Detta kan omfatta självupptäckt, karriärforskning , CV-skrivande, jobbsökningsstrategier, intervjuförberedelser och nätverkande.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Samarbeta aktivt med Idrottskommissionen för att utveckla en idrottares karriärprogram anpassat efter deras behov, förväntningar och erfarenheter.</li> <li>• Marknadsför och distribuera befintliga tillgängliga resurser från NOC, National Federation, Continental Association, IOC, etc.</li> </ul>	<p>atletisk träning och utbildningssystem. Detta inkluderar att erbjuda akademisk handledning, karriärrådgivning och utbildning i tidshantering, samt att bilda partnerskap med utbildningsinstitutioner och arbetsgivare för att säkerställa flexibla lärande- och arbetsarrangemang.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leta aktivt efter nya utvecklingsmöjligheter för personal. Ge en anställd eller annan representant för din organisation uppgiften att följa dubbla karriärmöjligheter för idrottare och ha direktkontakt med idrottare.</li> <li>• Ge nätverksmöjligheter för idrottare med till exempel intressenter eller utbildningsinstitutioner för att få dem i kontakt med potentiella framtida arbetsgivare.</li> </ul>	<p>tillgängliga för idrottare, för att maximera deras utbildning och anställningsmöjligheter under och/eller efter deras idrottskarriär.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utforska andra möjligheter för dubbla karriärstöd (t.ex. ekonomiskt stöd) på myndighetsnivå eller nivå med europeiska eller internationella förbund.</li> <li>• Samarbeta med statliga arbetsgivare för idrottare (t.ex. militär, polis, tull) för att underlätta optimala tränings-/arbetsförhållanden under idrottarnas aktiva karriär och för att underlätta övergången till anställning efter karriären.</li> </ul>
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------