



Mental trener Stein Kvalheim er opptatt av positivitet. Der har han forandret litt av kulturen i Strømsgodset, ifølge hovedtrener Ronny Deila. Han mener Kvalheims tilstedeværelse har gjort SIF til et bedre lag.

Den mentale effekten som har gjort Strømsgodset til et bedre lag

For et halvt år siden la han hodet sitt på et fat og garanterte suksess. Ronny Deila mener SIFs mentale trener Stein Kvalheim har holdt ord.



AV: MAGNE J. NILSEN

PUBLISERT 14.11.2009 00:00

SIST OPPDATERT 14.11.2009 00:00

DRAMMEN: – 70 prosent av fotball dreier seg om mentale ting, mener Deila.

Derfor tok han grep tidligere i sesongen og hentet inn Stein Kvalheim som mental trener.

Den Slemmestad-baserte moldenseren har tidligere jobbet i klubber som blant annet Stabæk og Mjøndalen, men fra mai har han hatt fullt fokus på Strømsgodset.

Overfor Drammens Tidende lovet Kvalheim gode resultater, og han garanterte at SIF ville utvikle seg til å bli et enda bedre lag.

- Jeg var stor i kjeften, men det var en tanke bak det jeg sa den gangen. Hvis vi sier at vi kan bli bedre så blir det til slutt sannhet i det, mener Kvalheim.

Har veldig tro på det han gjør

Ronny Deila mener Kvalheims inntreden har hatt stor betydning for

Strømsgodset.

– Det går mye på hvor offensiv han er. Stein har veldig tro på seg selv og det han gjør. Han er også en veldig positiv person og han ser positivt på andre mennesker. Akkurat der har han forandret litt av kulturen i Strømsgodset. Han klarer hele tiden å få ting til å være positivt, og positivitet får folk til å vokse. Det er en av grunnene til at vi har vært så stabile i høstsesongen, sier Deila.

Han trekker også fram Kvalheims evne til å bevisstgjøre spillergruppen.

– Stein har fått spillerne til å tenke mer riktig, og det har gjort dem til bedre fotballspillere, konkluderer Deila.

LES OGSÅ: Treningskampene klare

Flinkere til å bruke energi

Men den aller viktigste jobben til Kvalheim er den han har gjort med trenerteamet.

– Det dreier seg om tydeliggjøring av våre roller og arbeidsoppgaver. Nå er vi flinkere til å bruke energien vår til å gjøre helheten bedre, sier Deila.

Han vet at mental trening er omdiskutert, men mener kritikerne utviser uvitenhet.

– 70 prosent av fotball dreier seg om mentale ting, og derfor er det rart at det ikke prioriteres mer. Ikke alle klarer alt selv, sier Deila.

Stein Kvalheim har sett stor fremgang i løpet av sine seks måneder i SIF.

– **Alle har utviklet seg. Både spillere, trenere, støtteapparat og meg selv. For meg er suksess når vi som gruppe utvikler oss sammen,** sier Kvalheim.

Skepsis

– Hvor mye ære skal du selv ha?

– Jeg har gjort min del, men min del er ikke noe viktigere enn andre deler. Den er like viktig, svarer SIFs mentale trener.

– Har du opplevd skepsis blant spillerne?

– Selvsagt kan noen være skeptiske. Men jeg opplever dem som veldig profesjonelle og lydhøre. Og når spillerne ser resultater hos andre blir de mer åpne selv, svarer Kvalheim, som understreker av at han føler veldig støtte i klubben for det han gjør.

– Hva er mental trening?

– Mental trening handler om at spillerne ikke skal tenke for mye på banen. Jeg skal lette forutsetningene for spillerne, og jeg skal være en del av det rammeverktøyet som gjør at de presterer bedre på banen, sier Stein Kvalheim.

LES OGSÅ: Varige påvirkninger
