

# **Glede i idrett: En scoping review om idrettsglede i den organiserte barne- og ungdomsidretten**

CHRISTIAN KARLSRUD

## VEILEDERE

Bjørn Tore Johansen & Bård Erlend Solstad

**Universitetet i Agder, 2021**

Fakultet for helse- og idrettsvitenskap

Institutt for idrettsvitenskap og kroppsøving

Master

## Forord

Denne masteroppgaven markerer slutten på totalt seks år med studier. Helt siden jeg begynte å studere, har jeg alltid hatt som mål å bli lektor, og å fullføre denne masteroppgaven gjør at jeg oppnår dette målet. Å skrive denne masteroppgaven har både vært en lærerik og en utfordrende prosess. Det har gitt meg kunnskap og erfaringer som jeg kommer til å ha nytte av videre i karrieren som idrettslærer og fotballtrener.

Jeg ønsker å takke hovedveileder Bjørn Tore Johansen og biveileder Bård Erlend Solstad, både for introduksjon til oppgavens tema og veiledning underveis i arbeidet. Dere besitter mye kunnskap som jeg har fått glede av å kunne dra nytte av. Jeg vil også rette en takk til Ellen Sejersted som har hjulpet meg med søkeprosessen.

Mine kolleger på idrettslinja på Kristiansand Katedralskole Gimle fortjener også en takk for den støtten de har gitt meg i skriveprosessen. Dere har gitt meg inspirasjon og motivasjon til å jobbe med oppgaven.

Til slutt ønsker jeg også å takke familie og venner for at dere har korrekturlest oppgaven og kommet med konstruktive innspill underveis.

Kristiansand, mai 2021

Christian Karlsrud

## Sammendrag

Studier på idrettsglede har vist at begrepet fører til økt motivasjon og at barn og unge blir værende i den organiserte idretten. Forskningen har også vist at idrettsglede kan oppleves fra forskjellige kilder. På bakgrunn av disse funnene var formålet med denne studien å videreføre forskningen ved å gjennomføre en sammenfatning av den eksisterende litteraturen.

Problemstillingen til denne studien var å undersøke hva litteraturen sier om idrettsglede i organisert barne- og ungdomsidrett i tidsrommet 1980 til 2020.

Denne studien ble gjennomført som en scoping review og fulgte forskningsmetoden til Arksey og O'Malley (2005). studiene ble identifisert ved å gjennomføre databasesøk i tre databaser; SPORTDiscus, APA PsycINFO og MEDLINE. Totalt ble 2264 studier identifisert gjennom databasesøkene, der totalt 32 studier ble inkludert i analysen. Resultatene fra studiene viste at opplevelsen av idrettsglede i barne- og ungdomsidrett kan blant annet komme fra opplevd kompetanse, ekstern støtte, mestringsorientert læringsmiljø, opplevd mestring, positiv kohesjon og høy innsats.

Resultatene fra denne studien indikerer at idrettsglede i barne- og ungdomsidrett øker motivasjonen, idrettsengasjementet, innsatsen og forbedrer prestasjonen. Basert på resultatene i denne studien ble det også utviklet en modell for kildene til og utfallene av idrettsglede. Funnene fra denne studien konkluderte videre med at de viktigste kildene til idrettsglede er opplevd kompetanse, ekstern støtte og mestringsorientert læringsmiljø. Studien avdekket at det viktigste utfallet av idrettsglede er at begrepet øker sannsynligheten for at barn og unge blir værende i idretten.

Nøkkelord: Gøy, Idrett, Idrettsglede, Motivasjon, Scoping review

## Abstract

Previous studies on enjoyment in sport have shown that the term leads to increased motivation and continued participation in organized sport. Research has also demonstrated that enjoyment in sport can be experienced from different sources. Based on these findings, the purpose of this study was to continue the research on the subject by conducting a summary of the existing literature. The research question that framed this study was to investigate what the literature has found about enjoyment in children's and youth sports in the timeframe 1980 to 2020.

The study was conducted as a scoping review and followed the research method of Arksey and O'Malley (2005). The studies were identified by conducting database searches in three databases; SPORTDiscus, APA PsycINFO and MEDLINE. 2264 studies were identified through the database search, where a total of 32 were included in the analysis. The results showed that the experience of enjoyment in children's and youth sports can come from perceived competence, external support, mastery climate, experience mastery, positive cohesion and high effort also showed to increase the experience of enjoyment in sports.

Present study showed that enjoyment in children's and youth sports increases motivation, sports commitment, effort and improves performance. Based on the results of this study, a model was also developed for the sources and outcomes of enjoyment in sports. The findings concluded that the most important sources of enjoyment in sports are perceived competence, external support, and a mastery climate. The study revealed that the most important outcome of enjoyment in sports is that the term increases the likelihood of children and young people staying in sports.

Keywords: Enjoyment, Fun, Sport, Motivation, Scoping review

## Innholdsfortegnelse

Introduksjon .....	6
Teori .....	9
Organisert idrett.....	9
Idrettsglede .....	9
Kilder til idrettsglede.....	10
Utfall av idrettsglede .....	12
Sport Commitment Model.....	13
Motivasjon og idrettsglede .....	14
Selvbestemmelsesteori .....	15
Selvbestemmelsesteorien og idrettsglede.....	15
Målorienteringsteorien og idrettsglede.....	16
Metode.....	17
Valg av metode.....	17
Scoping review .....	18
Steg 1: Identifisere forskningsspørsmålet .....	19
Steg 2: Identifisere relevante studier .....	19
Steg 3: Utvelgelse av studier .....	21
Steg 4: Kartlegge dataene.....	24
Steg 5: Sortere, oppsummere og rapportere resultater .....	25
Etiske betraktninger.....	26
Diskusjon av metode .....	26
Studiedesign .....	26
Identifisere relevante studier .....	27
Utvelgelsesprosessen.....	28
Kvalitetsvurdering .....	29
Sortere, oppsummere og rapportere resultater .....	29
Oppsummering av styrker og begrensninger .....	29
Referanser.....	31
Artikkel.....	41
Vedlegg .....	78

## Introduksjon

I Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) sine satsingsområder fremgår det at «idretten skal stimulere til livslang idrettsglede slik at nye barn, ungdom og voksne rekrutteres, og at flest mulig fortsetter lengst mulig, uavhengig av alder, ambisjoner og ferdighetsnivå» (NIF, u.å.a, s. 2). I kronikken til Bjarte Myrhol og Eirik Øiestad (2019) drøftet de at barneidretten i Norge har hatt et mindre søkelys på lek, og det å ha det gøy i idretten sin. Kronikken trekker også frem at barneidrett har blitt mer spesialisert og mer alvorspreget (Myrhol & Øiestad, 2019). Et slikt fokus motarbeider visjonen til NIF om å skape idrettsglede for alle (Myrhol & Øiestad, 2019).

Tall fra NIF viser at det finnes nesten to millioner aktive utøvere som er organisert i idrettslag i Norge, der over halvparten av disse er barn og unge i alderen 6-19 år (NIF, 2020). Tallene fra barne- og ungdomsidretten viser også at det er nesten 400.000 jenter som deltar i organisert idrett, mens det er over 450.000 gutter som deltar i organisert idrett. Disse guttene og jentene har naturlig nok ulike ambisjoner med idretten, og de har også ulike grunner til at de driver med idrett (Giske et al., 2013). Hvert år er det flere barn og unge som velger å slutte med idretten sin (Enoksen, 2002; Ingebrigtsen, 2012; NIF, 2020). Generelt sett skyldes frafall i barne- og ungdomsidretten ulike årsaker, og mangel på idrettsglede får en del av skylden for dette frafallet (McCarthy et al., 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015). I 2020 var det mange barn og unge som valgte å slutte med idrett på grunn av utfordringer knyttet til koronapandemien (Norges Fotballforbund, 2020). Om dette frafallet skyldes mangelen på idrettsglede er usikkert (Norges Fotballforbund, 2020).

NIF ønsker å skape idrettsglede for alle, som er naturlig med tanke på at forskning fastslår hvilke positive effekter det har på barn og unge (McCarthy et al., 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015). Det kommer frem av ulike studier at den viktigste grunnen til at barn og unge driver med idrett er at de synes det er gøy å delta, og at det skaper idrettsglede

(McCarthy et al., 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015). Mangel på idrettsglede er sett på som en viktig faktor for at barn og unge velger å slutte med idretten sin (Jaakkola et al., 2014; Visek et al., 2015).

Det å få barn og unge til å delta i idrett er viktig av flere grunner. Forskning har vist at dette gir positive effekter både for individet og for samfunnet (Helsedirektoratet, 2014; Malm et al., 2019). En viktig grunn som trekkes frem, er helseaspektet. Dette fordi deltagelse i idrett fører til at befolkningen holder seg fysisk aktive (Helsedirektoratet, 2014; Malm et al., 2019; Mutrie & Faulkner, 2004; Ommundsen, 2000). Fysisk aktivitet har vist å gi en positiv effekt både på det fysiologiske og det psykologiske systemet (Helsedirektoratet, 2008; Mutrie & Faulkner, 2004; Ommundsen, 2000). Idrettsdeltakelse fører også til at barn og unge videreutvikler sine sosiale ferdigheter (Malm et al., 2019). Det vurderes derfor viktig å forske videre på hva som kan gjøre at barn og unge blir værende i idretten sin, slik at flest mulig fortsetter å holde seg i fysisk aktivitet (Helsedirektoratet, 2008).

Det å opprettholde motivasjonen til barn og unge er essensielt for at de skal fortsette med idretten (Deci & Ryan, 2017; Vallerand, 1997). Det kan være flere årsaker til at barn og unge har mangel på motivasjon, men en årsak som flere studier trekker frem, er mangel på idrettsglede og det å ha det gøy i idretten (McCarthy, et al., 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015; Visek et al., 2019). Å opprettholde barn og unges opplevelse av idrettsglede er derfor av stor betydning for at de videre ønsker å delta i idretten (McCarthy et al., 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015; Visek et al., 2019). Forskning har vist at opplevelsen av idrettsglede og det å ha det gøy, fører til at barn og unge føler seg trygge i idretten sin, blant annet ved at de får bedre samarbeid med jevnaldrende og at de mestrer nye ferdigheter (Tjomsland et al., 2016).

I rapporten til Helsedirektoratet (2008) fremkommer det at barn blir mindre fysisk aktive når de kommer i ungdomsalder. Tall fra rapporten til Ingebrigtsen (2012) viste at over

halvparten av de som deltok i barneidrett, sluttet med idretten sin i overgangen til ungdomsidrett. Studier viser at frafallet ofte skyldes ungdommenes opplevelse av egen kompetanse (Crane & Temple, 2015; Ingebrigtsen, 2012; Quested et al., 2013; Sæther, 2017). Selektionsprosessen som skjer i ungdomsidretten, får også mye av skylden for dette frafallet (Ingebrigtsen, 2012; Sæther, 2017). Studien til Scanlan og Lewthwaite (1986) viste at yngre barn opplever høyere grad av idretts glede enn det ungdom gjør, og at opplevelsen av idretts glede synker med økende alder. Dette kan være med på å forklare noe av frafallet som skjer i ungdomstiden (Crane & Temple, 2015; Ingebrigtsen, 2012; Helsedirektoratet, 2008; Quested et al., 2013; Scanlan & Lewthwaite, 1986; Sæther, 2017).

Ulike studier har vist at gutter er mer fysisk aktive enn jenter, og at en større andel gutter deltar i organisert idrett sammenliknet med jenter (Mechelen & Armstrong, 2008; Strandbu & Bakken, 2007). Det finnes riktignok flere grunner som kan forklare dette begrepet, og opplevelsen av idretts glede kan være en mulig forklaring (Strandbu & Bakken, 2007).

Det foreligger noe forskningslitteratur som omhandler opplevelsen av idretts glede og som har undersøkt kildene til og utfallene av dette begrepet (Gardner et al., 2016; McCarthy et al., 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2019; Wiersma, 2001). På bakgrunn av disse funnene er formålet med denne studien å videreføre forskningen på temaet ved å gjennomføre en sammenfatning av den eksisterende litteraturen. En systematisk sammenfatning av litteraturen vil sørge for en dypere forståelse, samtidig som det vil gi oversikt over hva den eksisterende litteraturen sier om begrepet idretts glede. Problemstillingen for denne studien vil derfor være å undersøke hva litteraturen sier om temaet idretts glede i organisert barne- og ungdomsidrett i tidsrommet 1980 til 2020. Etter et vanskelig år for den organiserte idretten i 2020 er det viktig å se om opplevelsen av idretts glede kan forhindre fremtidige frafall i barne- og ungdomsidrett.



## Teori

I denne delen vil det teoretiske grunnlaget for denne studien bli presentert. Først vil begrepene organisert idrett og idrettsglede kort bli definert. Deretter vil ulike motivasjonsteorier og modeller som forklarer idrettsglede og som påvirker idrettsglede gjennomgås.

### Organisert idrett

*Organisert idrett* er en av de mest populære formene for fysisk aktivitet (Trembley et al., 2014). I Norge defineres organisert idrett som all organisert aktivitet som foregår i regi av et ordinært idrettslag (NIF, 2020). Ifølge Eime et al. (2013) finnes det ingen klar definisjon på begrepet organisert idrett internasjonalt. Det finnes likevel noen fellestrekk som går igjen. De fellestrekkene som går igjen er at det må være fysisk aktivitet, i regi av et idrettslag, og at det gjerne er konkurransepreget (Eime et al., 2013). Denne studien vil derfor definere organisert idrett som «fysisk aktivitet som foregår i regi av et idrettslag».

### Idrettsglede

I litteraturen brukes begrepene *enjoyment* og *fun* om hverandre, uten noen klar definisjon på hva de ulike begrepene innebærer (Kimiecik & Harris, 1996). I den norske litteraturen på dette temaet blir «glede» og «gøy» ofte brukt når disse begrepene oversettes (Ingebrigtsen & Aspvik, 2015). Ifølge Visek et al. (2017) bruker barn oftere begrepet «gøy», mens de fleste forskningsstudiene benytter seg heller av «glede» (McCarthy et al., 2008; Scanlan & Lewthwaite, 1986; Wankel & Kreisel, 1985). NIF (u.a.b) benytter seg av idrettsglede for å beskrive dette begrepet, og denne studien vil derfor benytte seg av ordet «idrettsglede».

Det finnes flere definisjoner av idrettsglede. Scanlan og Lewthwaite (1986) var ett av de første studiene som definerte begrepet. Denne definisjonen har senere blitt revidert av Scanlan og Simons (1992) til “a positive affective response to sport experience that reflects

feelings and/or perceptions such as pleasure, liking, and experienced fun” (s. 202-203).

Kimiecik og Harris (1996) sin studie forsøkte å utarbeide en felles definisjon på idrettsglede.

De definerer idrettsglede som «an optimal psychological state (i.e., flow) that leads to performing an activity primarily for its own sake and is associated with positive feeling states” (Kimiecik & Harris, 1996, s. 259). Disse to definisjonene kan virke ganske like, men har noen vesentlige forskjeller. Scanlan og Simons (1992) beskriver idrettsglede som *en positiv affektiv respons*, mens Kimiecik og Harris (1996) beskriver det som *en gunstig psykologisk tilstand*. For å få en bedre forståelse av denne forskjellen, er det vesentlig å avklare begrepet *flyt*.

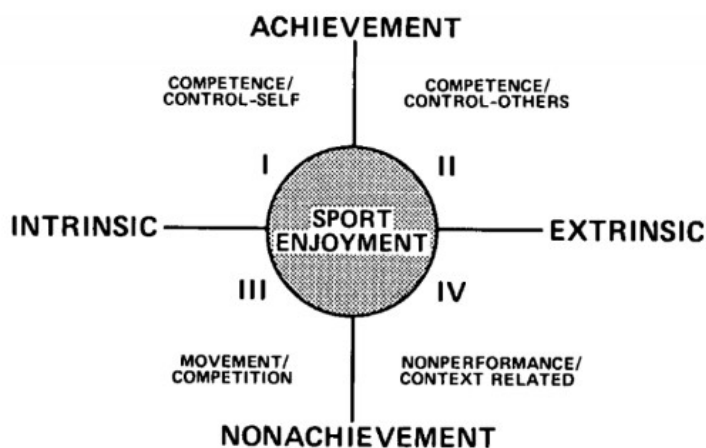
Flyt kan defineres som «a positive experiential state, occurs when the performer is totally connected to the performance, in a situation where personal skills equal required challenges» (Jackson & Marsh, 1996, s. 17). Flyt er nært knyttet til begrepet glede, og begrepene har tidligere blitt brukt om hverandre (Csikszentmihalyi, 1985; Kimiecik & Harris, 1996). Tidlig i forskningen til Csikszentmihalyi (1975) ble glede brukt for å beskrive begrepet flyt. Kimiecik og Harris (1996) trekker frem sammenligninger mellom begrepene, og definerer idrettsglede som en form for flytsone som individet kommer inn i. Selv om studien til Kimiecik og Harris (1996) utarbeidet en egen definisjon på idrettsglede, er det definisjonen til Scanlan og Simons (1992) som i dag blir mest benyttet i forskningslitteraturen (McCarthy et al., 2008; Tjomsland et al., 2016). Siden de fleste studiene har benyttet seg av Scanlan og Simons (1992) sin definisjon, vil også denne studien benytte seg av deres definisjon.

### **Kilder til idrettsglede**

Opplevelsen av idrettsglede kan komme fra forskjellige kilder (McCarthy et al., 2008; Scanlan et al., 1993a; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015; Visek et al., 2019). Forskning har vist at de ulike kildene har forskjellig påvirkningskraft på opplevelsen av idrettsglede (McCarthy et al, 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015; Visek et a., 2019). Wankel

og Kreisel (1985) produserte en av de første studiene som forsket på kildene til idrettsglede. Deres studie trekker frem at spenningsopplevelse av idretten, personlige prestasjoner som forbedrer egne ferdigheter, og det å bruke ferdighetene sine var de viktigste kildene til idrettsglede. Studien til Wankel og Kreisel (1985) viste at de indre faktorene hadde større påvirkning på opplevelsen av idrettsglede enn det de ytre faktorene hadde. Denne studien var med på å danne grunnlaget for den videre forskningen på dette temaet (McCarthy et al., 2008).

Studien til Scanlan og Lewthwaite (1986) forsøkte også å belyse kildene til idrettsglede. I motsetning til studien til Wankel og Kreisel (1985) forsøkte Scanlan og Lewthwaite (1986) også å undersøke hvilken grad av påvirkning trenere og foreldre har på idrettsglede. Deres studie utviklet en modell (se Figur 1 til høyre) for kildene til



idrettsglede (Scanlan & Lewthwaite, 1986). Denne modellen viste at

**Figur 1.** Kilder til idrettsglede (Scanlan & Lewthwaite, 1986, s. 33).

opplevelsen av idrettsglede kan deles inn i fire ulike felt, der man skiller mellom indre faktorer og ytre faktorer, samt prestasjonsrelaterte og ikke- prestasjonsrelaterte. De fire ulike feltene er beskrevet nedenfor:

- Felt 1: I feltet for *indreoppnåelse* er det opplevd kompetanse og målorientering som er kildene til idrettsglede.
- Felt 2: I feltet for *ytreoppnåelse* er det opplevd kompetanse i forhold til andre som er kilden til idrettsglede.

- Felt 3: I feltet for *indre ikke- oppnåelse* er det bevegelse og konkurransespenning som er sett på som kildene.
- Felt 4: I feltet for *ytre ikke- oppnåelse* er det tilhørighet med jevnaldrende som er kilden til idrettsglede.

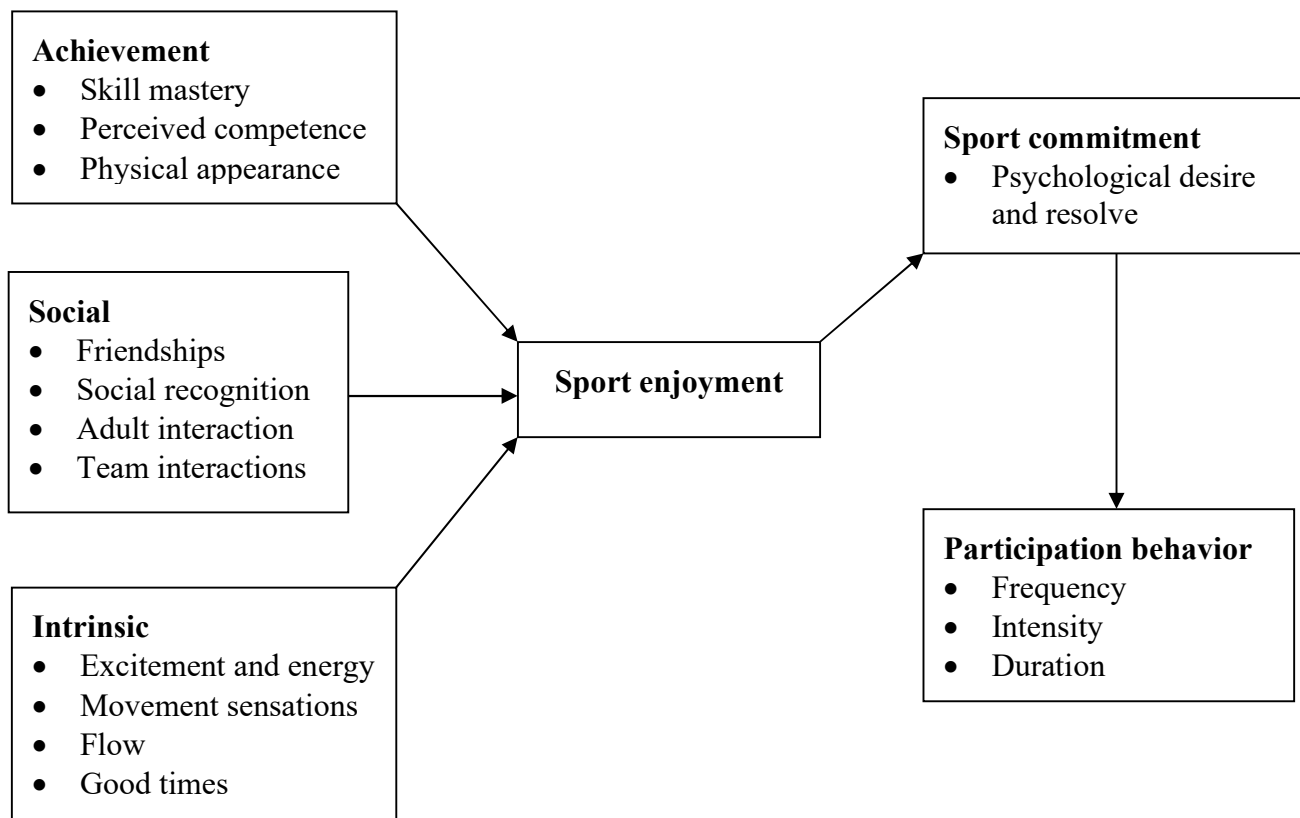
Denne modellen ble videreutviklet av Wiersma (2001) som tilførte ytterligere to kilder; innsats og positiv foreldrestøtte.

I de senere årene har Visek et al. (2015) undersøkt kildene til opplevelsen av det å ha det gøy i idrett, og har ut ifra sine funn utviklet et eget teoretisk rammeverk kalt *Fun Integration Theory* (FIT). Teorien dreier seg blant annet om å forklare de ulike kildene til å oppnå opplevelsen av å ha det gøy i idrett (Visek et al., 2015). Ifølge FIT kan gøy komme fra elleve ulike hovedfaktorer. Disse er positiv veiledning, positiv lagdynamikk, ekstern positiv støtte, vise god sportsånd, innsats, lære og forbedre seg, deltakelse i kamper/ konkurranser, deltakelse på treninger, lagkamerater, lagritualer, kulhet og mentale bonuser (Visek et al., 2015). Nyere forskning har vist at innsats er den faktoren som gir høyest opplevelse av gøy i idrett blant barn og unge, tett etterfulgt av positiv lagdynamikk (Visek et al., 2019).

### **Utfall av idrettsglede**

Flere studier har undersøkt hvilken påvirkning idrettsglede har på barn og unge. Forskningslitteraturen har vist at idrettsglede er hovedgrunnen til at barn og unge velger å fortsette med idretten sin og at det fører til færre frafall fra idretten (McCarthy et al., 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015; Visek, et al., 2019). Idrettsglede er en viktig bidragsyter til at barn og unge blir engasjert i idrett (Scanlan et al., 1993b). Adachi og Willoughby (2014) sin studie undersøkte sammenhengen mellom selvtillit og opplevelsen av idrettsglede, og hvordan de påvirket hverandre over tid. De fant ut at høy opplevelse av idrettsglede økte selvtilliten til ungdom, og at ungdom med høy selvtillit hadde større opplevelse av idrettsglede enn de med lav selvtillit (Adachi & Willoughby, 2014).

Weiss og Amrose (2008) presenterte i sin studie en modell som viser en oversikt over kildene til og utfallene av idretts glede. Modellen er presentert under i Figur 2. Modellen viser også sammenhengen mellom idretts glede og idretts engasjement (Weiss & Amrose, 2008). Ifølge modellen er boksene til venstre kildene til idretts glede, mens boksene til høyre er utfallene av idretts glede (Weiss & Amrose, 2008).

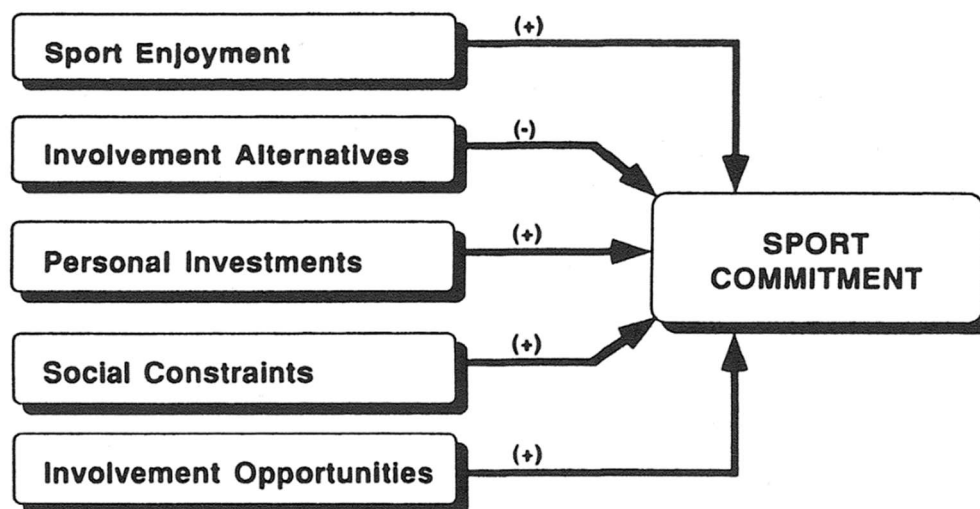


**Figur 2.** Oversikt over kilder til og utfall av idretts glede (Weiss & Amrose, 2008, s 151).

### **Sport Commitment Model**

*Sport Commitment Model* er en modell som er utviklet av Scanlan et al. (1993b), som viser kildene til *idretts engasjement*. Idretts engasjement blir definert som «the desire and resolve to continue sport participation» (Scanlan et al., 1993b, s. 6). Modellen trekker frem fem faktorer som påvirker idretts engasjement; idretts glede, involveringsalternativer, personlig investering, sosiale begrensninger, og involveringsmuligheter (Scanlan et al., 1993b; Weiss & Weiss, 2006). Forskningslitteraturen på denne modellen viser at idretts glede er den viktigste

positive faktoren for å engasjere barn og unge i idrett. Sport Commitment Model er presentert under i Figur 3.



Figur 3. Sport Commitment Model (Scanlan et al., 1993b, s. 5).

### Motivasjon og idrettsglede

Weinberg og Gould (2011) definerer *motivasjon* som «the direction and intensity of one's effort» (s.51). En rekke studier har vist at motivasjon er helt nødvendig for at barn og unge skal fortsette i idretten (Crane & Tempel, 2015; Enoksen, 2002; Sæther, 2017; Tønnessen, 2009). Hovedsakelig deles motivasjon opp i to kategorier; *indre motivasjon* og *ytre motivasjon* (Ryan & Deci, 2017; Vallerand, 1997). Studien til Ryan og Deci (2000a, s.56) definerer indre motivasjon som «the doing of an activity for its inherent satisfactions rather than for some separable consequence». Indre motivasjon innebærer at individet selv ønsker å delta i aktiviteten, for å oppnå tilfredsstillelse og nytelse av å delta (Vallerand, 1997). Ytre motivasjon handler om at individet ikke gjennomfører aktiviteten for sin egen skyld, men for å oppnå en ytre belønning eller for å unngå en form for straff (Vallerand, 1997). Forskningslitteraturen viser at idrettsglede er en viktig kilde for å få motivasjon (McCarthy et al., 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015; Visek, et al., 2019).

## Selvbestemmelsesteori

*Selvbestemmelsesteorien* til Deci og Ryan (1985) er en av de mest sentrale motivasjonsteoriene som er utviklet. Teorien setter søkelys på de sosiale og kulturelle forholdene som fremmer viljestyrt eller selvbestemt oppførsel (Deci & Ryan, 1985). Teorien omfatter tre grunnleggende psykologiske behov som må til for at individer skal bli tilfredsstillt og få motivasjon. Disse tre behovene er; *autonomi*, *tilhørighet*, og *kompetanse*. Autonomi innebærer at individet er selvregulerende for hva en selv ønsker å gjøre (Ryan & Deci, 2000b). Når det kommer til tilhørighet handler dette om at individet blir mer motivert når man føler at man er en del av et sosialt miljø eller en gruppe (Deci & Ryan, 1994). Kompetanse er individets behov for å utfordre sine egne ferdigheter, samt å oppleve mestring (Ryan & Deci, 2000b). Kompetanse handler også om at individet blir motivert av å føle seg verdsatt eller kompetent (Weinberg & Gould, 2011).

## Selvbestemmelsesteorien og idrettsglede

Forskning har vist at motivasjon og selvbestemmelsesteorien kan sammenlignes med begrepet idrettsglede (Deci & Ryan, 1985; Scanlan & Lewthwaite, 1986). Ytre motivasjonen har flere likhetstrekk med idrettsglede, men det er indre motivasjon som ligner mest på dette begrepet (Deci & Ryan, 1985; McCarthy et al., 2008; Scanlan & Lewthwaite, 1986). Disse likhetstrekkene handler om hvordan indre motivasjon og idrettsglede kan oppnås, og hvordan de påvirker hverandre (Deci & Ryan, 1985; McCarthy et al., 2008; Scanlan & Lewthwaite, 1986).

Selv om motivasjon og idrettsglede har flere likhetstrekk, er det også flere ulikheter som viser at dette er to forskjellige begreper (Deci & Ryan, 1985; McCarthy et al., 2008; Scanlan & Lewthwaite, 1986). Studien til Scanlan og Lewthwaite (1986) var en viktig bidragsyter til at motivasjon og idrettsglede er sett på som to forskjellige begreper. Forskjellen dreier seg blant annet om kompetanse, som er svært sentralt for å oppnå både indre

motivasjon og for å oppnå idrettsglede (Deci & Ryan, 1985; Scanlan & Lewthwaite, 1986). Likevel er det slik at det er den opplevde kompetanse som er den viktigste kilden til idrettsglede, mens for indre motivasjon er det individets lyst til å få en høyere kompetanse som er viktigst (Deci & Ryan, 1985; McCarthy et al., 2008; Scanlan & Lewthwaite, 1986). Sosial sammenligning er sett på som en viktig forskjell mellom ytre motivasjon og idrettsglede (Deci & Ryan, 1985; McCarthy et al., 2008; Scanlan & Lewthwaite, 1986). Sosial sammenligning er en sentral kilde til idrettsglede, men det samme er ikke tilfelle for ytre motivasjon (Deci & Ryan, 1985; McCarthy et al., 2008; Scanlan & Lewthwaite, 1986). På grunn av disse forskjellene betraktes motivasjon og idrettsglede som to forskjellige begreper, men som allikevel har flere likhetstrekk.

### **Målorienteringsteorien og idrettsglede**

*Achievement Goal Theory*, kalt *målorienteringsteorien* på norsk, handler om individets opplevde kompetanse og evne (Nicholls, 1984). Ifølge teorien finnes det tre faktorer som er i interaksjon med hverandre og som styrer motivasjonen (Weinberg & Gould, 2011). Disse tre faktorene er målsettingen til individet, individets opplevde kompetanse, og prestasjonsatferden til individet (Duda & Nicholls, 1992; Nicholls, 1984; Weinberg & Gould, 2011).

Ifølge forskningslitteraturen finnes det to typer målsettinger; prestasjonsorientert og mestringsorientert (Nicholls, 1984). Utøvere som setter prestasjonsorienterte mål, sammenlikner sine prestasjoner med andre sine prestasjoner, mens utøvere som setter seg mestringsorienterte mål, forsøker å forbedre seg selv og er mindre opptatt av andre sine prestasjoner (Harwood et al., 2008; Nicholls, 1989; Pensgaard & Hollingen, 2006; Weinberg & Gould, 2011). Målsettingen til individet avhenger av individets opplevde kompetanse (Harwood et al., 2008). Individets målsetting og opplevde kompetanse er med på å regulere prestasjonsatferden til individet (Nicholls, 1989). Prestasjonsatferden dreier seg om innsatsen



individet legger ned (Harwood et al., 2008). Det er viktig at det er samsvar mellom individets målsetting og individets opplevde kompetanse, hvis ikke kan det bidra til å svekke innsatsen og motivasjonen til individet (Pensgaard & Hollingen, 2006).

I forskningslitteraturen blir målorienteringsteorien ofte sammenlignet med idrettsglede (Jaakkola et al., 2014; McCarthy et al., 2008; Nicholls, 1989; Scanlan & Lewthwaite, 1986; Zanatta et al., 2018). Denne sammenligningen dreier seg hovedsakelig om påvirkningen opplevd kompetanse har på disse to begrepene (Jaakkola et al., 2014; McCarthy et al., 2008; Nicholls, 1989; Scanlan & Lewthwaite, 1986; Zanatta et al., 2018).

### **Metode**

I dette kapittelet vil metodevalg og bakgrunnen for metodevalg presenteres. Den metodiske gjennomføringen, samt søkeprosessen, vil også bli redegjort for i dette kapittelet.

#### **Valg av metode**

Studiens metode styres av tematikken og problemstillingen knyttet til studien (Thomas et al., 2015). Problemstillingen til denne studien var å undersøke hva litteraturen sier om idrettsglede i organisert barne- og ungdomsidrett i tidsrommet 1980 til 2020. I den anledning ble denne studien gjennomført som en litteraturstudie.

Det finnes ulike metoder for å gjennomføre litteraturstudier, og metodene har ulike formål (Arksey & O'Malley, 2005; Aveyard, 2014). Det er derfor viktig å finne den metoden som egner seg best for den aktuelle problemstillingen (Aveyard, 2014). Basert på problemstillingen til denne studien ble scoping review vurdert som den metoden som var best egnet (Arksey & O'Malley, 2005; Thomas et al., 2015). Scoping review er en metode som har som formål å kartlegge de viktigste hovedelementene fra et bestemt tema, som er sentralt for problemstillingen til denne studien (Arksey & O'Malley, 2005). Ifølge Arksey og O'Malley (2005) er scoping review best egnet når det ikke foreligger noen tidligere litteraturstudier på

temaet. Da det ikke foreligger noen tidligere litteraturstudier om idretts glede, er scoping review vurdert som det mest hensiktsmessige forskningsmetoden for studien.

### **Scoping review**

Scoping review kan gjennomføres med ulike metoder. Gjennom tidene har det blitt forsøkt utarbeidet et felles rammeverk for hvordan scoping review skal gjennomføres (Arksey & O'Malley, 2005; Colquhoun et al., 2014; Daudt et al., 2013; Peters et al., 2015; Tricco et al., 2018). Studien til Arksey og O'Malley (2005) var først ute med å presentere en fremgangsmetode på hvordan scoping review bør gjennomføres. Forskningsmetoden til Arksey og O'Malley (2005) er basert på forskningsmetodene som brukes i systematiske litteraturstudier. Arksey og O'Malley (2005) presenterer forskningsmetoden i fem steg:

Steg 1: Identifisere forskningsspørsmålet

Steg 2: Identifisere relevante studier

Steg 3: Utvelgelse av studier

Steg 4: Kartlegge dataene

Steg 5: Sortere, oppsummere og rapportere resultater

I de senere årene har scoping review blitt utviklet ytterligere av andre studier, men hovedprinsippene er de samme (Arksey & O'Malley, 2005; Colquhoun et al., 2014; Daudt, et al., 2013; Peters et al., 2015; Tricco et al., 2018). Ulike studier har benyttet seg av denne forskningsmetoden tidligere og den er ansett som en egnet metode for å gjennomføre scoping review (Daudt et al., 2013; O'Flaherty & Phillips, 2015; Pham et al., 2014; Sabiston et al., 2019). På grunn av dette vil denne studien benytte seg av Arksey og O'Malley (2005) sin forskningsmetode. I tillegg har studien benyttet seg av Tricco et al. (2018) sin sjekkliste for å gjennomføre en scoping review.

### **Steg 1: Identifisere forskningsspørsmålet**

Det første steget i Arksey og O'Malley (2005) sin forskningsmetode er å identifisere forskningsspørsmålet. Ifølge Arksey og O'Malley (2005) bør forskningsspørsmålet til en scoping review være ganske bredt, slik at det aktuelle temaet kan bli belyst. Selv om forskningsspørsmålet er bredt, bør det fortsatt settes noen klare rammer (Colquhoun et al., 2014). De ulike rammene for denne studien vil bli gjennomgått under steg 3. Forskningsspørsmålet for denne studien var å undersøke hva litteraturen sier om idretts glede i organisert barne- og ungdomsidrett i tidsrommet 1980 til 2020.

### **Steg 2: Identifisere relevante studier**

Det andre steget handler om å identifisere de relevante studiene om temaet (Arksey og O'Malley, 2005; Colquhoun et al., 2014). Dette innebærer å lage en tydelig plan på hvilke databaser det skal søkes i, og hvilke søkeord som skal benyttes (Arksey og O'Malley, 2005; Aveyard, 2014; Colquhoun et al., 2014). Ifølge Colquhoun et al. (2014) er det viktig å søke bredt, men at søket begrenses av ressursene som er tilgjengelig for den aktuelle studien.

#### ***Databaser***

Identifiseringen av relevante studier foregikk ved at det ble gjennomført søk i tre ulike databaser. De databasene som ble benyttet var; SPORTDiscus, APA PsycINFO og MEDLINE. SPORTDiscus ble brukt med EBSCOhost søkegrensesnitt. Bakgrunnen for at denne databasen ble benyttet er at den er spesifikk på sport, idrett og trening. APA PsycINFO ble benyttet med Ovid søkegrensesnitt. Denne databasen er spesifikk for psykologi, som er relevant for denne studien. Til slutt ble MEDLINE brukt med EBSCOhost søkegrensesnitt, som er en generell database. Søkene er gjennomført i forskjellige databaser for å øke sannsynligheten for å finne relevante studier. Alle søkene ble gjennomført i oktober 2020.

### ***Søkeord***

I samråd med veiledere og biblioteket ved Universitet i Agder ble det utarbeidet et PICO- skjema. Se Vedlegg 1 for fullstendig PICO- skjema. PICO- skjemaet ble benyttet for å systematisere søket, slik at søket kunne identifisere flere relevante studier på det aktuelle temaet (Aveyard, 2014). PICO- skjemaet ble kategorisert etter populasjon, interesseområde og kontekst. Populasjonen i dette tilfelle er barn og unge. Interesseområde er glede, og konteksten er organisert idrett.

Alle søkene ble gjennomført med boolske logiske operatører. Dette ble gjort for å koble søkeordene sammen (Aveyard, 2014). De boolske logiske operatorene som ble benyttet i disse søkene, var kun «AND» og «OR». «AND» fører til at søkeordene må stå sammen, mens «OR» gjør at søket treffer på ett av ordene (Aveyard, 2014). De boolske logiske operatorene gjorde at søkene som ble gjennomført i de ulike databasene, var tilnærmet like.

Det ble sett på som mest hensiktsmessig at søkeordene måtte være i emneordene, tittelen eller sammendraget. Ifølge Aveyard (2014) vil det være tilstrekkelig for de fleste studiene å kun finne søkeordene på disse områdene. Dette avhenger av hvor mange treff søkene gir (Aveyard, 2014).

SPORTDiscuss, APA PsycINFO og MEDLINE bruker ulike synonymordbøker for å systematisere studiene i ulike emneord. For disse databasene heter synonymordbøkene Thesaurus og MeSH (Aveyard, 2014). Disse ordbøkene ble benyttet for å finne emneordene som disse databasene benytter seg av. For eksempel bruker MEDLINE begrepet «pleasure» som emneord for «enjoyment». Dette medførte at søkene fikk flere relevante treff.

Databasesøket for SPORTDiscuss er presentert i Vedlegg 2. Vedlegg 3 viser databasesøkene som er gjennomført i APA PsycINFO, mens databasesøket for MEDLINE er presentert i Vedlegg 4.

### **Steg 3: Utvelgelse av studier**

I det tredje steget i Arksey og O'Malley (2005) sin forskningsmetode er utvelgelse av studier. Prosessen fulgte utvelgelsesprosessen til Arksey og O'Malley (2005). Utvelgelsesprosessen er avhengig av at det settes tydelige inklusjons- og eksklusjonskriterier. Dette er nødvendig for screening av studiene (Arksey & O'Malley, 2005). Deretter gjennomføres søkene i de ulike databasene. Etter at søkene har blitt gjennomført, er neste steg *screeningprosessen* (Arksey & O'Malley, 2005). Screeningprosessen er delen der studiene blir vurdert opp mot inklusjons- og eksklusjonskriteriene (Aveyard, 2014). I screeningprosessen skal først alle duplikater fjernes (Arksey & O'Malley, 2005). Deretter skal alle studienes tittel/ abstrakt gjennomgås og vurderes opp mot kriteriene (Arksey & O'Malley, 2005). De studiene som ikke innfrir kriteriene, skal ekskluderes i denne fasen (Arksey & O'Malley, 2005). De resterende studiene skal gjennomgås i sin helhet og vurderes opp mot kriteriene (Arksey & O'Malley, 2005). De studiene som innfrir kriteriene i dette stadiet, blir inkludert i litteraturstudien (Arksey & O'Malley, 2005).

#### ***Inklusjons- og eksklusjonskriterier***

Det å sette tydelige inklusjons- og eksklusjonskriterier vil være hensiktsmessig for å avgrense studien, slik at det aktuelle temaet belyses (Aveyard, 2014). Det er også viktig for å kunne etterprøve studien (Aveyard, 2014). De ulike inklusjons- og eksklusjonskriteriene ble utarbeidet i samråd med veiledere, og ble satt opp på bakgrunn av formålet til studien. Studien benyttet seg av fremgangsmåten til Aveyard (2014) for å utarbeide disse kriteriene.

Denne studien inkluderer både kvalitative- og kvantitative studier. Dette inklusjonskriteriet blir benyttet for å undersøke begrepet idretts glede fra flere synsvinkler, og for å kunne inkludere flere studier som kan være aktuelle (Aveyard, 2014). På bakgrunn av masterstudentens egen språkforståelse var ett av kriteriene at studiene måtte være publisert på engelsk. Studiene som er inkludert, er avgrenset i tidsrommet 1980 til 2020. Det ble sett på

som mest hensiktsmessig å velge 1980 som utgangspunkt, siden det er fra dette tidspunktet temaet idrettsglede først belyses (Scanlan & Lewthwaite, 1986; Wankel & Kreisel, 1985). Videre må alle studiene være originale artikler. Bøker, avhandlinger eller litteraturstudier er derfor ikke inkludert. Studiene må ha vært publisert i vitenskapelige tidsskrifter, ettersom dette som oftest øker kvaliteten på studiene (Aveyard, 2014). For å utelukke studier som undersøkte kun fysisk aktivitet og/ eller uorganisert idrett, er det satt som kriterium at studiene må ha respondenter som driver eller har drevet med organisert idrett i minimum ett år. Ettersom denne studien undersøker barn og unge, er det et inklusjonskriterium at respondentene i studiene må være aldersgruppen 6-19 år. Enkelte inkluderte studier har likevel med noen respondenter som er eldre enn 19 år. Disse ble inkludert så lenge gjennomsnittsalderen av respondentene i studien var i aldersgruppen 6-19 år. Det ble ikke satt noen eksklusjonskriterier i forhold til kjønn eller etnisitet. Studier som undersøkte respondenter med fysiske eller psykiske lidelser, ble ekskludert. De ulike inklusjons- og eksklusjonskriteriene er presentert punktvis nedenfor.

### ***Inklusjonskriterier***

- Originale artikler
- Publisert på engelsk
- Publisert i tidsrommet 1980-2020
- Publisert i vitenskapelige tidsskrifter
- Deltar/ deltatt i organisert i idrett i minimum ett år
- Aldersgruppe 6-19 år

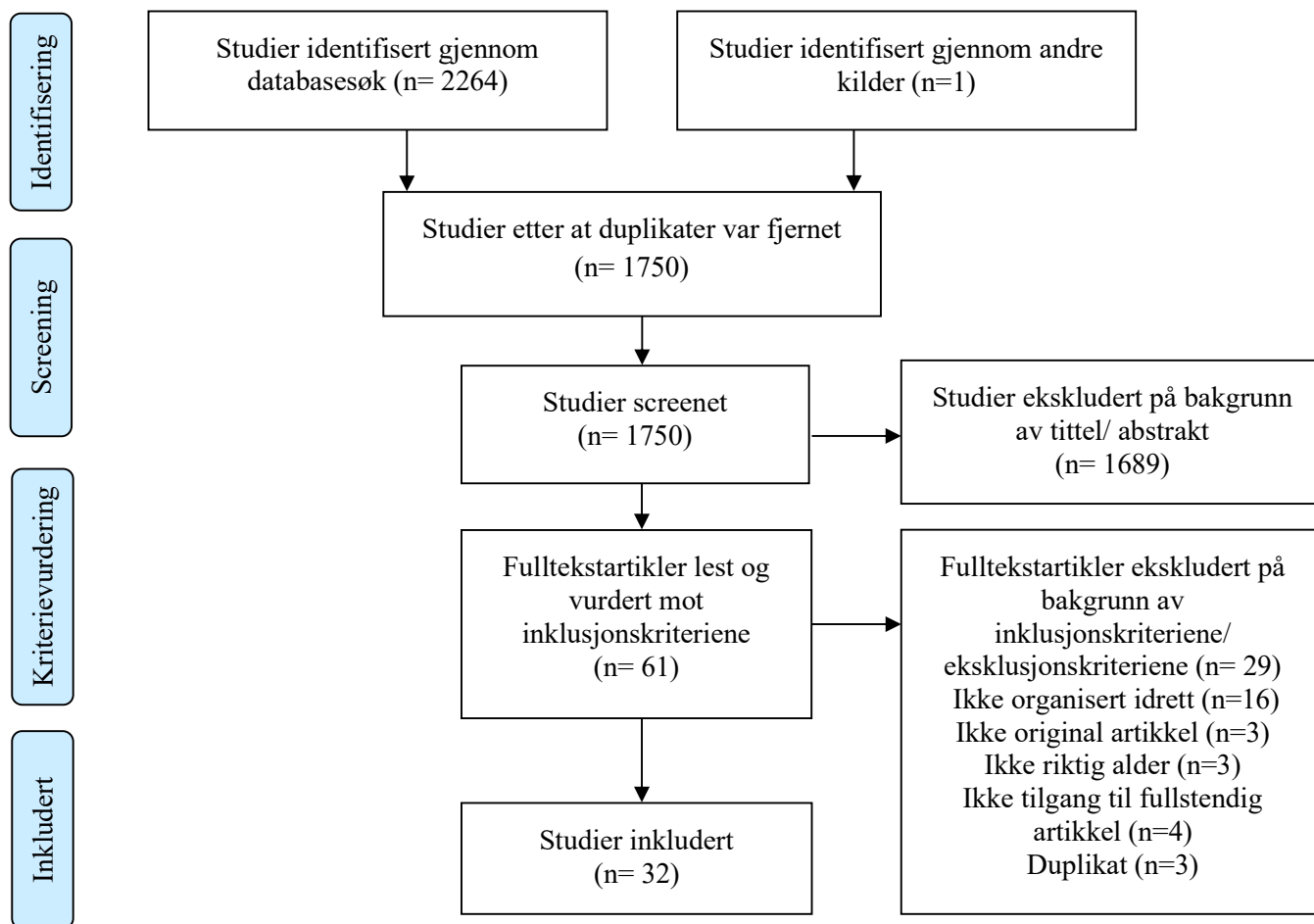
### ***Eksklusjonskriterier***

- Studier som ikke er originale artikler
- Publisert på et annet språk enn engelsk
- Publisert før 1980, eller etter 2020

- Studier som ikke er publisert i vitenskapelige tidsskrifter
- Studier som ikke har undersøkt organisert idrett
- Aldersgruppe 0-6 år og 19+ år
- Respondenter med fysiske eller psykiske lidelser

### *Utvelgelsesprosessen*

Søkene ble gjennomført i tre ulike databaser. Etter at alle søkene var gjennomført, ble alle de 2264 aktuelle studiene lagt inn i EndNote X9, der alle studiene ble screenet. EndNote X9 er et program for å sortere og lagre studiene som har blitt identifisert. I dette programmet ble først alle dublettene gjennomgått og fjernet. Deretter ble studienes tittel gjennomgått. I denne prosessen ble inklusjon- og eksklusjonskriteriene benyttet for å oppnå ønskede resultater. Studiene som hadde titler som ikke var relevante for denne studien, ble ekskludert her. De studiene som har en tittel som ikke var konkret nok for å inkluderes direkte, ble med videre i utvelgelsesprosessen. I den neste fasen ble abstraktet lest igjennom. Abstraktet ga en indikasjon på om studiene var tilstrekkelig relevante og dermed skulle inkluderes. I dette stadiet ble det identifisert mange studier som hadde forsket på fysisk aktivitet og skolerelatert idrett. Disse studiene ble ekskludert ettersom de ikke oppfylte kriteriene. Studier som ikke hadde tilgjengelig abstrakt, eller som hadde liten informativ abstraktdel, ble med videre i prosessen, siden de automatisk ikke kunne utelukkes. Deretter ble de resterende studiene lest igjennom. Ettersom metoddelen til studiene ofte ga en god indikasjon på om studiene oppfylte kriteriene, ble den delen vektlagt mest. Basert på Moher et al. (2009) sin studie ble det utviklet et PRISMA flytskjema, som viser en oversikt over hele utvelgelsesprosessen. Utvelgelsesprosessen er beskrevet nedenfor i Figur 1.



**Figur 1.** PRISMA flytskjema som viser oversikt over utvelgelsesprosessen blant 2265 studier.

#### Steg 4: Kartlegge dataene

I denne fasen hentes dataen ut fra de ulike studiene (Arksey & O'Malley, 2005; Calquhoun et al., 2014). Ifølge Calquhoun et al. (2014) er det forskerteamet som skal bestemme hvilke data som skal benyttes. Dataene som hentes ut, må være relevante for å svare på problemstillingen. Dataene som ble hentet ut, var; forfattere, utgivelsesår, studiested, studiedesign, studieutvalg, idrett, metode, mål med studien og relevante resultater.

I denne studien er det valgt å gjennomføre en kvalitetsvurdering av studiene. Det er ikke vanlig å gjennomføre kvalitetsvurdering for scoping review, men det kan vurderes dersom forskerteamet ser det som hensiktsmessig (Arksey & O'Malley, 2005; Trico et al., 2018). Ettersom forskerteamet til denne studien vurderte det som hensiktsmessig, ble det



gjennomført en kvalitetsvurdering av studiene. Studien har benyttet Hong et al. (2018) sitt verktøy for å gjennomføre kvalitetsvurderingen. Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT) er navnet på verktøyet som ble benyttet. Dette verktøyet gir en score på kvaliteten til studiene (Hong et al., 2018). MMAT har også blitt benyttet av andre studier, som bidrar til å øke kvaliteten til verktøyet (Hong et al., 2018; May et al., 2020; Roberts et al., 2020). MMAT består av ulike spørsmål som gjennomgås, for å se om de ulike studiene oppfyller kravene (Hong et al., 2018). Spørsmålene varierer basert på metoden til studien som vurderes (Hong et al., 2018).

### **Steg 5: Sortere, oppsummere og rapportere resultater**

I det femte og siste steget i Arksey og O'Malley (2005) sitt rammeverk innebærer hvordan studien ønsker å sortere, oppsummere og rapportere resultatene. Siden scoping review innebærer å sammenfatte et stort utvalg av studier, er det viktig å presentere resultatene på den måten som er ansett som mest hensiktsmessig (Arksey & O'Malley, 2005). For denne studien ble det sett på som mest hensiktsmessig å oppsummere resultatene i tabellform, da dette gir en god oversikt over de ulike studiene. Først ble de deskriptive dataene til studiene hentet ut, og ført inn i tabellen. Dataene som ble hentet ut her, var; forfattere, utgivelsesår, studiested, studiedesign, studieutvalg, type idrett og forskningsmetode. Denne analysen ga et raskt overblikk over studiene som var inkludert i denne studien. Etter at disse dataene var hentet ut, begynte prosessen med å hente ut relevante resultater og hovedmålet til studiene. Disse dataene ble også presentert i tabellform. På bakgrunnen av resultatene til denne studien ble det utviklet en modell som viser kildene og utfallene av idretts glede. Etersom enkelte studier hadde funnet mye om det aktuelle temaet, ble noen av resultatene også presentert deskriptivt.

## **Etiske betraktninger**

Ettersom denne studien ble gjennomført som en litteraturstudie uten innsamling av personopplysninger, skal ikke prosjektet meldes til Norsk senter for forskningsdata. Ifølge Fakultetets etiske komité (FEK) skal ikke litteraturstudier søke om godkjenning, men de skal registreres hos FEK. Se Vedlegg 5 for registreringen til FEK.

## **Diskusjon av metode**

Dette kapittelet vil diskutere styrker og begrensninger med studiedesign og belyse utfordringer som har oppstått underveis i arbeidet.

### **Studiedesign**

Denne studien ble gjennomført som en litteraturstudie, som ifølge evidenspyramiden er det studiedesignet med høyest validitet (Murad et al., 2016). Det finnes ulike metoder for å gjennomføre litteraturstudier. Denne studien ble gjennomført som en scoping review. Scoping review ble valgt på bakgrunn av at metoden egner seg for å kartlegge hovedelementene for det aktuelle temaet (Arksey & O'Malley, 2005; Daudt et al., 2013).

Selv om scoping review regnes for å ha høy validitet, finnes det også begrensninger med denne metoden (Arksey & O'Malley, 2005; Daudt et al., 2013). Arksey og O'Malley (2005) trekker frem at det ikke blir gjennomført kvalitetsvurdering av studiene, som er sett på som en betydelig begrensning for denne forskningsmetoden. For å redusere denne begrensningen ble det derfor gjennomført en kvalitetsvurdering av de inkluderte studiene (Hong et al., 2018). En annen begrensning som trekkes frem, er at det kan være en betydelig mengde data som må gjennomgås (Arksey & O'Malley, 2005). Dette kan påvirke hvor bredt og dypt forskerteamet klarer å analysere dataene (Arksey & O'Malley, 2005). Ettersom denne studien analyserte 32 studier, ble det en relativt stor datamengde å håndtere for en masteroppgave med begrenset tidsaspekt. Som følge av dette gikk denne studien mer i

bredden av dataene og satte søkelys på å gi en bredere oversikt fremfor å gå i dybden av alle dataene.

### **Identifisere relevante studier**

Denne prosessen ble gjennomført i samarbeid med biblioteket ved Universitet i Agder som har god kompetanse på databasesøk. Ifølge Aveyard (2014) er det viktig å bruke databaser som er relevante for det aktuelle forskningstemaet. I den anledning ble det gjennomført søk i tre ulike databaser. De ulike databasene ble valgt ut på grunn av at de hadde forskjellige fokusområder som var relevante for denne forskningsstudien. Dette gjorde at søket ble ansett som et relativt bredt søk, og som øker sannsynligheten for å finne de relevante studiene (Aveyard, 2014).

Forskningsslitteraturen trekker frem at det er viktig å bruke relevante søkeord for det aktuelle forskningstemaet før søkene gjennomføres (Arksey & O'Malley, 2005; Aveyard, 2014; Daudt et al., 2013). For å identifisere de ulike søkeordene er det gunstig å gjennomføre flere pilotsøk. Pilotsøkene fører til at forskeren får en oversikt over antall treff og at søkene treffer relevante forskningsstudier (Daudt et al., 2013). Pilotsøkene var smale tidlig i prosessen, men ble utvidet etter hvert for å identifisere flere relevante studier. Underveis i pilotsøkene ble PICO- skjemaet utarbeidet. Utarbeidelsen av PICO- skjemaet la grunnlaget for søkene i de ulike databasene. Forskingen viser at å gjennomføre pilotsøk for å utarbeide PICO- skjemaet er en egnet metode for å gjennomføre databasesøkene (Arksey & O'Malley, 2005; Aveyard, 2014; Daudt et al., 2013). Studien til Colquhoun et al., (2014) trekker frem at det er viktig å søke bredt, men at dette kan begrenses av ressurser som er tilgjengelig for de ulike studiene. Denne studien hadde også en begrensning på hvor bredt søket kunne være, som følge av tidsaspektet for masteroppgaven.

Før databasesøkene ble gjennomført hadde forskerteamet identifisert flere relevante studier som man forventet at databasesøkene skulle treffe. Foruten en studie ble de forhåndsidentifiserte studiene også identifisert i databasesøkene. Dette ga en prediksjon på at databasesøkene var relevante. Studien som ikke ble identifisert i databasesøkene var studien til Tjomsland et al. (2016), men ettersom den var relevant for studien ble den allikevel inkludert i screeningsprosessen.

Totalt ble 2264 studier identifisert gjennom databasesøk som ifølge forskningslitteraturen er ansett som relativt mange (Aveyard, 2014). Totalt ble 32 studier inkludert. Dette vurderes som et akseptabelt antall studier for en scoping review (Mouatt et al., 2020).

### **Utvelgelsesprosessen**

Ifølge Arksey og O'Malley (2005) bør ikke denne prosessen gjennomføres av en forsker alene. Derfor ble utvelgelsesprosessen gjennomført i samråd med veiledere, og biblioteket ved Universitet i Agder. I prosessen ble det først satt opp tydelige inklusjons- og eksklusjonskriteriene. Aveyard (2014) trekker frem at det er viktig å sette opp tydelige kriterier, slik at utvelgelsesprosessen blir mindre komplisert å gjennomføre. Foruten om kriteriet om deltakelse i organisert idrett var kriteriene tydelige, og relativt ukompliserte å forholde seg til. Årsaken til at kriteriet om deltakelse i organisert idrett kan være komplisert å forholde seg til, er at studiene har definert organisert idrett ulikt. På bakgrunn av dette kan man ikke utelukke at det har oppstått noen misforståelser underveis i utvelgelsesprosessen.

Resultatet av søkeprosessen viste tydelig at det var mange studier som ikke hadde kun satt søkelys på idretts glede. Det var flere studier som hadde satt søkelys på motivasjon og målorientering, der idretts glede kun ble målt ved å bruke ett enkelt spørreskjema. Dette gjorde at studienes relevans anses med noen begrensninger, men de ble allikevel inkludert ettersom de presenterer enkelte relevante resultater. Dette er tatt hensyn til i prosessen med behandling

av innsamlet data. Disse ble også tatt med for å vurdere påvirkningen motivasjon og målorientering har på idrettsglede.

### **Kvalitetsvurdering**

Denne studien gjennomførte kvalitetsvurdering av studiene som ble inkludert. MMAT ble benyttet som verktøy for å gjennomføre kvalitetsvurderingen (Hong et al., 2018). Som nevnt tidligere består denne vurderingen av ulike spørsmål som gjennomgås (Hong et al., 2018). Flere av spørsmålene er utfordrende å vurdere, men forklaringene under spørsmålene ble benyttet for å forsikre at vurderingen ble gjennomført riktig (Hong et al., 2018). Flere av retningslinjene til Aveyard (2014) ble også benyttet for å gjennomføre kvalitetsvurderingen av studiene korrekt. MMAT er ansett som et egnet verktøy for å gjennomføre en kvalitetsvurdering og har stadig blitt videreutviklet. Dette gir økt kvalitet til verktøyet (Hong et al., 2018; May et al., 2020; Roberts et al., 2020).

### **Sortere, oppsummere og rapportere resultater**

Slik som de andre prosessene fulgte denne prosessen fremgangsmåten til Arksey og O'Malley (2005). Prosessen var tidkrevende og til tider utfordrende. Det var blant annet utfordrende å oversette de relevante resultatene fra engelsk til norsk. Flere av studiene benytter seg av et avansert engelsk språk der ord og begreper ikke nødvendigvis kan oversettes direkte. Dette åpner for at det kan ha oppstått misforståelser i forbindelse med oversettelsen av resultatene til studiene.

### **Oppsummering av styrker og begrensninger**

Hovedstyrkene til denne studien er: (1) studiedesign med høy validitet, (2) stort utvalg av studier screenet, (3) stort utvalg av studier inkludert, (4) gjennomført kvalitetsvurdering av studiene, (5) fulgt forskningslitteraturen sine metoder for å gjennomføre scoping review.

Den mest sentrale begrensningen til denne studien er at det meste av forskningsprosessen har blitt gjennomført av en masterstudent med begrenset tidsaspekt. For å

minimere risiko for feil har masterstudenten fått veiledning underveis fra både veiledere og biblioteket ved Universitet i Agder. Masterstudenten har også benyttet seg av forskningslitteratur for å få tips og kunnskap til å kunne gjennomføre denne prosessen. De ulike forskningsprosessene har blitt gjennomgått nøye, og flere av prosessene har blitt gjennomført flere ganger for å sikre riktig resultat.

### Referanser

- Adachi, P. J., & Willoughby, T. (2014). It's not how much you play, but how much you enjoy the game: the longitudinal associations between adolescents' self-esteem and the frequency versus enjoyment of involvement in sports. *Journal of youth and adolescence, 43*(1), 137-145. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-9988-3>
- Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: towards a methodological framework. *International journal of social research methodology, 8*(1), 19-32. <https://doi.org/10.1080/1364557032000119616>
- Aveyard, H. (2014). *Doing a literature review in health and social care: A practical guide*. McGraw-Hill Education.
- Colquhoun, H. L., Levac, D., O'Brien, K. K., Straus, S., Tricco, A. C., Perrier, L., ... & Moher, D. (2014). Scoping reviews: time for clarity in definition, methods, and reporting. *Journal of clinical epidemiology, 67*(12), 1291-1294. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2014.03.013>
- Crane, J., & Temple, V. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review, 21*(1), 114-131. <https://doi.org/10.1177/1356336X14555294>
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. (1985). Reflections on enjoyment. *Perspectives in Biology and Medicine, 28*(4), 489-497. <https://doi.org/10.1353/pbm.1985.0019>
- Daudt, H. M., van Mossel, C., & Scott, S. J. (2013). Enhancing the scoping study methodology: a large, inter-professional team's experience with Arksey and

- O'Malley's framework. *BMC medical research methodology*, 13(1), 48.  
<https://doi.org/10.1186/1471-2288-13-48>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Plenum.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1994). Promoting self-determined education. *Scandinavian journal of educational research*, 38(1), 3-14.  
<https://doi.org/10.1080/0031383940380101>
- Duda, J. L., & Nicholls, J. G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of educational psychology*, 84(3), 290.  
<https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.290>
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 10(1), 1-21.  
<https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Enoksen, E. (2002). *Utviklingsprosessen fra talent til eliteutøver: en longitudinell og retrospektiv undersøkelse av en utvalgt gruppe talentfulle friidrettsutøvere* [Doktorgradsavhandling]. Norges idrettshøgskole.
- Gardner, L. A., Magee, C. A., & Vella, S. A. (2016). Social climate profiles in adolescent sports: Associations with enjoyment and intention to continue. *Journal of adolescence*, 52, 112-123. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.08.003>
- Harwood, C., Spray, C. M., & Keegan, R. (2008). Achievement goal theories in sport. I T.S. Horn (Red) *Advances in sport psychology* (s. 157-185). Human Kinetics.



- Helsedirektoratet (2008). *Tiltak for økt fysisk aktivitet blant barn og ungdom- En systematisk litteraturgjennomgang med utgangspunkt i oversiktsstudier og et utvalg nyere enkeltstudier*. <https://www.helsedirektoratet.no/tema/fysisk-aktivitet>
- Helsedirektoratet (2014). *Kunnskapsgrunnlag fysisk aktivitet. Innspill til departementets videre arbeid for økt fysisk aktivitet og redusert inaktivitet i befolkningen*. <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/292/Kunnskapsgrunnlag-forfysisk-aktivitet-innspill-til-departementet-IS-2167.pdf>
- Hong, Q. N., Pluye, P., Fàbregues, S., Bartlett, G., Boardman, F., Cargo, M., ... & Vedel, I. (2018). Mixed methods appraisal tool (MMAT), version 2018. *Registration of copyright, 1148552*, 10.
- Ingebrigtsen, J. E. (2012). *Ungdomsidrett i endring- tallenes tale om norsk ungdomsidrett 2006-2011*. Trondheim: NTNU Samfunnsforskning AS. Senter for idrettsforskning.
- Ingebrigtsen, J. E., & Aspvik, N. P. (2015). *Barns idrettsdeltagelse i Norge: litteraturstudie av barn i idretten*. Trondheim: NTNU Samfunnsforskning AS. Senter for idrettsforskning.
- Jaakkola, T., Ntoumanis, N., & Liukkonen, J. (2014). Motivational climate, goal orientation, perceived sport ability, and enjoyment within Finnish junior ice hockey players. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 26(1), 109-115. <https://doi.org/10.1111/sms.12410>
- Jackson, S. A., & Marsh, H. W. (1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. *Journal of sport and exercise psychology*, 18(1), 17-35. <https://doi.org/10.1123/jsep.18.1.17>

- Kimiecik, J. C., & Harris, A. T. (1996). What is enjoyment? A conceptual/definitional analysis with implications for sport and exercise psychology. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 18*(3), 247-263. <https://doi.org/10.1123/jsep.18.3.247>
- Malm, C., Jakobsson, J., & Isaksson, A. (2019). Physical Activity and Sports—Real Health Benefits: A Review with Insight into the Public Health of Sweden. *Sports, 7*(5), 127. <https://doi.org/10.3390/sports7050127>
- May, T., Dudley, A., Charles, J., Kennedy, K., Mantilla, A., McGillivray, J., ... & Rinehart, N. J. (2020). Barriers and facilitators of sport and physical activity for Aboriginal and Torres Strait Islander children and adolescents: a mixed studies systematic review. *BMC public health, 20*, 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-8355-z>
- McCarthy, P. J., Jones, M. V., & Clark-Carter, D. (2008). Understanding enjoyment in youth sport: A developmental perspective. *Psychology of sport and exercise, 9*(2), 142-156. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.01.005>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & PRISMA Group. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *Journal of clinical epidemiology, 62*(10), 1006-1012. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2009.06.005>
- Mouatt, B., Smith, A. E., Mellow, M. L., Parfitt, G., Smith, R. T., & Stanton, T. R. (2020). The Use of Virtual Reality to Influence Motivation, Affect, Enjoyment, and Engagement During Exercise: A Scoping Review. *Frontiers in Virtual Reality, 1*, 39. <https://doi.org/10.3389/frvir.2020.564664>

- Murad, M. H., Asi, N., Alsawas, M., & Alahdab, F. (2016). New evidence pyramid. *BMJ Evidence-Based Medicine*, 21(4), 125-127. <https://doi.org/10.1136/ebmed-2016-110401>
- Mutrie, N., & Faulkner, G. (2004). Physical activity: Positive psychology in motion. *Positive psychology in practice*, 146-164. <https://doi.org/10.1002/9780470939338>
- Myrhol, B. & Øiestad, E. (2019). Tidlig spesialisering får en stadig mer naturlig plass i barneidretten. Det er ødeleggende. *Aftenposten*.  
<https://www.aftenposten.no/meninger/kronikk/i/mRylEl/tidlig-spesialisering-faar-en-stadig-mer-naturlig-plass-i-barneidretten-det-er-oedeleggende-bjarte-myhol-og-eirik-oeiestad?>
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological review*, 91(3), 328.  
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328>
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.
- Norges Fotballforbund, (2020). *Ny klubbundersøkelse: Stor bekymring for frafall i seniorfotballen*. <https://www.fotball.no/tema/nff-nyheter/2020/stor-bekymring-for-frafall-i-seniorfotballen/>
- Norges Idrettsforbund, (2020). *Nøkkeltall- rapport 2019*.  
<https://www.idrettsforbundet.no/nyheter/2020/nokkeltallene-for-norsk-idrett-i-2019/>
- Norges Idrettsforbund, (u.å.a). *Idretten skal! 2019- 2023- Strategiske satsingsområder*.  
[https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/ed1d788edca540e682b5a296836b22f8/130\\_19\\_nif\\_strategiske-satsingsomrader-2019-2023.pdf](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/ed1d788edca540e682b5a296836b22f8/130_19_nif_strategiske-satsingsomrader-2019-2023.pdf)

Norges Idrettsforbund. (u.å.b). NIFs Verdier. <https://www.idrettsforbundet.no/tema/nifs-verdiarbeid/>

O'Flaherty, J., & Phillips, C. (2015). The use of flipped classrooms in higher education: A scoping review. *The internet and higher education*, 25, 85-95.  
<https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2015.02.002>

Ommundsen, Y. (2000). Kan idrett og fysisk aktivitet fremme psykososial helse blant barn og ungdom? *Tidsskrift for den Norske Lægeforening* 120, 3573-3577.

Pensgaard, A. M., & Hollingen, E. (2006). *Idrettens mentale treningslære*. Gyldendal undervisning.

Peters, M. D., Godfrey, C. M., Khalil, H., McInerney, P., Parker, D., & Soares, C. B. (2015). Guidance for conducting systematic scoping reviews. *JBIM Evidence Implementation*, 13(3), 141-146. <https://doi.org/10.1097/XEB.0000000000000050>

Pham, M. T., Rajić, A., Greig, J. D., Sargeant, J. M., Papadopoulos, A., & McEwen, S. A. (2014). A scoping review of scoping reviews: advancing the approach and enhancing the consistency. *Research synthesis methods*, 5(4), 371-385.  
<https://doi.org/10.1002/jrsm.1123>

Quested, E., Ntoumanis, N., Viladrich, C., Haug, E., Ommundsen, Y., Van Hove, A., ... & Duda, J. L. (2013). Intentions to drop-out of youth soccer: A test of the basic needs theory among European youth from five countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 395-407. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.830431>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000a). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 54-67.  
<https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000b). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.
- Sabiston, C. M., Pila, E., Vani, M., & Thogersen-Ntoumani, C. (2019). Body image, physical activity, and sport: A scoping review. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 48-57.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.12.010>
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Lobel, M., & Simons, J. P. (1993a). Sources of enjoyment for youth sport athletes. *Pediatric exercise science*, 5(3), 275-285.  
<https://doi.org/10.1123/pes.5.3.275>
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Simons, J. P., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993b). An introduction to the sport commitment model. *Journal of sport and exercise psychology*, 15(1), 1-15. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.1>
- Scanlan, T. K., & Lewthwaite, R. (1986). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: IV. Predictors of enjoyment. *Journal of sport psychology*, 8(1). <https://doi.org/10.1123/JSP.8.1.25>
- Scanlan, T. K. & Simons, J. P. (1992). The construct of sport enjoyment (s. 199-215). I G. C. Roberts (Red.), *Motivation in Sport and Exercise*. Human Kinetics
- Scanlan, T. K., Stein, G. L., & Ravizza, K. (1989). An in-depth study of former elite figure skaters: II. Sources of enjoyment. *Journal of sport and exercise psychology*, 11(1), 65-83. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.1.65>
- Strandbu, Å., & Bakken, A. (2007). Aktiv Oslo-ungdom. *Nova Rapport*, 2, 2007.

- Sæther, S. A. (2017). *De norske fotballtalentene. Hvem lykkes og hvorfor?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2015). *Research methods in physical activity*. Human kinetics.
- Tjomsland, H. E., Larsen, T., Holsen, I., Ronglan, L. T., Samdal, O., & Wold, B. (2016). Enjoyment in youth soccer: Its portrayals among 12-to 14-year-olds. *Soccer & Society*, 17(6), 827-842. <https://doi.org/10.1080/14660970.2015.1100894>
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., ... & Straus, S. E. (2018). PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): checklist and explanation. *Annals of internal medicine*, 169(7), 467-473. <https://doi.org/10.7326/M18-0850>
- Tønnessen, E. (2009). *Hvorfor Ble de Beste Best? En and Casestudie av Kvinnelige Verdensenerer i Orientering, Langrenn og Langdistanseløp* [Doktorgradsavhandling]. Norges idrettshøgskole.
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Advances in experimental social psychology*, 29, 271-360. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60019-2](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60019-2)
- Visek, A. J., Achrati, S. M., Mannix, H. M., McDonnell, K., Harris, B. S., & DiPietro, L. (2015). The fun integration theory: toward sustaining children and adolescents sport participation. *Journal of Physical Activity and Health*, 12(3), 424-433. <https://doi.org/10.1123/jpah.2013-0180>

- Visek, A. J., Mannix, H., Mann, D., & Jones, C. (2017). Integrating fun in young athletes' sport experiences. I C. J. Knight, C. G. Harwood, & D. Gould (Red.) *Sport Psychology for Young Athletes* (s. 68–80). Routledge.
- Visek, A. J., Mannix, H., Chandran, A., Cleary, S. D., McDonnell, K. A., & DiPietro, L. (2019). Toward Understanding Youth Athletes' Fun Priorities: An Investigation of Sex, Age, and Levels of Play. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 28(1), 1-16. <https://doi.org/10.1123/wspaj.2018-0004>
- Wankel, L. M., & Kreisel, P. S. (1985). Factors underlying enjoyment of youth sports: Sport and age group comparisons. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 51-64. <https://doi.org/10.1123/jsp.7.1.51>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2011). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human Kinetics.
- Weiss, M. R., & Amorose, A. J. (2008). Motivational orientations and sport behavior. I T.S. Horn (Red.) *Advances in sport psychology* (s. 115-155). Human Kinetics.
- Weiss, W. M., & Weiss, M. R. (2006). A longitudinal analysis of commitment among competitive female gymnasts. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(3), 309-323. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.08.010>
- Wiersma, L. D. (2001). Conceptualization and development of the sources of enjoyment in youth sport questionnaire. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 5(3), 153-177. [https://doi.org/10.1207/S15327841MPEE0503\\_3](https://doi.org/10.1207/S15327841MPEE0503_3)
- Zanatta, T., Rottensteiner, C., Konttinen, N., & Lochbaum, M. (2018). Individual motivations, motivational climate, enjoyment, and physical competence perceptions in Finnish

team sport athletes: a prospective and retrospective study. *Sports*, 6(4), 165.

<https://doi.org/10.3390/sports6040165>



## Artikkel

### **Glede i idrett: En scoping review om idretts glede i den organiserte barne- og ungdomsidretten**

Denne artikkelen har fulgt retningslinjene til

**«Scandinavian Sport Studies Forum»**

<https://sportstudies.org/>

**Christian Karlsrud**

Universitet i Agder

Mai 2021

# Glede i idrett: En scoping review om idrettsglede i den organiserte barne- og ungdomsidretten

C. Karlsrud<sup>a</sup>, B. T. Johansen<sup>a</sup>, & B. E. Solstad,<sup>a,b</sup>

<sup>a</sup>Universitetet i Agder, Institutt for idrettsvitenskap og kroppsøving, Kristiansand, Norge.

<sup>b</sup>Forskningscenter for barne- og ungdomsidrett, Oslo, Norge.

## Abstract

*Enjoyment in sports: A scoping review of enjoyment in organized children's and youth sports*

Based on previous studies on enjoyment in organized children's and youth sports, the purpose of this study was to continue the research on the subject by conducting a summary of the existing literature. The research question that framed this study was to investigate what the literature has found about enjoyment in children's and youth sports in the timeframe 1980 to 2020.

The study was conducted as a scoping review and followed the research method of Arksey and O'Malley (2005). The studies were identified using SPORTDiscus, APA PsycINFO and MEDLINE. A total of 2264 studies were identified through the database searches and where a total of 32 were included in the analysis.

Present study showed that enjoyment in children's and youth sports increases motivation, sports commitment, effort and improves performance. Based on the results of this study, a model was developed for the sources and outcomes of enjoyment in sports.

The findings concluded that the most important sources of enjoyment in sports are perceived competence, external support, and a mastery climate. The study found that the most important outcome of enjoyment in sports is that the term increases the likelihood of children and young people staying in sports.

Keywords: Enjoyment, Fun, Motivation Scoping review, Sport.

## Introduksjon

I Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) sine satsningsområder fremgår det at «idretten skal stimulere til livslang idretts glede» (NIF, u.å, s.2). Dette er ett viktig satsningsområde for å få barn og unge til å fortsette deltakelsen i idretten (NIF, u.å). Tall fra Norges Fotballforbund (2020) viser at flere barn og unge sluttet med organisert idrett på grunn av utfordringer knyttet til koronapandemien. Om dette frafallet skyldes mangel på idretts glede er fremdeles usikkert. For å forhindre fremtidige frafall i den organiserte barne- og ungdomsidretten er det nødvendig å undersøke begrepet idretts glede ytterligere.

I forskningslitteraturen blir idretts glede definert ulikt (Kimiecik & Harris, 1996). Riktignok finnes det enkelte likhetstrekk som forskerne enes om (McCarthy et al., 2008). Scanlan og Simons (1992) definerer idretts glede som “a positive affective response to sport experience that reflects feelings and/or perceptions such as pleasure, liking, and experienced fun” (s. 202-203). Tidligere studier benytter seg både av «idretts glede» og «gøy i idrett» for å definere begrepet (Scanlan & Lewthwaite, 1986; Visek et al., 2015). Ifølge Visek et al. (2017) bruker barn oftere begrepet «gøy», mens de fleste forskningsstudiene benytter seg heller av «glede» (Jaakkola, et al., 2014; McCarthy et al., 2008; Scanlan & Lewthwaite, 1986; Scanlan et al., 1989; Scanlan et al., 1993; Tjomsland et al., 2016; Wiersma, 2001). Etersom NIF (u.å) benytter seg av idretts glede for å beskrive dette begrepet, vil denne studien benytte seg av ordet «idretts glede».

Flere studier har vist at idretts glede er en viktig faktor for å påvirke motivasjonen til barn og unge som deltar i organisert idrett (Fraser-Thomas et al., 2008; Gardner et al., 2017; Jaakkola et al., 2014; McCarthy et al., 2008; Scanlan et al., 1993; Wall & Côté, 2007). Opplevelsen av idretts glede har bidratt til å motvirke at barn og unge dropper ut av den organiserte idretten (Butcher et al., 2002; Strachan et al., 2009).

Ulike studier har undersøkt hva som fører til idrettsglede. Forskingen har vist at opplevelsen av idrettsglede kan komme fra flere kilder (McCarthy et al., 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015). Scanlan og Lewthwaite (1986) utviklet en todimensjonal modell for kildene til idrettsglede, som dannet grunnlaget for den videre forskningen. Ifølge modellen deres kan idrettsglede komme fra opplevd kompetanse, målorientering, opplevd kompetanse i forhold til andre, konkurransespenning og tilhørighet med jevnaldrende. I studien til Wiersma (2001) ble denne modellen videreutviklet og trakk frem at innsats og opplevd foreldrestøtte også er faktorer som bidrar til å øke opplevelsen av idrettsglede. Weiss og Amrose (2008) utviklet en modell som deler kildene inn i tre kategorier; *prestasjonsfaktorer*, *sosiale faktorer* og *indre faktorer*. Denne modellen trekker frem at idrettsglede kan oppnås av ulike kilder, og at idrettsglede fører til økt idrettsengasjement (Weiss & Amrose, 2008).

Idrettsglede blir ofte forbundet med indre motivasjon og målorienteringsteorien, og har flere likhetstrekk med disse begrepene (Deci & Ryan, 1985; Nicholls, 1989; Scanlan & Lewthwaite, 1986). Likhetstrekkene som trekkes frem, handler blant annet om hvordan begrepene påvirker hverandre, samt at selvbestemmelse og kompetanse er sentralt for å oppnå både idrettsglede og indre motivasjon (Deci & Ryan, 1985; Nicholls, 1989; Scanlan & Lewthwaite, 1986). Likevel viser forskningen at det er noen faktorer som skiller disse begrepene fra hverandre (Deci & Ryan, 1985; Nicholls, 1989; Scanlan & Lewthwaite, 1986; Vallerand, 1997). Modellen til Scanlan og Lewthwaite (1986) var en viktig bidragsyter til å skille idrettsglede fra indre motivasjon. Modellen viser at idrettsglede kan komme fra et bredere utvalg av kilder enn det indre motivasjon gjør (Deci & Ryan, 1985; Scanlan & Lewthwaite, 1986). Idrettsglede kan komme fra både ytre og indre faktorer, samt oppnåelsesfaktorer og ikke- oppnåelsesfaktorer (Scanlan & Lewthwaite, 1986). Hovedkildene til indre motivasjon er kompetanse og selvbestemmelse. Dette anses som snevrere enn

hovedkildene til idrettsglede (Deci & Ryan, 1985; McCarthy et al., 2008; Scanlan & Lewthwaite, 1986).

Det foreligger begrenset litteratur om opplevelsen av idrettsglede som har undersøkt kildene til og utfallene av dette begrepet (Gardner et al., 2016; McCarthy et al., 2008; Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2019; Wiersma, 2001). I den anledning ønsker denne studien å videreføre forskningen på dette temaet ved å sammenfatte den eksisterende litteraturen. En sammenfatning av litteraturen vil sørge for en dypere forståelse samtidig som det vil gi en oversikt over hva den eksisterende litteraturen sier om idrettsglede. Problemstillingen til denne studien vil derfor være å undersøke hva litteraturen sier om idrettsglede i organisert barne- og ungdomsidrett i tidsrommet 1980 til 2020.

### **Metode**

Det finnes ulike metoder for å sammenfatte litteraturen om idrettsglede. Ettersom det ikke er gjennomført noen litteraturstudier tidligere, ble scoping review ansett å være den mest hensiktsmessige metoden for å belyse den aktuelle problemstillingen (Arksey & O'Malley, 2005; Aveyard, 2014; Colquhoun et al., 2014; Daudt et al., 2013; Tricco et al., 2018). Scoping review er en forskningsmetode som egner seg dersom det ikke er gjennomført tilstrekkelig med systematiske sammenfatninger på det aktuelle fagområdet tidligere (Arksey & O'Malley, 2005; Daudt et al., 2013; Tricco et al., 2018).

Det finnes ulike metoder for å gjennomføre en scoping review (Arksey & O'Malley, 2005; Colquhoun et al., 2014; Daudt et al., 2013; Peters et al., 2015; Tricco et al., 2018). Riktignok baserer de fleste metodene seg på forskningsmetoden til Arksey og O'Malley (2005). Denne metoden har blitt brukt av flere studier, og er ansett som en egnet metode for å gjennomføre en scoping review (Daudt et al., 2013; O'Flaherty & Phillips, 2015; Pham et al., 2014). Metoden består av fem steg: 1) identifisere forskningsspørsmålet, 2) identifisere

relevante studier, 3) utvelgelse av studier, 4) kartlegge dataene og 5) sortere, oppsummere og rapportere resultater (Arksey & O'Malley, 2005).

### **Steg 1: Identifisere forskningsspørsmålet**

Det første steget i Arksey og O'Malley (2005) sin forskningsmetode er å identifisere forskningsspørsmålet. Ifølge Arksey og O'Malley (2005) bør forskningsspørsmålet til en scoping review være bredt, slik at det aktuelle temaet blir tilstrekkelig belyst.

Forskningsspørsmålet for denne studien vil være å undersøke hva litteraturen sier om temaet idretts glede i organisert barne- og ungdomsidrett i tidsrommet 1980 til 2020.

### **Steg 2: Identifisere relevante studier**

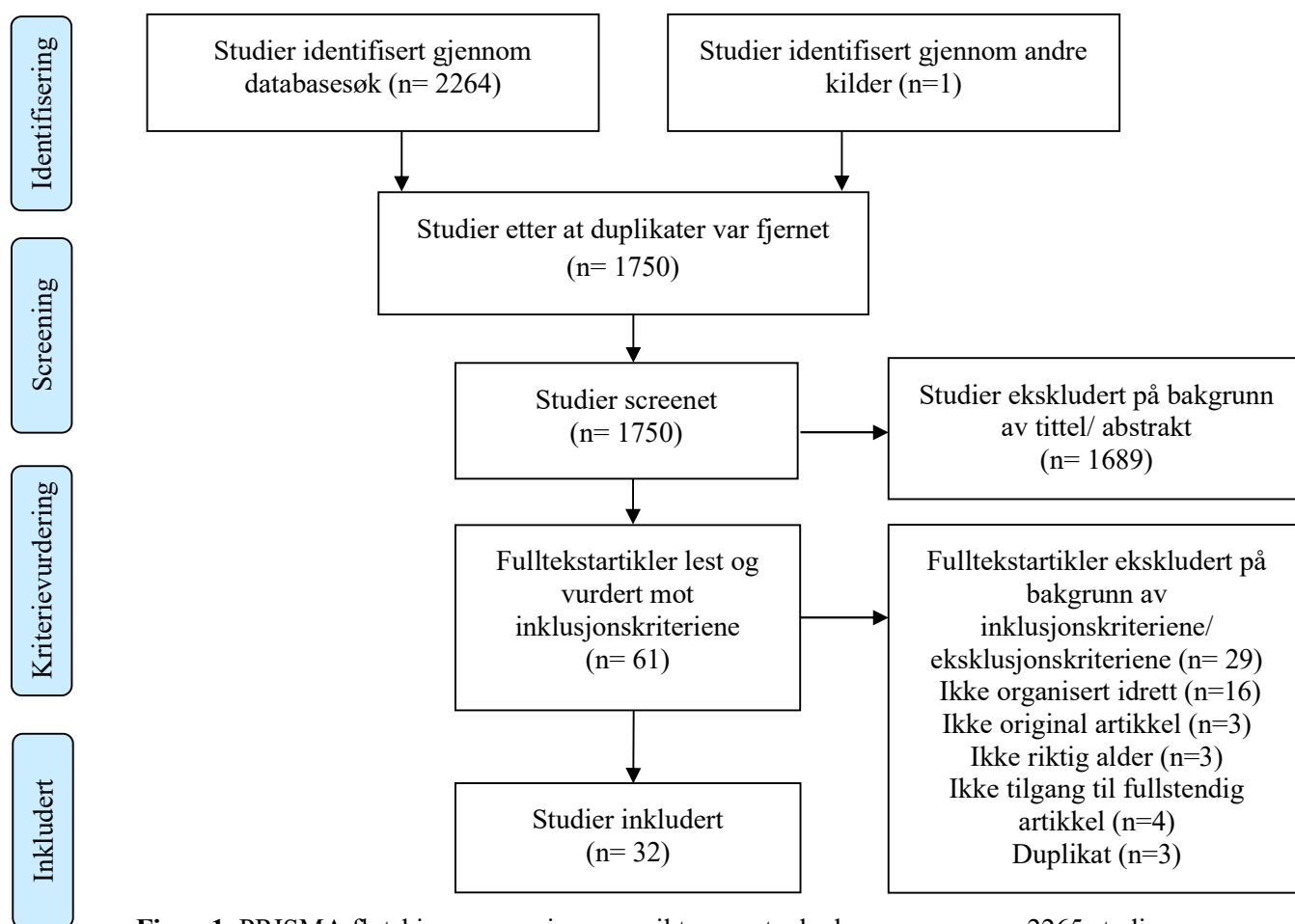
Det andre steget handler om å identifisere de relevante studiene på temaet (Arksey & O'Malley, 2005; Colquhoun et al., 2014). Dette innebærer å utarbeide en tydelig plan om hvilke databaser det skal søkes i, og hvilke søkeord som skal benyttes (Arksey & O'Malley, 2005; Aveyard, 2014; Colquhoun et al., 2014).

I dette steget ble det gjennomført søk i tre ulike databaser; SPORTDiscus (EBSCOhost søkegrensesnitt), APA PsycINFO (Ovid søkegrensesnitt) og MEDLINE (EBSCOhost søkegrensesnitt). Søkene ble gjennomført i oktober 2020. Før søkene ble det utarbeidet et PICO- skjema, se Vedlegg 1. Søkeordene som ble benyttet i de ulike databasene er presentert i Vedlegg 2, Vedlegg 3 og Vedlegg 4. Søkeordene ble utarbeidet i samråd med veiledere, og biblioteket ved Universitetet i Agder.

### **Steg 3: Utvelgelse av studier**

Det tredje steget i Arksey og O'Malley (2005) forskningsmetode handler om utvelgelse av studier. Først ble det utarbeidet tydelige inklusjons- og eksklusjonskriterier. Denne studien inkluderer både kvalitative- og kvantitative studier. Studiene måtte være publisert på engelsk. Studiene måtte også være originale studier publisert i vitenskapelige tidsskrifter i tidsrommet 1980 til 2020. De inkluderte studiene måtte ha respondenter som

driver eller har drevet med organisert idrett i minimum ett år. Videre måtte respondentene være i aldersgruppen 6-19 år. Likevel har enkelte studier noen respondenter som er eldre enn 19 år. Disse ble inkludert så lenge gjennomsnittsalderen av respondentene var i aldersgruppen 6-19 år. Det ble ikke satt noen eksklusjonskriterier i forhold til kjønn eller etnisitet. Studier som undersøkte respondenter med fysiske eller psykiske lidelser, ble ekskludert. Etter at søkene hadde blitt gjennomført ble alle studiene screenet i EndNote X9. Hele utvelgelsesprosessen er forklart nedenfor i Figur 1.



**Figur 1.** PRISMA flytskjema som viser oversikt over utvelgelsesprosessen av 2265 studier.

#### Steg 4: Kartlegge dataene

Dette steget innebærer hvilke data som skal hentes ut fra studiene (Arksey & O'Malley, 2005; Calquhoun et al., 2014). Ifølge Calquhoun et al. (2014) er det forskerteamet som skal bestemme hvilke data som skal hentes ut. Dataene som hentes ut, skal være

relevante for å kunne svare på problemstillingen. Dataene som ble hentet ut var; forfattere, utgivelsesår, studiested, studiedesign, studieutvalg, idrett, metode, mål med studien og relevante resultater.

Det ble videre bestemt i forskerteamet at studien skulle gjennomføre en kvalitetsvurdering av de inkluderte studiene. I denne prosessen ble Hong et al. (2018) Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT) benyttet. MMAT gir en score på kvaliteten til studiene som blir vurdert (Hong et al., 2018). MMAT består av ulike spørsmål som går igjennom, for å se om de ulike studiene oppfyller kravene (Hong et al., 2018). Spørsmålene varierer ut i fra metoden til studien som vurderes (Hong et al., 2018).

### **Steg 5: Sortere, oppsummere og rapportere resultater**

Det femte og siste steget i Arksey og O'Malley (2005) sitt rammeverk handler om hvordan studien ønsker å sortere, oppsummere og rapportere resultatene. Etersom scoping review innebærer å sammenfatte et stort utvalg av studier, er det viktig å presentere resultatene på måten som anses mest hensiktsmessig (Arksey & O'Malley, 2005). For denne studien ble det sett på som mest hensiktsmessig å oppsummere resultatene i tabellform, ettersom dette gir en god oversikt over de ulike studiene. Først ble de deskriptive dataene til studiene hentet ut, og ført inn i tabellen. De dataene som ble hentet ut her, var; forfattere, utgivelsesår, studiested, studiedesign, studieutvalg, idrett og metode. Denne analysen ga et raskt overblikk over studiene som var inkludert. Etter at de deskriptive dataene var hentet ut, begynte prosessen med å hente ut de relevante dataene fra resultatdelen av studiene. Disse dataene ble også presentert i tabellform. Etersom enkelte studier hadde mye informasjon om det aktuelle temaet, ble noen av resultatene også presentert narrativt.



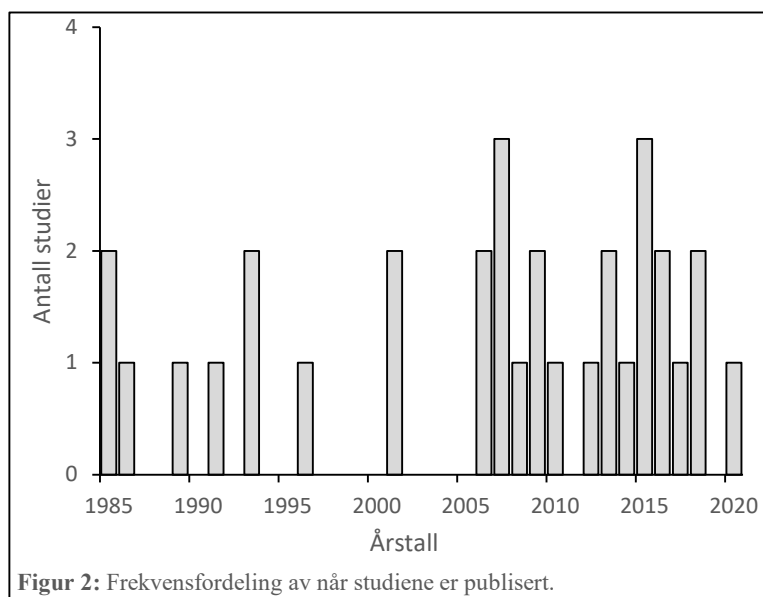
## Resultat

I denne delen vil studienes karakteristikk først bli presentert. Deretter vil studienes resultater bli presentert i tabellform og narrativt. Til slutt vil resultatene fra kvalitetsvurderingen til studiene bli presentert i tabellform.

### Studiens karakteristikk

Totalt ble 32 studier inkludert. Studiene ble publisert i tidsrommet 1985 til 2020. Se

Figur 2 for oversikt over frekvensfordelingen av når studiene ble publisert. Som det kommer frem av Figur 2, har det vært en økning av publiserte studier etter 2006. De inkluderte studiene ble publisert i ti ulike land, hvorav ni ble utgitt i USA, fem i Spania, fem i England, fire i Canada, tre i Norge, to i Finland og en i henholdsvis Malaysia, Australia,



Figur 2: Frekvensfordeling av når studiene er publisert.

Brasil og Mexico. Totalt i studiene var det 19218 deltakere. Av disse var 14190 gutter og 4592 jenter. 436 deltakere er registrert uten at kjønn er spesifisert. 21 av studiene hadde undersøkt begge kjønn. Ti studier hadde kun undersøkt gutter, mens en studie hadde kun undersøkt jenter. Tre av studiene benyttet seg av kvalitativ forskning, mens 28 studier benyttet seg av kvantitativ forskning. En studie benyttet seg av kombinerte metoder. 27 av studiene var tverrsnittstudier, fire av studiene var kohortstudie og en studie var fenomenologisk. Studiene undersøkte en rekke ulike organiserte idretter, der fotball var den idretten flest studier undersøkte ( $n=19$ ). Studiene inkluderte både lagidretter og individuelle idretter. Se Tabell 1 for fullstendig oversikt over inkluderte studier og studienes resultater.

## **Kilder til idrettsglede**

Av de inkluderte studiene, hadde over halvparten undersøkt kildene til idrettsglede. En rekke ulike studier viste at opplevd kompetanse var en viktig kilde til idrettsglede (Boyd & Yin, 1996; McCarthy & Jones, 2007; McCarthy et al., 2008; Ommundsen & Vaglum, 1991; Ryba, 2007; Scanlan et al., 1993a; Scanlan & Lewthwaite, 1986; Tjomsland et al., 2016; Wiersma, 2001). Ekstern støtte fra foreldre og trenere var også ansett som en viktig kilde (McCarthy & Jones, 2007; McCarthy et al., 2008; Ommundsen & Vaglum, 1991; Scanlan et al., 1993a; Scanlan & Lewthwaite, 1986; Tjomsland et al., 2016; Wankel & Kreisel, 1985; Wiersma, 2001). Flere studier viste at mestringsorienterte mål hadde sterk påvirkning på idrettsglede, samt at målorienterte utøvere hadde større opplevelse av idrettsglede (Boyd & Yin, 1996; Cevello et al., 2001; Jaakkola et al., 2014; Morris & Kavassanu, 2009; Smith et al., 2006; Vazou et al., 2006; Zanatta et al., 2018). Studien til Garcia-Mas et al. (2010) viste at den ytre motivasjon hadde størst påvirkning på idrettsglede. Fullstendig oversikt over kildene til idrettsglede er presentert i Tabell 1.

**Tabell 1.** Oversikt over inkluderte studier og resultater.

Forfattere	Land	Hovedmål	Metode Kvant (skala) Kval (Analyse)	Studiedesign	Populasjon	Idrett	Relevante resultater
Alvarez et al (2009)	Spania	Undersøke relasjonen mellom opplevd autonomistøtte, psykologisk behov for tilfredshet, selvbestemt motivasjon på glede/kjedsomhet.	Sport Climate Questionnaire Perceived Competence Scale Perceived Sport Autonomy Scale Perceived Relatedness Scale Sport Satisfaction Instrument	Tverrsnittstudie	370 gutter Gjennomsnittsalder: 14.77 (SD: 0.72)	Fotball	Variablene hadde positiv relasjon for glede. Variablene hadde negativ relasjon for kjedsomhet.
Ampofo-Boateng et al. (2007)	Malaysia	Undersøke hvorfor respondentene deltar i idrett, og undersøke påvirkningen kjønn, alder og nivå har for deltakelse i idrett.	Participation Motivation Questionnaire	Tverrsnittstudie	300 deltakere (202G, 98J) Alder: 8-19 år**	Tennis	Idrettsglede viste ingen signifikante forskjeller mellom kjønn, alder eller nivå.
Boyd og Yin (1996)	USA	Undersøke effekten kognitive og følelse variabler har på idrettsglede.	Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire Self- Perception Profile for Adolescents Dimensions of Depression Profile for Children and Adolescents Sport Commitment Model Perception of Success Questionnaire Perception of Significant Others' Sport Success Criteria Questionnaire Enjoyment/Boredom in Sport Scale Satisfaction in Sport Questionnaire Perception of Sport Ability Scale*	Tverrsnittstudie	231 gutter Gjennomsnittsalder: 15.04 (SD: 0.92)	Ikke rapportert	Høy opplevd kompetanse hadde positiv effekt på idrettsglede. De oppgave orienterte respondentene hadde større opplevelse av idrettsglede, enn de andre respondentene.
Cervello og Santos Rosa (2001)	Spania	Undersøke forholdet mellom målorientering, motiverende klima, egen oppfatning av ferdigheter, glede, tilfredshet og ønskede utfordringer.	Perception of Success Questionnaire Perception of Significant Others' Sport Success Criteria Questionnaire Enjoyment/Boredom in Sport Scale Satisfaction in Sport Questionnaire Perception of Sport Ability Scale*	Tverrsnittstudie	323 deltakere (ikke spesifisert kjønn) Gjennomsnittsalder: 16.3 (Ikke rapportert SD)	Friidrett Fotball Svømming Basketball	Mål orientering, oppfattelse av klima, tilfredshet og ønskede utfordringer hadde sterk korrelasjon med opplevelsen av idrettsglede.
Donkesrs et al. (2015)	Canada	Undersøke hvilken påvirkning kohesjon har for forholdet mellom sosial aksept, individuelt engasjement, og glede i barneidrett.	Child Sport Cohesion Questionnaire Self- Perception Profile for Children Sport Commitment Model	Tverrsnittstudie	209 deltakere (125G, 84J) Gjennomsnittsalder: 9.87 (SD: 1.34)	Fotball	Oppgave kohesjon hadde størst positiv påvirkning på idrettsglede. Mens sosial aksept, og sosial kohesjon hadde mindre påvirkning på idrettsglede.

(Fortsetter under)

Tabell 1. Fortsettelse

Forfattere	Land	Hovedmål	Metode Kvant (skala) Kval (Analyse)	Studiedesign	Populasjon	Idrett	Relevante resultater
Garcia-Mas et al., (2010)	Spania	Undersøke forholdet mellom selvbestemmelsesteorien, idretts glede og engasjement hos unge fotballspillere.	Sport Motivation Scale Sport Commitment Questionnaire	Tverrsnittstudie	454 gutter Gjennomsnittsalder: 15.6 (SD: 0.24)	Fotball	Indre og ytre motivasjon hadde positiv påvirkning på idretts glede. Ytre motivasjon hadde mest positiv påvirkning på idretts glede. Amotivasjon påvirket negativt på idretts glede.
Gardner et al. (2017)	Australia	Undersøke om glede, og intensjoner om å fortsette i idretten, forutså om utøverne droppet ut av idretten med ett års oppfølging.	Enjoyment Subscale Sport Commitment Model	Kohortstudie Testet to ganger, med ett års mellomrom	327 deltakere (77G, 250J) Gjennomsnittsalder: 13.03 (SD: 0.84)	Fotball Nettball Dansing Svømming	Idretts glede reduserte sannsynligheten for å droppe ut av idretten.
Gould et al. (1985)	USA	Undersøke motivasjonsfaktorer, og undersøke om det varierte ut ifra kjønn, alder, ferdigheter og erfaring i idretten.	Participation Motivation Questionnaire	Tverrsnittstudie	365 deltakere (175G, 190J) Gjennomsnittsalder: 13.47 (SD: 2.84)	Svømming	Respondentene rangerte idretts glede som den viktigste motivasjonsfaktoren. Jentene rangerte idretts glede som viktigere motivasjonsfaktor enn det guttene rangerte variabelen, resultatet var signifikant.
Guedes og Netto (2013)	Brasil	Identifisere motivasjonsfaktorer, og undersøke om det varierte ut ifra kjønn, alder og treningshistorie.	Participation Motivation Questionnaire	Tverrsnittstudie	1517 deltakere (803G, 714J) Gjennomsnittsalder: 12-18år	Basketball Håndball Volleyball Fotball Friidrett Turn Svømming Judo Karate Taekwondo Tennis	Idretts glede var en av de motivasjonsfaktorene som var minst viktig, resultatene viste at det var liten forskjell mellom alder og kjønn.

(Fortsetter under)

Tabell 1. Fortsettelse

Forfattere	Land	Hovedmål	Metode Kvant (skala) Kval (Analyse)	Studiedesign	Populasjon	Idrett	Relevante resultater
Jaakkola et al. (2014)	Finland	Undersøke sammenhengen mellom situasjonsmotivasjonsklima, personlighetstrekk, unngå målorientering, opplevd idrettskompetanse og opplevd glede hos finske mannlige juniorhockeyspillere.	Motivational Climate in Physical Education Scale Achievement Goals Questionnaire for Sport Sport Enjoyment Scale Self- and Task-Perception Questionnaire	Tverrsnittstudie	265 gutter Gjennomsnittsalder: 17.03 (SD: 0.63)	Ishockey	Resultatene viste at oppgaveorientert motivasjonsklima, sammen med oppgaveorienterte mål hadde en signifikant sammenheng med opplevelsen av idrettsglede. Ego-orientert motivasjonsklima viste ingen sammenheng med opplevelsen av idrettsglede.
Lagestad og Sørensen (2018)	Norge	Undersøke utviklingen av selv- rapportert idrettsglede, og hvilke faktorer som påvirker idrettsglede på trening og i konkurranser.	Measurement of Enjoyment in Sport and Sport Competitions* Vo <sub>2max</sub>	Kohortstudie Testet 6 ganger, fra de var 14- 19 år	47 deltakere (26G, 21J) Alder: 14±0.5**	Ikke rapportert	Opplevd idrettsglede i konkurranser forble lik over tid, mens opplevd glede på organisert trening sank fra 14 år til 19 år. Opplevd glede på trening økte ved hyppig deltakelse i idretten, fysisk aktivitet nivå og glede i idrettskonkurranse i 14 års alder.
McCarthy og Jones (2007)	England	Undersøke utviklingsprogresjonen av kildene til idrettsglede hos barn.	Fokusgruppeintervju	Tverrsnittstudie	45 deltakere (22G, 23J) Gjennomsnittsalder gutter: 9.95 (SD: 1.25) Gjennomsnittsalder jenter: 10.35 (1.07)	Rugby Fotball Hockey Nettball Terrenngløp Svømming Turn Kampsport Golf Cricket	Opplevelsen av idrettsglede kommer av opplevd kompetanse, sosial involvering, psykososial støtte og mestringsorientert læringsmiljø. Idrettsglede ble negativt påvirket av upassende psykososial støtte, prestasjonsorientert læringsmiljø, negative tilbakemeldinger, og mangel på kompetanse.

Tabell 1. Fortsettelse

Forfattere	Land	Hovedmål	Metode Kvant (skala) Kval (Analyse)	Studiedesign	Populasjon	Idrett	Relevante resultater
McCarthy et al. (2008)	England	Undersøke utviklingsprogresjonen av kildene til idrettsglede hos barn.	Sources of Enjoyment in Youth Sport Questionnaire Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire Self-Perception Profile for Children	Tverrsnittstudie	152 deltakere (68G, 84J) Alder: 8-15år**	Basketball Fotball Nettbull Rounders Hockey Friidrett Badminton Cricket Sykling Kampsport Svømming Tennis Trampoline	Eldre barn rapporterte signifikant høyere opplevd idrettsglede, enn yngre barn. Resultatene viste at gutter rapporterte høyere opplevd idrettsglede enn det jentene rapporterte. Av kildene til idrettsglede var det positiv foreldrestøtte som hadde den høyeste gjennomsnittscoren blant respondentene.
Morris og Kavassanu (2009)	England	Undersøke om prestasjonsmål og unngå straff forutså glede, konsentrasjonsforstyrrelser, og bekymring i idrett.	Achievement Goal Questionnaire for Sport Perception of Success Questionnaire Satisfaction/Enjoyment/Boredom in Sport scale Sport Anxiety Scale Intrinsic Motivation Inventory	Tverrsnittstudie	254 deltakere (139G, 110J, 5U) Gjennomsnittsalder: 13.57 (SD: 1.69)	Rugby Fotball Hockey Nettbull Cricket Basketball Rounders Svømming Friidrett Seiling Trampoline Karate Tennis	Mestringsorienterte mål hadde positiv relasjon til å forutse idrettsglede. Gutter rapporterte signifikant opplevd høyere idrettsglede enn det jentene rapporterte. Resultatene viste ingen signifikant sammenheng mellom ego- orientering og opplevd kompetanse, for å forutse glede.
Ommundsen og Vaglum (1991)	Norge	Undersøke konkurranse angst, og glede i forhold til opplevde ferdigheter, og emosjonell støtte.	Strukturert intervju Sport Competition Anxiety Test Enjoyment in Soccer Index*	Tverrsnittstudie	223 gutter Gjennomsnittsalder: 14.5 (SD: 1.3)	Fotball	Høy opplevd kompetanse og ekstern støtte var positiv relatert med idrettsglede.
Puente-Díaz (2012)	Mexico	Undersøke effekten målorientering og prestasjonsemosjoner har på tilfredstillelse i idrett.	Enjoyment/Boredom in Sport Scale 2X2 Achievement Goals Questionnaire for Sport Satisfaction with Life Scale	Tverrsnittstudie	200 deltakere (131G, 69J) Gjennomsnittsalder: 14.13 (SD: 2.45)	Tennis	Mestringsorienterte mål og opplevelsen av idrettsglede hadde en direkte positiv sammenheng. Glede viste å ha en positiv påvirkning på tilfredstillelse, innsats og prestasjonen i idretten.

Tabell 1. Fortsettelse

Forfattere	Land	Hovedmål	Metode Kvant (skala) Kval (Analyse)	Studiedesign	Populasjon	Idrett	Relevante resultater
Pulido et al. (2014)	Spania	Undersøke påvirkningen motiverende prosesser har på glede, kjedsomhet og intensjonene om å fortsette i idrett.	Basic Psychological Needs Support in Physical Education Scale Basic Psychological Needs in Exercise Scale Physical Education Motivation Scale Enjoyment/Boredom in Sport Scale	Tverrsnittstudie	985 deltakere (620G, 365J) Gjennomsnittsalder: 14.34 (SD: 2.52)	24 ulike idretter	Sosiale faktorer som var relatert til treneren og selvbestemt motivasjon viste å ha en positiv prediksjon på idrettsglede.
Quested et al. (2013)	England Spania Norge Frankrike Hellas	Teste motivasjonsteorien basic need theory fungerer i idrett i ulike kulturer med ett stort utvalg.	Health Care Climate Questionnaire Intrinsic Motivation Inventory Intention to Drop Out Questionnaire* Basic Need Satisfaction Scale*	Tverrsnittstudie	7769 deltakere (6641G, 1020J, 108U) Gjennomsnittsalder: 11.56 (SD: 1.40)	Fotball	Opplevelsen av idrettsglede motvirket intensjonen om å droppe ut av idretten. Tilfredstilte førte til høyere opplevelse av idrettsglede en.
Roethlisberger, et al. (2020)	USA	Identifisere prediksjoner på unge jenters idrettsengasjement og idrettsglede.	Athletic Identity Measurement Scale Personal Endorsement of Gender Stereotypes Scale Sport Commitment Scale Sport Enjoyment Scale Sport Intention Scale	Tverrsnittstudie	130 jenter Gjennomsnittsalder: 11.7 (SD: 2.6)	Ishockey	Idrettsidentitet viste signifikant positiv relasjon med idrettsglede.
Ryba (2007)	USA	Utforske og få en forståelse av erfaringene til åtte unge utøvere, og hvordan de har erfart opplevelsen av glede i kunstløp.	Ustrukturert fenomenologisk intervju	Fenomenologisk	8 deltakere (2G, 6J) Alder: 8-10 år**	Kunstløp	Utøverne responderte at opplevelsen av idrett kom gjerne av å gjøre ting for første gang, bli bedre, være kreativ, utforske kroppens bevegelser og være rundt andre personer.
Scanlan et al. (1993)	USA	Undersøke kildene til opplevelsen av idrettsglede.	Enjoyment in Sport Scale*	Tverrsnittstudie	1342 deltakere (875G, 467J) Alder: 10-19år**	Amerikansk fotball Fotball Volleyball	De signifikante kildene til idrettsglede var bedre innsats og mestring, positiv eksternt støtte og tilfredstilte med spillernes sesong prestasjon.

(Fortsetter under)

Tabell 1. Fortsettelse

Forfattere	Land	Hovedmål	Metode Kvant (skala) Kval (Analyse)	Studiedesign	Populasjon	Idrett	Relevante resultater
Scanlan et al. (1993)	USA	Introdusere en teoretisk modell for idrettsengasjement.	Sport Commitment Model*	Tverrsnittstudie	178 deltakere (83G, 95J) Gjennomsnittsalder gutter: 10.78 (SD: 0.97) Gjennomsnittsalder jenter: 12.49 (SD: 1.69)	Baseball Softball	Idrettsglede hadde signifikant positiv påvirkning på idrettsengasjement.
Smith et al. (2006)	Spania	Undersøke potensielle påvirkninger målorienteringsteorien har på oppfatning av motivasjonsklima, oppfatningen av forholdet med jevnaldrende og motivasjonsrelaterte faktorer (opplevd kompetanse, glede, og tilfredsstillelse).	Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 Self-Perception Profile for Children Sport Friendship Quality Scale Perceived Ability Scale* Enjoyment/Boredom in Sport Scale	Tverrsnittstudie	223 gutter Gjennomsnittsalder: 10.9 (SD: 0.6)	Fotball	Deltakerne med lav-egoisme/ høyt oppgaveorienterte scorete høyere på opplevd glede i fotball.
Tamminen et al. (2016)	Canada	Undersøke følelse regulering mellom seg selv og andre medmennesker, samt forbindelsene med klimaet med jevnaldrende, idrettsglede og idrettsengasjement.	Emotion Regulation of Others and Self scale Peer Motivational Climate in Youth Sport Questionnaire Sport Enjoyment Scale	Tverrsnittstudie	451 deltakere (247G, 204J) Gjennomsnittsalder: 16.3 (SD: 1.02)	Hockey Volleyball Fotball Basketball Baseball Softball Lacrosse Rugby	Utøvere som hadde selvødeleggende atferd, hadde negativ påvirkning på idrettsglede, mens positiv atferd hadde positiv påvirkning på idrettsglede. Motivasjonsklima med jevnaldrende hadde også positiv påvirkning på idrettsglede.
Tjomsland et al. (2016)	Norge	Hvordan er det å spille fotball i alderen 12- 14 år, og hvilke faktorer bidrar til opplevelsen av idrettsglede for denne aldersgruppen.	Fokusgruppeintervju	Tverrsnittstudie	73 deltakere (34G, 39J) Alder: 12-14 år**	Fotball	Respondentene indikerte seks faktorer som bidrar til å øke opplevelsen av glede. Faktorene de indikerte: være med venner, samarbeide med lagkamerater, fordi de har lyst, støttende trener og lære nye ferdigheter som man mestrer

(Fortsetter under)



Tabell 1. Fortsettelse

Forfattere	Land	Hovedmål	Metode Kvant (skala) Kval (Analyse)	Studiedesign	Populasjon	Idrett	Relevante resultater
Vazou et al. (2006)	England	Undersøke påvirkningen motivasjonsklima har på fysisk egenverdi, glede, trekk angst og atferd.	Peer-created Motivational Climate Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 Intrinsic Motivation Inventory Sport Anxiety Scale Children Physical Self Perception Profile Teacher Rating of Academic Achievement Motivation Questionnaire	Tverrsnittstudie	493 deltakere (369G, 124J) Gjennomsnittsalder: 14.08 (SD: 1.29)	Rugby Fotball Basketball Hockey Nettball Svømming	Oppgave orientert klima indikerte høyere opplevelse av idrettsglede.
Vissek et al. (2015)	USA	Utvikle et teoretisk rammeverk av opplevelsen av gøy i idrett.	Mapping (kvalitativ/ kvantitativ)	Tverrsnittstudie	142 deltakere (73G, 69J) Gjennomsnittsalder: 12.7 (2.69)	Fotball	Høy innsats og positiv lagdynamikk hadde positiv påvirkning på opplevelsen av gøy i idrett.
Wankel og Sefton (1989)	Canada	Undersøke opplevelsen av gøy i løpet av en sesong i ungdomsidrett.	Competitive State Anxiety Inventory Mood State Scale Semantic Differential Mood State Scale	Kohortstudie Gjennomførte spørreundersøkelser før og etter 12 kamper i løpet av en sesong	122 deltakere (55G, 67J) Gjennomsnittsalder gutter: 12.66 (SD: 1.58) Gjennomsnittsalder jenter: 11.62 (SD: 1.77)	Ringette Hockey	Følelsene respondentene hadde etter kampen hadde størst påvirkning på opplevelsen av glede, og var opplevelsen var relativt stabil gjennom alle 12 kampene som ble analysert.
Wankel og Kreisel (1985)	Canada	Undersøke faktorer som påvirker glede i ungdomsidrett.	Minor Sport Enjoyment Inventory	Tverrsnittstudie	822 gutter Alder: 7-14 år**	Baseball Fotball Hockey	De faktorene som var viktigst forhold til glede var å forbedre sine egne ferdigheter, teste ferdighetene sine mot andre, personlige prestasjoner og spenningen av kamper.

(Fortsetter under)

Tabell 1. Fortsettelse

Forfattere	Land	Hovedmål	Metode Kvant (skala) Kval (Analyse)	Studiedesign	Populasjon	Idrett	Relevante resultater
Wiersma (2001)	USA	Teste modellen til Scanlan og Lewthwaite (1986) om kildene til glede i ungdomsidrett.	Youth Sport Questionnaire	Tverrsnittstudie	298 deltakere (66G, 232J) Gjennomsnittsalder: 15.71 (SD: 1.35)	14 ulike idretter	Resultatene samsvarte stort sett med modellen til Scanlan og Lewthwaite (1986), men resultatene viste at innsats og positiv foreldrestøtte hadde positiv påvirkning på idrettsglede.
Zanatta et al. (2018)	Finland	Undersøke motivasjonsfaktorene blant finske ungdomsutøvere og følge deres utvikling.	Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire Perception of Success Questionnaire Perceived Physical Competence Scale Sport Enjoyment Scale Sport Motivation Scale Motivational Climate in Physical Education Scale	Kohortstudie Testet to ganger	824 deltakere (489G, 335J) Alder: Deltakere født i 1995, gjennomført i 2010	Fotball Ishockey Basketball	De selvrapporterte eliteutøverne rapporterte signifikant høyere idrettsglede, oppgaveorientert læringsklima og sosiale forhold, enn det de andre utøverne rapporterte.

\* Lagd eget spørreskjema

\*\* Ikke oppgitt gjennomsnittsalder

G, Gutter

J, Jenter

U, Uspesifisert kjønn

SD, standardavvik

## **Utfall av idrettsglede**

Det var en liten del av studiene som kun hadde undersøkt utfallene av idrettsglede. Resultatene fra disse studiene viste at idrettsglede førte til økt sannsynlighet for at deltakerne ble værende i idretten sin (Gardner et al., 2017; Quested et al., 2013; Ryba, 2007). Kohortstudien til Gardner et al. (2017) fulgte 327 deltakere i ett år. Denne studien viste at idrettsglede førte til at deltakerne ble værende i idretten, og reduserte sannsynligheten for at deltakerne droppet ut (Gardner et al., 2017). Scanlan et al. (1993b) viste at idrettsglede førte til at deltakerne fikk høyere idrettsengasjement. Flere studier viste også at idrettsglede førte til økt motivasjon, og at idrettsglede er en av de viktigste motivasjonsfaktorene for barn og unge (Garcia- Mas et al., 2010; Gould et al., 1985; Guedes & Netto, 2013; Pulido et al., 2014). Studien til Puente- Diaz (2012) viste at idrettsglede førte til økt tilfredsstillelse, innsats og prestasjon i idretten.

## **Idrettsglede i forhold til kjønn, alder og idrett**

Det var flere studier som hadde undersøkt sammenhengen mellom opplevelsen av idrettsglede i forhold til alder og kjønn. To av disse viste ingen eller liten forskjell i opplevelsen av idrettsglede i forhold til alder og kjønn (Ampofo- Boateng et al., 2007; Guedes & Netto, 2013). Gould et al. (1985) viste at jenter rangerte idrettsglede som en viktigere motivasjonsfaktor enn gutter. McCarthy et al. (2008) sin studie viste at gutter hadde høyere opplevelse av idrettsglede enn jentene.

Når det gjaldt idrettsglede i forhold til alder viste studien til Scanlan & Lewthwaite (1986) at de yngre guttene opplevde mer idrettsglede enn hva de eldre guttene opplevde. Resultatene fra McCarthy et al. (2008) viste at de eldre deltakerne hadde høyere opplevelse av idrettsglede enn det de yngre deltakerne hadde. Flere studier viste at de deltakerne som hadde lengre erfaring i idretten hadde større opplevelse av idrettsglede, sammenliknet med

deltakerne som hadde mindre erfaring (Gould et al., 1985; McCarthy et al., 2008; Scanlan & Lewthwaite, 1986).

McCarthy et al. (2008) viste at barna som drev med lagidrett hadde betydelig høyere score på opplevelsen av idretts glede enn barn som drev med individuell idrett (McCarthy et al., 2008). De faktorene som skilte seg ut mellom lagidrett og individuell idrett, var opplevd kompetanse, tilknytning til jevnaldrende, konkurransespenning og ekstern støtte (McCarthy et al., 2008). Studien viste at barn som drev med lagidrett, scoret høyere på samtlige av de nevnte faktorene sammenliknet med barn som drev med individuell idrett (McCarthy et al., 2008).

### **Kvalitetsvurdering av studiene**

Tabell 2 viser resultatene fra kvalitetsvurderingen der MMAT ble benyttet. De kvalitative studiene fikk full score, mens det var flere mangler på de kvantitative studiene. Generelt så skyldes dette at de kvantitative studiene ikke omtalte om utvalget var representativt for resten av populasjonen, som var ett av kravene i MMAT- undersøkelsen. Det var også flere studier der ikke alle dataene ble rapportert. Dette gjorde at spørsmålene i MMAT ikke kunne besvares og studiene fikk dermed ikke poeng på de spørsmålene dette gjaldt.

Tabell 2. Kvalitetsvurdering av studiene

Forfattere	Kvalitetskriterier for Mixed Methods Appraisal Tool																										
	S1	S2	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	3.1	3.2	3.3	3.4	3.5	4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	5.1	5.2	5.3	5.4	5.5
Alvarez et al. (2009)	1	1																0	0	1	1	1					
Ampofo-Boateng et al. (2007)	1	1																0	0	1	1	1					
Boyd og Yin (1996)	1	1																1	0	1	0	0					
Cervello og Santos Rosa, (2001)	1	1																1	0	1	X	1					
Donkesrs et al. (2015)	1	1																1	0	1	0	1					
Garcia-Mas et al. (2010)	1	1																1	0	1	1	0					
Gardner et al. (2017)	1	1																0	0	1	1	1					
Gould et al. (1985)	1	1																1	0	1	1	0					
Guedes og Netto (2013)	1	1																1	0	1	0	1					
Tjomsland et al. (2016)	1	1	1	1	1	1	1																				
Jaakkola et al. (2014)	1	1																1	0	1	X	1					
Lagestad og Sørensen (2018)	1	1								0	0	0	1	1													
McCarthy og Jones (2007)	1	1	1	1	1	1	1																				
McCarthy et al. (2008)	1	1																1	0	1	X	1					
Morris og Kavassanu (2009)	1	1																1	0	1	0	1					
Ommundsen og Vaglum (1991)	1	1																					0	1	1	0	0
Puente-Díaz (2012)	1	1																0	0	1	X	1					
Pulido et al. (2014)	1	1																1	0	1	X	0					
Quested et al. (2013)	1	1																1	0	1	X	1					
Roethlisberger et al. (2020)	1	1																1	0	1	1	1					
Ryba, (2007)	1	1	1	1	1	1	1																				
Scanlan et al. (1993a)	1	1																1	0	1	1	1					
Scanlan et al. (1993b)	1	1																0	0	1	X	1					
Scanlan og Lewthwaite (1986)	1	1																0	0	1	X	1					
Smith et al. (2006)	1	1																0	0	1	X	1					

(Fortsetter under)

Tabell 2. Fortsettelse

Forfattere	Kvalitetskriterier for Mixed Methods Appraisal Tool																										
	S1	S2	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	3.1	3.2	3.3	3.4	3.5	4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	5.1	5.2	5.3	5.4	5.5
Tamminen et al. (2016)	1	1																1	0	1	1	1					
Vazou et al. (2006)	1	1																1	0	1	X	1					
Visek et al., (2015)	1	1																0	0	1	X	1					
Wankel og Sefton (1989)	1	1								0	1	0	0	X													
Wankel og Kreisel (1985)	1	1																1	1	1	X	1					
Wiersma (2001)	1	1																1	0	1	X	0					
Zanatta et al. (2018)	1	1								1	1	0	0	1													

0, Ikke godkjent

1, Godkjent

X, Ikke rapportert (får ikke poeng)

## Diskusjon

Formålet til denne studien var å undersøke hva litteraturen sier om idrettsglede i organisert barne- og ungdomsidrett i tidsrommet 1980 til 2020. Resultatene viste at opplevd kompetanse, ekstern støtte og mestringsorientering er viktige kilder for å oppnå idrettsglede. I tillegg viste resultatene at idrettsglede fører til økt sannsynlighet for at barn og unge ble værende i idretten, og at idrettsglede anses som en av de viktigste motivasjonskildene for å delta i idrett.

### Studiedesign

Av alle studiene som var med i denne analysen, var 27 av de gjennomført som tverrsnittstudier, der de fleste studiene benyttet seg av selvrappporterende målinger. Selvrappporterende målinger kan skape misforståelser, og komplikasjoner (Thomas et al., 2016). Ifølge evidenspyramiden er tverrsnittstudier sett på som ett av de svakeste studiedesignene (Murad et al., 2016; Thomas et al., 2015). Riktignok viste MMAT-undersøkelsen at de fleste studiene benyttet seg av standardiserte spørreskjemaer, som bidrar til å øke validiteten til disse studiene (Hong et al., 2018). Flere av studiene benyttet seg også av de samme spørreskjemaene. Sport Enjoyment Scale (Scanlan et al., 1993a) og Sport Commitment Model (Scanlan et al., 1993b) var spørreskjemaene som var mest benyttet for å måle idrettsglede. Det var kun fire kohortstudier og tre kvalitative studier som var inkludert. Kohortstudier kan bidra til å gi en forståelse av hvordan idrettsglede utvikler seg over tid, og ifølge evidenspyramiden er kohortstudier ansett som ett sterkere studiedesign (Murad et al., 2016). Kvalitative studier kan bidra til å gi en dypere forståelse av kildene og utfallene av idrettsglede, i tillegg til hvordan det påvirker barn og unge i idretten.

Flere studier opererte med forskjellige definisjoner av idrettsglede. Dette kan være et problem når de samler inn data (Kimiecik & Harris, 1996). Når begrepet er definert ulikt, er

det stor sannsynlighet for at målingen også blir ulik. Dette kan føre til større usikkerhet i tolkningen av hva som regnes som idrettsglede (Kimiecik & Harris, 1996).

### **Kilder til idrettsglede**

Denne studien viste at idrettsglede kan komme fra mange forskjellige kilder, men at opplevd kompetanse, ekstern støtte og mestringsorientering var de kildene som var mest fremtredende. Likevel viste flere av de inkluderte studiene at opplevd mestring, positiv kohesjon og høy innsats også har positive påvirkninger på idrettsglede (McCarthy & Jones, 2007; Morris & Kavassanu, 2009; Puente- Diaz, 2012; Ryba, 2007; Scanlan et al., 1993a; Tjomsland et al., 2015; Visek et al., 2015). Flere studier viste at prestasjonsorientering hadde negativ eller ingen påvirkning på opplevelsen av idrettsglede (Boyd & Yin, 1996; Jaakkola et al., 2014; Morris & Kavassanu, 2009; Puente- Diaz, 2012). Disse funnene samsvarer med resultatene fra andre studier (Cumming et al., 2007; MacDonald et al., 2011; Newton et al., 2000; Vazou et al., 2006). Studien til Garcia- Mas et al. (2010) viste at den ytre motivasjonen hadde størst påvirkning på idrettsglede. Dette sees i motsetning til resultater fra andre studier, da disse studiene har vist at det er den indre motivasjonen som har størst påvirkning på idrettsglede (Visek et al., 2015; Wankel & Kreisel, 1985). Det er tydelig at både indre og ytre motivasjon kan ha positiv påvirkning på opplevelsen av idrettsglede, men foreløpig foreligger det ikke nok litteratur til å si hvilken type motivasjon som har den største påvirkningen.

### **Utfall av idrettsglede**

Resultatene fra studien viste at idrettsglede har flere positive utfall. De utfallene som gikk igjen hyppigst, var økt idrettsengasjement og økt motivasjon (Garcia- Mas et al., 2010; Gould et al., 1985; Guedes & Netto, 2013; Pulido et al., 2014; Scanlan et al., 1993b). Det var også flere studier som viste at idrettsglede førte til økt sannsynlighet for at deltakerne ble værende i idretten (Gardner et al., 2017; Quested et al., 2013; Ryba, 2007). Studien til Puente-

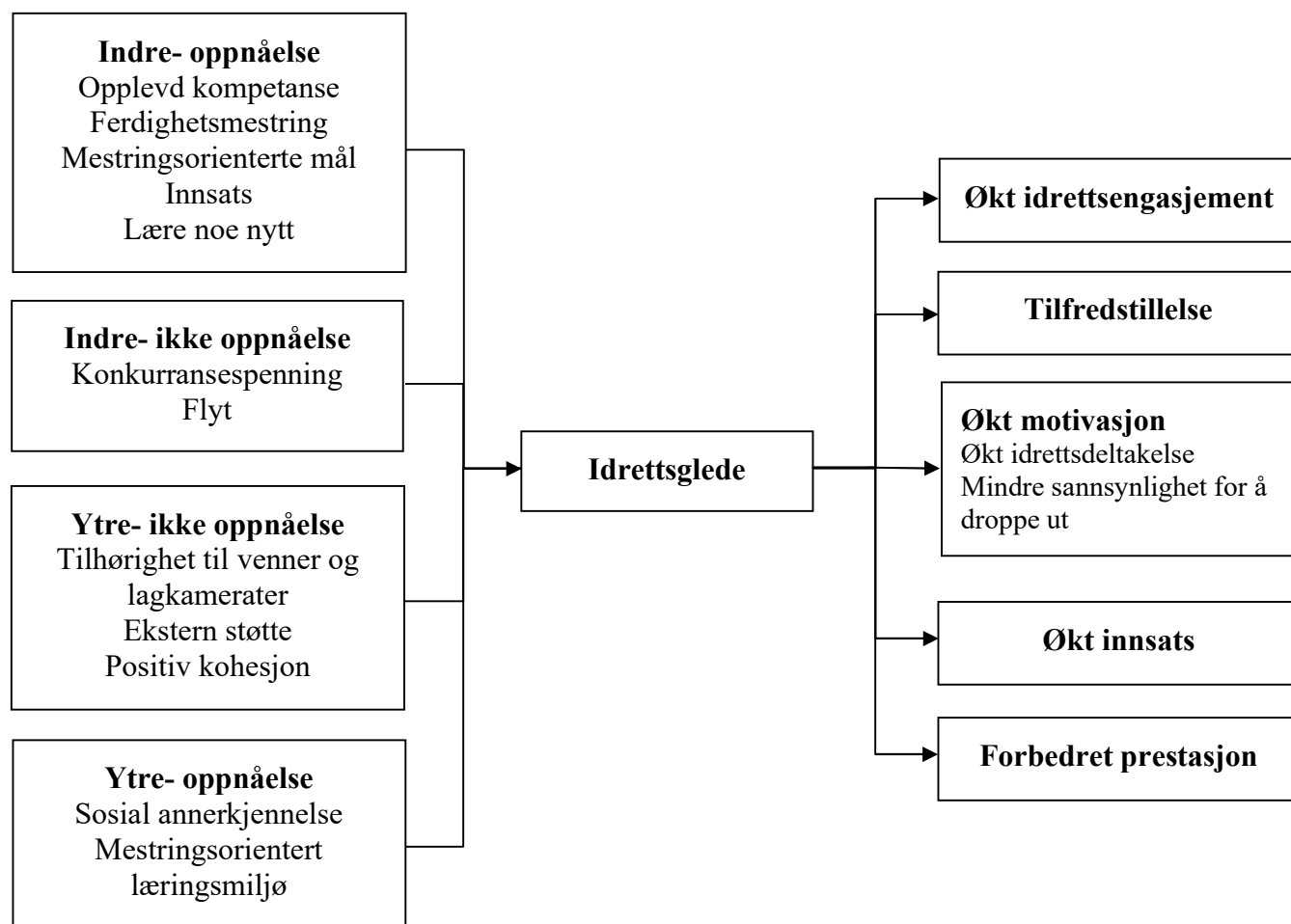


Diaz (2012) viste at idretts glede førte til økt tilfredstillelse, innsats og forbedret prestasjon i idretten.

### Kilder og utfall til idretts glede modellen

I studien til Weiss og Amrose (2008) blir det presentert en figur som gir en skjematisk oversikt over kildene til idretts glede, og hvilken påvirkning det har på idrettsengasjement.

Figur 2 under viser en videreutvikling av modellen til Weiss og Amrose (2008). Modellen deres ble modifisert basert på resultatene fra denne studien. Boksene til venstre i figuren viser kildene til idretts glede, mens boksene til høyre viser utfallene av idretts glede.



**Figur 2.** Kilder til og utfall av idretts glede modellen

De endringene som er blitt gjort i denne figuren er å dele kildene i fire felter istedenfor i tre, tillegg til å legge inn flere kilder til og utfall av idrettsglede. De kildene som har blitt lagt inn i figuren er innsats, ekstern støtte, mestringsorienterte mål, konkurransespenning, opplevelsen av å lære noe nytt og positiv kohesjon. Det har også blitt utarbeidet flere utfall av idrettsglede. De utfallene som har blitt lagt inn i figuren er tilfredstillelse, økt motivasjon, økt idrettsdeltakelse, mindre sannsynlighet for å droppe ut av idrett, økt innsats og forbedret prestasjon.

### **Idrettsglede i forhold til kjønn, alder og idrett**

Flere studier hadde sett på idrettsglede knyttet til kjønn. Majoriteten av disse studiene hadde ikke funnet noen signifikant forskjell mellom jenter og gutter. Det var kun to studier som hadde funnet forskjell mellom kjønnene. Disse studiene fant ut at jenter rangerte idrettsglede som en viktigere motivasjonsfaktor enn guttene, men at gutter hadde generelt en høyere opplevelse av idrettsglede enn jentene (Gould et al., 1985; McCarthy et al., 2008). Når det gjelder idrettsglede i forhold til alder så er resultatene motstridende. Scanlan og Lewthwaite (1986) viste at de yngre deltakerne hadde høyere opplevelse av idrettsglede enn de eldre, mens McCarthy et al. (2008) viste at de eldre deltakerne hadde høyere opplevelse av idrettsglede. Funnet til McCarthy et al. (2008) kan ha sammenheng med at deltakerne hadde lengre erfaring i idretten.

Når det gjaldt forskjellene mellom opplevelsen av idrettsglede i forhold til lagidrett og individuell idrett var det kun studien til McCarthy et al. (2008) som hadde undersøkt dette. Deres studie fant ut at deltakerne i lagidrett scoret høyere på opplevd idrettsglede enn deltakerne i individuell idrett. Riktignok må dette resultatet betraktes med noe usikkerhet, ettersom studien kun undersøkte 153 deltakere.

## **Begrensninger**

Det er noen begrensninger i denne studien som må tas i betraktning. Den mest sentrale begrensningen er at det meste av forskningsprosessen har blitt gjennomført av en masterstudent med ett begrenset tidsaspekt. For å forhindre å gjøre feil i denne prosessen har masterstudenten fått veiledning underveis fra veiledere og biblioteket ved Universitet i Agder. Masterstudenten har også benyttet seg av forskningslitteraturen for å få tips og kunnskap til å kunne gjennomføre forskningsprosessen så objektiv som mulig. For å sikre korrekt resultat har flere av prosessene blitt gjennomført flere ganger.

## **Fremtidig forskning**

Etter å ha gjennomført denne studien er det tydelig at det er enkelte tendenser som går igjen i forskningen på dette temaet. De fleste studiene er gjennomført som kvantitative tverrsnittstudier, og det er mangel på kvalitative studier og kohortstudier. På bakgrunn av dette bør fremtidig forskning benytte seg av kvalitative forskningsmetoder, i tillegg til flere longitudinelle kohortstudier. Resultatene i studien viste at ca.  $\frac{3}{4}$  av deltakerne var gutter, fremtidig forskning bør derfor undersøke flere jenter. Studiene bør også i større grad sammenligne opplevelsen av idretts glede i relasjon til alder, kjønn og type idrett. Ettersom at det var kun noen få studier som undersøkte utfallene av idretts glede, bør også dette undersøkes ytterligere. Siden studien ble gjennomført som en scoping review som har satt søkelys på å gå i bredden av dataene, vil det være nødvendig i fremtiden å gjennomføre en systematisk litteraturstudie som går mer i dybden av dataene.

Denne studien fant at det kun er gjennomført tre studier i Norge om idretts glede. Ettersom dette er et viktig satsningsområde for NIF bør det foreligge mer forskning på dette temaet i Norge, for å finne ut hvilken påvirkning det har på barn og unge i den norske organiserte idretten.

## **Konklusjon**

Problemstillingen til denne studien var å undersøke hva litteraturen sier om idrettsglede i organisert barne- og ungdomsidrett i tidsrommet 1980 til 2020. Studien fant at de viktigste kildene til idrettsglede i barne- og ungdomsidrett er opplevd kompetanse, ekstern støtte og mestringsorientert læringsmiljø. Studien fant at idrettsglede øker sannsynligheten for at barn og unge fortsetter med idretten sin. Videre fant studien også at det var liten eller ingen forskjell mellom opplevelsen av idrettsglede mellom alder og kjønn. Basert på resultatene fra denne studien ser det ut til at barn og unge som driver med lagidrett har høyere opplevelse av idrettsglede, enn de som driver med individuell idrett. Til slutt konkluderes det med at det er behov for flere studier på dette temaet, slik at temaet kan belyses ytterligere.

### Referanser

- Alvarez, M. S., Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. (2009). Coach Autonomy Support and Quality of Sport Engagement in Young Soccer Players. *The Spanish Journal of Psychology*, *12*(1), 138-148. <https://doi.org/10.1017/S1138741600001554>
- Ampofo-Boateng, K., Yusof, S. M., Abd. Rahim, M. R., & Suun, A. (2007). The motives young Malaysians assign for participating in tennis. *Annals of Leisure Research*, *10*(2), 196-214. <https://doi.org/10.1080/11745398.2007.9686761>
- Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: towards a methodological framework. *International journal of social research methodology*, *8*(1), 19-32. <https://doi.org/10.1080/1364557032000119616>
- Aveyard, H. (2014). *Doing a literature review in health and social care: A practical guide*. McGraw-Hill Education.
- Boyd, M. P., & Yin, Z. (1996). Cognitive-affective sources of sport enjoyment in adolescent sport participants. *Adolescence*, *31*(122), 383- 395.
- Butcher, J., Lindner, K. J., & Johns, D. P. (2002). Withdrawal from competitive youth sport: A retrospective ten-year study. *Journal of Sport Behavior*, *25*(2), 145- 163.
- Cervelló, E. M., & Santos-Rosa, F. J. (2001). Motivation in sport: An achievement goal perspective in young Spanish recreational athletes. *Perceptual and motor skills*, *92*(2), 527-534. <https://doi.org/10.2466/pms.2001.92.2.527>
- Colquhoun, H. L., Levac, D., O'Brien, K. K., Straus, S., Tricco, A. C., Perrier, L., ... & Moher, D. (2014). Scoping reviews: time for clarity in definition, methods, and reporting. *Journal of clinical epidemiology*, *67*(12), 1291-1294. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2014.03.013>

- Cumming, S. P., Smoll, F. L., Smith, R. E., & Grossbard, J. R. (2007). Is winning everything? The relative contributions of motivational climate and won-lost percentage in youth sports. *Journal of applied sport psychology, 19*(3), 322-336.  
<https://doi.org/10.1080/10413200701342640>
- Daudt, H. M., van Mossel, C., & Scott, S. J. (2013). Enhancing the scoping study methodology: a large, inter-professional team's experience with Arksey and O'Malley's framework. *BMC medical research methodology, 13*(1), 48.  
<https://doi.org/10.1186/1471-2288-13-48>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Plenum.
- Donkesrs, J. L., Martin, L. J., Paradis, K. F., & Anderson, S. (2015). The social environment in children's sport: Cohesion, social acceptance, commitment, and enjoyment. *International Journal of Sport Psychology, 46*(4), 275-294.
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2008). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of sport and exercise, 9*(5), 645-662. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.003>
- Garcia-Mas, A., Palou, P., Gili, M., Ponseti, X., Borrás, P. A., Vidal, J., ... & Sousa, C. (2010). Commitment, enjoyment and motivation in young soccer competitive players. *The Spanish journal of psychology, 13*(2), 609-616.  
<https://doi.org/10.1017/s1138741600002286>
- Gardner, L. A., Magee, C. A., & Vella, S. A. (2016). Social climate profiles in adolescent sports: Associations with enjoyment and intention to continue. *Journal of adolescence, 52*, 112-123. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.08.003>

- Gardner, L. A., Magee, C. A., & Vella, S. A. (2017). Enjoyment and behavioral intention predict organized youth sport participation and dropout. *Journal of physical activity and health, 14*(11), 861-865. <https://doi.org/10.1123/jpah.2016-0572>
- Gould, D., Feltz, D., & Weiss, M. R. (1985). Motives for participating in competitive youth swimming. *International Journal of Sport Psychology, 16*, 126-140.
- Guedes, D. P., & Netto, J. E. S. (2013). Sport participation motives of young Brazilian athletes. *Perceptual and Motor Skills, 117*(3), 742-759.  
<https://doi.org/10.2466/06.30.PMS.117x33z2>
- Hong, Q. N., Pluye, P., Fàbregues, S., Bartlett, G., Boardman, F., Cargo, M., ... & Vedel, I. (2018). Mixed methods appraisal tool (MMAT), version 2018. *Registration of copyright, 1148552*, 10.
- Jaakkola, T., Ntoumanis, N., & Liukkonen, J. (2014). Motivational climate, goal orientation, perceived sport ability, and enjoyment within Finnish junior ice hockey players. *Scandinavian journal of medicine & science in sports, 26*(1), 109-115.  
<https://doi.org/10.1111/sms.12410>
- Kimiecik, J. C., & Harris, A. T. (1996). What is enjoyment? A conceptual/definitional analysis with implications for sport and exercise psychology. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 18*(3), 247-263. <https://doi.org/10.1123/jsep.18.3.247>
- Lagestad, P., & Sørensen, A. (2018). Longitudinal Changes in Sports Enjoyment among Adolescents. *Journal of Physical Education and Sport, 18*(1), 89.  
<https://doi.org/10.7752/jpes.2018.01011>

- MacDonald, D. J., Côté, J., Eys, M., & Deakin, J. (2011). The role of enjoyment and motivational climate in relation to the personal development of team sport athletes. *The sport psychologist, 25*(1), 32-46. <https://doi.org/10.1123/tsp.25.1.32>
- McCarthy, P. J., & Jones, M. V. (2007). A qualitative study of sport enjoyment in the sampling years. *The sport psychologist, 21*(4), 400-416. <https://doi.org/10.1123/tsp.21.4.400>
- McCarthy, P. J., Jones, M. V., & Clark-Carter, D. (2008). Understanding enjoyment in youth sport: A developmental perspective. *Psychology of sport and exercise, 9*(2), 142-156. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.01.005>
- Morris, R. L., & Kavussanu, M. (2009). The role of approach-avoidance versus task and ego goals in enjoyment and cognitive anxiety in youth sport. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 7*(2), 185-202. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2009.9671899>
- Murad, M. H., Asi, N., Alsawas, M., & Alahdab, F. (2016). New evidence pyramid. *BMJ Evidence-Based Medicine, 21*(4), 125-127. <https://doi.org/10.1136/ebmed-2016-110401>
- Newton, M., Duda, J. L., & Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of sports sciences, 18*(4), 275-290. <https://doi.org/10.1080/026404100365018>
- Norges Fotballforbund, (2020). *Ny klubbundersøkelse: Stor bekymring for frafall i seniorfotballen*. <https://www.fotball.no/tema/nff-nyheter/2020/stor-bekymring-for-frafall-i-seniorfotballen/>



Norges Idrettsforbund, (u.å.a). *Idretten skal! 2019- 2023- Strategiske satsingsområder*.

[https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/ed1d788edca540e682b5a296836b22f8/130\\_19\\_nif\\_strategiske-satsingsomrader-2019-2023.pdf](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/ed1d788edca540e682b5a296836b22f8/130_19_nif_strategiske-satsingsomrader-2019-2023.pdf)

Ommundsen, Y., & Vaglum, P. (1991). Soccer competition anxiety and enjoyment in young boy players. The influence of perceived competence and significant others' emotional involvement. *International Journal of Sport Psychology*, 22(1), 35-49.

Peters, M. D., Godfrey, C. M., Khalil, H., McInerney, P., Parker, D., & Soares, C. B. (2015). Guidance for conducting systematic scoping reviews. *JBIEvidence Implementation*, 13(3), 141-146. <https://doi.org/10.1097/XEB.0000000000000050>

Pham, M. T., Rajić, A., Greig, J. D., Sargeant, J. M., Papadopoulos, A., & McEwen, S. A. (2014). A scoping review of scoping reviews: advancing the approach and enhancing the consistency. *Research synthesis methods*, 5(4), 371-385. <https://doi.org/10.1002/jrsm.1123>

Puente-Díaz, R. (2012). The effect of achievement goals on enjoyment, effort, satisfaction and performance. *International Journal of Psychology*, 47(2), 102-110. <https://doi.org/10.1080/00207594.2011.585159>

Pulido, J. J., Sanchez-Oliva, D., Amado, D., Gonzalez-Ponce, I., & Sanchez-Miguel, P. A. (2014). Influence of motivational processes on enjoyment, boredom and intention to persist in young sportspersons. *South african journal for research in sport, physical education and recreation*, 36(3), 135-149.

Quested, E., Ntoumanis, N., Viladrich, C., Haug, E., Ommundsen, Y., Van Hoye, A., ... & Duda, J. L. (2013). Intentions to drop-out of youth soccer: A test of the basic needs

- theory among European youth from five countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 395-407. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.830431>
- Roberts, V., Sojo, V., & Grant, F. (2020). Organisational factors and non-accidental violence in sport: A systematic review. *Sport Management Review*, 23(1), 8-27. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2019.03.001>
- Roethlisberger, K., Beasley, V., Martin, J., Byrd, B., Munroe-Chandler, K., & Muir, I. (2020). Youth Female Ice Hockey Players' Enjoyment and Commitment to Sport. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 28(1), 3-10. <https://doi.org/10.1123/wspaj.2018-0024>
- Ryba, T. V. (2007). Cartwheels on ice: A phenomenological exploration of children's enjoyment in competitive figure skating. *Athletic Insight*, 9(2), 58-73.
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Lobel, M., & Simons, J. P. (1993a). Sources of enjoyment for youth sport athletes. *Pediatric exercise science*, 5(3), 275-285. <https://doi.org/10.1123/pes.5.3.275>
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Simons, J. P., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993b). An introduction to the sport commitment model. *Journal of sport and exercise psychology*, 15(1), 1-15. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.1>
- Scanlan, T. K., & Lewthwaite, R. (1986). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: IV. Predictors of enjoyment. *Journal of sport psychology*, 8(1). <https://doi.org/10.1123/JSP.8.1.25>
- Scanlan, T. K., Stein, G. L., & Ravizza, K. (1989). An in-depth study of former elite figure skaters: II. Sources of enjoyment. *Journal of sport and exercise psychology*, 11(1), 65-83. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.1.65>

- Smith, A. L., Balaguer, I., & Duda, J. L. (2006). Goal orientation profile differences on perceived motivational climate, perceived peer relationships, and motivation-related responses of youth athletes. *Journal of Sports Sciences, 24*(12), 1315-1327.  
<https://doi.org/10.1080/02640410500520427>
- Strachan, L., Côté, J., & Deakin, J. (2009). An evaluation of personal and contextual factors in competitive youth sport. *Journal of applied sport psychology, 21*(3), 340-355.  
<https://doi.org/10.1080/10413200903018667>
- Tamminen, K. A., Gaudreau, P., McEwen, C. E., & Crocker, P. R. (2016). Interpersonal emotion regulation among adolescent athletes: A Bayesian multilevel model predicting sport enjoyment and commitment. *Journal of sport and Exercise Psychology, 38*(6), 541-555. <https://doi.org/10.1123/jsep.2015-0189>
- Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2015). *Research methods in physical activity*. Human kinetics.
- Tjomsland, H. E., Larsen, T., Holsen, I., Ronglan, L. T., Samdal, O., & Wold, B. (2016). Enjoyment in youth soccer: Its portrayals among 12-to 14-year-olds. *Soccer & Society, 17*(6), 827-842. <https://doi.org/10.1080/14660970.2015.1100894>
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., ... & Straus, S. E. (2018). PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): checklist and explanation. *Annals of internal medicine, 169*(7), 467-473.  
<https://doi.org/10.7326/M18-0850>
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Advances in experimental social psychology, 29*, 271-360.  
[https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60019-2](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60019-2)

- Vazou, S., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2006). Predicting young athletes' motivational indices as a function of their perceptions of the coach-and peer-created climate. *Psychology of sport and exercise*, 7(2), 215-233.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.08.007>
- Visek, A. J., Mannix, H., Mann, D., & Jones, C. (2017). Integrating fun in young athletes' sport experiences. I C. J. Knight, C. G. Harwood, & D. Gould (Red.) *Sport Psychology for Young Athletes* (s. 68–80). Routledge.
- Visek, A. J., Achrati, S. M., Mannix, H. M., McDonnell, K., Harris, B. S., & DiPietro, L. (2015). The fun integration theory: toward sustaining children and adolescents sport participation. *Journal of Physical Activity and Health*, 12(3), 424-433.  
<https://doi.org/10.1123/jpah.2013-0180>
- Wall, M., & Côté, J. (2007). Developmental activities that lead to dropout and investment in sport. *Physical education and sport pedagogy*, 12(1), 77-87.  
<https://doi.org/10.1080/17408980601060358>
- Wankel, L. M., & Sefton, J. M. (1989). A season-long investigation of fun in youth sports. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 355-366.  
<https://doi.org/10.1123/jsep.11.4.355>
- Wankel, L. M., & Kreisel, P. S. (1985). Factors underlying enjoyment of youth sports: Sport and age group comparisons. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 51-64.  
<https://doi.org/10.1123/jsp.7.1.51>
- Weiss, M. R., & Amorose, A. J. (2008). Motivational orientations and sport behavior. I T.S. Horn (Red.) *Advances in sport psychology* (s. 115-155). Human Kinetics.

Wiersma, L. D. (2001). Conceptualization and development of the sources of enjoyment in youth sport questionnaire. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 5(3), 153-177. [https://doi.org/10.1207/S15327841MP EE0503\\_3](https://doi.org/10.1207/S15327841MP EE0503_3)

Zanatta, T., Rottensteiner, C., Konttinen, N., & Lochbaum, M. (2018). Individual motivations, motivational climate, enjoyment, and physical competence perceptions in Finnish team sport athletes: a prospective and retrospective study. *Sports*, 6(4), 165. <https://doi.org/10.3390/sports6040165>

## Vedlegg

**Vedlegg 1**

PICO- skjema

P	Population	Youth Teenage* Teens Young* Adolescen* Child* Kid Kids Girl Girls Boy Boys Pre-adolescen*
I	(Phenomen of) Interest	Enjoy* Fun Funny Pleasure Joy Amuse* Happiness Happy Willingness Delight Excitement Thrill Enthusiasm
Co	Context	Sport* Individual sport Team sport Organized sport Recreational sport Competitive sport



**Vedlegg 2**

Databasesøk SPORTDiscuss

#	Query	Limiters/Expanders	Last Run Via	Results
S1	TI ( Youth OR Teenage* OR Teens OR Young* OR Adolescen* OR Child* OR Kid OR Kids OR Girl OR Girls OR Boy OR Boys OR Pre-adolescen* ) OR AB ( Youth OR Teenage* OR Teens OR Young* OR Adolescen* OR Child* OR Kid OR Kids OR Girl OR Girls OR Boy OR Boys OR Pre-adolescen* ) OR SU ( Youth OR Teenage* OR Teens OR Young* OR Adolescen* OR Child* OR Kid OR Kids OR Girl OR Girls OR Boy OR Boys OR Pre-adolescen* )	Search modes - Boolean/Phrase	Interface - EBSCOhost Research Databases Search Screen - Advanced Search Database - SPORTDiscus	236,534
S2	TI ( Enjoy* OR Fun OR Funny OR Pleasure OR Joy OR Amus* OR Happiness OR Happy OR Willingness OR Delight OR Excitement OR Thrill OR Enthusiasm OR Entertain* ) OR AB ( Enjoy* OR Fun OR Funny OR Pleasure OR Joy OR Amus* OR Happiness OR Happy OR Willingness OR Delight OR Excitement OR Thrill OR Enthusiasm OR Entertain* ) OR SU ( Enjoy* OR Fun OR Funny OR Pleasure OR Joy OR Amus* OR Happiness OR Happy OR Willingness OR Delight OR Excitement OR Thrill OR Enthusiasm OR Entertain* )	Search modes - Boolean/Phrase	Interface - EBSCOhost Research Databases Search Screen - Advanced Search Database - SPORTDiscus	44,534
S3	TI ( Sport* N5 ( Individual OR Team OR Organized OR Recreational OR Competitive OR Participat* ) ) OR AB ( Sport* N5 ( Individual OR Team OR Organized OR Recreational OR Competitive OR Participat* ) ) OR SU ( Sport* )	Search modes - Boolean/Phrase	Interface - EBSCOhost Research Databases Search Screen - Advanced Search Database - SPORTDiscus	490,809
S4	S1 AND S2 AND S3	Limiters - Peer Reviewed; Published Date: 19800101-; Language: English Search modes - Boolean/Phrase	Interface - EBSCOhost Research Databases Search Screen - Advanced Search Database - SPORTDiscus	754

### **Vedlegg 3**

Databasesøk APA PsycINFO

Database: APA PsycInfo <1806 to October Week 2 2020>

Search Strategy:

- 
- 1 Sport\*.ti,ab,hw. or "3710".cc. (38750)
  - 2 (Youth or Teenage\* or Teens or Young\* or Adolescen\* or Child\* or Kid or Kids or Girl or Girls or Boy or Boys or Pre-adolescen\*).mp. (1295004)
  - 3 (Enjoy\* or Fun or Funny or Pleasur\* or Joy\* or Amuse\* or Happiness or Happy or Willingness or Delight or Excitement\* or Thrill\* or Enthusiasm\* or Entertain\*).ti,ab,hw. (116550)
  - 4 limit 3 to (peer reviewed journal and english language and yr="1980 -Current") (71076)
  - 5 1 and 2 and 3 and 4 (682)

\*\*\*\*\*

**Vedlegg 4**

Databasesøk MEDLINE

#	Query	Limiters/Expanders	Last Run Via	Results
S1	TI ( Enjoy* OR Fun OR Funny OR Pleasure OR Joy OR Amus* OR Happiness OR Happy OR Willingness OR Delight OR Excitement OR Thrill OR Enthusiasm OR Entertain*) OR AB ( Enjoy* OR Fun OR Funny OR Pleasure OR Joy OR Amus* OR Happiness OR Happy OR Willingness OR Delight OR Excitement OR Thrill OR Enthusiasm OR Entertain*) OR SU ( Enjoy* OR Fun OR Funny OR Pleasure OR Joy OR Amus* OR Happiness OR Happy OR Willingness OR Delight OR Excitement OR Thrill OR Enthusiasm OR Entertain*)	Search modes - Boolean/Phrase	Interface - EBSCOhost Research Databases Search Screen - Advanced Search Database - MEDLINE	92,522
S2	TI ( Youth OR Teenage* OR Teens OR Young* OR Adolescen* OR Child* OR Kid OR Kids OR Girl OR Girls OR Boy OR Boys OR Pre-adolescen* ) OR AB ( Youth OR Teenage* OR Teens OR Young* OR Adolescen* OR Child* OR Kid OR Kids OR Girl OR Girls OR Boy OR Boys OR Pre-adolescen* ) OR SU ( Youth OR Teenage* OR Teens OR Young* OR Adolescen* OR Child* OR Kid OR Kids OR Girl OR Girls OR Boy OR Boys OR Pre-adolescen* )	Search modes - Boolean/Phrase	Interface - EBSCOhost Research Databases Search Screen - Advanced Search Database - MEDLINE	4,256,740
S3	TI Sport* OR AB Sport* OR SU Sport*	Search modes - Boolean/Phrase	Interface - EBSCOhost Research Databases Search Screen - Advanced Search Database - MEDLINE	103,320
S4	S1 AND S2 AND S3	Limiters - Published Date: 19800101-; English Language Search modes - Boolean/Phrase	Interface - EBSCOhost Research Databases Search Screen - Advanced Search Database - MEDLINE	828

**Vedlegg 5**

Registrering av studien til FEK



Christian Karlsrud

Besøksadresse:  
Universitetsveien 25  
Kristiansand

Ref: [object Object]

Tidspunkt for godkjenning: : 18/01/2021

### **Søknad om etisk godkjenning av forskningsprosjekt - Glede i idrett**

Vi informerer om at din søknad er ferdig behandlet og godkjent.

Kommentar fra godkjenner:

FEK registrerer prosjektet og forutsetning av at prosjektet gjennomføres som beskrevet i søknaden.

Hilsen  
Forskningsetisk komite  
Fakultet for helse - og idrettsvitenskap  
Universitetet i Agder

UNIVERSITETET I AGDER  
POSTBOKS 422 4604 KRISTIANSAND  
TELEFON 38 14 10 00  
ORG. NR 970 546 200 MVA - [post@uia.no](mailto:post@uia.no) -  
[www.uia.no](http://www.uia.no)

FAKTURAADRESSE:  
UNIVERSITETET I AGDER,  
FAKTURAMOTTAK  
POSTBOKS 383 ALNABRU 0614 OSLO