

**Psykologisk behovsfrustrasjon i organisert ungdomsfotball: En mixed-methods studie av psykososiale faktorer**

VILDE S. ESPESETH

BJØRN TORE JOHANSEN  
BÅRD ERLEND SOLSTAD

**Universitetet i Agder, 2022**  
Avdeling for lærerutdanning  
Fakultet for helse- og idrettsvitenskap  
Institutt for idrettsvitenskap og kroppsøving

Master

## Sammendrag

Målet med denne mixed-methods studien var å undersøke psykososiale faktorer som en mulig forklaring på grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon i organisert ungdomsfotball.

Tidligere forskning viser at om vi ønsker å forstå spillernes atferd og sosialiseringprosesser i idretten, må vi se på faktorer både i-og utenfor idrettskonteksten. Deltagerne i denne studien var unge fotballspillere i aldersgruppen 14-19 år, rekruttert fra Agder fotballkrets. Mixed-methods studiedesign ble gjennomført ved en sekvensiell triangulering, hvor deltagerne først deltok i en kvantitativ spørreundersøkelse som innebar intra- og interpersonelle faktorer, etterfulgt av seks kvalitative fokusgruppeintervjuer. Fokusgruppeintervjuene ble gjennomført med hensyn til sosiale interaksjoner i spillernes lag. I kvantitativ analyse ble CHAID-metoden brukt (Chi-Squared Automatic Interaction Detector), da beslutningstrær anses som den mest passende metoden for analyse av komplekse datasett. Tematisk analyse ble valgt som mest hensiktsmessig for analyse av de kvalitative intervjuene. De kvantitative funnene viste at psykosomatiske symptomer og opplevd ignorering var tett knyttet til frustrasjon av autonomi, kompetanse og sosial tilhørighet, hvor økt grad av symptomer og opplevd ignorering resulterte i høyere grad av psykologisk behovsfrustrasjon. De kvalitative funnene antydte at personer, konflikter- og trivsel i laget også påvirket de sosiale interaksjonene i fotballagene. Resultatene fra mixed-methods studien indikerte derfor at det var en sammenheng mellom psykososiale faktorer og unge fotballspillers grunnleggende psykologiske behovsfrustrasjon, et funn som kan være av betydning i utviklingen av organisert fotballaktivitet i Agder.

**Nøkkelord:** grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon, psykososiale faktorer, velvære, organisert ungdomsfotball, mixed-methods studie.

## Summary

The purpose of this mixed-methods study was to investigate psychosocial factors assumed to have an influence on basic needs frustration in grassroots youth soccer. The present study was based on previous research which emphasize that if we are to understand the behavior and socialization processes of adolescents in organized sports, then we must look at both factors in and outside the sport context. Young players between 14-19 years of age playing for teams in Agder county were therefore recruited to this study. The study further makes use of a mixed methods research design with sequential triangulation, where the participants first completed a questionnaire including intra- and interpersonal factors, followed by six qualitative focus group interviews. The focus group interviews were conducted with respect to social interactions in the different teams. In the quantitative analysis, the CHAID- method was used, as decision trees are considered the most appropriate method for analyzing complex datasets. Moreover, thematic analysis was used to analyze the qualitative interviews due to its reflexive nature. The results from the present mixed-methods study initially showed that psychosomatic symptoms and perceiving to be ignored were strongly related to frustration of autonomy, competence, and relatedness, where increased degree of symptoms and perceived ignoring resulted in higher values of basic needs frustration. Additionally, the findings showed that social interactions are influenced by conflicts, people, and thriving in the team. The findings therefore indicate that there are positive correlations between psychosocial factors and young soccer players' needs frustration, results that can contribute to development for organized soccer activity in Agder.

**Keywords:** basic psychological need frustration, psychosocial factors, well-being, grassroots youth soccer, mixed-methods study

## Forord

Psykologisk behovsfrustrasjon i organisert idrett har vært et spennende, utfordrende og ikke minst lærerikt tema å gå i dybden på. Til tross for egen glede i idretten gjennom mange år, har det vært interessant å undersøke de mørke sidene av idrettskonteksten, for en dypere forståelse av hvorfor ikke alle har positive assosiasjoner med idrettsdeltakelse.

Aller først vil jeg takke deltagerne i spørreundersøkelsen og informantene som stilte til intervju. Deres erfaringer har vært nyttige for å kunne forstå kompleksiteten i de psykiske og sosiale faktorene som ligger bak psykologisk behovsfrustrasjon i ungdoms fotballen i Agder.

Videre vil en spesiell takk gå til mine veiledere ved Universitetet i Agder, Bjørn Tore Johansen og Bård Erlend Solstad. Sammen har vi stått i en prosess som har fremmet glede, litt frustrasjon, samt veldig mye læring. Takk for gode diskusjoner, ærlige tilbakemeldinger og deres tilgjengelighet. Takk også til Marte Tørre og Andreas Sersland som har vært en stor del av hele forskningsprosessen, samt medstudenter, gode venner og familie som har gitt støtte, lest utdrag og vært behjelpelig i en tidkrevende periode.

Kristiansand, mai 2022

Vilde S. Espeseth

# Innholdsfortegnelse

<b>Sammendrag</b> .....	<b>2</b>
<b>Summary</b> .....	<b>3</b>
<b>Forord</b> .....	<b>4</b>
<b>1.0 Introduksjon</b> .....	<b>6</b>
<b>2.0 Teori</b> .....	<b>11</b>
<b>2.1 Atferd og utvikling gjennom ungdomsidretten</b> .....	<b>11</b>
<b>2.2 Psykisk velvære hos ungdom</b> .....	<b>11</b>
2.2.1 Psykosomatiske variabler.....	12
<b>2.3 Personlige karakteristikk</b> .....	<b>13</b>
2.3.1 Skole.....	13
2.3.2 Emosjonell stabilitet.....	13
2.3.3 Ærlighet.....	14
<b>2.4 Antisocial atferd</b> .....	<b>14</b>
<b>2.5 Utstøting blant ungdom</b> .....	<b>14</b>
2.5.1 Ekskludering blant ungdom.....	15
2.5.2 Ignorering blant ungdom.....	16
<b>2.6 Autonomistøtte blant lagkamerater</b> .....	<b>17</b>
2.6.1 Å oppleve autonomistøtte fra lagkamerater.....	17
2.6.2 Å gi autonomistøtte til lagkamerater.....	18
<b>2.7 Psykologisk behovsfrustrasjon</b> .....	<b>18</b>
<b>3.0 Metode</b> .....	<b>21</b>
<b>3.1 Valg av forskningsmetode</b> .....	<b>21</b>
3.1.1 MMR.....	21
<b>3.2 Utvalg</b> .....	<b>22</b>
<b>3.3 Kvantitativ tilnærming</b> .....	<b>23</b>
3.3.1 Prosedyre.....	23
3.3.2 Spørreundersøkelse.....	24
3.3.3 Statistiske analyser.....	26
<b>3.4 Kvalitativ tilnærming</b> .....	<b>29</b>
3.4.1 Prosedyre.....	29
3.4.2 Tematisk analyse.....	30
3.4.3 Min rolle som forsker.....	32
<b>3.5 Vitenskapelig kvalitet</b> .....	<b>32</b>
3.5.1 Validitet i MMR studien.....	32
3.5.2 Reliabilitet i MMR studien.....	34
<b>3.6 Forskningsetiske betraktninger</b> .....	<b>35</b>
<b>4.0 Resultat</b> .....	<b>37</b>
<b>4.1 Kvantitative funn</b> .....	<b>37</b>
4.1.1 Deskriptive data.....	37
4.1.2 Korrelasjonsanalyse.....	37
4.1.3 Beslutningstreanalyse.....	40
<b>4.2 Kvalitative funn</b> .....	<b>45</b>
4.2.1 Tema 1: Ulike personer i laget.....	45
4.2.2 Tema 2: Konflikter i laget.....	48
4.2.3 Tema 3: Trivsel i laget.....	50
<b>5.0 Diskusjon</b> .....	<b>52</b>
<b>5.1 Diskusjon av MMR resultater</b> .....	<b>52</b>
5.1.1 Frustrasjon av autonomi.....	52
5.1.2 Frustrasjon av kompetanse.....	54
5.1.3 Frustrasjon av sosial tilhørighet.....	56
5.1.4 Grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon.....	58
<b>5.2 Metodisk diskusjon</b> .....	<b>60</b>
5.2.1 Styrker i MMR studien.....	60
5.2.2 Svakheter i MMR studien.....	64
<b>5.3 Oppsummering</b> .....	<b>65</b>
<b>6.0 Referanser</b> .....	<b>66</b>
<b>7.0 Vedlegg</b> .....	<b>74</b>
<b>7.1 Samtykkeskjema/Informasjonsskriv (Kvantitativ)</b> .....	<b>74</b>
<b>7.2 Samtykkeskjema/Informasjonsskriv (Kvalitativ)</b> .....	<b>77</b>
<b>7.3 Søknadsgodkjennelse NSD</b> .....	<b>80</b>
<b>7.4 Vedlegg Spørreundersøkelse</b> .....	<b>81</b>
<b>7.5 Intervjuguide</b> .....	<b>85</b>
<b>7.6 Protokoll fra intervju 6</b> .....	<b>86</b>

## 1.0 Introduksjon

Organisert idrett (heretter idrett) står sterkt i Norge, og hele 75% av dagens ungdom er aktive medlemmer av et idrettslag etter påbegynt ungdomsskole (Bakken, 2019). Idretten samler barn og unge med ulik livsstil og sosial tilhørighet (Crane & Temple, 2014), og tidligere studier viser at ungdom som deltar i idrett har det bedre på skolen, samt utvikler en bedre fysisk og psykisk helse (Crane & Temple, 2014; Opstoel et al., 2019). Idretten assosieres dermed med noe gøy og positivt, hvor grunnverdiene glede, felleskap, ærlighet og helse står sentralt (Crane & Temple, 2014; Norges idrettsforbund, u.å.a.; Olympiatoppen, u. å.). Barn og unge i idrettsaktivitet har samtidig vist å oppnå et høyere funksjonsnivå og unngår i større grad sykdom (Crane & Temple, 2014). Lagmiljøet i idretten har videre vist seg å ha positiv innvirkning på sosial atferd, og er derfor en viktig del av ungdommens sosialiseringprosesser (Opstoel et al., 2019; Persson et al., 2020). Idretten kan derfor være et stabilt og positivt tiltak gjennom ungdomstiden. Til tross for dette viser nyere forskning at hele 60% av alle deltagere i idretten slutter før de er 18 år, i en tid som innebærer både emosjonelle, kognitive og sosiale endringer (Bakken, 2019). Et stort frafall i idretten kan i et samfunnsperspektiv ha store konsekvenser for både fysisk og psykisk helse (Crane & Temple, 2014; Eime et al., 2013).

Et av Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komités (NIF) satsningsområder er 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.b, s. 2). Ungdom opplever likevel idretten ulikt, og forskning viser at frafall i idretten på mange måter skyldes mangel på idrettsglede (Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015). Forskning viser videre til at barn blir mindre fysisk aktive i ungdomsalderen (Folkehelseinstituttet, 2019), og at et stort antall slutter i overgangen fra barne- til ungdomsidrett (Crane & Temple, 2014; Temple & Crane, 2016). I en periode hvor mange barn og unge opplever emosjonelle omveltninger og psykiske utfordringer i dagliglivet, har også ungdommens personlige karakteristikk, helse og miljø vist seg å være utløsende faktorer for mangel på glede i idretten (Crane & Temple, 2014; Temple & Crane, 2016). De sosiale forholdene på trening vil i likhet med faktorer i hverdagslivet ha mye å si for ungdoms generelle trivsel i idrettskonteksten (Marsh et al., 2015). Det psykososiale aspektet innebærer derfor tilfredstillende av egne behov, men også hvordan en god psykisk helse kan forbedre vår evne til å positivt samhandle med andre mennesker (Nishina et al., 2005; Opstoel et al., 2020). Bartholomew et al. (2011) viser at konsekvensene av psykologisk

behovsfrustrasjon har en direkte sammenheng med dårlig samhold innad i lag, samt trivsel blant lagkamerater. Generell helse kan også ha betydning for opplevelsen av idrettskonteksten. Å ha vondt, være sliten, eller stresset, har blant annet vist seg å påvirke ungdommens opplevde velvære (Aleem, 2005; Haraldsen et al., 2020).

En nedgang i psykisk velvære er en av de mest alvorlige utfordringene i moderne samfunn, og omtrent 50% av psykiske utfordringer i voksen alder stammer fra barn og ungdomstid (Lettau, 2021). Forskning viser at psykiske utfordringer kan komme av individers opplevelse av stress, som har en tendens til å øke i ungdomsalderen (Aleem, 2005; Daumiller et al., 2022; Murberg & Bru, 2004). Psykiske utfordringer kan i noen tilfeller vise seg gjennom fysiske smerter, mer spesifikt som psykosomatiske symptomer, og kan komme i form av eksempelvis magesmerter, søvnmangel, hodepine eller vekttap (Daumiller et al., 2022; Garipey et al., 2016). Dette er spesielt problematisk i en fotballkontekst for ungdom, da spillerne er avhengig av både et godt fysisk og psykisk velvære for å trives, utvikle seg og prestere (Daumiller et al., 2022). I tillegg viser nyere forskning en sammenheng mellom psykosomatiske stressfaktorer, sosiale faktorer og fysiologisk funksjon og prestasjon (Daumiller et al., 2022). Disse sammenhengene kan påvirke individet både i-og utenfor idrettskonteksten (Daumiller et al., 2022; Potrebny et al., 2017).

Persson (2020) fremhever at om man skal forstå barn og unges atferd i idretten må man ikke kun se på samspill i aktiviteten, men også andre faktorer i ungdommens liv. Enkeltpersoner kan oppleve idretten ulikt, da de skiller seg fra hverandre gjennom en rekke personlighetskarakteristikker (Bartholomew et al., 2011; Seippel et al., 2011). Idretten og fotballkonteksten er arenaer som fremmer læring gjennom verdier, normer og sosial atferd, da det stilles krav til kommunikasjon både verbalt og ikke-verbalt som unge kan få bruk for i andre kontekster, eksempelvis i skolesammenheng (Seippel et al., 2011). Skolen er ikke bare et sted for akademisk utvikling, men i likhet med idretten et sted hvor elevene kan utvikle sosiale ferdigheter gjennom samhandling med andre (Opstoel et al., 2019; Seippel et al., 2011). Tidligere forskning viser at ungdom som driver med idrett, jevnt over har bedre skoleprestasjoner, og ender i større grad opp i høyere utdanning (Eccles & Barber 1999; Marsh & Kleitman 2002; Seippel et al., 2011). Skolegang for ungdom sammenfaller også med perioder av emosjonelle omveltninger (Lettau, 2021). Emosjonell stabilitet kan påvirke opplevelsen av fritidsaktiviteter, generell lykke, tilfredshet i livet og en normal følelsesmessig utvikling (Marsh et al., 2015). Følelsesmessig ustabilitet hos ungdom vil i større grad gi en

mangel av uavhengighet, et frustrert og utagerende atferdsmønster, samt en stressrelatert hverdag (Aleem, 2005; Daumiller et al., 2022). Lykke og tilfredshet kan også påvirke hvor ærlig ungdom er. Ærlighet er et positivt tilskudd i og utenfor idretten gjennom både Fair Play og psykisk velvære (Fang et al., 2019; Medai & Noussair, 2021). Hjerneavbildningsstudier viser eksempelvis til stor aktivitet og belastning når individer lyver, noe som i praksis vil si at vi får et større psykisk overskudd når vi er ærlige (Medai & Noussair., 2021). Ærlighet hos unge mennesker vil på samme måte internalisere moralske og sosiale ansvarsnormer som en del av deres oppførsel, og i større grad vise empati for andres følelser (Fang et al., 2019; Hugh-Jones, 2015; Medai & Noussair, 2021). Jang et al. (2020) viser at denne type atferd er en nøkkelindikator for sosiale funksjoner, også da atferden forutsetter psykisk velvære.

Forskning viser til at mennesker som er ærlige har det bedre med seg selv og andre, og i mindre grad utagerer antisosial atferd (Fang et al., 2019). Antisosial atferd defineres som «atferd som krenker andres rettigheter» (Al-Yaaribi & Kavussanu, 2017, s. 20), og viser til negativ atferd som forventes å undergrave mellommenneskelige relasjoner (Cheon et al, 2018; Jang et al., 2020). Blant lagkamerater i en fotballkontekst kan antisosial atferd være å utrykke frustrasjon over en lagkamerats dårlige prestasjon verbalt, men også gjennom kroppsspråk (Hollekim & Vingdal, 2000). En konsekvens av denne type atferd kan være negative følelser, og kan mulig ødelegge den helhetlige opplevelsen av å være en del av et lag (Cheon et al., 2018). Dette fordi atferden kan ha dype implikasjoner for både den som utøver- og den som opplever atferden i form av utvikling, mellommenneskelige relasjoner, vennskap og personlig funksjon (Cheon et al., 2018). Antisosial atferd blant lagkamerater i idretten har også vist seg å være en kilde til stress, frustrasjon og emosjonell utmattelse (Jang et al., 2020; Murberg & Bru, 2004). Et godt samhold i idretten kan dermed være en grunnleggende faktor for psykososialt velvære samtidig som det fremmer gode relasjoner og et godt lagmiljø. På den måten kan ungdommen opparbeide seg en sosial kapital de kan få bruk for i andre områder i livet.

Å bygge positive relasjoner regnes som et av de mest grunnleggende og universelle behovene (Arslan, 2021; Ryan & Deci, 2000), og barn og unge er avhengig av å samhandle med jevnaldrende og voksenpersoner for å oppleve psykisk velvære og opparbeide seg en god helse (Arslan, 2021). Til tross for dette har mennesker kapasitet til å såre andre. Blant annet er utstøting et gjentakende problem blant ungdommen (Morgan et al, 2007). Utstøting refererer til handlinger der ignorering og ekskludering oppstår (Williams & Zadro, 2001). Ungdommer



preget av antisosial atferd (f.eks. fysisk/verbal aggresjon, atferdsforstyrrelser, sprer sladder) er spesielt utsatt for utstøting i form av ekskludering (Gilman et al., 2013). Forskning viser videre til sammenhengen mellom å bli ignorert og atferd preget av angst, mangel på sosial tilhørighet og sosiale ferdigheter (Morgan et al., 2007). En oppfatning er at utstøting er smertefullt fordi ungdommen er sterkt avhengig av sosiale forbindelser, og prosessen kan for den utsatte trigge nervesystemet på samme måte som fysisk smerte (Legate et al., 2013; Eisenberger et al., 2003). Utstøting har også vist seg å fremme psykologisk behovsfrustrasjon blant jevnaldrende, spesielt innenfor autonomi og sosial tilhørighet (Legate et al., 2013). Dette er spesielt aktuelt i en periode der venners meninger og handlinger får større betydning for ungdommen (Ratelle et al., 2013).

Forholdet mellom venner og jevnaldrende er viktig for trivsel og sosialt velvære, blant annet fordi ungdom i større grad deler emosjonelle problemer og erfaringer med hverandre (Ratelle et al., 2013). Et behov ungdommen har i sosiale forhold er opplevelse av autonomistøtte (Deci et al., 2006). Ifølge tidligere forskning er behovet for autonomi iboende for alle mennesker uten unntak, da også ungdom (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2017). Autonomistøtte fra gjensidige vennskap kan derfor bidra til økt trivsel og psykisk velvære (Ratelle et al., 2013). Deci et al. (2006) viser at å oppleve autonomistøtte fra jevnaldrende kan føre til emosjonell tillitt og inkludering, mens det å gi autonomistøtte kan virke behovstilfredstillende. På samme måte vil det å gi, samt oppleve autonomistøtte fremme relasjonskvalitet uavhengig av kjønn (Deci et al., 2006).

Ungdom har potensial for vekst, integrering og velvære, men er også sårbare når det kommer til grunnleggende psykologiske behov (Ryan & Deci, 2000; Vansteenkiste & Ryan, 2013). Tidligere forskning har vist at mangel på tilfredstillende av de tre grunnleggende psykologiske behovene, er av stor betydning for frustrasjon som dukker opp i dagligliv- og i idrettskonteksten (Haraldsen et al., 2020; Ryan & Deci, 2017). Frustrasjon vil i et psykologisk behovsperspektiv påvirke spillerens helse, utvikling og velvære (Bartholomew et al., 2011; Chen et al., 2015; Ryan & Deci, 2017; Vansteenkiste & Ryan, 2013). Frustrasjon av autonomi innebærer en følelse av å være kontrollert gjennom eksternt eller selvpålagt press, noe som i stor grad kan påvirkes av venner og voksenpersoner ungdommen samhandler med (Chen et al., 2015; Ryan & Deci, 2017). Frustrasjon av kompetanse kan gi en følelse av mislykkethet og dårlig selvtillit, samt vil frustrasjon av sosial tilhørighet innebære en opplevelse av relasjonell ekskludering og ensomhet (Chen et al., 2015; Thøgersen- Ntoumani et al., 2018).

Nyere forskning viser også til en positiv sammenheng mellom psykologisk behovsfrustrasjon, negativ oppførsel, mobbing og umoralsk handling (Santurio et al, 2020; Vansteenkiste & Ryan, 2013). Psykologisk behovsfrustrasjon er likevel et interessefelt som er lite dokumentert på flere områder (Chen et al., 2015; Santurio et al., 2020) sammenlignet med tilfredsstillelse av de tre grunnleggende psykologiske behovene (Chen et al., 2015; Ryan & Deci, 2017). Det vil derfor være av interesse å kartlegge samt fordype seg innen underliggende faktorer for psykologisk behovsfrustrasjon ved idrettsdeltagelse.

Et ønske for norsk idrett er å følge opp Norges fotballforbunds (NFFs) visjon for fotballen, «flest mulig, lengst mulig, best mulig» (Larsen, 2011). Ungdom som har gode sosiale forhold i fotballaktivitet har vist seg å trives bedre, samt være aktive lengre (Temple & Crane, 2016; Tjomsland et al., 2016). Til tross for dette opplever alle barn og unge idretten på sin unike måte, og sosialiseringssjessene som idretten tilbyr har vist seg å påvirke ungdommenes psykiske helse negativt (Bartholomew et al., 2011; Persson et al., 2020). Blant annet vil psykososiale faktorer fra hverdagsliv og idrettskonteksten kunne påvirke frustrasjon av menneskets grunnleggende psykologiske behov (Jang et al., 2020; Vansteenkiste & Ryan, 2013). Frustrasjon og nedsatt helse og velvære har vist seg å kunne trigge negativ atferd hos ungdommen, samt bygge opp under negative forhold ungdom imellom (Chen et al., 2015; Santurio et al, 2020). Det antas at disse utfordringene kan være et resultat av sosialiseringssjessene i idretten, men også av personlige faktorer i ungdommens hverdagsliv. Dette er prosesser som er interessant å undersøke, i et samfunn med økte tendenser av psykiske problemer og stress (Garipey et al., 2016; Murberg & Bru, 2004). Psykologisk behovsfrustrasjon gjennom personlige og sosiale fenomen kan være nyttige faktorer for å forstå denne utviklingen. Målet med denne studien er å undersøke sammenhengene mellom psykososiale faktorer og psykologisk behovsfrustrasjon i organisert fotballaktivitet. Dette er følgelig også forskningsspørsmålet for den foreliggende studien.

## 2.0 Teori

I dette kapitlet vil det redegjøres for personlige og sosiale faktorer som kan bidra til å forklare psykologisk behovsfrustrasjon i fotballaktivitet. Til tross for at de fleste barn og unge har gode erfaringer med deltagelse i idrett (Eime et al., 2013; Lundquist, 2011), viser forskning at ungdom opplever idretten ulikt (Tjomsland et al., 2016; Visek et al., 2015). Ungdom har blant annet ulikt forhold til de sosiale interaksjonene og atferdsprosessene idretten tilbyr, samtidig som de skiller seg gjennom personlige karakteristikk (Crane & Temple, 2014; Morgan et al., 2007).

### 2.1 Atferd og utvikling gjennom ungdomsidretten

Fra et psykososialt perspektiv blir menneskelig atferd og utvikling forstått som et resultat av samspillet mellom indre og ytre forhold (Ryan & Deci, 2017). Ytre forhold som sosial og selvbestemmende støtte, sammen med indre faktorer som personlige karakteristikk og velvære, har vist seg å være viktig for å forstå ungdoms atferd og utvikling på flere arenaer (Hugh-Jones 2015; Ryan & Deci, 2017). Idretten som arena innebærer sosiale interaksjoner som har vist seg å fremme psykisk helse, samt personlige og sosiale ferdigheter (Crane & Temple., 2014; Tjomsland et al., 2016). Ungdomsidretten er av den grunn viktig for etablering av sosiale nettverk, og blir sett på som et positivt bidrag til samfunnet (Tjomsland et al., 2016). Idretten kan videre legge til rette for utvikling av personlige egenskaper, blant annet gjennom evnen til å håndtere hverdagens krav og utfordringer (Opstoel et al., 2019; Tjomsland et al., 2016).

### 2.2 Psykisk velvære hos ungdom

Tidligere forskning har vist at deltagelse i idrett fremmer god helse (Crane & Temple, 2014; Lundquist, 2011). Helse forbindes med fullstendig fysisk, psykisk og sosialt velvære, hvor det de siste årene har vært satt søkelys på det psykiske aspektet (Diener et al., 2018; Potrebny et al., 2017). Til tross for at definisjoner av psykisk velvære innen idrettspsykologien er noe vag (Lundquist, 2011), reflekterer begrepet en vurdering av kvaliteten i eget liv (Diener et al., 2018). Vurderingen baseres blant annet på sosiale sammenligninger (Diener et al., 2018), og er dermed tett koblet mot sosialt velvære og trivsel i ungdommens hverdag (Crane & Temple, 2014; Lundquist, 2011). Psykisk velvære viser seg også å være en viktig del av ungdommens

utvikling, og innebærer blant annet fravær av stress og angst, samt økt selvtillit og kognitiv funksjon (Merglen et al., 2014).

Forskning har hovedsakelig tatt for seg velværefordeler ved deltagelse i idrett. Til tross for dette kan fordelene hindres, da idretten oppleves ulikt hos deltagerne (Lundquist, 2011). Haraldsen et al. (2020) viser blant annet til at psykiske og sosiale vansker i idretten påvirker spillernes velvære negativt. Dette i et samfunnsperspektiv hvor psykiske vansker ansees som en av de største sykdomsbyrdene blant ungdom (Potrebny, 2017; World Health Organization, 2014). Konsekvenser av psykiske utfordringer kan være stress, antisosial atferd, emosjonelle utfordringer og fysiske plager (Bartholomew et al., 2011; Lundquist, 2011).

### 2.2.1 Psykosomatiske variabler

Psykisk helse anvendes i dagens samfunn som et mellommenneskelig begrep om vårt forhold til oss selv og samfunnet, og omfatter alt fra god psykisk helse til psykiske lidelser (Reneflot et al., 2018). Forskning viser til en økt forekomst av emosjonelle og atferdsmessige problemer i ungdomsårene (Eime et al., 2013; Potrebny et al., 2017). Atferd vil i fotballkonteksten sees i lys av hvordan du oppfører deg mot dine lagkamerater gjennom samarbeidsevne og empati, og er en forutsetning for psykisk velvære (Al-Yaaribi & Kavussanu, 2017). Plager innen psykisk velvære viser seg å korrelere med somatiske symptomer i ungdomspopulasjoner (Potrebny et al., 2017). Murberg og Bru (2004) viser til psykosomatiske symptomer som fysiske reaksjoner på psykisk stress, hvor problemene gir opphav til utfordringer som angst, spenninger og frustrasjon, samtidig som de påvirker sosial helse (Daumiller et al., 2022).

En rekke studier viser til psykosomatiske helseproblemer og atferdsvansker (f.eks. mobbing) ved opplevd stress (Daumiller et al., 2022; Williams et al., 2018). Psykosomatiske symptomer gjennom stress kan være en varselampe på at gunstige sosiale forhold er fraværende, hvor blant annet sosial avvisning er en gjentakende faktor (Williams, 2018). I dagens samfunn er ungdommen spesielt utsatt, da mye av den sosiale atferden skjuler seg på nett (Li et al., 2019b; Williams, 2000). Samtidig vil psykosomatiske symptomer øke risikoen for funksjonsnedsettelse i overgangen fra ungdom til voksenliv, i form av sykefravær og bruk av velferdsytelser (Potrebny et al., 2017). Den økende risikoen for psykiske helseproblemer er problematisk ettersom den er anerkjent for å ha skadelig innvirkning på ungdommens velvære, personlige utvikling, akademiske prestasjoner og sosial kapital (Daumiller et al., 2022; Potrebny et al., 2017).

## 2.3 Personlige karakteristikk

### 2.3.1 Skole

I 2018 kom Frønes med utsagnet «vinnere i idretten, er også vinnere i skolen». Empirisk forskning underbygger dette og viser til at ungdom som driver med idrett, er faglig sterkere, og trives bedre i skolehverdagen (Eccles & Barber 1999; Marsh & Kleitman 2002; Seippel et al., 2011). Konkret er det snakk om blandingsforhold av fysiologiske faktorer som økt blod- og oksygentilførsel til hjernen, økt nivå av noradrenalin og endorfiner, samt økning av antall nerveceller (Seippel et al., 2016). Psykologiske faktorer som læring og konsentrasjon spiller også en rolle (Seippel et al., 2011). Marsh og Kleitman (2002) viser videre til at læring skjer på andre arenaer enn i skolen, hvor ikke-akademiske ferdigheter er med på å bygge ferdigheter og kunnskaper som unge får bruk for i skolesammenheng. Det å gjøre det bra på skolen kan av den grunn sees på som mye mer enn å være god i et bestemt fag (Marsh & Kleitman, 2002; Opstoel et al., 2017). Idretten vil i likhet være en arena for læring, gjennom normer, verdier og sosial atferd, og stiller krav til verbal og ikke-verbal kommunikasjon (Seippel et al., 2011). Seippel et al. (2016) viser samtidig en overlappende innvirkning mellom sosialt nettverk i idretten og skolen. Det å ha gode relasjoner rundt skoledeltagelse kan samtidig påvirke til bedre karakterer, og assosieres således med et stabilt psykisk velvære (Lettau, 2021; Lyons & Huebner, 2016).

### 2.3.2 Emosjonell stabilitet

For ungdom sammenfaller skolegang med perioder av emosjonelle og psykiske omveltninger (Lettau, 2021). Psykisk velvære og lykke relateres til fraværet av negative påvirkninger, hvor lykke assosieres med konseptet «emosjonell stabilitet» (Hills & Argyle, 2001). Høy grad av emosjonell stabilitet sees på som et positivt aspekt ved en personlighet, og forskning viser at ekstroverte mennesker i større grad er lykkelige, som igjen er en prediktor for emosjonell stabilitet (Hills & Argyle, 2001). Aleem (2005) viser også at unge som er emosjonelt stabile kan tolerere en rimelig mengde frustrasjon, da ungdoms selvoppfatning, bekymringsfrihet og evne til å slappe av påvirkes (Marsh et al., 2015; Thøgersen-Ntoumani et al., 2018). Videre er en sammenheng vist mellom emosjonell stabilitet og moral, et fremtredende element gjennom idrettens aktivitetsverdier (Norges Idrettsforbund, u.å.b).

### 2.3.3 Ærlighet

Det er store forskjeller fra individ til individ i atferd, og for å forklare personlighetsstrukturer, er ærlighetsdimensjonen sentral (Columbus et al., 2019; Fang et al., 2019). Ryan og Deci (2017) refererer til ærlighet som menneskets dyd, med lykke og velvære som påvirkende faktorer. I motsetning krever ungdoms uærlighet større belastning og aktivitet (Medai & Noussair, 2021), hvor ungdommen blant annet må påminnes om prososialt engasjement (Fang et al., 2019; Shields et al., 2018). Ærlighet indikerer derfor en positiv atferd mot lagkamerater og trenere (Hugh-Jones, 2015), hvor overskudd henger tett sammen med følelsen av empati, som gjør at mennesker har en forståelse for andres følelser og tanker. Hugh-Jones (2015) viser videre at ærlig atferd kan gjøre sosiale interaksjoner mer effektive, hvor ærlige ungdom påvirker miljøet i en positiv retning gjennom inkludering, støtte og medfølelse (Medai & Noussair, 2021). Ungdom i idretten vil videre lære skikker som er motivert ut ifra gjensidig respekt mellom lagkamerater og motspillere (Shields et al., 2018), hvor høy ærlighetsgrad internaliserer moralske og sosiale ansvarsnormer som en del av deres atferd og oppførsel.

### 2.4 Antisosial atferd

Det eksisterer store individuelle forskjeller i menneskets atferd, hvor atferd kan forekomme i form av prososial og antisosial fremtreden (Al-Yaaribi & Kavussanu, 2017; Cheon et al., 2018; Columbus et al., 2019). Prososial atferd refererer til raushet, vilje til samarbeid og støtter en relasjonell funksjon (Jang et al., 2020). Antisosial atferd refererer til handlinger og oppførsel som har til hensikt å ødelegge for andre, og fremmer konfliktfylte relasjoner (Jang et al., 2020). Antisosial atferd kan forekomme både verbalt, ikke-verbalt og relasjonelt (Cheon et al., 2018; Hollekim & Vingdal, 2000), og kan blant annet gjennom verbalt misbruk krenke andres rettigheter (Al-Yaaribi & Kavussanu, 2017). Innen lagidrett vil dette kunne påvirke lagfølelse, samhold og interaksjoner spillerne imellom, samt øke humørtilstander som sinne, forakt, avsky og nervøsitet (Al-Yaaribi & Kavussanu, 2017). Antisosial atferd som eksempelvis utestengelse i et lagmiljø kan dermed ha stor betydning i formingen av individets atferd, velvære og sosiale funksjoner (Al-Yaaribi & Kavussanu, 2017; Cheon et al., 2018).

### 2.5 Utstøting blant ungdom

Mennesker har en unik evne til å føle empati og hjelpe andre (Legate et al., 2015; Weinstein & Ryan, 2010), og ønsket om å bygge og opprettholde positive relasjoner er et grunnleggende og universelt behov hos ungdom (Arslan, 2021). Ungdommen har likevel kapasitet til å

gjennomføre en rekke følelseløse handlinger. Utstøting er blant annet et overordnet problem blant ungdommen, og refererer til individer og grupper som ignorerer/ekskluderer andre individer og grupper (Williams, 2002; Williams & Zadro, 2001). Utstøting ved ekskludering og ignorering er vondt fordi mennesker har behov for sosiale forbindelser (Eisenberger et al., 2003; Legate et al., 2013). Gjennom avvisning, unngåelse og distansering fra andre, hindres ungdommens muligheter for å være en del av et fellesskap, uavhengig av om dette er noe den enkelte ungdom selv ønsker eller ikke (Morgan et al., 2007; Parr et al., 2004). Ekskludering og ignorering ses derfor som en subjektiv tilstand bestemt av andres handlinger (Morgan et al., 2007; Parr et al., 2004). Gilman et al. (2013) viser til utstøting som et uttalt fenomen, men konstaterer en mangel på utdypning av begrepet. Da ekskludering og ignorering ofte er tett sammenvevd, kan det være hensiktsmessig å holde begrepene atskilt i forskning, da de skiller seg fra hverandre i sosialiseringprosessen (Williams, 2002).

### 2.5.1 Ekskludering blant ungdom

Morgan et al. (2007) viser til ekskludering som et sjeldent definert begrep. Et sentralt element i de fleste definisjoner er likevel at ekskludering innebærer fratatt deltagelse i vanlige sosiale, kulturelle, økonomiske og politiske aktiviteter (Morgan et al., 2007; Parr et al., 2004). Legate et al. (2015) refererer til at grunnlaget for ekskludering ligger i påvirkningen av frustrasjon innenfor spesielt autonomi og sosial tilhørighet. Zadro et al. (2005) hevder at også mangel på selvtillit kan forklare denne atferden, og at ekskludering fungerer som en nyttig mellommenneskelig taktikk. I ungdomstiden tar flere unge del i ekskluderingsprosesser (Arslan, 2021). Dette skjer i stor grad av personlige grunner, venners ønsker, fordommer eller som et middel i konfliktløsning. Arslan (2021) undersøkte ekskludering i skolesammenheng, hvor sosial ekskludering ble assosiert med psykologisk mishandling av ungdoms følelser. Atferden har samtidig vist seg å svekke kognitiv, atferdsmessig og emosjonell utvikling. Arslan (2021) viser videre til at sosial utstøting påvirket ungdommens ensomhet, hvor ensomhet samsvarer med psykiske helseproblemer. Ekskludering i idretten og fotballaktivitet kan dermed skape en distansering mellom lagkamerater, hvor enkelte personer fremmedgjøres gjennom bevisste sosiale handlinger (Morgan et al., 2007).

### 2.5.2 Ignorering blant ungdom

Ignorering innebærer å gi minimal oppmerksomhet til et individ, svare kort på spørsmål og opprettholde minimal øyekontakt (Williams, 2002). Ignorering fremstilles dermed som en form for «silent treatment» (Ciarocco et al., 2001), som kan føre til en opplevelse av usynliggjøring, også på trening. Williams (2000) testet ignorering gjennom internett hvor den ignorerte opplevde et psykologisk ubehag. Ubegagat kom i form av dårlig humør, fysisk opphisselse og sårede følelser. Ignorering kan videre oppfattes både som indirekte gjennom tanker som «lagspilleren min hørte meg ikke», eller direkte gjennom «lagkameraten min bryr seg ikke om at jeg er her». Ignorering er et vanskelig fenomen å kategorisere da atferden er representert ved stillhet. Å ignorere ulike individ eller grupper er noe som alle mennesker gjør flere ganger i løpet av en livstid (Williams, 2002). Likevel er det få ting som er verre enn å føle at en du er glad i ikke vil ha noe med deg å gjøre (Ciarocco et al., 2001; Williams, 2002). Generelt vil ignorering, uavhengig av kjønn, treffe ungdom som avviker fra andres forventninger, og derfor annerledes- gjøres, noe som fratrar sosial tilhørighetsfølelse, kontroll og meningsfull eksistens (Williams, 2002). Dette er gjeldende for utstøting generelt.

I de fleste tilfeller av utstøting, er sosiale relasjoner og nettverk sentrale komponenter (Gilman et al., 2013). Komponentene er nøkkelbetingelser for ungdoms deltagende og inkluderende liv, avhengig av gjensidighet og tillit i forholdene (Fang et al., 2019). Utstøting svekker selvkontroll og mentale prosesser både hos utøvende og mottagende part (Legate et al., 2013), og har vist seg å resultere i sosial smerte (Ciarocco et al., 2001; Eisenberger et al., 2013). Sosial smerte kan videre trigge den samme nevralt aktiveringen som fysisk smerte og totalt sett påvirke vår fysiske helse (Eisenberger et al., 2013; Gilman et al., 2013). Sosial utstøting påvirker også emosjonelle og atferdsmessige reaksjoner inkludert depresjon, aggresjon og sosialt stress hos ungdom (Gilman et al., 2013; Williams, 2002). Ekskludering og ignorering er derfor direkte assosiert med følelsen av sosial tilhørighet, et sentralt psykologisk behov i dagliglivet og idretten (Ryan & Deci, 2017). Mangel på sosial tilhørighetsfølelse kan føre til negative utfall, som sosial lidelse og selvmordstanker gjennom en opplevelse av mangelfull eksistens (Howard, 2020). Sosialt ekskluderte ungdommer har også vist seg å ha et høyt nivå av internaliserende og eksternaliserende problemer, og et lavt nivå av affektiv trivsel i skolen (Arslan, 2021). Dette kan ha konsekvenser i det lange løp ved nedbryting av sosiale forhold (Morgan et al., 2007), også fordi utstøting påvirker andre gruppede medlems mening om den



utstøtte. Prosocial atferd vil i motsetning forbedre den enkeltes trivsel, velvære og følelsesmessig balanse (Legate et al., 2015; Martela & Ryan, 2016).

## 2.6 Autonomistøtte blant lagkamerater

Samarbeid og arbeidsmoral er en viktig del av ungdommens samhandling- og sosialiseringprosesser i idretten (Opstoel et al., 2019). Forskning viser blant annet at mennesker har behov for autonomistøtte fra mennesker i nær omkrets, hvor behovet for autonomi gjelder alle mennesker uten unntak (Gagné et al., 2003; Ryan & Deci, 2017). Dermed har også ungdom fordeler av å være del av en autonomistøttende kontekst (Lim & Wang, 2009; Santurio et al., 2020). Autonomistøtte defineres som «at en person du har relasjon til anerkjenner ditt perspektiv, gir valgmuligheter, oppmuntrer til initiativ av egen vilje, og lytter» (Deci et al., 2006, s. 313). Forskning har for det meste undersøkt autonomistøtte i hierarkiske forhold (Cheon et al., 2014; Reeve, 2015), og i mindre grad tatt for seg autonomistøtte blant jevnaldrende (Deci et al., 2006).

### 2.6.1 Å oppleve autonomistøtte fra lagkamerater

Deci et al. (2006) viser at ved opplevd autonomistøtte fra jevnaldrende vil relasjonsspesifikke forhold kunne forbedres. Med dette vises det til en styrket relasjonskvalitet, tilknytningstrygghet og tilpasningsdyktighet (Deci et al., 2006). Opplevd autonomistøtte har videre vist seg å kunne tilfredsstille de grunnleggende psykologiske behovene for autonomi, kompetanse og sosial tilhørighet (Deci et al., 2006; Ryan & Deci, 2017). Da behovstilfredstillelse har vist seg å fremme relasjonskvalitet og velvære, kan det å oppleve autonomistøtte blant jevnaldrende gi trygghet og tilknytning til lagkamerater og venner (Deci et al., 2006; Jang et al., 2020). Trygghet kan øke evnen til å inkludere andre og skaper tilfredshet i jevnaldrende forhold, samtidig som det har vist seg å fremme psykisk helse (Deci et al., 2006). På motsatt side vil følelsen av kontroll i likeverdige forhold kunne øke stress, angst og utbrenthet, og dermed være en påvirkende faktor til at flere slutter i organisert idrett (Crane & Temple, 2014). Da opplevd autonomistøtte har vist seg å fremme prestasjon og psykisk helse (Deci & Ryan, 2000; Gagné et al., 2003; Ryan & Deci, 2000), har det gjennom litteraturen vært antatt at å gi autonomistøtte kan ha samme innvirkning, et tema mindre belyst (Cheon et al., 2014; Deci et al., 2006).

### 2.6.2 Å gi autonomistøtte til lagkamerater

Å åpne opp for lagkameraters perspektiv gjennom å gi autonomistøtte har i likhet med å oppleve autonomistøtte vist seg å øke relasjonskvalitet og velvære, og støtter opp under psykologisk behovstilfredsstillelse (Deci et al., 2006). Atferden predikerer også mindre variasjon i ungdoms psykiske velvære, da det å gi autonomistøtte viser større mental stabilitet enn opplevd autonomistøtte (Deci et al., 2006). Ifølge Deci et al. (2006) vil det å gi autonomistøtte være behovstilfredsstillende, gjennom autonomi, kompetanse og sosial tilhørighet. Tidligere forskning underbygger dette og viser til at den utøvende part kan ha like stor fordel av atferden som den mottagende part, gjennom sunn atferd og psykisk og fysisk velvære (Cheon et al., 2014; Fuligini, 2019).

Å gi autonomistøtte har vist seg å øke psykologisk behovstilfredsstillelse, motivasjon, og trivsel gjennom reduserte nivåer av emosjonell og fysisk utmattelse, og kan komme av medmenneskers reaksjon på egen atferd (Cheon et al., 2014; Reeve, 2015). Atferden kan innebære å gi begrunnelse for deltagelse, gi valg til medspillere, samt formidle tillit til medspillere evner og ferdigheter (Gagné, 2003). Det å gi autonomistøtte kan derfor i likhet med å oppleve autonomistøtte påvirke spillernes sosiale tilnærminger og mellommenneskelige relasjoner, og hindre psykiske plager (Deci et al., 2006; Gagné, 2003). En sunn utvikling ligger således i det engasjementet som vises til andre jevnaldrende (Fuligini, 2019).

## 2.7 Psykologisk behovsfrustrasjon

De psykologiske behovene for autonomi, kompetanse og sosial tilhørighet er grunnleggende for alle mennesker (Deci & Ryan, 2017; Ryan & Deci, 2017). Når behovene hindres og/eller frustreres i sosiale sammenhenger oppleves psykologisk behovsfrustrasjon (Ryan & Deci, 2017; Vansteenkiste & Ryan, 2013). Frustrasjon av de tre grunnleggende psykologiske behovene ansees som avgjørende for personlig og sosial utvikling (Ryan & Deci, 2017), hvor svingninger i opplevelsen av henholdsvis autonomi, kompetanse og sosial tilhørighet kan påvirke ungdoms utvikling negativt (Haraldsen et al., 2020; Ryan & Deci, 2017).

Frustrasjon av autonomi innebærer en følelse av å være kontrollert gjennom eksternt eller selvpålagt press (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2017), og kan skje i relasjon med både lagkamerater, trenere og personer utenfor idrettskonteksten. Autonomi kjennetegnes ved fri vilje, og representerer en indre godkjenning av egne handlinger (Bartholomew et al., 2011;

Ryan & Deci, 2017; Vansteenkiste & Ryan, 2013). Frustrasjon av autonomi innebærer i motsetning fravær av evne og mulighet til å bestemme over egne handlinger og grunnlaget for at disse ikke er til stede, gjennom eksempelvis press og manipulering fra andre (Haraldsen et al., 2020). Dette kan påvirke spillernes ytelse både sportslig og sosialt i idrettskonteksten (Haraldsen et al., 2020).

Frustrasjon av kompetanse har bakgrunn i en følelse av prestasjonsangst og mislykkethet (Chen et al., 2015; Haraldsen et al., 2020). Frustrasjon av kompetanse vil ikke bare trykke ned, men også hindre følelsen av å lykkes i utfordrende oppgaver, oppnåelse av resultat og tilfredstillelse av mestringsbehovet blant ungdom (Lim & Wang, 2009). Frustrasjon av kompetanse vil også kunne skape tvil rundt spillernes effektivitet, og innebærer således en læringsprosess, hvor ungdom finner verdien av å lykkes med både egne og kollektive mål (Chen et al., 2015). I lagidrett kan derfor frustrasjon av kompetanse innebære en følelse av ineffektivitet i sosiale forhold, samt gjennom ferdighetsutvikling (Haraldsen et al., 2020). Dette kan begrense ungdoms mulighet for å utrykke seg gjennom egne evner (Santurio et al., 2020), en viktig del av det idrettslige- og sosiale samspillet i et fotballag.

Frustrasjon av sosial tilhørighet fremmer følelsen av mindreverdighet blant spillerne (Haraldsen et al., 2020; Thøgersen- Ntoumani et al., 2018). Innenfor et fotballag vil frustrasjon kunne komme av mangel på tillit og respekt i tilknytting til andre mennesker i konteksten (Ryan & Deci, 2017), og kan således innebære en opplevelse av relasjonell ekskludering (Chen et al., 2015; Li et al., 2019a). Frustrasjon kan således ha fatale konsekvenser gjennom sosiale utfordringer, utagerende atferd og sosial isolasjon (Haraldsen et al., 2020; Howard, 2020; Jang et al., 2020).

Tidligere forskning viser til psykologisk behovsfrustrasjon som en reaksjon på utilfredstilte behov i sosiale sammenhenger (Bartholomew et al., 2011; Chen et al., 2015). Cordeiro et al. (2016) viser blant annet til psykologisk behovsfrustrasjon i skolen, som resulterer i symptomer av angst og depresjon. Andre konsekvenser av frustrasjon er ulike sykdomstendenser, dårligere selvkontroll, begrenset funksjon, eksternaliserende problemer, og umoralsk funksjon (Bartholomew et al., 2011; Chen et al., 2015; Vansteenkiste & Ryan, 2013). Legate et al. (2013) viser videre at psykologisk behovsfrustrasjon samsvarer med følelsen av å bli utstøtt. Dette kan forklares ved at psykologisk behovsfrustrasjon i større grad fremmer negative følelser og forsvarsmekanismer, som kan føre til antisosial atferd i form av

eksempelvis mobbing (Santurio et al., 2020; Vansteenkiste & Ryan., 2013). Psykologisk behovsfrustrasjon er dermed sentralt i fotballsammenheng, da interaksjoner og atferd konsekvent vil påvirke hvordan spillerne har- og hvordan de oppfører seg mot lagkamerater (Ratelle et al., 2012).

Sett under ett kan psykisk helse og psykologisk behovsfrustrasjon mulig påvirkes av lagmiljøet grunnet sosiale prosesser og individuelle karakteristikk (Legate et al., 2013; Legate et al., 2015; Ryan & Deci, 2017). Tidligere forskning har hovedsakelig tatt for seg ulike forhold ved tilfredstillelse av de tre grunnleggende psykologiske behovene, blant annet ved treneratferd, i skolekontekst og på tvers av kulturer (Chen et al., 2015; Lim & Wang, 2009). Denne studien ønsker i motsetning å se på sosiale og personlige faktorer opp mot frustrasjon av de grunnleggende psykologiske behovene, et tema som i mindre grad er belyst i fotballkonteksten (Chen et al., 2015; Santurio et al., 2020).

## 3.0 Metode

I dette kapittelet vil det redegjøres for valg av forskningsdesign og metode, innhenting og analyse av data, vitenskapelig kvalitet, og forskningsetiske betraktninger

### 3.1 Valg av forskningsmetode

Det skilles tradisjonelt mellom to hovedretninger innen forskningsmetode, kvantitativ og kvalitativ metode (Kvale & Brinkmann, 2015; Wahyuni, 2012). Kvantitativ tilnærming gjenkjennes ved at tall og statistikk brukes til å undersøke forekomster, årsaker eller sammenhenger (Polit & Beck, 2018). Kvalitativ tilnærming vektlegger imidlertid forståelsen av menneskelig erfaring, og går mer dyptgående i datainnsamlingen. Her er ønsket å forstå sosiale fenomener slik de tolkes av informantene (Kvale & Brinkmann, 2015).

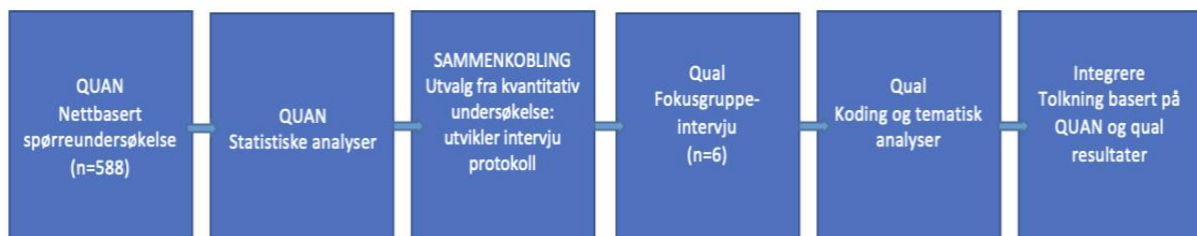
Det ble tatt ulike vitenskapsteoretiske overveielser i forkant av studien. Idrettspsykologisk forskning har gjennom tidene hovedsakelig vært forankret i empirisk forskning (Meredith et al., 2018; Temple & Crane, 2016). Forskere har altså hatt et positivistisk kunnskapssyn, styrt av grunnleggende antagelser og overbevisninger om at den eneste måten å oppnå vitenskap på er gjennom fornuftig og empirisk observasjon gjennom kvantitative metoder (Temple & Crane, 2016; Wahyuni, 2012). Til tross for dette har flere kvalitative studier bidratt til å utvide forskningsfeltet siden 2000-tallet (McGannon et al., 2021; Meredith et al., 2018). Kvalitative forskere har et dominerende fenomenologisk syn, og er opptatt av hvordan individer opplever en bestemt type livserfaring (Bowen et al., 2017; Polit & Beck, 2018). Kvantitativ og kvalitativ metode har derfor tradisjonelt sett blitt brukt hver for seg, som representanter for to ulike vitenskapsteoretiske paradigmer (Bowen et al., 2017; Wahyuni, 2012). I de siste årene har likevel en kombinert tilnærming fått større innpass (Bowen et al., 2017; Solstad et al., 2018). Wahyuni (2012) viser at det å samle inn ulike type data (i.e., kvantitativ og kvalitativ), og kombinere disse gjennom et *mixed-methods researchdesign* (MMR), kan gi en bedre forståelse av et komplekst fenomen (Creswell, 2014; Creswell & Clark, 2017).

#### 3.1.1 MMR

Et MMR kombinerer flere forskningsmetoder, og er spesielt hensiktsmessig da det belyser samme problem gjennom metodisk triangulering (Bowen et al., 2017). Ved metodisk triangulering kan de to metodene utfylle hverandre og redusere hverandres svakheter

(Creswell, 2014; Creswell & Clark, 2017). Denne studien bruker både kvantitativ og kvalitativ metode, med mål om å undersøke ulike psykososiale faktorer opp mot psykologisk behovsfrustrasjon. Studiens tema er komplekst, og bruken av et MMR gir bedre forutsetninger for å belyse studiens forskningsspørsmål, da resultatene kan presenteres på et dypere nivå enn kvantitativ og kvalitativ forskning vil klare alene (Bowen et al., 2017; Creswell, 2014).

Creswell og Clark (2017) viser til ulike måter et MMR kan gjennomføres på. Et «eksplanatorisk sekvensielt design» ble valgt, da designet har vist seg å forene de ulike forskningstradisjonene på en god måte (Creswell & Clark, 2017; Wahyuni, 2012). Forskningsdesignet er todelt, og består av en kvantitativ metode: spørreundersøkelse, og en kvalitativ metode: fokusgruppeintervju. Da trianguleringen av metodene var sekvensiell, ble den kvantitative spørreundersøkelsen gjennomført i forkant av de kvalitative fokusgruppeintervjuene. De kvalitative dataene ble således brukt for å forklare, utdype og/eller avgrense de kvantitative funnene (Creswell, 2014). Avslutningsvis innebærer designet en overordnet tolkning av resultater fra begge metodene (Clark et al., 2008). Datainnsamlingen ble gjennomført i samarbeid med to medstudenter.



**Figur 1** Fremgangsmåte ved et eksplanatorisk sekvensielt design (design inspirert fra Clark et al., 2008).

### 3.2 Utvalg

Vi inviterte alle fotballag i Agder fylke, Norge i alderen 14-19 år til å delta i prosjektet. I del en av datainnsamlingen var målet å kartlegge spillernes opplevelse av intra- og interpersonelle faktorer samt psykologisk behovsfrustrasjon i idretten. Det kvantitative utvalget besto av totalt 588 fotballspillere, bestående av både jenter (32.3%) og gutter (67.7%), med en gjennomsnittsalder på 15.7 år ( $SD= 1.4$ ). Andelen gutter og jenter samsvarer med Norges fotballforbunds (NFFs) deltagerliste i fotball (NFF, 2022). Spillerne hadde i gjennomsnitt ni års erfaring innen idretten, og hadde vært med nåværende trener i to år. For at utvalget skulle være representativt og reflektere et mangfold, ønsket vi at utvalget skulle komme fra hele

Agder fylke. Omtrent halvparten av deltagerne spilte på lag som var lokalisert i Kristiansand kommune (48.1%), omtrent en fjerdedel av deltagerne kom fra lag øst i Agder (26%) og en fjerdedel fra lag vest (16.5%) og nord i Agder (9.4%). Det kvalitative utvalget besto av seks fokusgrupper, hvor tre av gruppene var innen et jenter-17 lag og tre av gruppene innen et gutter-19 lag. Fokusgruppene besto av tre til seks spillere. En forutsetning for deltagelse i fokusgruppeintervjuene var at deltagerne hadde fylt ut spørreskjemaet i den kvantitative delen av undersøkelsen.

### 3.3 Kvantitativ tilnærming

#### 3.3.1 Prosedyre

Etter innsendt søknad til Norsk senter for forskningsdata (NSD), og godkjenning fra fakultetets etiske komité (FEK), ble deltagerne i studien rekruttert gjennom epost og/eller personlig kontakt med en fra forskergruppen. Innledningsvis ble sportslig leder i 42 klubber kontaktet, hvor det ble gitt godkjenning av 30 til å gå videre. Deretter ble trener/kontaktansvarlig for 180 lag kontaktet (14-19 år). Under rekrutteringen var det et mål å rekruttere jentelagene, da disse generelt har kommet i andre rekke i forskningssammenheng (Costello et al., 2014; Elliot-Sale et al., 2021). Alle deltagerne ble bedt om informert samtykke, hvor deltagere kategorisert som barn (<16år) måtte ha skriftlig samtykke fra foreldre. Når spørreundersøkelsen var gjennomført, sto vi igjen med et utvalg på 26.8% ( $n=724$ ) av alle fotballspillere i NFF Agder mellom 14 og 19 år. Noen av spørreskjemaene ble ikke besvart tilfredsstillende (<50%) og ble dermed fjernet fra datamaterialet etter avsluttet innsamling. Dermed endte studien opp med et utvalg på 22% av fotballspillerne i aldersgruppen 14-19 år i NFF Agder ( $n=588$ ).

For å sikre nøyaktighet i spørreskjemaene ble det i forkant av innsamlingen gjennomført 14 pilotundersøkelser på idrettsaktiv ungdom i samme aldersgruppe som informantene i studien. Etter spørreundersøkelsen var gjennomført, ble dataene ført over til statistikkprogrammet «Statistical package for the social science» (SPSS versjon 25). I SPSS ble hvert spørsmål analysert, for å se hvor mange svar det manglet på alle substanser. En rekke korrelasjonsanalyser ble også gjennomført for å kontrollere subskalaene. Videre ble dataene kategorisert, før alle delspørsmålene innenfor en kategori ble slått sammen til skalaer.

### 3.3.2 Spørreundersøkelse

I denne studien ble spørreundersøkelse brukt som et verktøy for å forske på personlige karakteristikk, velvære, sosiale fenomen og psykologisk behovsfrustrasjon i organisert fotballaktivitet. Undersøkelsen innebar et selvrapporteringskjema i programmet SurveyXact, og besto av seks validerte spørreskjema som inngikk i en større elektronisk undersøkelse.

Da spørreskjemaene kun var tilgjengelig på engelsk, ble skjemaene oversatt til norsk. Oversettelsesprosessen ble gjort i samsvar med Geisingers (1994) flerstegs-metode. Steg en innebærer at hvert medlem av forskningsgruppen oversetter spørreskjemaene individuelt. Steg to innebærer at medlemmene i forskergruppen gir tilbakemelding på andre medlemmers oversettelser. Steg tre går ut på at forskergruppen samles for å gjennomgå hverandres kommentarer og for å fullføre spørreskjemaene. I steg fire og fem piloteres spørreskjemaene, og testes ut på en større utvalgsgruppe. I forkant av oversettelsen ble det gjennomført en kulturell tilpasningsprosess (Gjersing et al., 2010). Det ble vurdert om spørreskjemaet hadde samme betydning i fotballkonteksten som i originalkonteksten, og om spørsmålene var like relevant i vårt utvalg. Viktigheten av å sikre gyldighet gjennom språk og tid i kontekst har blitt understreket i litteraturen (Behr, 2017; Ozolins et al., 2020).

#### *Skalaer brukt i undersøkelsen*

Det er en rekke fordeler ved å gjennomføre spørreundersøkelser elektronisk (Bowen et al., 2017). Spørreundersøkelser på nett er blant annet brukervennlige og fleksible (Bowen et al., 2017), noe som igjen er hensiktsmessig da vi ønsket et høyt antall respondenter. Med hensyn til koronapandemien var en elektronisk distribusjon å foretrekke da undersøkelsen kunne gjennomføres når og hvor som helst. Tidsrammen for gjennomføring av spørreundersøkelsen ble likevel utvidet noe, da vi til fastsatt dato ikke hadde fått inn ønsket antall respondenter. Dette gjorde at forskergruppen valgte å reise ut til noen klubber (også grunnet lettelse i smittetrykk). Bowen et al. (2017) viser at mangel på data er en vanlig utfordring ved bruk av elektroniske spørreskjema. Den kvantitative spørreundersøkelsen foregikk dermed fra midten av september til slutten av november, 2021.



## Grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon

Spillerne gjennomførte en oversatt versjon av «BPNSFS; The Basic psychological need satisfaction and frustration scale» (Chen et al., 2015). 12 spørsmål ble stilt for å undersøke frustrasjon av de tre grunnleggende psykologiske behovene. Spørsmålene var fordelt på variablene frustrasjon av autonomi (4 punkt, alfakoeffisient = 0.79), frustrasjon av kompetanse (4 punkt, alfakoeffisient = 0.80) og frustrasjon av sosial tilhørighet (4 punkt, alfakoeffisient = 0.77). Spørreskjemaet benyttet seg av en Likert skala fra 1= «helt uenig» til 7= «helt enig».

## Autonomistøtte blant lagkamerater

Spillerne gjennomførte en oversatt og kontekstualisert versjon av «SCQ; Sport Climate Questionnaire» (Williams et al., 1996). 12 spørsmål ble brukt for å undersøke om spillerne gir autonomistøtte (6 punkt, alfakoeffisient = 0.94) og opplever autonomistøtte fra sine respektive lagkamerater (6 punkt, alfakoeffisient = 0.92). Spørreskjemaet benyttet seg av en Likert skala fra 1= «helt uenig» til 7= «sterkt enig».

## Utstøting blant lagkamerater

Spillerne gjennomførte en oversatt versjon av «Ostracism Experience Scale for Adolescents (OES-A)» (Gilman et al., 2013). 11 spørsmål ble brukt for å undersøke spillernes opplevde ignorering (5 punkt, alfakoeffisient = 0.85) og ekskludering (6 punkt, alfakoeffisient = 0.87). Spørreskjemaet benytter seg av en Likert skala fra 1= «aldri» til 5= «alltid».

## Personlige karakteristikk

For å samle inn datamateriale på personlige karakteristikk ble en oversatt versjon av «SDQ; Self-Description Questionnaire» benyttet (Marsh et al., 2005). Spørreskjemaet besto av 15 spørsmål under henholdsvis ærlighet (6 punkt, alfakoeffisient = 0.65), emosjonell stabilitet (5 punkt, alfakoeffisient = 0.85) og skoledimensjonen (4 punkt, alfakoeffisient = 0.87). Spørreskjemaet benytter seg av en Likert skala hvor 1 = «usant» og 6 = «sant».

## Psykologisk velvære

Spillerne svarte på en oversatt versjon av «WHO 5- The 5-item World Health Organization Well-Being Index» (Topp et al., 2015). Spørreskjemaet inneholder 5 spørsmål (alfakoeffisient

= 0.79) som gir en verdi mellom 0 og 25. Verdien multipliseres med fire for et endelig resultat. Spørreskjemaet benytter seg av en Likert skala fra 0= «aldri» til 5= «hele tiden».

### Psykosomatiske symptomer

For å undersøke fysiske symptomer som et resultat av psykisk helse ble «The health behavior in School- Aged Children Symptom Checklist (HBSC- SCL)» benyttet (Garipey et al., 2016). Spørreskjemaet måler spillernes opplevelser de siste seks månedene, og består av 8 spørsmål (alfakoeffisient: 0.84). Spørreskjemaet benytter seg av en Likert skala fra 1 = «Omtrent hver dag» til 5 = «Sjelden/Aldri».

### 3.3.3 Statistiske analyser

En rekke statistiske analyser ble brukt for å gå i dybden av datasettet, ved hjelp av programmet SPSS versjon 25. I dette delkapittelet vil hver enkelt analysemetode beskrives.

#### *Cronbach's alfa*

For å måle reliabiliteten og den indre konsistensen til hvert enkelt spørreskjema ble det utført en cronbach's alfa reliabilitetsanalyse. Alfa verdien sier noe om hvor tett forbundet et sett med variabler er som gruppe, hvor spørsmålene innen en kategori skal uttrykke det samme (f.eks. ærlighetsdimensjon). Eikemo og Clausen (2012) viser til at en alfa-verdi på over 0.7 er av god konsistens. Cronbach's alfa reliabilitetsanalysen resulterte i at samtlige alfaverdier (med et unntak) målte over 0.7, som viser at det kan være hensiktsmessig å slå sammen de ulike delspørsmålene i skalaer. Til tross for at ærlighet ikke skårte over 0.7 ble det likevel besluttet å bruke variabelen, da den besto av få sammenslåtte spørsmål. Dette er ifølge Eikemo og Clausen (2012) akseptabelt. Resultatene er presentert i Tabell 3 (se side 39).

#### *Korrelasjonsanalyse*

For å gi en tydeligere indikasjon på samvariasjon mellom intra- og interpersonelle variabler ble det gjennomført en korrelasjonsanalyse (Tabell 3, s. 39). Korrelasjonsanalysen viser styrken på samvariasjon, og om det er statistisk signifikans mellom to variabler. Statistisk signifikans vurderes ut ifra en  $p$ -verdi, og avdekker om korrelasjonen er tilfeldig. Ringdahl (2018) viser til korrelasjonsanalyse som en analyse som også gir et tallmessig uttrykk ( $r$ ) på styrken av en sammenheng, som ligger mellom -1 og +1. Positivt tall representerer positiv

sammenheng, mens negativt tall indikerer negativ sammenheng. En verdi nærme  $-1/+1$  indikerer en sterk relasjon. Cohens (1988) tolkninger av korrelasjonskoeffisienter ble også brukt gjennom prosessen. Tolkningen tilsier at hvis  $r= 0.10-0.29$  betrakter vi det som en svak korrelasjon,  $r= 0.30-0.49$  en moderat korrelasjon, og  $r= 0.50-1$  en sterk korrelasjon. Til tross for statistisk signifikans mellom to variabler, er derfor selve tallet viktig for å forstå styrken i forholdet (Cohen, 1988). I denne oppgaven ble det benyttet en Pearson-korrelasjonsanalyse.

### *Eksplorerende faktoranalyse*

For å undersøke validiteten i spørreskjemaet ble det gjort en eksplorerende faktoranalyse (EFA), en gjentagende metode i psykologisk forskning (Goretzko et al., 2021). EFA brukes for å utforske korrelative relasjoner og for å avklare hvilke testledd som klynger seg sammen og dermed kan forklares av felles faktorer. Auerswald og Moshagen (2019) viser at ved et stort utvalg ( $>400$ ) er EFA en hensiktsmessig analyse grunnet stor sannsynlighet for pålitelige faktormønstre og nøyaktig estimerte faktorscorer. I forkant av faktoranalysen ble det satt hypoteser på antall faktorer som best beskrev fenomenet (Tabell 1, s.28).

I gjennomførelsen av faktoranalysen ble det tatt i bruk flere forskjellige fremgangsmåter. Fabrigar et al. (1999) viser til at det er hensiktsmessig å vurdere flere utfall, da det styrker faktoranalysens helhet. I denne studien ble «Kaiser-Guttman kriteriet» og «Cattell's Scree Test» brukt (Auerswald & Moshagen, 2019). Kaiser-Guttman kriteriet innebærer å beholde like mange faktorer som det er egenverdier til prøvekorrelasjonsmatrisen. Verdien «1» ble brukt som en nedre grense, da verdiene under står for mindre variasjon (Auerswald & Moshagen, 2019). Cattell's Scree test baserer seg på plottet av egenverdier i synkende rekkefølge. Her søkes det etter faktorer frem til et punkt hvor egenverdiene avtar brått. Da både Kaiser-Guttman kriteriet og Cattell's Scree test målte det samme, gir dette en indikasjon på validitet i analysen (Auerswald & Moshagen, 2019; Fabrigar et al., 1999). De fleste variablene ladet på forventede faktorer, med få unntak. Blant annet ladet frustrasjon av autonomi, kompetanse og sosial tilhørighet på hver sin faktor. Når grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon ble slått sammen, ladet skalaen på to faktorer fremfor de tre forventede. Ærlighet ladet i likhet uforventet på to faktorer. Til tross for noen forskjellige estimater, ble ingen latente faktorer trukket ut. Dette fordi ærlighet besto av få variabler, samt at oppgaven stort sett satt søkelys på frustrasjon av hvert enkelt behov, som ladet riktig (Tabell 1, s.28).

**Tabell 1** Hypoteser og resultat av eksplorativ faktoranalyse.

	Forventet faktorer	Faktorer gjennom analysen
SDQ- self- description questionnaire	3	4
WHO5 - The 5-item World health organization Well- Being Index	1	1
HBSC-SCL -The health behavior in school-aged children symptom checklist.	2	2
Ostracism Experience Scale for adolescents	2	2
BPNFS- Basic psychological needs frustration	3	2
SCQ- Sport Climate questionnaire	2	2

### *Beslutningstreanalyse*

For å vise til interaksjoner, samt identifisere faktorer som forklarer utfallsvariabler på en best mulig måte, ble beslutningstreanalyser brukt (Lin & Fan, 2019; Tranaeus et al., 2021).

Beslutningstreanalyser brukes for å teste mulige relasjoner mellom forklaringsvariabler (intra- og interpersonelle variabler) og utfallsvariabelen (grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon). Analysemetoden er ikke-parametrisk og lite brukt, men har blitt anbefalt særlig innenfor atferdsintervensjoner (Lemon et al., 2013; Tranaeus et al., 2021). Gomes og Jelihovsci (2020) viser til beslutningstreanalyse som den mest passende metoden for analyse av komplekse datasett. Da datasettet kjennetegnes ved store mengder data, flere typer variabler, og ikke-lineære forhold, ble beslutningstreanalyse ansett som passende. I analyseprosessen blir det generert trær basert på et automatisk, trinnvis variabelvalg, rettet mot å identifisere eksklusive undergrupper i utvalget (Tranaeus et al., 2021).

Da det finnes flere ulike beslutningstrær falt valget på «Chi-squared Automatic Interaction Detector» (CHAID), en lite brukt fremgangsmåte (Lin & Fan, 2019). I CHAID-prosessen sikres statistisk signifikante strukturer ved å dele datasettet i undergrupper på grunnlag av den avhengige variabelen. Analysen tar utgangspunkt i alle deltagerne (roten), hvor undergruppene genererer nye grupper basert på den sterkeste forklaringsvariabelen, til splittelsen stopper av naturlig feil (Tranaeus et al., 2021). Til tross for at mange forskere velger å bruke CRT (Classification- and regression trees) ble det i dette datasettet sett som hensiktsmessig å bruke CHAID, da analysen gir et bredere spekter av undergrupper (Lin & Fan, 2019). Samtidig er målet med CHAID metoden å tolke og vise til nyanserte resultat, der CRT ønsker å predikere (Lin & Fan, 2019).

Det ble generert fire analyser, én for frustrasjon av hvert av de tre grunnleggende psykologiske behovene, og én for grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon samlet. Videre ble det beregnet gjennomsnittlig differanse mellom gruppene, med utgangspunkt i frustrasjon (med tilsvarende 95 % konfidensintervall). Machuca et al. (2017) sine kriterier for statistiske innstillinger ble fulgt, hvor beslutningstrærne ble generert ved 1) minimum 10% av utvalget representert i hovednoden og 2) minimum 5% av utvalget representert i undernodene.

### 3.4 Kvalitativ tilnærming

#### 3.4.1 Prosedyre

I samme søknad som for den kvantitative datainnsamlingen ble det også søkt om mulighet for å gjennomføre intervju, den mest brukte kvalitative forskningsmetoden (Thagaard, 2018). Lagledere for fotballag aktuelle for intervju ble kontaktet etter kvantitativ gjennomføring. Det ble i likhet med den kvantitative innsamlingen gjennomført to pilotintervjuer, på grupper med deltagere som hadde besvart spørreundersøkelsen. Gjennom pilotintervjuene ble spørsmålene kontrollert for å finne eventuelle svakheter i intervjuguiden, slik at justeringer kunne gjøres før de formelle intervjuene ble gjennomført (Hassan et al., 2006). Spørsmålene i intervjuguiden ble ikke justert, men forskergruppen ble mer observant på egen rolle i intervjusituasjonen. Det anbefalte antallet fokusgrupper for innsamling av data varierer (Hennink et al., 2019), men hver fokusgruppe bør bestå av fire til tolv deltagere (Krueger & Casey, 2014). Utvalget besto av tre guttegrupper på til sammen 13 spillere (gutter-19), samt tre jente grupper på til sammen 15 spillere (jenter-17). Vår utvalgsstørrelse på seks fokusgrupper og fire til fem deltakere (en gruppe med 3) burde være tilstrekkelig for både kode- og meningsmetning (Hennink et al., 2019). Intervjuene med guttene ble gjennomført i starten av desember 2021, i fotballhallen guttene trente i. Grunnet smitteøkning i Norge kort tid etter at gutteintervjuene ble gjennomført, ble jenteintervjuene noe utsatt. Jenteintervjuene ble gjennomført i midten av januar i klubbens kantine. Spillerne (alle >16 år) måtte gi informert samtykke før intervjustart.

Målet med den kvalitative oppfølgingen var å undersøke sosialt samspill og tendenser i enkelte fotballag, for en subjektiv tolkning og forståelse, samt en dypere innsikt i de sosiale forholdene innenfor lagidrett (Thagaard, 2018; Wahyuni, 2012). Fokusgruppeintervju ble valgt som metode for innsamling av data, hvor målet var å utnytte gruppedynamikken i lagene i en organisert diskusjon. Kvale (1996) fremmer at et intervju er en samtale med en bestemt

mening. Intervjuguiden innebefattet dermed temaer og spørsmål som fikk informantene til å dele egne erfaringer og opplevelser rundt gitt tema, det sosiale samspillet i laget (Johansen et al., 2021; Krueger & Casey, 2014). Åpenhet i spørsmålene skulle sørge for at informantene fikk mulighet til å gå i dybden. Deltagerne fikk av den grunn overordnede temaer på forhånd, slik at ingen overraskelser skulle dukke opp i intervjuene (Johansen et al., 2021). Dette la føringer for valg av fremgangsmetode i fokusgruppeintervjuene.

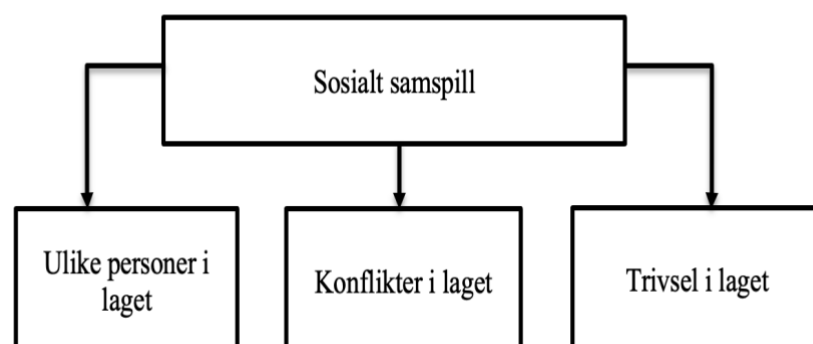
Fokusgruppeintervjuene ble gjennomført som semistrukturerte intervjuer. «Semistrukturert» innebærer at man tar utgangspunkt i en intervjuguide som inneholder bestemte tema, samtidig som det beholdes nok fleksibilitet til at informanten kan snakke fritt rundt ethvert tema som tas opp under intervjuet (Wahyuni, 2012). Intervjuformen ble sett på som hensiktsmessig grunnet fleksibiliteten den ga, samtidig som den ikke kan kategoriseres som ustrukturert (Wahyuni, 2012). Forskeren fungerte som en moderator og styrte de fire temaene ut ifra intervjuets gang (Kvale & Brinkmann, 2015). Det ble også ansett som hensiktsmessig å stille utdypningsspørsmål for å få frem ulike dimensjoner av temaene (Johansen et al., 2021). Hvert av intervjuene varte mellom 20 og 30 minutter og resulterte i totalt 57 sider med rådata (Times New Roman, 1,5 linjeavstand, skriftstørrelse 12). Alle fokusgruppeintervjuene ble gjennomført av to medlemmer i forskergruppen.

### 3.4.2 Tematisk analyse

Tematisk analyse ble ansett som hensiktsmessig for forskningens datamateriale. Analysen ble brukt for å analysere ulike klassifikasjoner relatert til datamaterialet, samtidig som den kan gi en detaljert og kompleks redegjørelse, gjennom identifisering, analysering og rapportering av mønstre (Braun & Clarke, 2006; Clarke & Braun, 2015). Analysen har en deduktiv tilnærming, som tilsier at man ser dataene i lys av teori (Creswell & Clark, 2017), samtidig som den er fleksibel for analyse av fokusgruppeintervju (Braun & Clarke, 2006; Clarke & Braun, 2015).

For å sikre gyldighet og pålitelighet i transkriberings- og analyseprosessen ble Braun og Clarkes (2006) seks grunnleggende trinn for tematisk analyse brukt. Steg 1 innebar å bli kjent med dataene, blant annet gjennom transkribering. Det ble transkribert med formål om å omforme den kvalitative forskningsprosessen til tekst. Dette ble gjort for at intervjuene skulle bli lettere å håndtere videre i prosessen og i analysene. For å styrke påliteligheten i forskningsprosjektet ble det transkribert fra ord til ord. Etter transkriberingen var gjennomført

ble opptakene slettet. Datamaterialet ble videre lest gjentakende ganger, slik at man ble kjent med innholdet og kunne danne seg noen ideer. I Steg 2 ble de første kodene generert. Hensikten med koding var å identifisere interessante aspekter i dataene som kunne danne grunnlag for gjentatte mønstre (temaer) på tvers av datasettet. Prosessen resulterte i 76 koder. I steg 3 ble det søkt etter tema, hvor kodene ble samlet og fordelt i mulige kategorier. Temaene var bredere enn kodene, og inneholdt koder for all relevant data. Steg 3 resulterte i syv temaer hvor kodene (76) ble plassert. Steg 4 i prosessen innebar gjennomgang av temaene, og deres funksjon ut ifra koder og hele datasettet. Dette var tidkrevende, og innebar flere gjennomganger og finpussing. Utdrag fra hvert tema ble lest, byttet om og justert til det ga et sammenhengende mønster. Et tematisk «kart» ble videre utviklet. I steg 5 ble temaene definert, avgrenset og navngitt. Prosessen innebar å finne essensen i hvert tema, gå tilbake til datautdrag for hvert tema og se etter en bredere overordnet sammenheng. Analysen resulterte i tre temaer; «ulike personer i laget», «konflikter i laget» og «trivsel i laget» (Figur 2, s.32). Braun og Clarke (2006) hevder at temaer som dukker opp fra funn kan gi en detaljrik fremstilling av data. I det siste steget ble en rapport skrevet, hvor hele prosessen tilbake til forskningsspørsmålet ble evaluert steg for steg (se kapittel 4.0). Rådataene bestående av enkeltfraser eller utsagn ble kategorisert ved bruk av NVivo 11 som kvalitativ analyseprogramvare, ved undertemaer relatert til de tre hovedtemaene. Gjennom hele analyseprosessen ble det sparrert med medstudenter og veiledere angående tema som best mulig tilfredsstilte oppgavens hensikt.



**Figur 2** De tre hovedtemaene som kom frem fra tematisk analyse: 1) ulike personer i laget 2) konflikter i laget, og 3) trivsel i laget.

### 3.4.3 Min rolle som forsker

Forskeren har en aktiv rolle gjennom hele forskningsprosessen, både gjennom identifisering av mønstre og temaer, utvalg av rådata, samt rapportering til leseren (Clarke & Braun, 2015). Forskeren ansees derfor som et avgjørende «instrument» (Markula & Silk, 2011). Min bakgrunn som idrettsutøver, både gjennom fotball og andre idrettsaktiviteter kan ha innvirkning på min egen tolkning av data. Tidligere forskning benevner blant annet at produktet av forskningsprosessen er forfatterens tolkning og perspektiver på informantenes erfaringer (Markula & Silk, 2011). Samtidig kan erfaring og kjennskap til ungdom i skolen påvirke min evne til å utforske og avdekke problemstillinger under overflaten. Dette grunnet egen forforståelse av psykososiale prosesser i ungdommens hverdag.

## 3.5 Vitenskapelig kvalitet

Oppgavens muligheter og begrensninger for å besvare forskningsspørsmålet vurderes i dette avsnittet. Vurdering innebærer i tilfellet å drøfte synspunkter som kan fremme/hemme forskningens representativitet og troverdighet. Representativitet diskuteres i kvantitativ forskning gjennom vurdering av validitet (gyldighet) og reliabilitet (nøyaktighet; Polit & Beck, 2018; Thomas & Magilvy, 2011). I kvalitativ forskning diskuterer man troverdigheten til resultatene, gjennom kredibilitet (intern validitet i kvantitativ forskning), overførbarhet (ekstern validitet i kvantitativ forskning) og pålitelighet (reliabilitet i kvantitativ forskning; Polit & Beck, 2018; Thomas & Magilvy, 2011). Da det trekkes flere linjer mellom begrepene i kvantitativ og kvalitativ forskning, vil vitenskapelig kvalitet i denne MMR studien, drøftes ved bruk av begrepene validitet og reliabilitet.

### 3.5.1 Validitet i MMR studien

Validitet refererer til om «dataene er gyldige i forhold til den virkeligheten som er studert» (Thagaard, 2018, s.189), og impliserer at studien måler det den skal måle. Innledningsvis kan MMR studien, grunnet dens bruk av metodisk triangulering ha en god forutsetning for å besvare studiens forskningsspørsmål (Creswell, 2014). Et stort kvantitativt utvalg ( $n=588$ ), samt et mindre utvalg i kvalitative fokusgruppeintervjuer ( $n= 28$ ) kan gi en dypere forståelse av et fenomen, og mulig sikre studien større troverdighet.

I den kvantitative delen av studien var et ønske å sikre gyldighet gjennom spørreundersøkelsen. Spørreundersøkelsen og variablene derunder ble testet gjennom en



eksplorativ faktoranalyse (Tabell 1, s.28), med et mål om at variabelen som ble målt skulle gjenspeile variabelen som var ønsket å måle. Valget bidrar til å sikre god begrepsvaliditet (Benestad & Laake, 2008), noe som kan bidra til troverdighet i resultatene, samt i besvarelsen av forskningsspørsmålet.

Samtlige fotballspillere i alderen 14-19 år i Agder fylke ble rekruttert til spørreundersøkelsen. Utvalget i studien er dermed basert på en strategisk fremgangsmåte, da det ble ønsket et utvalg som var representativt til besvarelsen av forskningsspørsmålet. Dette sikrer intern validitet i funnene (Benestad & Laake, 2008). MMR studien er likevel en tverrsnittsstudie, noe som hindrer oss i å antyde kausale sammenhenger. Til tross for dette utgjør utvalget en stor andel av unge fotballspillere i Agder fylke, og det kan dermed være grunner til å tro at resultatene er representative og overførbare til andre ungdommer som spiller fotball i NFF Agder. Dette sikrer resultatenes eksterne validitet (Benestad & Laake, 2008).

Studiens datasett er komplekst. Det ble derfor gjennomført flere beslutningstreakanalyser. Beslutningstrærne klassifiserte deltagerne i ulike undergrupper ut ifra deres psykologiske behovsfrustrasjon (Lin & Fan, 2019), og ga gode muligheter til å besvare forskningsspørsmålet på en nyansert måte. Denne studien brukte CHAID metoden, noe som kan øke troverdigheten i funnene da metoden har noe strengere kriterier for splitting av grener sammenlignet med andre beslutningstreakanalyser (f.eks. CRT/QUEST) (Lin & Fan, 2019). Strengt kriterier gjør at man i større grad kan være sikker på at funnene er valide.

To av lagene som besvarte spørreundersøkelsen ble valgt ut til deltagelse i fokusgruppeintervjuene. Intervjuguiden ble forberedt på grunnlag av de kvantitative resultatene, og gjennomført i form av fokusgruppeintervjuer. Fokusgruppeintervjuer er en godt etablert metode i kvalitativ forskning (Johansen et al., 2021; Krueger & Casey, 2014), noe som ifølge Shenton (2004) kan sikre kredibilitet. Begrepet kredibilitet tilsvarer intern validitet i kvantitativ forskning (Thomas & Magilvy, 2011; Shenton, 2004). Valg av semistrukturerte intervju gjorde at det hele tiden var et mål å holde seg innenfor overordnet tema, noe som også sikrer kredibilitet og troverdighet i resultatene. Det ble regelmessig sjekket at intervjuer og informant hadde en felles forståelse av datamaterialet. Dette ble eksempelvis gjort ved å stille oppfølgings spørsmål som «forstår vi deg rett når du sier ...». Fremgangsmåten øker troverdighet til de kvalitative resultatene da informant og intervjuer konsekvent stiller seg likt til datamaterialet (Kvale & Brinkmann, 2015). I analyseprosessen ble tematisk analyse benyttet. Analysen er fleksibel mellom de ulike stegene i genereringen av

koder og tema (Braun & Clarke, 2006), og kan derfor øke validiteten og konsistensen i dataene.

Forskningsintervjuer kritiseres ofte for resultater som ikke er valide, da man ikke vet om informanten snakker sant (Kvale & Brinkmann, 2015). Sosialt samspill er et personlig fenomen og vil for noen være ubehagelig å snakke om. Et fokus for intervjuerne var derfor å skape trygge rammer for informantene, gjennom blant annet anonymitet. Da informantene deltok i samme lag og miljø, var det naturlig at de psykososiale aspektene kunne oppleves likt av flere informanter. På bakgrunn av dette ble det søkt etter likheter mellom informantene i transkripsjonene. Gjentakende resultater i transkripsjonene gir grunnlag for å tro at resultatene kan overføres til andre i samme populasjon. Begrepet overførbarhet benyttes hovedsakelig i kvalitativ forskning (Wahyuni, 2012), og tilsvarer kvantitativ forsknings eksterne validitet (Thomas & Magilvy, 2011; Shenton, 2004). Resultatene gir et innblikk i sosiale fenomen i enkelte lag i ungdoms fotballen og kan mulig, grunnet studiens gjennomføring være anvendbar ved andre ungdoms fotballag i Agder fylke.

### 3.5.2 Reliabilitet i MMR studien

Reliabilitet er en vurdering av forskningens og prosjektets pålitelighet, og i hvilken grad forskningen er gjort på en tillitsvekkende måte (Thagaard, 2018). I denne studien vil reliabilitet forsvares gjennom nøyaktighet i prosessen, både gjennom forberedelser og målinger.

Den kvantitative undersøkelsen benyttet seg av standardiserte målemetoder og tidligere validerte spørreskjema. Dette styrker undersøkelsens reliabilitet, hvor resultatene til enhver tid kan etterprøves. I startfasen ble nøyaktighet sikret gjennom bruk av Geisingers (1994) metode for oversettelse, som tar hensyn til kontekst og språk. Videre ble spørreundersøkelsen pilotert ( $n=14$ ), som kan øke reliabilitet i resultatene gjennom nøyaktighet. For å sikre indre konsistens ble reliabilitet i spørreskjemaene også testet gjennom Cronbach's alfa-reliabilitetsanalyse. Spørsmålene innenfor en og samme variabel (med et unntak) var tett forbundet, slik at det var hensiktsmessig å slå sammen spørsmålene til skalaer. Gjennom studien har det vært forsøkt å være transparent i avgjørelser og valg, gjennom redegjørelse av metode, datainnsamling, analyser og presentasjon av resultatene. Denne klarheten vil kunne bidra til å øke studiens troverdighet, og gi utenforstående mulighet til å vurdere forskningsprosessen på en helhetlig måte.

Pålitelighet i dataene sikrer at intervjuene måler det de skal måle (Thagaard, 2018). For å gjøre intervjuguiden pålitelig ble den pilotert på to grupper innenfor det kvantitative utvalget. Piloteringen ga et innblikk i muligheter og begrensninger ved intervjuprosessen, og gjorde at det kunne utføres endringer som sikret nøyaktighet innen formulering og spesifisitet. Intervjuguiden ble også pilotert og diskutert med tanke på presisjon, for å sikre at informantene forsto hva de ble spurt om (Krumsvik, 2014). Intervjuprosessen nøyaktighet ble videre styrket av at forskergruppen var bevisst på å ikke stille ledende spørsmål, da dette har vist seg å kunne påvirke svarene til informantene, gjennom eksempelvis maktforholdet som oppsto (Kvale & Brinkmann, 2015). Transkriberingen foregikk kort tid etter gjennomføring av intervjuene, for å ha intervjuene friskt i minne. Gjennom oppgaven har også Thomas og Magilvys (2011, s.153) seks punkter for pålitelighet blitt fulgt. Punktene skal sikre at leseren kan følge samme prosedyre, og derav reproduseres av andre (Kvale & Brinkmann, 2015). Punktene innebærer: 1) beskrive det spesifikke målet med studien, 2) diskutere hvordan og hvorfor deltagerne ble valgt ut til studien, 3) beskrive hvordan dataene ble samlet inn, samt hvor lang tid det tok, 4) forklare transformeringen ved analyse, 5) diskutere tolkning og presentasjon av resultater, samt 6) vise til spesifikke teknikker brukt for å bestemme troverdighet i dataene. Gjennomføringen av disse seks punktene vil styrke studiens reliabilitet og nøyaktighet.

### 3.6 Forskningsetiske betraktninger

Etikk omhandler læren om rett og galt, og tar del i både planlegging, gjennomføring og behandling av forskningen (Dalland, 2000). Deltagelse i forskning kan være en positiv opplevelse, men også en belastning for deltagerne (Thagaard, 2018), og det ble i forkant av forskningsprosjektet tatt flere vurderinger i henhold til forskningsetiske retningslinjer. Før rekruttering av deltagende fotballklubber, godkjente blant annet Norsk senter for forskningsdata (NSD) Fotball i Agder (FIA) prosjektet. Retningslinjene fra NSD har blitt fulgt gjennom hele forskningsprosessen. Forskningsprosjektet ble i tillegg godkjent av fakultetets etiske komite (FEK). I etterkant ble alle ledere av de respektive klubbene informert før de enkelte trenerne i klubbene ble kontaktet. De unge spillerne måtte også skrive under på en samtykkeerklæring. Informert samtykke omhandler at deltagerne i prosjektet får tilstrekkelig informasjon om formålet med prosjektet, frivilligheten til å delta og hvordan deres personvern ivaretas av forskergruppen. Spillerne kunne på et hvert tidspunkt trekke seg fra studien. Det ble også tatt hensyn til deltagere kategorisert som barn (<16 år). Deltagere i denne kategorien

måtte ha foreldrenes samtykke før de kunne delta i studien. I tillegg ble det gjort tiltak for oppbevaring og bruk av personopplysninger. Alle personopplysninger ble behandlet konfidensielt, og kun forskergruppen på gitt studiested har hatt tilgang til opplysningene. Det ble også tatt hensyn til anonymitet, så det ikke skulle være mulig å gjenkjenne spillerne i fremtidige publikasjoner. Det ble nødvendig med en etisk refleksjon knyttet til at deltagere i den kvalitative delen av studien ble synlige for hverandre, samt for forskeren. I fokusgruppeintervjuene ble det også tatt hensyn til opplysninger om tredje person, samt gruppepresset som deltagerne kunne oppleve. Transkriberingen av intervjuene ble anonymisert ved at dialekten ble omgjort til bokmål og person-identifisert informasjon ble fjernet eller erstattet med generelle begreper. Informantene ble også tildelt fiktive navn for å unngå konsekvenser av fysisk, psykisk og sosial forstand (Kvale & Brinkmann, 2015).

## 4.0 Resultat

Resultatene presenteres i henhold til MMR studien og dets sekvensielle design. Bruken av sekvensielt design kan gi en bredere forståelse av fenomenets kompleksitet, da studien baserer seg på flere forskningsmetoder (Bowen, 2017). Til tross for at designet skal forene de ulike forskningstradisjonene på best mulig måte, vil kvantitative og kvalitative funn presenteres sekvensielt.

### 4.1 Kvantitative funn

#### 4.1.1 Deskriptive data

Analyser av deskriptiv statistikk ble gjort ved bruk av SPSS versjon 25. 588 unge fotballspillere i alderen 14-19 år i Agder fylke gjennomførte undersøkelsen (>50%).

**Tabell 2** Spillernes demografiske karakteristikk, år i fotballen, år med nåværende trener, geografisk tilhørighet og etnisitet.

	Jente	Gutt	Total
Kjønn, n (%)	190 (32.3)	398 (67.7)	588 (100)
Alder (år), Gj. snitt (SD)	15.1 ± 1.2	16 ± 1.4	15.7 ± 1.4
År spilt fotball, Gj. snitt (SD)	7.6 ± 2.3	9.7 ± 2.6	9 ± 2.7
År m/trener, median (range)	3 (0-10)	2 (0-15)	2 (0-15)
Spillere med foreldre som trener, n (%)	129 (67.9)	181 (45.5)	310 (52.7)
Klubber	17	25	30
Geografi n (%)			
Kristiansand kommune	93 (48.9)	190 (47.7)	283 (48.1)
Vest i Agder	38 (20.0)	59 (14.8)	97 (16.5)
Øst i Agder	41 (21.6)	112 (28.1)	153 (26.0)
Nord i Agder	18 (9.5)	37 (9.3)	55 (9.4)
Etnisitet (%)			
Norsk	177 (93.2)	345 (86.7)	522 (88.8)
Norskfødt med innvandrerforeldre	9 (4.7)	27 (6.8)	36 (6.1)
Innvandrer	4 (2.1)	26 (6.5)	30 (5.1)

#### 4.1.2 Korrelasjonsanalyse

Korrelasjonsanalyse ble benyttet for å gi en indikasjon på samvariasjonen mellom variablene brukt i studien, gjennom både uavhengige variabler (intra- og interpersonelle faktorer) og utfallsvariabler (frustrasjon av de grunnleggende psykologiske behovene). Samvariasjonen mellom faktorene presenteres i Tabell 3 (se neste side), sammen med alfa-verdier målt i

reliabilitetsanalysen. En korrelasjon angis som signifikant når signifikansnivået er på minimum 5% (0.05 nivå). Våre funn viste samvariasjon mellom alle variablene i studien, med signifikans på et 0.001-nivå. Unntaket var «ærlighet» og «ekskludering», der det ikke ble funnet noen signifikant samvariasjon.

Samvariasjon mellom utfallsvariablene og uavhengige variabler fremtredende i beslutningstreanalyser, viste ut ifra Cohens (1988) tolkning av korrelasjonskoeffesienter, å være moderate. Korrelasjonsmatrisen viste positiv samvariasjon mellom frustrasjon av autonomi og de uavhengige variablene psykosomatiske symptomer ( $r= 0.33$ ) og ignorering ( $r= 0.34$ ). Negativ samvariasjon ble vist mellom frustrasjon av autonomi og opplevd autonomistøtte ( $r= -0.32$ ), samt det å gi autonomistøtte ( $r= -0.33$ ). Videre var det en positiv samvariasjon mellom frustrasjon av kompetanse og psykosomatiske symptomer ( $r= 0.43$ ), samt en negativ moderat samvariasjon mellom frustrasjon av kompetanse og det å gi autonomistøtte ( $r= -0.24$ ), velvære ( $r= -0.439$ ), ærlighet ( $r= -0.22$ ) og emosjonell stabilitet ( $r= -0.44$ ). Med utgangspunkt i frustrasjon av sosial tilhørighet vistes det en positiv samvariasjon med ignorering ( $r=0.51$ ) og ekskludering ( $r= 0.30$ ). Variablene skole ( $r= -0.30$ ) og ærlighet ( $r= -0.30$ ) korrelerte svakt og negativt med frustrasjon av sosial tilhørighet. Til slutt viste grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon samlet, en positiv samvariasjon med ignorering ( $r= 0.466$ ), psykosomatiske symptomer ( $r= 0.42$ ), og ekskludering ( $r= 0.31$ ), samt en negativ samvariasjon med velvære ( $r= -0.38$ ).

**Tabell 3** Estimert korrelasjonsmatrise og alfa- verdier for de latente variablene

Variabel	M(SD)	a	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. Å gi autonomistøtte	35,51 (6,19)	0,94	1,00												
2. Å oppleve autonomistøtte	33,08 (6,92)	0,92	,62*	1,00											
3. Frustrasjon av sosial tilhørighet	2,08 (1,24)	0,77	-,31*	-,38*	1,00										
4. Frustrasjon av kompetanse	2,87 (1,41)	0,80	-,24*	-,33*	,58*	1,00									
5. Frustrasjon av autonomi	2,16 (1,23)	0,79	-,33*	-,32*	,68*	,59*	1,00								
6. Ignorering	1,45 (0,69)	0,85	-,23*	-,31*	,51*	,34*	,36*	1,00							
7. Ekskludering	2,50 (1,01)	0,87	-,28*	-,42*	,30*	,29*	,21*	,26*	1,00						
8. Velvære	66,93(17,40)	0,79	,18*	,26*	-,29*	-,39*	-,28*	-,32*	-,27*	1,00					
9. Ærlighet	4,99 (0,72)	0,65	,21*	,12*	-,30*	-,22*	-,28*	-,22*	-,04	,19*	1,00				
10.Emosjonell stabilitet	4,28 (1,22)	0,85	,17*	,23*	-,26*	-,44*	-,18*	-,29*	-,24*	,51*	,19*	1,00			
11. Skole	4,93 (1,04)	0,87	,26*	,15*	-,30*	-,22*	-,21*	-,29*	-,14*	,25*	,25*	,18*	1,00		
12. Frustrasjon av grunnleggende psykologiske behov	2,37 (1,12)		-,34*	-,40*	,87*	,86*	,87*	,47*	,31*	-,38*	-,31*	-,35*	-,28*	1,00	
13.Psykosomatiske symptomer	15,32 (6,16)	0,84	-,22*	-,24*	,31*	,43*	,33*	,31*	,25*	-,27*	-,26*	-,52*	-,21*	-,42*	1,00

Verdiene er presenter som gjennomsnitt (gj.snitt) og standardavvik (SD),  $\alpha$ = Cronbachs alfa reliabilitet,

\*  $p < 0,001$

### 4.1.3 Beslutningstreanalyse

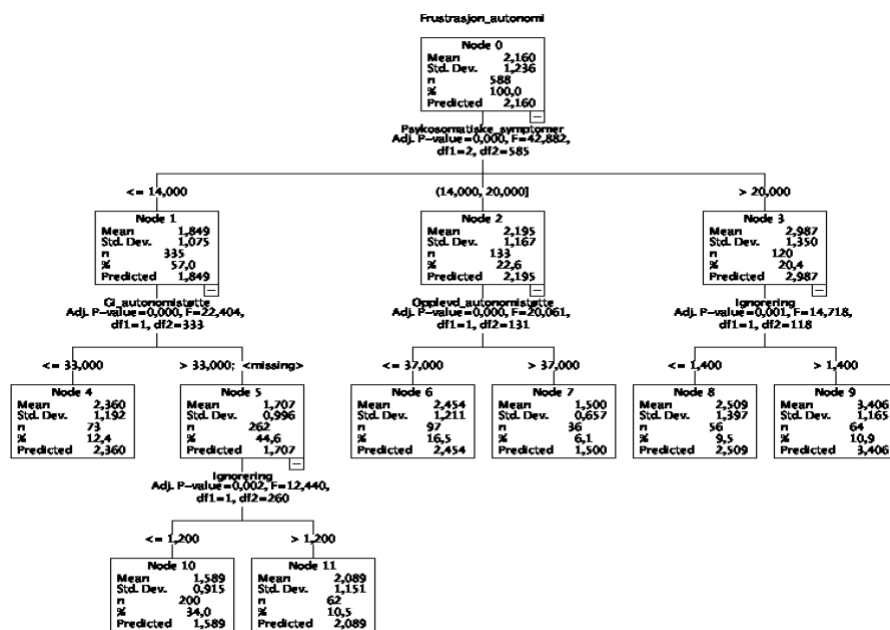
Det ble gjennomført fire beslutningstreanalyser, hvor det ble sett på forklaringsvariabler for frustrasjon av hvert av de tre grunnleggende psykologiske behovene, samt et samlet for alle behov. Forklaringsvariabler som ble tatt med i analysene var: velvære, selv-konsept dimensjonene skole, ærlighet og emosjonell stabilitet, ignorering, ekskludering, å gi autonomistøtte til lagkamerater, samt opplevd autonomistøtte fra lagkamerater.

#### *Frustrasjon av autonomi*

Analyse 1 (Figur 3, s.41) resulterte i 11 noder, og viste at psykosomatiske symptomer var den sterkeste forklaringsvariabelen for frustrasjon av autonomi (node 1-3). Av utvalgsstørrelsen rapporterte 57% lav grad av psykosomatiske symptomer (<14.000), og dermed mindre frustrasjon av autonomi enn gruppen som rapporterte høy grad av psykosomatiske symptomer (gj.snittlig differanse = 1.1380, 95% Konfidensintervall (KI)= [0.8704, 1.4056]). Gruppen av spillere som rapporterte lav grad av psykosomatiske symptomer ble videre delt på bakgrunn av variabelen å gi autonomistøtte. Ga spillerne lite autonomistøtte til lagkamerater (<33.000), økte frustrasjon av autonomi, hvor spillerne som ga mye autonomistøtte rapporterte mindre frustrasjon av autonomi (gj.snittlig differanse = 0.6530, 95% KI = [0.3541, 0.9519]). Gruppen som rapporterte lav grad av psykosomatiske symptomer, samt ga mye autonomistøtte ble videre forklart av variabelen for opplevd ignorering. 76% av spillerne i denne gruppen rapporterte lav grad av ignorering (node 10), noe som senket frustrasjon av autonomi. I motsetning rapporterte gruppen som i høy grad ble ignorert, mer frustrasjon av autonomi (node 11; gj.snittlig differanse = 0.5, 95% KI = [0.1867, 0.8133]).

På treets andre ytterpunkt (node 3) rapporterte 20% av utvalget høy grad av psykosomatiske symptomer (>20.000). Denne gruppen ble videre forklart gjennom ulik grad av opplevd ignorering. Rapporterte spilleren høy grad av ignorering (>1.400) fremfor lav grad av ignorering (<1.400) viste resultatene til gjennomsnittlig økt frustrasjon av autonomi (gj.snittlig differanse = 0.8970, 95% KI= [0.4330, 1.3610]). Beslutningstreet viste også en sammenheng mellom middels grad av psykosomatiske symptomer (node 2) og opplevd autonomistøtte fra lagkamerater. I denne delen av treet var det 27% av spillerne som rapporterte høy grad av autonomistøtte (node 7) fremfor lav, noe som reduserte mengden frustrasjon av autonomi (gj.snittlig differanse= 0.9540, 95% KI= [0.6313, 1.2767]).



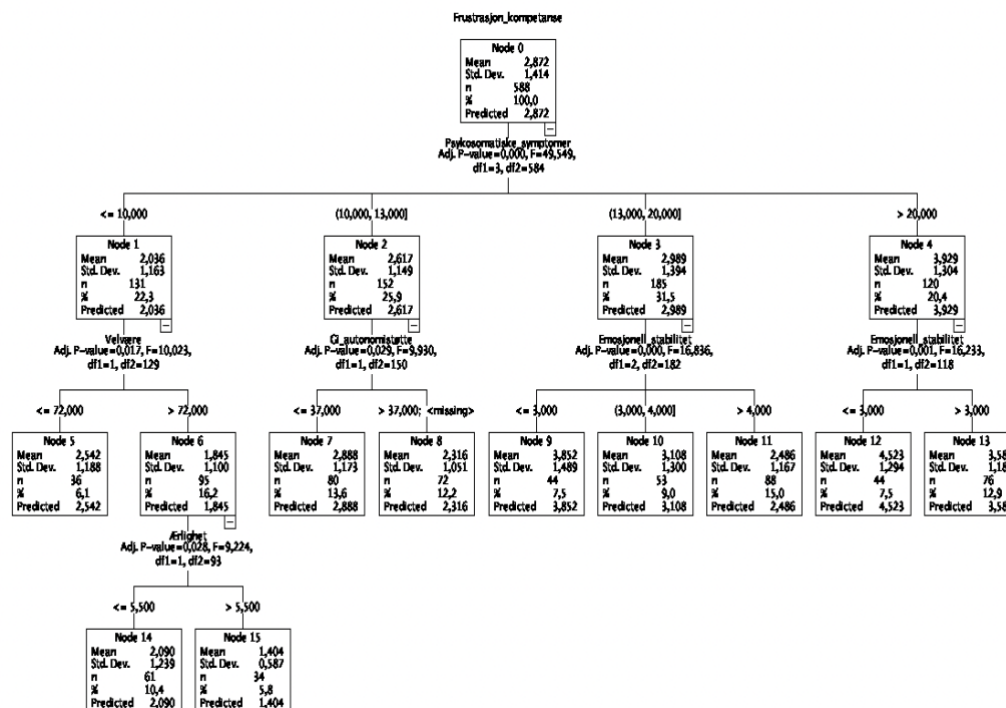


Figur 3 Beslutningstre over frustrasjon av autonomi

### Frustrasjon av kompetanse

Analyse 2 (Figur 4, s.42) resulterte i 15 noder, hvor psykosomatiske symptomer var den sterkeste forklaringsvariabelen for frustrasjon av kompetanse. Spillerne som rapporterte psykosomatiske symptomer i høy grad (>20.000), rapporterte mer frustrasjon av kompetanse enn spillerne som rapporterte psykosomatiske symptomer i lavere grad (gj.snittlig differanse= 1.8930, 95% KI= [1.5862, 2,1998]). Gruppen som rapporterte lav grad av psykosomatiske symptomer (node 1, <10.000) og dermed rapporterte mindre frustrasjon av kompetanse, ble videre forklart ved variabelen for velvære. 73% av gruppen med lite symptomer rapporterte høy grad av velvære (node 6), og dermed mindre frustrasjon av kompetanse enn gruppen som rapporterte lav grad av velvære (gj.snittlig differanse= 0.6970, 95% KI= [0.2503, 1.1437]). Gruppen som rapporterte høy grad av velvære ble videre forklart av ærlighetsdimensjonen. Spillerne som var ærlige viste til mindre frustrasjon av kompetanse, sammenlignet med spillere som i lav grad var ærlig (gj.snittlig differanse = 0.6860, 95% KI= [0.3178,1.0542]). Gruppen som rapporterte høyest grad av psykosomatiske symptomer (node 4, >20.000) var koblet til ulike nyanser av emosjonell stabilitet (node 4). Av spillerne på denne siden av treet

rapporterte 37% av spillerne lav grad av emosjonell stabilitet (node 12), og således høyere grad av frustrasjon av kompetanse, enn spillerne som rapporterte høy emosjonell stabilitet (node 13) (gj.snittlig differanse= 0.9370, 95% KI = [0.4705, 1.4035]). Gruppen med middels/høy grad av psykosomatiske symptomer (node 3) ble forklart ved ulike nyanser av «emosjonell stabilitet». Hvis en spiller i denne gruppen rapporterte lav grad av emosjonell stabilitet (<3.000) fremfor høy, økte frustrasjon av kompetanse (gj.snittlig differanse= 1.3660, 95% KI= [0.8630, 1.8690]). Resultatene viste avslutningsvis at gruppen som rapporterte middels/lav grad av psykosomatiske symptomer (node 2) ble forklart av variabelen å gi autonomistøtte. Ga spillerne autonomistøtte til lagkamerater rapportertes mindre frustrasjon av kompetanse, sammenlignet med gruppen som unngikk dette (gj.snittlig differanse= 0.5720, 95% KI= [0.2184, 0.9256]).



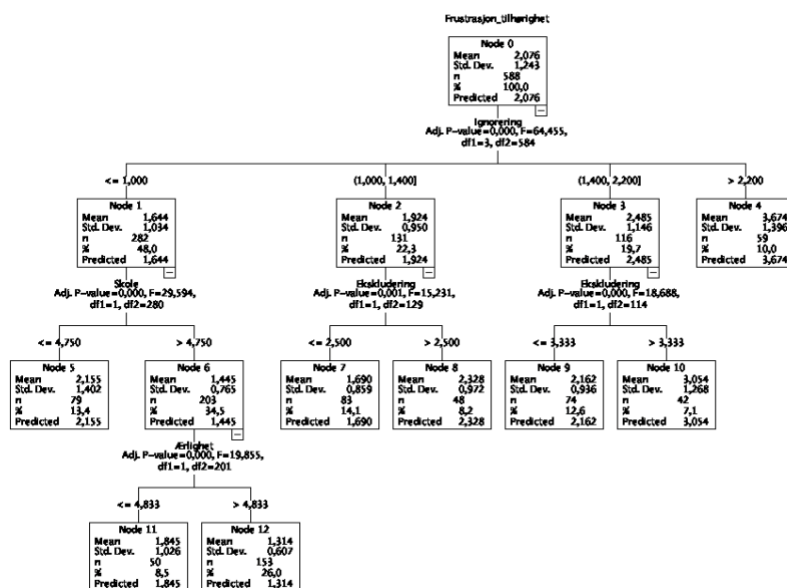
**Figur 4** Beslutningstre over frustrasjon av kompetanse

### *Frustrasjon av sosial tilhørighet*

Analyse 3 (Figur 5, s.43) tok for seg forklaringsvariabler for frustrasjon av sosial tilhørighet, og resulterte i 12 noder. Analysen viste at opplevelsen av å bli ignorert var den sterkeste forklaringsvariabelen for frustrasjon av sosial tilhørighet. 48% av spillerne rapporterte

svak/ingen opplevelse av å bli ignorert (<1,000) og viste betydelig mindre frustrasjon av sosial tilhørighet enn spillere som i større grad rapporterte dette (gj.snittlig differanse= 2,03, 95% KI= [1.6539, 2.4061]). Gruppen av spillere som rapporterte lav grad av ignorering, ble videre forklart av skolevariabelen. 72% av disse spillerne presterte godt på skolen (>4.750), samt rapporterte de mindre frustrasjon av sosial tilhørighet enn de som gjorde det dårlig på skolen (gj.snittlig differanse = 0.71, 95% KI= [0.3834, 1.0366]). Spillerne som rapporterte lav grad av ignorering og gjorde det bra på skolen ble videre forklart av ærlighetsdimensjonen. Var en spiller i høyere grad ærlig (> 4.833), ble det rapportert mindre frustrasjon av sosial tilhørighet enn hvis spilleren i mindre grad var ærlig (gj.snittlig differanse= 0.5310, 95% KI= [0.2308, 0.8312]).

Spillerne som rapporterte middels grad av ignorering var knyttet til ulike nyanser av ekskludering, og utgjorde 42% av utvalget. Av spillerne som rapporterte middels/lav grad av ignorering (node 2) var det 63% som rapporterte lav grad av ekskludering (<2,500). Denne gruppen viste også til mindre frustrasjon av sosial tilhørighet enn de som rapporterte høyere grad av ekskludering (gj.snittlig differanse= 0.6380, 95% KI= [0.3067, 0.9693]). Blant spillerne som rapporterte ignorering i middels/høy grad, rapporterte 64% lav grad av ekskludering. Dette resulterte i mindre frustrasjon av sosial tilhørighet, sammenlignet med spillerne i gruppen som rapporterte høy grad av ekskludering (gj.snittlig differanse= 0.8920, 95% KI= [0.4532, 1.3308]).

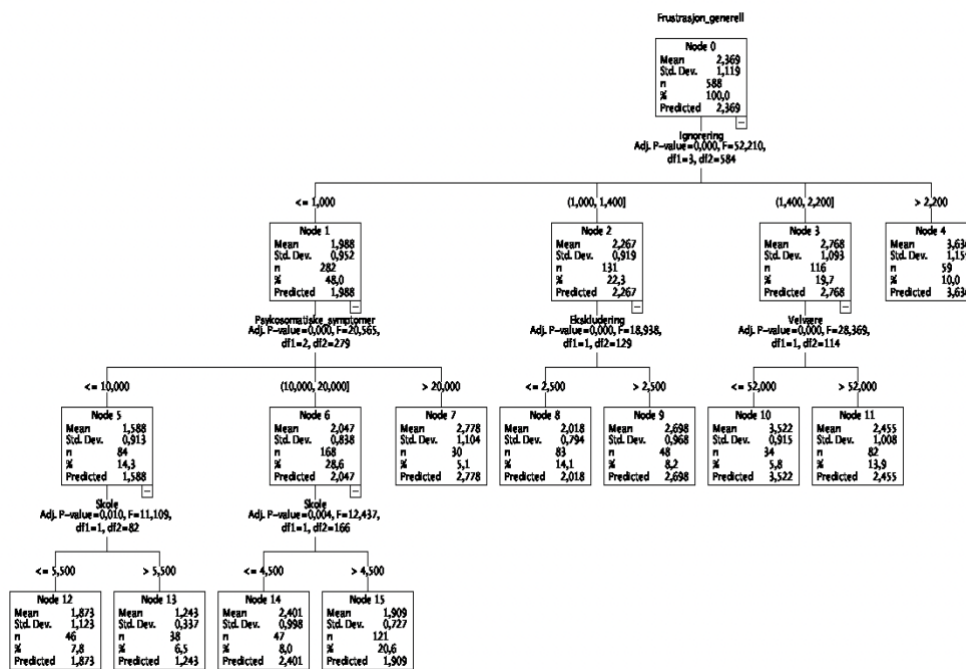


Figur 5 Beslutningstre over frustrasjon av sosial tilhørighet.

### *Frustrasjon av grunnleggende psykologiske behov*

Analyse 4 (Figur 6, s.45) tok for seg forklaringsvariabler for frustrasjon av de tre grunnleggende psykologiske behovene samlet, og resulterte i 15 noder. Analysen viste at ignorering var den sterkeste forklaringsvariabelen for psykologisk behovsfrustrasjon. 48% av respondentene rapporterte liten grad/aldri ignorering (<1,000), samt mindre psykologisk behovsfrustrasjon enn gruppen som rapporterte høy grad av ignorering (gj.snittlig differanse= 1.6480, 95% KI= [1.3321, 1.9639]). Gruppen som rapporterte lav grad av ignorering ble videre forklart ved ulike nyanser av psykosomatiske symptomer. Spillerne som rapporterte lav grad av psykosomatiske symptomer (<10,000), rapporterte mindre psykologisk behovsfrustrasjon enn spillere med høy grad av psykosomatiske symptomer (gj.snittlig differanse= 1.19, 95% KI= [0.7493, 1.6307]). Lav grad av ignorering, samt lav og middels grad av psykosomatiske symptomer ble videre assosiert med skolevariabelen. Spillere som gjorde det bra på skolen rapporterte lavere grad av psykologisk behovsfrustrasjon (node 12-15).

Gruppen som rapporterte middels/lav grad av ignorering (node 2) ble forklart av den sosiale atferdsvariabelen ekskludering. 37% av respondentene i denne underkategorien rapporterte ekskludering i høyere grad (>2,500), og rapporterte mer psykologisk behovsfrustrasjon enn de som rapporterte lavere grad av ekskludering (gj.snittlig differanse= 0.68, 95% KI= [0.3572, 1.0028]). Videre ble gruppen av spillere som rapporterte middels/høy grad av ignorering (node 3) forklart av variabelen for velvære. I denne gruppen var det 29% som rapporterte lav grad av velvære (<52,000), noe som resulterte i høyere psykologisk behovsfrustrasjon, sammenlignet med spillere som rapporterte høy grad av velvære (gj.snittlig differanse= 1.0670, 95% KI= [0.6899, 1,4441]).



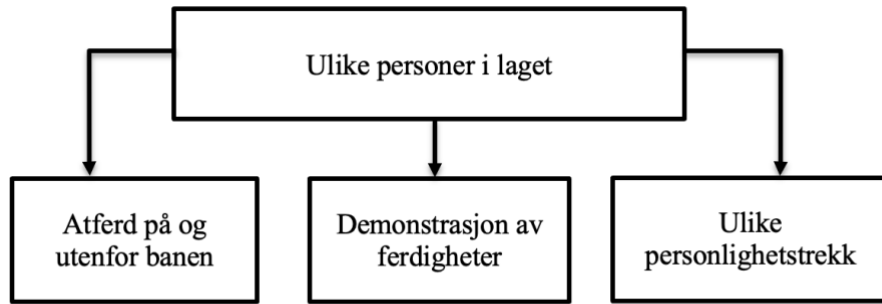
**Figur 6** Beslutningstre over frustrasjon av grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon

## 4.2 Kvalitative funn

Med mål om å forstå det sosiale samspillet for psykologisk behovsfrustrasjon i idretten, ble det gjennom den tematiske analysen generert tre hovedtemaer, 1) *ulike personer i laget*, 2) *konflikter i laget*, og 3) *trivsel i laget* (Figur 7, s.46). Det ble videre utviklet tre undertemaer for hvert hovedtema. For å fremstille innholdet i undertemaene, ble ulike sitater trukket frem som en illustrasjon på hva som ble rapportert under fokusgruppeintervjuene. De ulike informantene er anonymisert og gitt fiktive navn i den videre fremstillingen av data.

### 4.2.1 Tema 1: Ulike personer i laget

Fra den tematiske analysen kom *ulike personer i laget* frem som et hovedtema, med tre ulike undertemaer: 1) *atferd på og utenfor banen*, 2) *demonstrasjon av ferdigheter*, og 3) *ulike personlighetstrekk*.



**Figur 7** Hovedtema ulike personer i laget med de tre undertemaene atferd på og utenfor banen, demonstrasjon av ferdigheter og ulike personlighetstrekk.

#### Undertema- *Atferd på og utenfor banen*

Atferd på og utenfor banen var et av undertemaene som ble generert under den tematiske analysen. Flere av informantene i fokusgruppene viste til at individene i lagene var forskjellige, og dermed oppførte seg ulikt. Blant annet viste flere av ungdommene til ulikheter i lagkameraters fremtreden i- og utenfor kontekst, og hvordan dette kunne påvirke interaksjonene i laget. Siri refererte til sin egen atferd i interaksjonen med lagkameratene på denne måten:

*«(...)jeg skriker mye i kampen, men det er ikke sånn at, folk lærer seg at de ikke skal ta seg nær av det fordi det er på en måte min jobb, så ja.»*

Jentene viste gjennom intervjuene at det sosiale samspillet, samt atferd i idretten kunne være påvirket av kjønnene. Blant annet viser Nora til hvordan konflikter kom frem i jentelaget, en klar forskjell fra hvordan de oppfattet guttelagene:

*«Det er kanskje der det er forskjell, på guttene og jentene. At når vi er jenter, det blir mer baksnakking og det blir mer sånn: jenter mot jenter på en måte. Mens guttene er mer direkte. Med jenter så er det mer bak ryggen til andre.»*

#### Undertema- *Demonstrasjon av ferdigheter*

Flere av informantene i fokusgruppeintervjuene fortalte om deres opplevelser når det kom til ulikheter i ferdigheter, og hva dette hadde å si for det sosiale samspillet i laget. Noen av informantene fortalte at de følte et ubehag ved at de ikke var så flinke, og en usikkerhet rundt

at lagkamerater ikke ville være på lag med dem. Dette kunne påvirke hvem ungdommen hang sammen med, og hadde ifølge Marie noe å si for de sosiale grupperingene i laget:

*«(...) men jeg har merket på det sånn gruppering og sånn at de beste vil fort komme på lag med de beste og sånn, og ja jeg vet ikke det kan vel føre til at andre kan føle seg litt sånn, ja jeg vet ikke hva jeg skal si (...) at de ikke vil være på lag med deg åsånn».*

*«(..) fordi de vil jo være på lag med noen gode, men kanskje de også, noen ganger føler jeg at det er fordi at de liker de bedre eller noe»*

Informantene viste videre til at ferdigheter kunne være en årsak til mistrivsel og dropout i ungdomsårene. Utsagnene var gjentakende i jenteintervjuene, og et sitat fra Veronica illustrerte den psykiske og sosiale belastningen som kunne forekomme i fotballaktiviteten:

*«Jeg har på en måte, gruet meg litt på grunn av egne ferdigheter hvis man, liksom det er jo litt sånn at man kan føle litt at man, hvis ikke man føler seg god nok, eller hvis du skjønner hva jeg mener? At det, jeg har ikke følt at treneren vår har vært noe problem her, hvis det har vært noe så har det vært enkelte spillere som jeg har følt litt ubehag på da.»*

#### *Undertema- Ulike personlighetstrekk*

I forlengelsen av praten om ulikheter og sosialt samspill ble ulike personlighetstrekk tatt opp som tema. Både jentene og guttene viste til ulike personlighetstyper som en påvirkende faktor på det sosiale samspillet i laget, noe Veronica illustrerte:

*«Atte det er ikke liksom sånn at dramatisk, jeg mener liksom bare sånn småting at hvis man sier, bare et eksempel «ehh, du må, den skal du egentlig rekke» liksom at man liksom. Så, det er jo ikke drama, det er jo ikke verdens undergang eller det er jo ikke frekt, det er jo bare det at hver person oppfatter det forskjellig. Så det at å si, det er liksom ikke krig, det er bare ja»*

Flere nevnte at disse kommentarene, som i enkelte tilfeller kunne være litt direkte, ofte kom i kampsammenheng, i en kontekst fylt med adrenalin, irritasjon og vinnelyst. De ulike personlighetene kunne skape splid, og Hannah var blant dem som viste hvordan dette påvirket jentenes trivsel på trening, og også om de ønsket å fortsette å spille fotball:

*«Det er ganske mange som er litt sånn stille som har slutta nå i det siste så. Kan jo hende de ikke har så sykt mange å snakke med på trening (...)».*

#### 4.2.2 Tema 2: Konflikter i laget

Fra dybdeanalysen kom også konflikter i laget frem som hovedtema med tre ulike undertemaer: 1) *det å gruppere seg*, 2) *verbal kommunikasjon*, og 3) *ikke-verbal kommunikasjon*.



**Figur 8** Hovedtema konflikter i laget med de tre undertemaene det å gruppere seg, verbal kommunikasjon og ikke-verbal kommunikasjon.

#### Undertema- *Det å gruppere seg*

Det å gruppere seg var ifølge respondentene en sentral tendens når det kom til det sosiale samspillet konflikter. Flere av informantene bemerket grupperinger som en naturlig prosess med liten innvirkning på helheten i laget, da det hadde en sammenkobling med hvem som hang sammen på fritiden. Andre bemerket gruppering som en negativ tendens, blant annet gjennom alder og årskull, noe George illustrerte:

*«(...) Si hvis for eksempel noen hadde kommet i en takling på meg da, og så hadde jeg blitt j\*\*\*\*\* sur. (...) så hadde jo- så kunne det jo skjedd da, altså i banen da at 05-erne mer var på min side og da på en måte- at det- ja hva skal man si, at da på en måte- ville de «presse», eller ja 04-eren da. Den som gjorde det.»*

Flere av informantene formidlet at til tross for grupperinger, var lagets helhet fin, og blant annet Nora viste til at det sosiale samspillet hadde en naturlig gang:

*«Det er grupper, men det handler også om at folk har forskjellige interesser. Alle har jo en samme interesse som er fotball, som gjør at vi er et lag, men så er det flere som har forskjellige interesser på siden av fotballen da. Som gjør at de passer bedre sammen og har mer å snakke om og har det gøyere sammen.»*



### Undertema- Verbal kommunikasjon

I fokusgruppene kom måten spillerne kommuniserte på opp som et sentralt tema for konflikter. Flere vektla at måten ting ble sakt på bidro til splid i gruppen. Dette viste også Veronica til:

*«Jeg mente hvert fall sånn en konstruktiv tilbakemelding, så det at, det trenger jo ikke, det er jo ikke slemt ment ofte, så da på en måte, hvis noen sier noe som kanskje er litt for direkte eller er litt kanskje den personen er litt sensitiv så vil det jo, jeg har hvert fall opplevd at det er noen som sier litt tilbake igjen da, men det er jo ikke slemt ment det er jo for å gjøre alle bedre.»*

Guttene formidlet at de var flinke til å levne konflikter bak seg på kamp/trening. Blant jentene kunne kommunikasjonen skje i kriker og kroker, noe Nora mente kunne være sårende for den som blir snakket om:

*«Hvis en på laget sier ja, for eksempel: «Vi kan ikke ha ho der i forsvar, det går bare ikke. Vi taper jo hele tiden». (...) Det er jo ikke noe snilt å si sånn.»*

### Undertema- ikke-verbal kommunikasjon

Under kommunikasjon ble det både hos jente og guttegruppene tatt opp ikke-verbal kommunikasjon. Til tross for litt baksnakking, konstaterte jentene at de var flinke å legge ting bak seg, og at alle på laget var gode venner. Blant guttene kom fysisk aggresjon i fokus når de skulle kommunisere følelsene sine, noe Peter illustrerte:

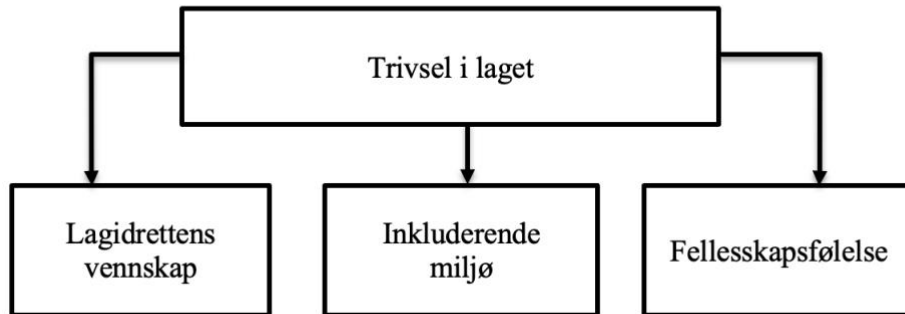
*«(...) Noen ganger går jeg litt hardere i noen jeg ikke liker så godt på laget enn de jeg liker på laget. Men noen ganger går jeg enda hardere i vennene mine, bare for å vise at jeg er bedre enn de, noen ganger. Eller så er det en som jeg ikke liker som jeg går hardt i.»*

Ikke alle guttene var enig i tilfellet, og viste til at det generelt var lite konflikter i laget. De refererte til «litt» fysisk aggresjon på trening som en stor del av sporten, og Noah viste til at dette ikke var noe som ble kranglet eller argumentert rundt i etterkant:

*«(...)det er jo alltid noen du går ekstra hardt i på trening som du har lyst å trekke ekstra til, men det kan jo komme til, eller du blir jo alltid enig med dem etter trening, for du vet det bare er fotball liksom, det handler jo om å vise at du er der. (...) Av og til blir det litt sånn, folk kan bli aggressive når de spiller fotball, fordi de har lyst å vinne den ballen eller gå i så hardt i at noen blir sur.»*

### 4.2.3 Tema 3: Trivsel i laget

Dybdeanalysen resulterte også i «trivsel i laget» som et hovedtema. Herunder ble undertemaene satt til 1) *lagidrettens vennskap*, 2) *inkluderende miljø*, og 3) *fellesskapsfølelse*.



**Figur 9** Hovedtema trivsel i laget og de tre undertemaene lagidrettens vennskap, inkluderende miljø og fellesskapsfølelse.

#### Undertema- *Lagidrettens vennskap*

Informantene viste gjennom fokusgruppeintervjuene at venner og det sosiale var viktige faktorer for dem, en relevant grunn til å møte opp på trening. Spillerne viste til at de sto sammen i godt og vondt, og at vennskapene som ble skapt i idretten også kunne være med å redusere negativiteten rundt «grupperingene» nevnt tidligere i resultatkapittelet. Frank illustrerte dette, med støtte fra resten av guttene i gruppa:

*«Jeg vil i alle fall si det er ganske godt samhold rundt alle spillerne, altså alle er jo gode venner, så det er ingen som er utenfor på en måte.»*

Isabell bemerket at selv om folk var venner utenfor fotballen, trivdes alle i laget, og at samhandling med samtlige på trening var uproblematisk. Lagkameratene støttet hverandre på gode og dårlige dager.

*«Ja, sånn som på kamp hvis jeg føler at jeg har gjort det dårlig eller sånt – Begynner å grine kanskje hvis det har gått veldig dårlig så kommer jo de og trøster meg og gir meg en klem liksom (...).»*

### Undertema- *Inkluderende miljø*

Spillerne viste til det fine miljøet de var del av, et inkluderende miljø som tok godt vare på de som var i- og de som kom til laget. Flere av respondentene viste til at miljøet var viktig for deres fortsettelse i fotballaktiviteten og Susan trodde at flere hadde sluttet om miljøet hadde vært dårlig.

*«(...) hvis det sosiale eller miljøet på laget hadde vært dårlig hadde det jo ikke vært like gøy å spille fotball. Det er sånn la oss si at for eksempel hvis man hadde gjort feil da, da er det ikke gøy hvis folk liksom rakker ned på deg, da er det bedre at de på en måte prøver å hjelpe deg opp igjen. Så liksom hvis miljøet hadde vært dårlig så er det jo ikke vært like gøy å være på laget.»*

Spillerne viste videre til at det var deilig å alltid ha noen å gå til, uansett nivå, vennskap eller kull. Da spillerne i intervjuene tilbragte mye tid sammen i løpet av en uke, hadde de alle funnet sin plass i laget, noe Siri bemerket:

*«(..)men jeg føler på fotballtreninga så er det akkurat som, liksom, vi er sammen veldig ofte, alle snakker liksom med alle og jeg føler liksom nivået du har i fotballen har ikke så mye og si i den gruppa vi er da(..)»*

### Undertema- *Fellesskapsfølelse*

En siste faktor nevneverdig for deltagerens sosiale samspill og trivsel i laget var fellesskapsfølelse. Flere av informantene nevnte at til tross for grupperinger, samt at noen av lagkameratene hang mer på fritiden, hadde dette lite å si for det store bildet av gruppen. Dette vistes gjennom Siris utsagn:

*(..) det er ikke sånn at jeg setter fotballen mye høyere enn det sosiale, det er veldig viktig og ha et bra sosialt lag siden vi skal spille såpass mye sammen, men jeg tror ingen egentlig kunne slutta fordi de ikke har noen å snakke til fordi jeg føler alle her er veldig åpne.»*

Flere nevnte også korona-restriksjonene som en hemmende faktor for fellesskapet, men la ved at det sosiale fortsatt var bra. Fellesskapet og gruppedynamikken kunne likevel bli enda bedre når ting ble som vanlig igjen. Dette illustreres ved Susan sitt utsagn:

*«(..)men det er jo ikke så veldig lenge siden vi slo sammen til å bli et lag også har det jo vært veldig mye korona, så vi har ikke fått så god sjans til å dra på cuper sammen eller gjøre sosiale ting, men jeg syntes sånn alt i alt at det er god stemning og et godt miljø på laget.»*

## 5.0 Diskusjon

I dette kapittelet diskuteres sammenhengen mellom psykososiale faktorer og psykologisk behovsfrustrasjon i idretten. Diskusjonen integrerer kvantitative og kvalitative resultater, gjennom studiens eksplanatoriske sekvensielle design (se Figur 1, s.22). Videre inneholder kapittelet en metodisk diskusjon.

### 5.1 Diskusjon av MMR resultater

#### 5.1.1 Frustrasjon av autonomi

Studiens funn viste at psykosomatiske symptomer var den sterkeste forklaringsvariabelen på frustrasjon av autonomi, hvor spillerne som rapporterte lav grad av psykosomatiske symptomer, også rapporterte lavere grad av frustrasjon av autonomi. I litteraturen har det blitt trukket flere sammenhenger som kan være hensiktsmessig for forståelsen av resultatene. Ryan og Deci (2017) viser blant annet at eksternt eller selvpålagt press resulterer i frustrasjon av autonomi. Williams et al. (2018) viser også til press, kontroll og mangel på fri vilje, som en forklarende faktor for stress blant ungdom, hvor stress er en indikator på psykosomatiske symptomer (Daumiller et al., 2022; Garipey et al., 2016). Informantene fra fokusgruppeintervjuene bekreftet og utdypet de kvantitative funnene, hvor atferd preget av press, stress og kontroll kunne påvirke det sosiale samspillet negativt i gruppen. Dominerende atferd ved bruk av blant annet kjeft og roping under kamp/trening ble oppfattet som arrogant og uhyggelig, selv om det nødvendigvis ikke var ment negativt fra personen som ytret seg. Det er dermed grunn til å tro at dominerende negativ atferd gjennom faktorer som press, stress og kontroll kan fremme frustrasjon av autonomi. Forskning har vist at opplevelsen av angst er tett forbundet med både psykosomatiske symptomer (Daumiller et al., 2022), og forhøyede verdier av frustrasjon av autonomi (Haraldsen et al., 2020). Da svingninger i opplevelsen av de de grunnleggende psykologiske behovene også er knyttet til fysiske symptomer (Vansteenkiste & Ryan, 2013), er det grunn til å hevde at det er en sammenheng mellom psykosomatiske symptomer og frustrasjon av autonomi.

Resultatene viste at det var en positiv sammenheng mellom lav grad av psykosomatiske symptomer og atferdsvariabelen å gi autonomistøtte til lagkamerater. 78% av spillerne som rapporterte lav grad av psykosomatiske symptomer indikerte gjennom egenrapportering at de ga mye autonomistøtte til lagkameratene sine, og viste tendenser til å oppleve mindre

frustrasjon av autonomi. Dette samsvarer med tidligere forskning, som viser at å gi autonomistøtte legger grunnlaget for psykologisk behovstilfredsstillelse (Deci et al., 2006). Til tross for at lav grad av behovstilfredsstillelse og frustrasjon av de psykologiske behovene ikke er det samme, viser tidligere forskning til likhetstrekk mellom disse psykologiske prosessene (Vansteenkiste & Ryan, 2013). Fokusgruppeintervjuene utfylte de kvantitative resultatene i den grad at de viste til støttende atferd fra lagkameratene som en viktig del av trivselen i fotballaktiviteten. Blant annet rapporterte de at de fikk støtte fra lagkamerater på gode og dårlige dager, og viste til et miljø verdt å ta vare på grunnet gode relasjoner. Tidligere forskning bekrefter dette, og viser til trivsel som avgjørende for deltagelse i organisert idrett (Crane & Temple, 2014; Marsh et al., 2015). Ut ifra funn fra de kvalitative analysene er det derfor grunner til å tro at spillernes atferd i treningskonteksten kan knyttes til frustrasjon av autonomi, gjennom fravær av støtte. Legate et al. (2013) bekrefter dette, og uttaler at å hjelpe andre tilfredsstiller de grunnleggende psykologiske behovene, mens det å unngå å hjelpe andre er en grunnleggende faktor for psykologisk behovsfrustrasjon. Bartholomew et al. (2011) viser videre at psykologisk behovsfrustrasjon er tett koblet til atferdsmessig unngåelse, noe som er problematisk da prososial atferd som eksempelvis å gi autonomistøtte er en viktig del av ungdommens atferdsprosesser. Det å gi autonomistøtte predikerer mindre variasjon i ungdommenes psykiske velvære (Deci et al., 2006), noe som indikerer at atferden kan bidra til gode relasjoner i lagmiljøet, slik at frustrasjon av autonomi reduseres.

Gruppen av spillere som rapporterte lav grad av psykosomatiske symptomer, samt ga mye autonomistøtte ble forklart ved ulike nyanser av ignorering. Ignorering vil på lik linje med de andre variablene påvirke frustrasjon av autonomi i ulik grad. Haraldsen et al. (2020) kobler psykologisk behovsfrustrasjon hos ungdom til en opplevelse av mindreverdighet. En sammenheng mellom mindreverdighet og ignorering er også vist, gjennom følelsen av mangelfull eksistens (Williams, 2002). Å ignorere lagkamerater kan dermed være negativt for den enkeltes velvære og frustrasjon av autonomi. På treets andre ytterpunkt vises det til en direkte sammenheng mellom høy grad av psykosomatiske symptomer og opplevd ignorering. Disse resultatene samsvarer med Jang et al. (2020) sine argumenter, hvor samspill mellom lagkamerater (f.eks. oppførsel) er en forutsetning for psykisk velvære. Avslutningsvis viser Figur 3 en sammenheng mellom middels grad av psykosomatiske symptomer og opplevd autonomistøtte fra lagkamerater. Da opplevelsen av autonomistøtte fra lagkamerater hadde en negativ sammenheng med frustrasjon av autonomi, indikerer dette i samsvar med andre funn i analysen, at unge fotballspillere kan ha nytte av å oppleve autonomi fra lagkamerater.

### 5.1.2 Frustrasjon av kompetanse

Funnene viste at psykosomatiske symptomer var den sterkeste forklaringsvariabelen for frustrasjon av kompetanse, hvor spillerne som rapporterte lav grad av psykosomatiske symptomer, også rapporterte lavere grad av frustrasjon. Tidligere forskning viser en sammenheng mellom angst og økt psykologisk behovsfrustrasjon (Cordeiro et al., 2016; Daumiller et al., 2022), hvor angst er et vanlig utgangspunkt for psykosomatiske problemer (Daumiller et al., 2022). Stress og angst har vist seg å komme som et naturlig resultat av kritisk selvevaluering. Haraldsen et al. (2020) viser gjennom sin studie at kritisk selvevaluering er et grunnleggende fenomen innen frustrasjon av kompetanse, noe som indikerer at unge fotballspillere som er selvkritiske, samt opplever stress fra ulike faktorer i hverdagen, i større grad rapporterer frustrasjon av kompetanse.

Beslutningstreet (Figur 4, s.42) viste at spillerne som rapporterte lav grad av psykosomatiske symptomer var tett tilknyttet ulik grad av velvære. Psykosomatiske symptomer forklares av stress, som gjennom tidligere forskning har vist seg å påvirke fysisk og psykisk velvære (Aleem, 2005; Daumiller et al., 2022). Sammenhengen mellom psykologisk behovsfrustrasjon og unge menneskers helse, utvikling og velvære er også godt dokumentert i litteraturen (Bartholomew et al., 2011; Chen et al., 2015; Ryan & Deci, 2017). Det antydes at velvære er viktig for å opparbeide seg en god helse, noe som ikke bare innebærer å ha det bra, men også fravær av plager (f.eks. psykosomatiske symptomer og frustrasjon av kompetanse; Potrebny et al., 2017). Da forskning også viser en sammenheng mellom velvære og kognitiv funksjon (faktor for kompetansefølelse) kan dette være forklarende på sammenhengen mellom velvære og lav grad av frustrasjon av kompetanse. Fokusgruppeintervjuene kan tolkes i lys av disse funnene. Blant annet er velvære en viktig faktor for trivsel, samtidig som lav grad av velvære kan være en utløsende faktor for mangel på glede i idretten (Diener et al., 2018; Morgan et al., 2007). Da spillerne viste til at det var viktig å ha det gøy på trening, noe som kom av et inkluderende miljø, er det gode grunner til å tro at denne trivselen fremmer psykososialt velvære, og derav senker frustrasjon av kompetanse. Funnene samsvarer med tidligere forskning som viser til inkluderende atferd og miljø som viktige faktorer for trivsel og en god psykisk helse (Deci et al., 2006; Legate et al., 2015). Ryan og Deci (2017) viser også til at opplevelsen av de grunnleggende psykologiske behovene er avgjørende for velvære hos individ, samt individer i grupper. Derfor er det grunner til å hevde at sammenhengen mellom velvære, psykosomatiske symptomer og frustrasjon av kompetanse ikke bare påvirker

individet, men også interpersonelle relasjoner, da kompetanse er viktig for det personlige, sosiale og sportslige samspillet i idretten (Chen et al., 2015).

Variabelen for velvære var i lys av lav grad av psykosomatiske symptomer, tett koblet til dimensjonen av ærlighet. Ærlighet er en sentral faktor for psykisk velvære (Fang et al., 2019; Medai & Noussair, 2021), samt en faktor som påvirker frustrasjon av kompetanse i ulik grad. Ærlighet er dermed ikke bare viktig for idretten fordi det fremmer bedre velvære, men også fordi det har en tendens til å redusere frustrasjon av kompetanse for unge spillere i idretten. Det er også grunner til å tro at mindre frustrasjon av kompetanse reduserer juks i idretten, da frustrasjon av kompetanse og ærlighet er to gjensidig påvirkende prosesser som mulig kan påvirkes av spillernes psykiske velvære (Fang et al., 2019; Medai & Noussair, 2021).

Funnene fra beslutningstreet over frustrasjon av kompetanse viste en sammenheng mellom psykosomatiske symptomer i høy/middelshøy grad og spillernes emosjonelle stabilitet. En mulig forklaring på sammenhengen kan være at ungdomstiden er en tid med store emosjonelle og psykiske forandringer (Gariepy et al., 2016; Potrebny et al., 2017), samtidig som psykologisk behovsfrustrasjon er relatert til sårbarhet rundt selvbevisste følelser (Thøgersen-Ntoumani et al. 2018, s.126). Det antydes at sårbarheten er avhengig av i hvilken grad spillerne rapporterte emosjonell stabilitet, noe som samsvarer med beslutningstreet, hvor lav grad av emosjonell stabilitet viste en positiv sammenheng med frustrasjon av kompetanse, samtidig som høy grad av emosjonell stabilitet var negativt relatert til frustrasjon av kompetanse.

I likhet med beslutningstreet for frustrasjon av autonomi (Figur 3, s.41), viste også beslutningstreet for frustrasjon av kompetanse en sammenheng mellom psykosomatiske symptomer og atferdsvariabelen å gi autonomistøtte. Gruppen som ga mye autonomistøtte, rapporterte lavere grad av frustrasjon av kompetanse, hvor det å gi autonomistøtte påvirket opplevelsen av de grunnleggende psykologiske behovene (Deci et al., 2006). Dette kan forklares ved at å gi autonomistøtte er en valgt handling som tilsier høyere grad av velvære (Deci et al., 2006). Da å gi autonomistøtte er en interpersonell atferd, ses frustrasjon av kompetanse ikke bare som en hindring i følelsen av å lykkes i egne oppgaver, men også som en hindring i å lykkes gjennom kollektive mål og i sosiale forhold (Chen et al., 2015). Fokusgruppeintervjuene presiserte ineffektivitet i sosiale forhold basert på kompetanse, og viste til at spillerne med høyt ferdighetsnivå kunne gruppere seg, hvor de med lavt

ferdighetsnivå følte seg til bry grunnet deres mangel på ferdigheter. Hollekim og Vingdal (2000) viser at det er en vanlig tendens å uttrykke frustrasjon over en lagkamerats dårlige prestasjon. Dette bekreftet informantene fra fokusgruppeintervjuene, ved at spillerne ikke antydte noe tilbakeholdenhet hvis en lagkamerat presterte dårlig. Fokusgruppeintervjuene viste videre til at denne type kommunikasjon kunne være en kilde til konflikt, både verbalt og ikke-verbalt. Verbal kommunikasjon kunne ifølge informantene fra intervjuene skje bak ryggen på lagkamerater, en form for antisosial atferd som påvirket samhold og motivasjon hos spillerne (Al-Yaaribi & Kavussanu, 2017). Det antydes at kommunikasjon i sosiale settinger kan senke frustrasjon av kompetanse ved positive forhold, og øke frustrasjon av kompetanse ved negative forhold. Forskning viser at denne psykososiale utviklingen er gjensidig med ferdighetsutviklingen, da prestasjonsutvikling er tett sammensatt av psykisk, sosial og fysiologisk funksjon (Al-Yaaribi & Kavussanu, 2017; Daumiller et al., 2022). I lys av dette kan resultatene forstås ved at frustrasjon av kompetanse gjennom ferdigheter, ikke bare påvirker det enkelte individ, men kan innvirke på interaksjonen mellom lagkamerater i fotballkonteksten. Motsetningsvis, vil handlinger som å gi autonomistøtte innebære en atferdsprosess med en mulig positiv innvirkning på prestasjon og sosialt samspill i gruppen. Dette er i tråd med Ryan og Decis (2017) uttalelser, hvor autonom motivasjon fremmer prestasjon og psykisk helse. Resultater og teori gir grunnlag for å hevde at ferdigheter er av betydning, ikke bare for lagets og den individuelle prestasjon, men fordi det ligger et psykososialt samspill rundt det å prestere, og dermed det å ikke prestere.

### 5.1.3 Frustrasjon av sosial tilhørighet

Den sterkeste forklarende faktoren for frustrasjon av sosial tilhørighet var ignorering. Dette samsvarer med Legate et al. (2013) sine funn, hvor utstøting sees i samsvar med sosial tilhørighet og vennskap. Vansteenkiste og Ryan (2013) refererer videre til det å bli sosialt avist som en form for psykologisk behovsfrustrasjon. Blant annet vil utstøting gjennom ignorering oppleves som smertefullt, fordi mennesker har et behov for sosiale relasjoner (Legate et al., 2013; Ryan & Deci, 2017). Fokusgruppene viste at fellesskapet i lagene var bra, samt noe de var avhengig av for å føle sosial tilhørighet. Et utsagn fra de kvalitative fokusgruppeintervjuene var likevel at «mange som er litt sånn stille i det siste, har slutta», hvor det antydes at de som var stille ikke trives like godt i lagmiljøet. Tidligere forskning har vist at ekstroverte mennesker i større grad er lykkelige (Hills & Argyles, 2001). Samtidig ble det i fokusintervjuene bekreftet at de «stille» ikke klarte å inkludere seg selv. Dette strider



med det teoretiske grunnlaget for utstøting, der individ/grupper ikke får være med, til tross for et ønske om dette (Morgan et al., 2007, s. 479). Fokusgruppeintervjuene tok også tak i den ikke-verbale kommunikasjonen som forekom i lagene. Dette er ifølge Hollekim og Vingdal (2000) atferd som kommer til uttrykk gjennom øyekontakt og bevegelser. Da høy grad av ignorering økte frustrasjon av sosial tilhørighet, vil det være grunn til å hevde at negativ ikke-verbal kommunikasjon kan øke frustrasjon av sosial tilhørighet. Funnene er i samsvar med forskning som viser til sosial utstøting som en påvirkende faktor på emosjonelle og atferdsmessige reaksjoner (f.eks. depresjon; Gilman et al., 2013; Williams, 2002). En annen form for adferdsmessig reaksjon var ifølge informantene i intervjuene, ikke-verbal fysisk kommunikasjon. Noen ganger var spillerne fysisk hardere med lagkamerater de ikke likte, noe som ifølge informantene var preget av lagets grupperinger. Tidligere forskning viser at grupper kan påvirke det sosiale samspillet negativt gjennom antisosial atferd (Morgan et al., 2007).

Lav grad av opplevd ignorering var tett tilknyttet skolevariabelen, som også viste seg å påvirke frustrasjon av sosial tilhørighet i fotballaktiviteten. Å prestere godt på skolen var negativt relatert til frustrasjon av sosial tilhørighet, noe som kan forklares ved at læringen og interaksjonene som skjer i skolen, også kommer til syne i idretten (Opstoel et al., 2019; Seippel et al., 2016). Dette indikerer at ungdom som gjør det bra, og har det bra på skolen, også vil ha det bedre i fotballaktiviteten. Unge fotballspillere sin sosiale tilhørighet kan derfor tolkes som en viktig del av det sosiale fellesskapet, der ulike typer kommunikasjon som læres i skolen, også virker inn mellom lagkamerater i organisert fotballaktivitet. På samme måte har det sosiale fotfestet spillerne får i skolen vist seg å ha en overlappende positiv innvirkning på sosial tilhørighet på andre arenaer (f.eks. idrett; Seippel et al., 2011, 2016). Da det å gjøre det bra på skolen i tillegg er koblet til bedre livskvalitet og velvære (Lettau, 2021; Lyons & Huebner, 2016), er det grunner til å hevde at det å gjøre det bra på skolen, både faglig og sosialt, kan bidra til lav grad av frustrasjon av sosial tilhørighet i idretten. Spillerne som presterte godt faglig på skolen, var også tilknyttet ulike dimensjoner av ærlighet. Lav grad av ærlighet økte frustrasjon av sosial tilhørighet, noe som samsvarer med forskning som viser til at uærlighet gir større psykisk belastning og umoralsk funksjon mennesker imellom (Bartholomew et al., 2011; Medai & Noussair, 2021). At uærlighet fremmer frustrasjon av sosial tilhørighet kan dermed forstås som et problem i interaksjonen mellom lagkamerater. Fokusgruppeintervjuene viste også til det sosiale fellesskapet som en viktig faktor for

deltagelse. Det kan være grunner til å tro at ungdom som ikke opplever dette fellesskapet kan oppleve frustrasjon av sosial tilhørighet.

Funnene viste videre en sammenheng mellom middels grad av rapportert ignorering, og ekskludering. Ignorering og ekskludering er like på den måten at de begge går inn som mellommenneskelig taktikker ved utstøting (Williams & Zadro, 2001; Zadro et al., 2005). Det er derfor rimelig å anta at ekskludering i likhet med ignorering påvirker frustrasjon av sosial tilhørighet, da ungdom opplever smerte av å ikke ta del i sosiale relasjoner. Dette samsvarer med Williams og Zadro (2001) sine uttalelser, hvor ekskludering direkte påvirker psykisk helse, en grunnleggende faktor for psykologisk behovsfrustrasjon. Chen et al. (2015) viser videre at mangel på sosial tilhørighet kan innebære en relasjonell ekskludering blant jevnaldrende ungdom, da også gjennom ulike grupperinger i laget (Morgan et al., 2007; Williams & Zadro, 2001). Intervjuene utdypet dette, og viste at en fotballkonflikt kunne være en årsak til at grupper (f.eks. årskull) stilte seg bak «sine egne». Informantene i intervjuene viste at dette kunne føre til konflikter i laget. Negativ atferd i grupper kan på samme måte påvirke venners meninger (Morgan et al., 2007), noe som viser det alvorlige aspektet med grupperinger innad i lag. Da Arslan (2021) i tillegg viser sammenheng mellom ekskludering og ungdoms ensomhet, en faktor som direkte påvirker psykiske helseproblemer, er det grunn til å hevde at ekskludering fremmer frustrasjon av sosial tilhørighet i idretten.

#### 5.1.4 Grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon

Til tross for at de tre grunnleggende psykologiske behovene er- og påvirkes forskjellig, diskuteres ofte psykologisk behovsfrustrasjon sammenslått (Haraldsen et al., 2020; Ryan & Deci, 2017). Beslutningstreet for grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon vil derfor brukes for å forsterke funn i beslutningstrærne for hvert enkelt behov. Enkelte variabler er likevel kun representert under frustrasjon av et enkelt psykologisk behov. Dette styrker denne oppgavens valg av å diskutere hvert enkelt grunnleggende psykologiske behov separat, da resultatene åpner opp for flere nyanseringer.

Beslutningstreet for grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon samlet (Figur 6, s.45) viste i likhet med beslutningstreet for frustrasjon av sosial tilhørighet (Figur 5, s.43), at ignorering var den sterkeste forklarende variabelen for grunnleggende behovsfrustrasjon. Fra et samfunnsperspektiv, er dette ugunstig, da de fleste mennesker opplever ignorering, gjerne

gjennom ungdomstidens sosiale samspill (Williams, 2002). Gruppen som rapporterte lite ignorering var tett tilknyttet ulik opplevelse av psykosomatiske symptomer. Hele 70% av spillerne som rapporterte lav grad av ignorering rapporterte høy grad av psykosomatiske symptomer. Dette er et overraskende funn. En mulig forklaring kan være treanalysens generering av lav minimumsscore. I analyse 2 (Figur 4, s.42) vises det blant annet til at en stor andel av utvalget (78%) rapporterte psykosomatiske symptomer over 10.000. Dette antyder at flere faktorer enn ignorering påvirker psykosomatiske symptomer, noe som bekreftes i beslutningstrærne for frustrasjon av autonomi og kompetanse (Figur 3 og 4, s.41-42).

Unge spillere som rapporterte lav grad av ignorering, og lav- og middels grad av psykosomatiske symptomer var tett tilknyttet skolevariabelen. Unge spillere som har det bra i idretten, har det også bedre på skolen (Crane & Temple, 2014), og utvikler ytterligere en bedre fysisk og psykisk helse (Lettau, 2021; Lyons & Huebner, 2016). At skolevariabelen påvirket psykologisk behovsfrustrasjon i idretten ble også vist i beslutningstreet over frustrasjon av sosial tilhørighet. Dette samsvarer med tidligere forskning, hvor signifikante andre ungdommen samhandlet med i fritidsaktiviteter, ofte var mennesker ungdommen også møtte i skolen (Seippel et al., 2016). Beslutningstreet for grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon forsterket dermed funnene fra analysene (Figur 5, s.43), og viste til at sosialt samspill og velvære i skolen kunne ha en innvirkning på grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon i organisert fotballaktivitet.

Unge spillere som rapporterte middels grad av ignorering ble forklart ved ulik grad av opplevd ekskludering. Faktorene var tett koblet mot grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon, noe tidligere forskning også har bekreftet, gjennom forholdet mellom utstøting og psykisk helse (Arslan, 2021; Morgan et al., 2007; Williams & Zadro, 2001). Beslutningstreet (Figur 6), bekreftet funnene til beslutningstreet av frustrasjon av sosial tilhørighet (se Figur 5), som viste til at høyere grad av opplevd ekskludering førte til mer frustrasjon. Beslutningstreet for grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon samlet bekreftet dermed ekskludering (sett i lys av ignorering) som en forklarende faktor på grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon i idretten.

Spillerne som rapporterte høyest grad av ignorering, ble forklart ved velværevariabelen. Diener et al. (2018) viser at et godt velvære baserer seg på sunne mellommenneskelige relasjoner, noe opplevd ignorering hindrer. Resultatene i analyse 4 (Figur 6, s.45) bekreftet

beslutningstreet over frustrasjon av kompetanse (Figur 4, s.42), som også viste til velvære som en sentral faktor for unge spilleres behovsfrustrasjon i idretten. Santurio et al. (2020) viser videre at frustrasjon og nedsatt velvære kan trigge negativ atferd, samt skape negative relasjoner lagkamerater imellom. Dette kan være en utfordring da ungdom er avhengig av å samhandle med jevnaldrende for best mulig psykisk velvære (Arslan, 2021). Avslutningsvis hevdes det at opplevelsen av de grunnleggende psykologiske behovene er av betydning for ungdom i idretten, gjennom positive og negative psykologiske utfall.

## 5.2 Metodisk diskusjon

### 5.2.1 Styrker i MMR studien

Studien belyste samme problem fra ulike vinkler gjennom metodisk triangulering, noe som ga bedre forutsetninger for tolkning av resultatene (Bowen et al., 2017; Creswell et al., 2014). Bruk av et eksplorativt sekvensielt design var videre en styrke fordi det ga en dypere forståelse av et komplekst tema (Bowen et al., 2017), hvor det tallmessige uttrykket fra kvantitativ del, la grunnlaget for utformingen av kvalitativ intervjuguide (Clark et al., 2008).

Før rekruttering av deltagere til kvantitativ undersøkelse ble spørreskjemaene pilotert. Denne piloteringen skulle gi oss en bedre forforståelse av prosessen, samt muligheten til å avdekke mulige problemområder (f.eks. lengde, formulering og forståelse) ved ordlyden i spørreskjemaene (Hassan et al., 2006). Til tross for at flere forskere anbefaler et utvalg på 30-40 personer ved pilotering (Beaton et al., 2000; Reichenheim & Moraes, 2007), viste våre 14 piloter seg å være tilstrekkelig nok da spillerne antydte å forstå innholdet. Dette med hensyn til at vi piloterte den yngste aldersgruppen i undersøkelsen (14 år), fordi deres forståelse ga grunnlag for å tenke at skjemaet ville være forståelig for eldre ungdom. Piloteringen resulterte i justering av både rekkefølge på spørsmål, lengden på skjemaet, samt noen innledende formuleringer. Spørreundersøkelsen innebar hovedsakelig validerte spørreskjema, samtidig som det ble gjennomført en eksplorativ faktoranalyse. Fremgangsmåten ved pilotering, justering og faktoranalyser øker dataenes validitet og reliabilitet (Beaton et al., 2000).

Bruken av nettbasert spørreundersøkelse kunne tilrettelegge for distribusjon utover et større geografisk område, samtidig som rekrutteringen var strategisk. Dette vises ved at over 22% av fotballaktiv ungdom i Agder, fordelt på 30 av 42 klubber var representert i utvalget. I tillegg til en tilstrekkelig utvalgsstørrelse, inkluderte også studien en representativ kjønnsfordeling

ved at nesten 33% av deltakerne var jenter. Dette ansees som en styrke i studien da tidligere forskning i hovedsak er gjort på gutter (Costello et al., 2014; Elliot-Sale et al., 2021), samtidig som kun 24% av ungdomslagene i Agder var jentelag (NFF, 2022). I tillegg var utvalget representert av ungdom med ulik etnisitet, ambisjoner og utgangspunkt. Dette kan styrke studiens generaliserbarhet for den aktuelle populasjon, og gir grunner for å hevde at utvalget er representativt for all fotballaktiv ungdom i aldersgruppen 14-19 år i Agder.

Enkelte av spørreskjemaene ble oversatt da de kun var tilgjengelig på engelsk. Dette ble gjort i henhold til Geisingers (1994) fremgangsmåte, og ansees som en styrke i studien da den tar hensyn til kontekst, noe som også tilpasser spørreskjemaet etter informantenes forståelse. Geisingers oversettelsesmetode bryter med en tradisjonell «frem- og tilbake» metode som mange forskere har benyttet seg av, et populært verktøy for å vurdere kvaliteten på oversettelsen (Gjersing et al., 2010). Til tross for at frem- og tilbakemetoden fortsatt er standard, ansees Geisingers (1994) fremgangsmåte som en styrke i forskningen, da den tar hensyn til kontekstualisering gjennom språk og tid. Metoden argumenteres også for i nyere forskning, hvor fremgangsmåten skal sikre en hensiktsmessig oversettelse (Behr, 2017; Ozolins et al., 2020).

Bruken av beslutningstreanalyser ble sett på som en av studiens sterkeste sider, grunnet studiens komplekse datasett. Önder og Uyar (2017) viser til at analysen er fordelaktig da den fremstiller forskjeller mellom grupper, og fremhever variablenes samlede kompleksitet. I denne oppgaven ble dette sett på som en styrke da treet ga en representativ oversikt over spillernes frustrasjon i lys av ulike variabler i datasettet. I utbygningen av designet ble flere statistiske teknikker vurdert (f.eks. lineær og logistisk regresjonsanalyse). Beslutningstrær stiller likevel sterkest da de er ikke-lineære og ikke-parametrisk (Lemon et al., 2013). Ivarsson og Stenling (2014) viser videre til at forskere bør benytte seg av analytiske tilnærminger som i større grad setter søkelys på interaksjoner mellom flere ulike faktorer, eksempelvis beslutningstre. Beslutningstreanalyse kan på en hensiktsmessig måte fremkalle kjennetegn ved gruppen som har størst sannsynlighet for et utfall (f.eks. psykologisk behovsfrustrasjon). Sammenlignet med logistisk regresjon vil beslutningstrær gi bedre nøyaktighet i mønstergjenkjenning gjennom ikke-lineære interaksjoner, samtidig som deltakere klassifiseres i ulike risikogrupper (f.eks. høy risk, lav risk). Til tross for at det også argumenteres for og imot bruk av treanalyser på kontinuerlige data som denne studien

innebærer (Lin & Fan, 2019), viser både forskere og programvaren til SPSS versjon 25 at dette er akseptabelt (Önder & Uyar, 2017).

En annen styrke med beslutningstrær er den utdypende forklaringen trærne gir. Denne studien valgte å benytte seg av CHAID, hvor Machuca et al. (2017) sine signifikanskriterier ble fulgt. Kriteriene innebærer at minst 10% av utvalget representeres i hovednoden, samt 5% av utvalget i undernoden. Dette ansees som fordelaktig da det gir et nyansert bilde av utvalget. CHAID-metoden vil likevel kun være hensiktsmessig ved en viss utvalgsstørrelse ( $n > 400$ ), da den på dette punktet kan gi en tolkende innvirkning (i motsetning til CRT). Da beslutningstrær splitter de ulike nodene, vil CHAID forhindre splitting for grener uten vesentlig forskjeller (Lin & Fan, 2019). CHAID-metoden er dermed noe strengere enn andre beslutningstrær (CRT/QUEST), en antatt styrke i denne studien. Avslutningsvis benytter CHAID seg av «beskjæring» (prepruning) som gjør at gruppenes resultat må være signifikant for splitting, noe som sikrer kvalitet i dataene.

Før rekruttering av deltakere til kvalitative intervju gjennomførte vi pilotering av intervjuguiden på to forskjellige ungdomslag (tre gutter og fire jenter) som allerede hadde gjennomført den kvantitative undersøkelsen. Vi valgte å pilotere på disse ungdommene fordi de var innenfor gruppen vi skulle gjennomføre hoved-intervju på, noe som styrker intervjuenes troverdighet. Gjennom pilotering ble vi kjent med intervjuprosessen og dens mulige svakheter (Hassan et al., 2006), blant annet gjennom hvor ledende vi var i spørsmålsformuleringen. Videre ble hovedintervjuene strategisk gjennomført av to personer i forskningsgruppen. Dette kan styrke studiens reliabilitet (Thomas & Magilvy, 2011), hvor når en person eksempelvis forbereder neste spørsmål, vil den andre kunne sette søkelys på kroppsspråk og aktiv lytting. Dette forsterket også prosessen rundt gode oppfølgingsspørsmål, noe som er spesielt viktig ved semistrukturerte intervjuer (Wahyuni, 2012).

Utvalgsstørrelse ble ansett som en styrke i denne studien. Utvalgsstørrelsen i kvalitativ del besto av seks fokusgrupper på 4-5 personer. Til tross for at en av gruppene kun besto av tre spillere, antydes det at utvalget helhetlig er godt nok, da empiri fra fem av gruppene alene er tilstrekkelig for koding (Hennink et al., 2019; Krueger & Casey, 2014). Selv om valg av informanter var strategisk, ansees dette som en styrke, både grunnet tid i fotballaktiviteten, men også gjennom ulike aldersgrupper og kjønnsfordeling. En styrke er også at utvalget er basert på et kvantitativt utvalg gjennom et sekvensielt design (Creswell & Clark, 2017).

Fokusgrupper er også en godt etablert metode, noe som kan bidra til å sikre troverdighet i studiens funn (Shenton, 2004).

Et hensyn som ble tatt i intervjuprosessen var informantenes opplevelse av intervjusituasjonen, hvor en viktig faktor var at de skulle føle seg trygge. Grunnet dette valgte forskergruppen å dele intervjuene etter kjønn, hvor minst et av kjønnene i forskergruppen var likt kjønn som informantgruppen besto av. Dette ble sett som en fordel da forskergruppen lettere kunne bygge relasjon, blant annet gjennom bakgrunn og forforståelse av fotballkonteksten informantene tok del i (Kvale & Brinkmann, 2015). Videre vises det til at informanter i intervjusituasjonen i større grad er ærlige når de er trygge (Kvale & Brinkmann, 2015). Med tanke på dataenes kvalitet kan det tyde på at også valg av homogene grupper var med å øke denne tryggheten, gjennom gode diskusjoner og synspunkter (Krueger & Casey, 2014; Stewart & Shamdasani, 2014). I utformingen av studiens design ble også en-til-en intervju vurdert. Likevel ble fokusgruppeintervju valgt, da det har vist seg å fremme bedre diskusjoner og sterkere svar (Johansen et al., 2021).

Fokusgruppeintervjuene ble analysert gjennom tematisk analyse. En klar fordel med valget av tematisk analyse, er dens fleksibilitet gjennom flere integrerende steg (Braun & Clarke, 2006; Clarke & Braun, 2015). Strukturen samt fleksibiliteten kan mulig være en styrke i genereringen av koder og tema, og således sikre validitet og konsistens i dataene. Til tross for at funnene i kvalitativ forskning ikke er reproducerbare (Wahyuni, 2012), kan det potensielt gjennom analysemetoden vises paralleller til psykososiale komponenter i en ungdoms hverdagsliv.

Avslutningsvis belyser studien også et tema hvor det er behov for mer empiri. Studien tar for seg frustrasjon for hvert enkelt grunnleggende psykologiske behov, fremfor frustrasjon av grunnleggende psykologiske behov sammensatt, noe det i litteraturen har blitt bemerket behov for (Haraldsen et al., 2020). Denne studien ansees derfor som et supplement til denne forskningen, da den undersøker komplekse mønstre av psykososiale fenomen og grunnleggende psykologisk behovsfrustrasjon, hvor kvantitative funn gir målbare, objektive data, mens kvalitative funn forsterker, bekrefter og avgrenser de kvantitative funnene. MMR kan på den måten redusere mulige begrensninger, da ulike fremgangsmåter utfyller hverandre (Bowen et al., 2017; Creswell & Clark, 2017).

### 5.2.2 Svakheter i MMR studien

Et av målene med piloteringen var å undersøke om spillerne fullførte spørreskjemaet innen en tilfredsstillende tid (Hassan et al., 2006), da tidkrevende spørreundersøkelser kan påvirke nøyaktigheten og dermed studiens reliabilitet (Sungur et al., 2021). I gjennomføringen av pilotundersøkelsene oppdaget vi at undersøkelsen var noe tidkrevende da den tok mellom 15-25 minutter å gjennomføre. Til tross for dette valgte vi å opprettholde lengden da mengden informasjon var nødvendig for de tre masteroppgavene som skulle skrives ut ifra undersøkelsen. Lengden blir derfor sett på som en svakhet, også fordi 137 spillere ble ekskludert fra utvalget da de hadde fullført under 50% av undersøkelsen. Undersøkelser som ikke ble fullført tyder på at spørreskjemaet var for langt, at spillerne ikke orket og/eller at de ikke forsto spørsmålene. Datainnsamlingen var også avhengig av eksterne faktorer som tilgang på PC og en trener som faktisk distribuerte undersøkelsen. Ved lettet smittetrykk i Norge, reiste vi selv ut til lagene og tok ansvar under undersøkelsene. Dette ble også gjort fordi vi ønsket å øke deltagelsen i undersøkelsen. Vi klarte likevel ikke å oppnå tilfredsstillt antall i den eldste aldergruppen, spesielt blant jentene. Da det i Agder (2021) kun var påmeldt tre lag i Jenter-19-serien, fikk vi kun respons fra fire jenter (18-19 år) totalt. I likhet med tidligere studier slet vi i denne studien med å finne forskjeller mellom kjønnenes grunnleggende psykologiske behovsfrustrasjon i idretten (Bartholomew et al., 2011). Dette er en svakhet for funnenes generaliserbarhet.

Spørreskjemaet som spillerne utfylte, var selvrapporert. Dette kan være en begrensning, spesielt innenfor atferdsfenomener da selvrapportering og faktisk atferd sjelden samsvarer helhetlig (Van de Mortel, 2008). Falsk selvrapportering kan eksempelvis være påvirket av hva vennene svarte, eller hva spillerne trodde var det «riktige svaret». Van de Mortel (2008) bekrefter dette og viser til at deltagere gjerne presenterer et gunstig bilde av seg selv. En annen utfordring kan være at enkelte av spørsmålene som stilles er retrospektive hvor spillerne må huske tilbake. En fordel hadde vært om de besvarte fenomener de opplevde idag.

I den kvalitative prosessen har forskeren en aktiv rolle (Clarke & Braun, 2015). Dette kan mulig være en svakhet for studien da funnene blir påvirket av forskerens kodingspreferanser, og fremtoning. Eksempelvis kan kodestilen påvirke antallet og omfanget av koder som blir utviklet, samt at informantenes svar kan tolkes ulikt. Det ble derfor viktig for forskergruppen og hele tiden sparre med resterende medlemmer i gruppen for å sikre valide svar. En videre



svakhet i gjennomføringen av intervjuene var maktforholdet mellom intervjuer og informant (Kvale & Brinkmann, 2015). Da informantene fort kunne la seg lede, var det viktig å være bevisst på spørsmålsformuleringer og å beherske objektive oppfølgingsspørsmål. Det er likevel grunn til å tro at forskerens tilstedeværelse kan ha påvirket i spillernes svar, blant annet gjennom svar informantene trodde forskeren vil høre.

Til tross for at fokusgruppeintervju ble sett på som en styrke i studien, vil dette også kunne svekke studien. Blant annet kunne noen intervjuer være preget av at enkelte informanter ledet, og andre trakk seg mer tilbake. Dette stiller større krav til intervjuer med hensyn til å få med flere ulike synspunkter. Videre representerte ikke deltagerne i kvalitativ del av studien en mangfoldig sosioøkonomisk gruppe, samtidig som intervjuene kun tok for seg de eldste deltagerne i undersøkelsen. Dette gjør det vanskelig å se overførbarheten til all fotballaktiv ungdom i Agder.

Avslutningsvis var denne studien, i likhet med mange andre studier, begrenset gjennom å være en tverrsnittsstudie. Dette hindret oss i å trekke årsaksmessige konklusjoner (Tranaeus et al., 2021), noe som er spesielt ugunstig i innsamling av psykososiale tendenser. Til tross for at funnene gir en forklaring på forholdet mellom psykososiale faktorer og psykologisk behovsfrustrasjon, utelukker ikke funnene våre at det kan være individuelle og kulturelle forskjeller i menneskers oppfatning av psykologisk behovsfrustrasjon (Chen et al., 2015). Slike problemstillinger krever mer utforsking i fremtidige studier.

### 5.3 Oppsummering

Denne masteroppgaven undersøkte sammenhenger mellom psykososiale faktorer og psykologisk behovsfrustrasjon i organisert fotballaktivitet. Gjennom en sekvensiell MMR, bidrar denne studien til å belyse dagens fotballaktivitet. Ut ifra de kvantitative resultatene i studien er ignorering og psykosomatiske symptomer de sterkeste forklaringsvariablene på psykologisk behovsfrustrasjon i idretten. De kvalitative resultatene tyder på at ulike personer, konflikter og trivsel i fotballaget påvirker de sosiale interaksjonene mellom lagkamerater. Resultatene viser dermed sammenheng mellom psykososiale faktorer og unge fotballspilleres psykologiske behovsfrustrasjon, og komplimenterer bildet av forholdene i ungdomsfotballen. Avslutningsvis vil dette kunne gi en bedre forståelse av unge spilleres psykososiale opplevelse i organisert fotballaktivitet i Agder.

## 6.0 Referanser

- Al-Yaaribi, A. & Kavussanu, M. (2017). Teammate prosocial and antisocial behaviors predict task cohesion and burnout: the mediating role of affect. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 39,199-208. <https://doi.org/10.1123/jsep.2016-0336>
- Aleem, S. (2005). Emotional stability among college youth. *Journal of the Indian Academic of Applied Psychology*, 31: 100-102. <http://www.sci-int.com/pdf/636717889855562406.edited%20paid.pdf>
- Arslan, G. (2021). Social exclusion, social support and psychological wellbeing at school: A study of Mediation and moderation effect. *Child Indicators Research*. <https://doi.org/10.1007/s12187-017-9451-1>
- Auerswald, M., & Moshagen, M. (2019). How to determine the number of factors to retain in exploratory factor analysis: A comparison of extraction methods under realistic conditions. *Psychological methods*, 24, 468. <https://doi.org/10.1037/met0000200>
- Bakken, A. (2019). *Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar, og hvem slutter i ungdomsidretten?* NOVA rapport 2/19. Oslo: Oslo Met – storbyuniversitetet.
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M. & Thøgersen- Ntoumani, C. (2011). Psychological Need Thwarting in the Sport Context: Assessing the Darker Side of Athletic Experience. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 33, 75-102. <https://doi.org/10.1123/jsep.33.1.75>
- Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the Process of Cross-Cultural Adaption of Self-Report Measures. *Spine*, 25, 3186-3191. <https://doi.org/10.1097/00007632-200012150-00014>
- Behr, D. (2017). Assessing the use of back translation: The shortcomings of back translation as a quality testing method. *International Journal of Social Research Methodology*, 20, 573-584. <https://doi.org/10.1080/13645579.2016.1252188>
- Benestad, H. B. & Laake, P. (2008). *Forskning: metode og planlegging*. I P. Laake, B. R. Olsen, & H. B. Benestad (Red.), *Forskning i medisin og biofag* (s. 115-146). Gyldendal Akademisk.
- Bowen, P., Rose, R., & Pilkington, A. (2017). Mixed methods-theory and practice. Sequential, explanatory approach. *International Journal of Quantitative and Qualitative Research Methods*, 5, 10-27. ISSN 2056-3620(Print), ISSN 2056-3639(Online)
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3, 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Van der KaapDeeder, J., ... Verstuyf, J. (2015). Basic Psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion*, 39, 216-236. <https://doi.org/10.1007/s11031-014-9450-1>
- Cheon, S. H., Reeve, J., & Ntoumanis, N. (2018). A need- supportive intervention to help PE teachers enhance students' prosocial behavior and diminish antisocial behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 35, 74-88. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.11.010>
- Cheon, S. H., Reeve, J., Yu, T. H., & Jang, H. R. (2014). The teacher benefits from giving autonomy support during physical education instruction. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 36, 331-346. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0231>
- Ciarocco, N. J., Sommer, K. L. & Baumeister, R. F. (2001). Ostracism and Ego Depletion: The Strains of Silence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27. 1156-1162. <https://doi.org/10.1177/0146167201279008>

- Clark, V. L. P., Creswell, J. W., Green, D. O. N., & Shope, R. J. (2008). Mixing quantitative and qualitative approaches. *Handbook of emergent methods*, 363.
- Clarke, V., & Braun, V. (2015). Thematic analysis. In E. Lyons & A. Coyle (Eds.), *Analysing qualitative data in psychology* (pp. 84–103). Sage Publications. ISBN: 978-1-4462-7374-6
- Cohen, J. (1988). Set correlation and contingency tables. *Applied psychological measurement*, 12, 425-434. <https://doi.org/10.1177/014662168801200410>
- Columbus, S., Thielmann, I., & Balliet, D. (2019). Situational Affordances for Prosocial Behaviour: On the Interaction between Honesty–Humility and (Perceived) Interdependence. *European Journal of Personality*, 33, 655-673. <https://doi.org/10.1002/per.2224>
- Cordeiro, P., Paixão, P., Lens, W., Lacante, M., & Luyckx, K. (2016). The Portuguese validation of the Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale: Concurrent and longitudinal relations to well-being and ill-being. *Psychologica Belgica*, 56, 193. <https://doi.org/10.5334/pb.252>
- Costello, J. T., Bieuzen, F., & Bleakley, C. M. (2014). Where are all the female participants in Sports and Exercise Medicine research? *European Journal of Sport Science*, 14, 847-851. <https://doi.org/10.1080/17461391.2014.911354>
- Crane, J., & Temple, V. (2014). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European physical education review*, 21, 114-131. <https://doi.org/10.1177/1356336X14555294>
- Creswell, J. W., & Clark, V. L. P. (2017). *Designing and conducting mixed methods research*. Sage publications.
- Creswell, J. W. (2014). *A concise introduction to mixed methods research*. SAGE publications.
- Dalland, O. (2000). *Metode og oppgaveskriving for studenter*. Gyldendal Akademisk.
- Daumiller, M., Rinas, R. & Breithecker, J. (2022). Elite athletes' achievement goals, burnout levels, psychosomatic stress symptoms, and coping strategies. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-20. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2021.1877326>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer: Boston, MA.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The " what" and" why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11, 227-268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Deci, E. L., La Guardia, J. G., Moller, A. C., Scheiner, M. J., & Ryan, R. M. (2006). On the benefits of giving as well as receiving autonomy support: Mutuality in close friendships. *Personality and social psychology bulletin*, 32, 313-327. <https://doi.org/10.1177/0146167205282148>
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2, 253-260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Eccles, J. S. & Barber, B. L. (1999). Student council, Volunteering, Basketball, or Marching Band: What Kind of extracurricular involments matters? *Journal of Adolescent Research*, 14, 10-43. <https://doi.org/10.1177/0743558499141003>
- Eikemo, T. A. og T. H. Clausen.(2012). Kvantitativ analyse med SPSS.En praktisk innføring i kvantitative analyseteknikker. 2. utg. Fagbokforlaget. ISBN: 9788251927123.
- 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, 98. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>.

- Eisenberger, N. I., Lieberman, M. D., & Williams, K. D. (2003). Does rejection hurt? An fMRI study of social exclusion. *Science*, *302*, 290-292. <https://doi.org/10.1126/science.1089134>
- Elliott-Sale, K. J., Minahan, C. L., de Jonge, X. A., Ackerman, K. E., Sipilä, S., Constantini, N. W., ... & Hackney, A. C. (2021). Methodological considerations for studies in sport and exercise science with women as participants: a working guide for standards of practice for research on women. *Sports Medicine*, *51*, 843-861. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01435-8>
- Fabrigar, L. R., Wegener, D. T., MacCallum, R. C., & Strahan, E. J. (1999). Evaluating the use of exploratory factor analysis in psychological research. *Psychological methods*, *4*, 272. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.4.3.272>
- Fang, Y., Dong, Y., & Fang, L. (2019). Honesty-humility and prosocial behavior: The mediating roles of perspective taking and guilt-proneness. *Scandinavian Journal of Psychology*, *60*, 386– 393. <https://doi.org/10.1111/sjop.12551>
- Folkehelseinstituttet (2019). *Barn og unger er ikke nok fysisk aktive*. [nettdokument].
- Frønes, I. (2018). *Den krevende barndommen*. Cappelen Damm akademisk
- Fuligni, A. J. (2019). The need to contribute during adolescence. *Perspectives on Psychological Science*, *14*, 331-343. <https://doi.org/10.1177/1745691618805437>
- Gagné, M. (2003). The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement. *Motivation and emotion*, *27*, 199-223. <https://doi.org/10.1023/A:1025007614869>
- Gariepy, G., McKinnon, B., Sentenac & Elgar, F. J. (2016). Validity and Reliability of a Brief Symptom Checklist to Measure Psychological Health in School-Aged Children. *Child Ind Research*, *9*, 471–484. <https://doi.org/10.1007/s12187-015-9326-2>
- Geisinger, K. F. (1994). Cross-cultural normative assessment: translation and adaptation issues influencing the normative interpretation of assessment instruments. *Psychological assessment*, *6*, 304. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.6.4.304>
- Gilman, R., Carter-Sowell, A., DeWall, C. N., Adams, R. E., & Carboni, I. (2013). Validation of the Ostracism Experience Scale for Adolescents. *Psychological Assessment*, *25*, 319-330. <https://doi.org/10.1037/a0030913>
- Gjersing, L., Caplehorn, J. R., & Clausen, T. (2010). Cross-cultural adaptation of research instruments: language, setting, time and statistical considerations. *BMC medical research methodology*, *10*, 1-10. <https://doi.org/10.1186/1471-2288-10-13>
- Gomes, C. M. A., & Jelihovschi, E. (2020). Presenting the regression tree method and its application in a large-scale educational dataset. *International Journal of Research & Method in Education*, *43*, 201-221. <https://doi.org/10.1080/1743727X.2019.1654992>
- Goretzko, D., Pham, T. T. H., & Bühner, M. (2021). Exploratory factor analysis: Current use, methodological developments, and recommendations for good practice. *Current Psychology*, *40*, 3510-3521. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00300-2>
- Haraldsen, H. M., Solstad, B. E., Ivarsson, A., Halvari, H., & Abrahamsen, F. E. (2020). Change in basic need frustration in relation to perfectionism, anxiety, and performance in elite junior performers. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, *30*, 754-765. <https://doi.org/10.1111/sms.13614>
- Hassan, Z. A., Schattner, P., & Mazza, D. (2006). Doing a pilot study why is it essential? *Malaysian family physician: the official journal of the Academy of Family Physicians of Malaysia*, *1*, 70. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4453116/>

- Hennink, M. M., Kaiser, B. N., & Weber, M. B. (2019). What influences saturation? Estimating sample sizes in focus group research. *Qualitative health research, 29*, 1483-1496. <https://doi.org/10.1177/1049732318821692>
- Hills, P., & Argyle, M. (2001). Emotional stability as a major dimension of happiness. *Personality and individual differences, 31*, 1357-1364. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00229-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00229-4)
- Hollekim, I., & Vingdal, I. M. (2000). *Mestring og glede: Fra grunnleggende bevegelser til idrett og dans*. Gyldendal undervisning.
- Howard, M. C., Cogswell, J. E., & Smith, M. B. (2020). The antecedents and outcomes of workplace ostracism: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology, 105*, 577. <http://dx.doi.org/10.1037/apl0000453>
- Hugh-Jones, D. (2015). Ways to measure honesty: a new experiment and two questionnaires. *Unpublished manuscript*. [https://ideas.repec.org/p/uea/ueaeco/2015\\_02.html](https://ideas.repec.org/p/uea/ueaeco/2015_02.html)
- Ivarsson, A., & Stenling, A. (2014). Prediction of injury risk in sports. *Wiley statsref: Statistics reference online*, 1-6. <https://doi.org/10.1002/9781118445112.stat08141>
- Jang, H.-R., Reeve, J., Cheon, S. H., & Song, Y.-G. (2020). Dual processes to explain longitudinal gains in physical education students' prosocial and antisocial behavior: Need satisfaction from autonomy support and need frustration from interpersonal control. *Sport, Exercise, and Performance Psychology, 9*, 471–487. <https://doi.org/10.1037/spy0000168>
- Johansen, B. T., Brynjulfsen, T., Lohne Seiler, H., Klungland Torstveit, M., & Berntsen Stølevik, S. (2021). Experiences of older adults preparing for their first triathlon: “A qualitative study of the participation in an endurance training intervention.”. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being, 16*, 1872824. <https://doi.org/10.1080/17482631.2021.1872824>
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2014). *Focus groups: A practical guide for applied research*. Sage Publications.
- Krumsvik, R. J. (2014) *Forskningsdesign og kvalitative metode – ei innføring*. Fagbokforlaget
- Kvale, S. (1996). The 1,000-page question. *Qualitative inquiry, 2*, 275-284. <https://doi.org/10.1177/107780049600200302>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.) Gyldendal Akademisk.
- Larsen, Ø. (Red.). (2011). *Flest mulig, lengst mulig, best mulig*. Oslo: Akilles forlag.
- Legate, N., DeHaan, C., & Ryan, R. (2015). Righting the wrong: Reparative coping after going along with ostracism. *The Journal of social psychology, 155*, 471-482. <https://doi.org/10.1080/00224545.2015.1062352>
- Legate, N., DeHaan, C. R., Weinsten, N. & Ryan, R. M. (2013). Hurting You Hurts Me Too: The Psychological Costs of Complying with Ostracism. *Psychological Science, 24*: 583- 588. <https://doi.org/10.1177/0956797612457951>
- Lemon, S. C., Roy, J., Clark, M. A., Friedmann, P. D., & Rakowski, W. (2003). Classification and regression tree analysis in public health: methodological review and comparison with logistic regression. *Annals of behavioral medicine, 26*, 172-181. [https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2603\\_02](https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2603_02)
- Lettau, J. (2021) The Impact of Children's Academic Competencies and School Grades on their Life Satisfaction: What Really Matters? *Child Indicators Research 14*, 2171–2195. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09830-3>

- Li, C., Ivarsson, A., Lam, L. T., & Sun, J. (2019a). Basic psychological needs satisfaction and frustration, stress, and sports injury among university athletes: a four-wave prospective survey. *Frontiers in psychology, 10*, 665. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00665>
- Li, J., Sidibe, A. M., Shen, X., & Hesketh, T. (2019b). Incidence, risk factors and psychosomatic symptoms for traditional bullying and cyberbullying in Chinese adolescents. *Children and Youth Services Review, 107*, 104511. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104511>
- Lim, B. S. C. & Wang, C. K. J. (2009). Perceived autonomy support, behavioral regulations in physical education and physical activity intention. *Psychology of sport and exercise, 10*, 52-60. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.06.003>
- Lin, C. L., & Fan, C. L. (2019). Evaluation of CART, CHAID, and QUEST algorithms: a case study of construction defects in Taiwan. *Journal of Asian Architecture and Building Engineering, 18*, 539-553. <https://doi.org/10.1080/13467581.2019.1696203>
- Lundqvist, C. (2011). Well-being in competitive sports—The feel-good factor? A review of conceptual considerations of well-being. *International review of sport and exercise psychology, 4*, 109-127. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2011.584067>
- Lyons, M.D., Huebner, E.S. (2016). Academic Characteristics of Early Adolescents with Higher Levels of Life Satisfaction. *Applied Research Quality Life 11*, 757–771. <https://doi.org/10.1007/s11482-015-9394-y>
- Machuca, C., Vettore, M. V., Krasuska, M., Baker, S. R., & Robinson, P. G. (2017). Using classification and regression tree modelling to investigate response shift patterns in dentine hypersensitivity. *BMC Medical Research Methodology, 17*, 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12874-017-0396-3>
- Markula, P., & Silk, M. L. (2011). *Qualitative research for physical culture* (p. 252). Palgrave Macmillan.
- Martela, F. & Ryan, R. M. (2016). Prosocial behavior increases well-being and vitality even without contact with the beneficiary: Causal and behavioral evidence. *Springer Science + Business Media New York, 40*: 351-357. <https://doi.org/10.1007/s11031-016-9552-z>
- Marsh, H. & Kleitman, S. (2002) Extracurricular School Activities: The Good, the Bad, and the Nonlinear. *Harvard Educational Review, 72*, 464–515. <https://doi.org/10.17763/haer.72.4.051388703v7v7736>
- Marsh, H. W., Ellis, L. A., Parada, R. H., Richards, G., & Heubeck, B. G. (2005). A short version of the Self-Description Questionnaire II: operationalizing criteria for short-form evaluation with new applications of confirmatory factor analyses. *Psychological assessment, 17*, 81. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.17.1.81>
- Marsh, H. W., Marin, A. J. S., & Parker, P. D. (2015). Physical self-concept changes in a selective sport High school: A longitudinal cohort- Sequense analysis of the big-fish-little-pond effect. *Journal of sport and exercise psychology, 37*, 150-163. <https://doi.org/10.1123/jsep.2014-0224>
- McGannon, K. R., Smith, B., Kendellen, K., & Gonsalves, C. A. (2021). Qualitative research in six sport and exercise psychology journals between 2010 and 2017: An updated and expanded review of trends and interpretations. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 19*, 359-379. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1655779>
- Medai, E. & Noussair, C. N. (2021). Positive emotion and honesty. *Frontiers in psychology. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.694841*
- Meredith, S. J., Dicks, M., Noel, B., & Wagstaff, C. R. (2018). A review of behavioral measures and research methodology in sport and exercise psychology. *International review of sport and exercise psychology, 11*, 25-46. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1286513>

- Merglen, A., Flatz, A., Bélanger, R. E., Michaud, P. A., & Suris, J. C. (2014). Weekly sport practice and adolescent well-being. *Archives of disease in childhood*, 99, 208-210. <http://dx.doi.org/10.1136/archdischild-2013-303729>
- Morgan, C, Burns, T, Fitzpatrick, R, Pinfold, V & Priebe S. (2007) Social exclusion and mental health: conceptual and methodological review. *British Journal Psychiatry*. 191:477-83. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.106.034942>.
- Murberg, T. A & Bru, E. (2004) School-Related Stress and Psychosomatic Symptoms among Norwegian Adolescents. *School Psychology International*. 25:317-332. <https://doi.org/10.1177/0143034304046904>
- Nishina, A., Juvonen, J., & Witkow, M. R. (2005). Sticks and stones may break my bones, but names will make me feel sick: The psychosocial, somatic, and scholastic consequences of peer harassment. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34, 37-48. [https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3401\\_4](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3401_4)
- Norges Fotballforbund (u.å.). Statistikk, historikk og aktivitet. Hentet 09.04.2022. <https://www.fotball.no/tema/om-nff/statistikk-og-historikk/>
- Norges idrettsforbund (u.å.a). *Hvem er vi?* Hentet 04. februar 2022. <https://www.idrettsforbundet.no/om-nif/hvem-er-vi/>
- Norges Idrettsforbund, (u.å.b). *Idretten vil! Langtidsplan for norsk idrett 2019- 2023*. Hentet 04.05.2022. [https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/8149372c5d4d439cb1b34fc1625032f0/idretten-vil\\_langtidsplan-for-norsk-idrett-2019-2023\\_lr.pdf](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/8149372c5d4d439cb1b34fc1625032f0/idretten-vil_langtidsplan-for-norsk-idrett-2019-2023_lr.pdf)
- Olympiatoppen (u. å). *Hvem er vi?* Hentet 18.02.2022. <https://www.idrettsforbundet.no/om-nif/hvem-er-vi/>
- Önder, E., & Uyar, S. (2017). CHAID Analysis to Determine Socioeconomic Variables That Explain Students' Academic Success. *Universal Journal of Educational Research*, 5, 608-619. <https://doi.org/10.13189/ujer.2017.050410>
- Opstoel, K., Chapelle, L., Prins, F. J., De Meester, A., Haerens, L., van Tartwijk, J., & De Martelaer, K. (2020). Personal and social development in physical education and sports: A review study. *European Physical Education Review*, 26, 797-813. <https://doi.org/10.1177/1356336X19882054>
- Ozolins, U., Hale, S., Cheng, X., Hyatt, A., & Schofield, P. (2020). Translation and back-translation methodology in health research—a critique. *Expert Review of Pharmacoeconomics & Outcomes Research*, 20, 69-77. <https://doi.org/10.1080/14737167.2020.1734453>
- Parr, H., Philo, C., & Burns, N. (2004). Social geographies of rural mental health: experiencing inclusions and exclusions. *Transactions of the Institute of British Geographers*, 29, 401-419. <https://doi.org/10.1111/j.0020-2754.2004.00138.x>
- Pearlin, L. I. (1989). The Sociological Study of Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 30, 241–256. <https://doi.org/10.2307/2136956>
- Persson, M., Espesdalen, L. E., Stefansen, K. & Strandbu, Å. (2020). Opting out of youth sports: How can we understand the social processes involved? *Sport Education and Society* 25: 842-854. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1663811>.
- Polit, D. F. & Beck, C. T. (2018). *Essentials of nursing research. Appraising evidence for nursing practice* (9. utg.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Potrebny, T., Wiium, N., & Lundegård, M. M. I. (2017). Temporal trends in adolescents' self-reported psychosomatic health complaints from 1980-2016: A systematic review and meta-analysis. *PLOS one*, 12, e0188374. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0188374>
- Ratelle, C. F., Simard, K., & Guay, F. (2013). University students' subjective well-being: The role of autonomy support from parents, friends, and the romantic partner. *Journal of Happiness Studies, An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 14, 893-910. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9360-4>

- Reeve, J. (2015). Giving and summoning autonomy support in hierarchical relationships. *Social and Personality Psychology Compass*, 9, 406-418. <https://doi.org/10.1111/spc3.12189>
- Reichenheim, M. E., Moraes, C. L. (2007). Operationalizing the cross-cultural adaption of epidemiological measurement instruments. *Revista de saúde pública*, 41, 665-673. <https://doi.org/10.1590/s0034-89102006005000035>
- Reneflot, A., Aarø, L. E., Aase, H., Reichborn-Kjennerud, T., Tambs, K., & Øverland, S. (2018). Psykisk helse i Norge. *Oslo: Norwegian Institute of public health*.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological inquiry*, 11, 319-338. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_03](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_03)
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.
- Santurio, J. I. M., Fernández- Rio, J., Estrada, J. A. C. & VÍllora, S. G. (2020). Connections between bullying victimization and satisfaction/frustration of adolescents' basic psychological needs. *Revista de Psicodidáctica*, 25, 119-126. <https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2019.11.002>
- Seippel, Ø., Strandbu, Ø., & Sletten, M. A. (2011). *Ungdom og trening. Endring over tid og sosiale skillelinjer*. NOVA Rapport.
- Seippel, Ø., Sisjord, M. K., & Strandbu, Å. (2016). *Ungdom og idrett*. Cappelen damm as.
- Shenton, A. K. (2004). Strategies for ensuring trustworthiness in qualitative research projects. *Education for information*, 22(2), 63-75. <https://doi.org/10.3233/EFI-2004-22201>
- Shields, D. L., Funk, C. D., & Bredemeier, B. L. (2018). Relationships among moral and contesting variables and prosocial and antisocial behavior in sport. *Journal of Moral Education*, 47(1), 17-33. <https://doi.org/10.1080/03057240.2017.1350149>
- Solstad, B. E., Larsen, T. M. B., Holsen, I., Ivarsson, A., Ronglan, L. T., & Ommundsen, Y. (2018). Pre-to post-season differences in empowering and disempowering behaviours among youth football coaches: A sequential mixed-methods study. *Sports Coaching Review*, 7, 113-141. <https://doi.org/10.1080/21640629.2017.1361166>
- Stewart, D. W., & Shamdasani, P. N. (2014). *Focus groups: Theory and practice*. Sage publications.
- Sungur, M. A., Gamsizkan, Z., & Sungur, D. H. (2021). A short-form suggestion for the Turkish version of the European Health Literacy Survey Questionnaire: a development and validation study in university students. *Global Health Promotion*, 17579759211064261. <https://doi.org/10.1177/17579759211064261>
- Temple, V. A., & Crane, J. R. (2016). A systematic review of drop-out from organized soccer among children and adolescents. *Soccer & Society*, 17, 856-881. <https://doi.org/10.1080/14660970.2015.1100901>
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Thomas, E., & Magilvy, J. K. (2011). Qualitative rigor or research validity in qualitative research. *Journal for specialists in pediatric nursing*. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6155.2011.00283.x>
- Thøgersen-Ntoumani, C., Ntoumanis, N., Carey, R., Dodos, L., Quested, E. J., & Chatzisarantis, N. (2018). A diary study of appearance social comparisons and need frustration in young women. *Personality and Individual Differences*, 122, 120-126. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.10.020>



- 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, 827-842. <https://doi.org/10.1080/14660970.2015.1100894>
- Topp, C. W., Østergaard, S. D., Søndergaard, S., & Bech, P. (2015). The WHO-5 Well-Being Index: a systematic review of the literature. *Psychotherapy and psychosomatics*, 84, 167-176. <https://doi.org/10.1159/000376585>
- Tranaeus, U., Ivarsson, A., Johnson, U., Weiss, N., Samuelsson, M., & Skillgate, E. (2021). The role of the results of functional tests and psychological factors on prediction of injuries in adolescent female football players. *International journal of environmental research and public health*, 19, 143. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010143>
- Van de Mortel, T. F. (2008). Faking it: social desirability response bias in self-report research. *Australian Journal of Advanced Nursing, The*, 25, 40-48. <https://search.informit.org/doi/epdf/10.3316/informit.210155003844269>
- Vansteenkiste, M. & Ryan, R. M. (2013). On Psychological Growth and Vulnerability: Basic Psychological Need Satisfaction and Need Frustration as a Unifying Principle. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23, 263-280. <http://dx.doi.org/10.1037/a0032359>
- Visek, A. J., Achrafi, 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, 424-433. <https://doi.org/10.1123/jpah.2013-0180>
- Wahyuni, D. (2012). The research design maze: Understanding paradigms, cases, methods, and methodologies. *Journal of applied management accounting research*, 10, 69-80. <https://www.researchgate.net/publication/256024036>
- Weinstein, N., & Ryan, R. M. (2010). When helping helps: An examination of motivational constructs underlying prosocial behavior and their influence on well-being for the helper and recipient. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, 222-224. <https://doi.org/10.1037/a0016984>
- Williams, G.C., Grow, V.M., Freedman, Z., Ryan, R.M. and Deci, E.L. (1996). Motivational predictors of weight loss and weight-loss maintenance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70: 115–126. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.115>
- Williams, K. D., Cheung, C. K., & Choi, W. (2000). Cyberostracism: effects of being ignored over the Internet. *Journal of personality and social psychology*, 79, 748. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.5.748>
- Williams, K. D., & Zadro, L. (2001). Ostracism: On being ignored, excluded, and rejected. In M. R. Leary (Ed.), *Interpersonal rejection* (pp. 21– 53). Oxford University Press.
- Williams, K. D. (2002). *Ostracism: The power of silence*. Guilford Press
- Williams, K., Lund, T. J., Liang, B., Mousseau, A. D., & Spencer, R. (2018). Associations between stress, psychosomatic complaints, and parental criticism among affluent adolescent girls. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 1384-1393. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0991-2>
- World Health Organization. (2014). Health for the world's adolescents: a second chance in the second decade: summary. Geneva: WHO Press. [http://apps.who.int/adolescent/second-decade/files/1612\\_MNCAH\\_HWA\\_Executive\\_Summary.pdf](http://apps.who.int/adolescent/second-decade/files/1612_MNCAH_HWA_Executive_Summary.pdf)
- Zadro, L., Williams, K. D., & Richardson, R. (2005). Riding the 'O'train: Comparing the effects of ostracism and verbal dispute on targets and sources. *Group Processes & Intergroup Relations*, 8, 125-143. <https://doi.org/10.1177/1368430205051062>

## 7.0 Vedlegg

### 7.1 Samtykkeskjema/Informasjonsskriv (Kvantitativ)

#### **Fotball i Agder, Samtykkeskjema (Foresatte + Barn under 16)**

Dette informasjonsskrivet er laget for å be om samtykke til ditt barns mulighet for å delta i et forskningsprosjekt ledet av UiA. Formålet med dette forskningsprosjektet er å undersøke hvordan ungdom opplever og trives i idretten, hvordan dette påvirkes av treningshverdagen og lagmiljøet i sammenheng med en rekke variabler knyttet til psykisk og fysisk helse. I dette informasjonsskrivet er det oppgitt informasjon om målene for prosjektet og hva deltagelse innebærer for ditt barn som utøver.

#### **Formål**

Formålet med prosjektet er å undersøke unge fotballspillere og deres respektive trenere, og potensielt gjøre oppfølgingsundersøkelser, for å bygge videre på vår kunnskap og forståelse av trener-utøver relasjonen. Studiens hovedmål er å undersøke hvilke implikasjoner det opplevde lagmiljøet har for *både* utøveres og treneres treningshverdag. Vi vil blant annet se på lagmiljø treningshverdag, deltagelse, motivasjon og opplevd støtte fra trener og medspillere. *Flest mulig, lengst mulig, best mulig*; slik lyder NFFs visjon for norsk barne- og ungdomsfotball, og økt innsikt i treningshverdag og lagmiljø kan hjelpe oss mot å nå den målsettingen.

**Problemstilling 1:** Har opplevelse av lagmiljø sammenheng med fysisk og psykisk velvære?

**Problemstilling 2:** Vil opplevelsen av treningshverdagen påvirke utøverens livskvalitet.

Dette forskningsprosjektet er knyttet til **fakultetet for Helse- og Idrettsvitenskap ved Universitetet i Agder**. Opplysningene som samles inn til dette forskningsprosjektet kan bli brukt i internasjonale publikasjoner, samt studenters masteroppgaver. Masteroppgavene vil drøfte rundt ulike utfordringer og opplevelser i barne- og ungdomsidretten.

#### **Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?**

*Bård Erlend Solstad (Ph.D.)* står ansvarlig for dette prosjektet.

#### **Hvorfor får du spørsmål om ditt barn kan delta?**

Utvalgte lag fra jenter/gutter 14 opp til jenter/gutter 19, og er registrert i Agder Fotballkrets, har fått forespørsel om å delta i dette prosjektet. En forutsetning er at alle lagene må spille 11-er fotball. Grunnen til dette er at vi ønsker å undersøke lagmiljø og treningshverdag da det er i denne aldersgruppen de aller fleste slutter med organisert idrett.

Kontaktopplysningene har vi fått tilgang til via NFF sine hjemmesider <https://www.fotball.no/fotballdata/klubb/?d=19>.

#### **Hva innebærer det for ditt barn å delta?**

- Ulike typer data vil bli samlet inn ved én anledning i september 2021. o Uke 35-39
- Spørreskjemaene vil fokusere på opplevelser av lagmiljø og psykososiale utfallsvariabler, og vil ta ca. 15 minutter å fylle ut for både spillere og trenere. Skjemaet vil bestå av spørsmål knyttet til deltagelse i organisert idrett.
- Trenere og foreldre kan få se spørreskjemaet på forhånd ved å ta kontakt med prosjektleder, Førsteamanuensis Bård Erlend Solstad.

### **Deltagelse er frivillig**

Deltagelse i forskningsprosjektet er frivillig. Om trener/utøver velger å delta kan vedkomne når som helst trekke samtykke tilbake, uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om trener/utøver vil da bli anonymisert, og det vil ikke ha noen negative konsekvenser for hverken lag, trener eller utøver om trener eller utøver ikke vil delta eller velger å trekke seg ved en senere anledning.

### **Ditt barns personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker opplysninger om ditt barn**

Vi vil kun bruke opplysningene om trener/utøver til formålene vi har redegjort for i dette informasjonsskrivet. Vi behandler alle opplysninger konfidensielt og i samsvar med personvernsregelverket.

- Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt, og kun forskergruppen ved Universitetet i Agder vil ha tilgang til disse opplysningene. Laget ditt, og dine individuelle svar på spørreundersøkelsen vil erstattes med en kode som lagres i en egen forskningsserver og dataene vil være adskilt fra øvrige data. Personopplysningene vil lagres i inntil 5 år etter prosjektslutt for etterprøvbarehet.
- Det er viktig å nevne at det ikke vil være mulig å gjenkjenne deltagere i fremtidige publikasjoner, og ingen personalia vil bli samlet inn, med unntak av fødsel.

### **Hva skjer med personopplysningene når vi avslutter forskningsprosjektet?**

Prosjektet skal etter planen avsluttes 30.06.2022. Etter endt datainnsamling, vil innsamlet data bli anonymisert, og lagres frem til 30.06.2027.

### **Ditt barns rettigheter:**

Så lenge ditt barn kan identifiseres i datamaterialet har dere rett til:

- Innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om barnet
- Få rettet opp i personopplysninger om barnet
- Få slettet personopplysninger om barnet
- Få utlevert kopi av barnets personopplysninger (dataportabilitet)
- Sendte klage til personvernsombudet eller Datatilsynet om behandlingen av ditt barns personopplysninger

### **Hva gir oss rett til å behandle ditt barns personopplysninger?**

Vi behandler opplysninger om ditt barn basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Universitetet i Agder har NSD – *Norsk senter for forskningsdata AS* og FEK-*Fakultetets Etiske godkjenning*, vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernsreglementet.

### **Hvor kan jeg, som trener, forelder eller utøver, finne ut mer?**

Har du spørsmål til studie, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- *Universitetet i Agder ved Bård Erlend Solstad, på tlf: + 47 901 14 208 eller e-post: bard.e.solstad@uia.no*
- *Personvernombud på UiA, ved Rådgiver Ina Danielsen på tlf: +47 381 32 140 eller på e-post: Personvernombud@uia.no*
- *NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på tlf: 55 58 21 17 eller e-post: personverntjenester@nsd.no*

Med vennlig hilsen,

Bård Erlend Solstad (Ph.D.)

Prosjektansvarlig (Førsteamanuensis, Institutt for Idrettsvitenskap og Kroppsøving,  
Universitetet i Agder)

### **Samtykkeerklæring**

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *Fotball i Agder*, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- At min sønn/datter deltar i form av utfylling av spørreskjema
- Deltagelse i form av spørreskjema (Utøver fyller ut)
- Jeg samtykker til at mitt barns opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet,

ca. 30. 06. 2022 og lagres for etterprøvbarhet frem til 30.06. 2027.

## 7.2 Samtykkeskjema/Informasjonsskriv (Kvalitativ)

### **Fotball i Agder – Samtykkeskjema intervjuguide (Utvalg over 16 år).**

Dette informasjonsskrivet er laget for å be om ditt samtykke til å delta i et forskningsprosjekt ledet av universitetet i Agder. Formålet med dette forskningsprosjektet er å undersøke hvordan ungdom opplever og trives i idretten, hvordan dette påvirkes av treningshverdagen og lagmiljøet, og i sammenheng med en rekke variabler knyttet til psykisk og fysisk helse. I dette informasjonsskrivet er det oppgitt informasjon om målene for prosjektet og hva deltagelse innebærer for deg som utøver.

#### **Formål**

Formålet med prosjektet er å undersøke unge fotballspillere og deres respektive trenere, og gjøre oppfølgingsundersøkelser, for å bygge videre på vår kunnskap og forståelse av trener-utøver relasjonen. I denne delen av studiet (fokusgruppeintervju) er hovedmålet å undersøke hvilke implikasjoner det opplevde lagmiljøet har for utøverens treningshverdag. Vi vil blant annet se på utøveres motivasjon og engasjement i idrett, lagmiljø, treningshverdag, deltagelse, opplevd støtte fra trener og medspillere. *Flest mulig, lengst mulig, best mulig*; slik lyder NFFs visjon for norsk barne- og ungdomsfotball, og økt innsikt i treningshverdag og lagmiljø kan hjelpe oss mot å nå den målsettingen.

Dette forskningsprosjektet er knyttet til **fakultetet for Helse- og Idrettsvitenskap ved Universitetet i Agder**. Opplysningene som samles inn til dette forskningsprosjektet kan bli brukt i internasjonale publikasjoner, samt studenters masteroppgaver. Masteroppgavene vil drøfte rundt ulike utfordringer og opplevelser i barne- og ungdomsidretten.

#### **Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?**

*Bård Erlend Solstad (Ph.D.)* står ansvarlig for dette prosjektet.

#### **Hvorfor får du spørsmål om å delta?**

Vi ønsker ut ifra resultat i Utvalg 1 (spørreskjemaer) bruke et utvalg fra jenter/gutter 14 til jenter/gutter 19 registrert i Agder Fotballkrets. Det ønskes en dybde rundt faktorer som motivasjon, bakgrunn for deltagelse i idrett, faktorer i en treningshverdag og trener- utøver relasjon da det er i denne aldersgruppen de aller fleste slutter med organisert idrett..

Kontaktopplysningene har vi fått tilgang til via NFF sine hjemmesider <https://www.fotball.no/fotballdata/klubb/?d=19>.

#### **Hva innebærer det for deg å delta?**

- Fokusgruppe intervju vil bli utført ved én anledning i november 2021.
- Spørsmål i intervjuguiden vil sette søkelys på opplevelser av lagmiljøet og

psykososiale utfallsvariabler, og vil ta ca. 30 minutter gjennomføre

## **Deltagelse er frivillig**

Deltagelse i forskningsprosjektet er frivillig. Om utøver velger å delta kan vedkomne når som helst trekke samtykke tilbake, uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om utøver vil da bli anonymisert, og det vil ikke ha noen negative konsekvenser for utøver han/hun ikke vil delta eller velger å trekke seg ved en senere anledning.

## **Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil kun bruke opplysningene om utøver til formålene vi har redegjort for i dette informasjonsskrivet. Vi behandler alle opplysninger konfidensielt og i samsvar med personvernsregelverket.

- Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt, og kun forskergruppen ved Universitetet i Agder vil ha tilgang til disse opplysningene. Opplysningene dine og dine individuelle svar vil erstattes med en kode som lagres på en egen forskningsserver, og dataene vil være adskilt fra øvrige data. Personopplysningene vil lagres i inntil 5 år etter prosjektslutt for etterprøvbarehet.
- Det er viktig å nevne at det ikke vil være mulig å gjenkjenne deltagere i fremtidige publikasjoner, og ingen personalia vil bli samlet inn, med unntak av fødselsår.

## **Hva skjer med personopplysningene når vi avslutter forskningsprosjektet?**

Prosjektet skal etter planen avsluttes 30.06.2022. Etter endt datainnsamling, vil innsamlet data bli anonymisert og lagres frem til 30.06.2027.

## **Dine rettigheter:**

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet har du rett til:

- Innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg
- Få rettet opp i personopplysninger om deg
- Få slettet personopplysninger om deg
- Få utlevert kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet)
- Sendte klage til personvernsombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine

personopplysninger

## **Hva gir oss rett til å behandle dine personopplysninger?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Universitetet i Agder har NSD – *Norsk senter for forskningsdata AS* og FEK – *Fakultetets Ethiske godkjenning*, vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernsreglementet.

## Hvor kan jeg, som trener, forelder eller utøver, finne ut mer?

Har du spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- *Universitetet i Agder ved Bård Erlend Solstad, på tlf: +47 901 14 208 eller e-post: bard.e.solstad@uia.no*
- *Personvernombud på UiA, ved Rådgiver Ina Danielsen på tlf: +47 381 32 140 eller på e-post: Personvernombud@uia.no*
- *NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på tlf: 55 58 21 17 eller e-post: personverntjenester@nsd.no*

Med vennlig hilsen,

Bård Erlend Solstad (Ph.D.)  
Prosjektansvarlig (Førsteamanuensis, Institutt for Idrettsvitenskap og Kroppsøving,  
Universitetet i Agder)

## Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *Fotball i Agder*, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- Deltagelse i form av et fokusgruppeintervju
- Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, ca.

30.06.2022 og lagres for etterprøvnbarhet frem til 30.06.2027.

## 7.3 Søknadsgodkjenning NSD

### Søknad NSD

Søknad er sendt inn til NSD, og vurdert godkjent. Referanse: 923402.

NSD MELDESKJEMA FOR BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Norsk • Vilde Sagbakken Espeseth •

### Mine meldeskjema

+ Nytt meldeskjema

Tittel	Status	Opprettet
Fotball i Agder	Vurdert	12.04.2021

Behandlingen av personopplysninger er vurdert av NSD. Vurderingen er:

NSD har vurdert endringen registrert 14.5.2021.

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 19.5.2021. Behandlingen kan fortsette.

#### NYTT UTVALG

Det er lagt til et utvalg 2 i studien, som rekrutteres basert på utvalg 1. Metode for datainnsamling er personlig intervju. Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

For deltakere under 16 vil foreldre samtykke til barnas deltakelse. NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13. Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18) og dataportabilitet (art. 20).

I tillegg vil trenere og foreldre vil omtales i intervju med utvalg 2, og vil derfor regnes som tredjepersoner. Tredjepersonene får informasjon og samtykker til å kunne omtales i intervjuene. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13. Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18) og dataportabilitet (art. 20).

#### OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Kontaktperson hos NSD: Håkon J. Tranvåg



## 7.4 Vedlegg Spørreundersøkelse

### Informasjon til studien

*Jeg samtykker – Jeg samtykker ikke* («Jeg samtykker ikke» gikk ikke videre til neste spørsmål)

### Når er du født?

2002 – 2003 – 2004 – 2005 – 2006 – 2007 – 2008 eller senere («2006» og «2007» ble sendt til «Har mamma eller pappa samtykket til din deltakelse? Ja – Nei». «2008 eller senere» gikk ikke videre til neste spørsmål)

### Kjønn?

Gutt – Jente – Annet

### Ditt fødested?

Norge = 0, Utlandet = 1

### Dine foreldres fødested?

Norge = 0, En er født i utlandet = 1, Begge er født i utlandet = 2

### Dine besteforeldres fødested?

Norge = 0, En er født i utlandet = 1, To er født i utlandet = 2, Tre er født i utlandet = 3, Alle er født i utlandet = 4.

### Hvilken klubb spiller du for?

Eks: FK Donn

### Hvor mange år har du spilt fotball?

1-15

### Hvor mange år har du hatt nåværende trener?

1-15

### Er hovedtreneren din forelder til en på laget?

Ja – Nei

### SDQ- Self-Description Questionnaire

Likert skala 1-6 (Usant, for det meste usant, mer usant enn sant, mer sant enn usant, for det meste sant, sant)

Besvar spørsmålene under etter hva som beskriver deg best:

Ærlighet

1. *Jeg er ærlig*
2. *Jeg forteller ofte løgner/jeg lyver ofte*
3. *Noen ganger jukser jeg*

4. *Jeg forteller alltid sannheten*
5. *Noen ganger tar jeg ting som tilhører andre mennesker*
6. *Noen ganger lyver jeg for å holde meg unna trøbbel*

#### Emosjonell stabilitet

1. *Jeg bekymrer meg mer enn jeg trenger*
2. *Jeg er en nervøs person*
3. *Jeg føler meg ofte usikker og forvirret*
4. *Jeg blir lett opprørt*
5. *Jeg bekymrer meg over mange ting*

#### Skole

1. *Jeg får dårlige karakterer i de fleste fag på skolen*
2. *Jeg lærer ting raskt i de fleste fag på skolen*
3. *Jeg gjør det bra i vurderingssituasjoner i de fleste fag på skolen*
4. *Jeg er god i de fleste fag på skolen*

### **WHO 5- The 5-item World Health Organization Well-Being Index**

Likert skala 0-5 (Aldri, av og til, mindre enn halve tiden, mer enn halve tide, det meste av tiden, heletiden).

I de siste to ukene har jeg..

1. *Følt meg glad og i godt humør*
2. *Følt meg rolig og avslappet*
3. *Følt meg aktiv og sterk*
4. *Følt meg opplagt og uthvilt når jeg våkner*
5. *Følt at mitt daglige liv har vært fylt av ting som interesserer meg*

### **The health behavior in School- aged Children Symptom Checklist (HBSC-SCL)**

Likert skala 1-5 (Sjelden eller aldri - hver måned - en gang i uka - flere ganger i uka - omtrent hver dag).

«Marker hvor ofte du har følt disse fysiske og mentale symptomene de siste 6 månedene»

1. *Jeg har følt meg nedfor/deprimert*
2. *Jeg har følt meg irritert/vært i dårlig humør*
3. *Jeg har følt meg nervøs*
4. *Jeg har hatt vanskeligheter med å sove*
5. *Jeg har hatt hodeverk*
6. *Jeg har hatt magesmerter*
7. *Jeg har hatt ryggsmarter*
8. *Jeg har vært svimmel*

### **Autonomistøtte fra lagkamerater (SCQ- oversatt og kontekstualisert)**

Likert skala 1-7 (Sterkt uenig, Uenig, Noe uenig, nøytral, noe enig, enig, sterkt enig) .  
Kortversjonen legges summen av alle scorene bare sammen til en sluttverdi.

Å oppleve autonomistøtte fra lagkamerater

1. *Jeg føler at lagkameratene mine tilbyr meg valg og alternativer.*
2. *Jeg føler meg forstått av mine lagkamerater.*
3. *Lagkameratene mine bidrar til å gi meg tro på mine evner som spiller.*
4. *Lagkameratene mine oppfordrer meg til å komme med mine meninger*
5. *Lagkameratene mine hører på hvordan jeg liker å gjøre ting.*
6. *Lagkameratene mine prøver å forstå hvordan jeg ser ting, før de foreslår andre måter å gjøre noe på*

Å gi autonomistøtte til lagkamerater

1. *Jeg føler at jeg gir lagkameratene mine valg og alternativer.*
2. *Jeg føler at jeg forstår lagkameratene mine.*
3. *Jeg bidrar å gi lagkameratene mine tro på seg selv og sine evner som spiller.*
4. *Jeg oppfordrer lagkameratene mine til å komme med sine meninger.*
5. *Jeg hører på hvordan lagkameratene mine liker å gjøre ting.*
6. *Jeg prøver å forstå hvordan lagkameratene mine ser ting, før jeg foreslår andre måter å gjøre noe på.*

### **Ostracism (Utstøting)**

Likert skala 1-5 (aldri, sjelden, verken aldri eller alltid, noen ganger, alltid)

Generelt vil mine lagkamerater..

1. *Behandle meg som om jeg er usynlig (ig)*
2. *Se på meg som om jeg ikke eksisterer(ig)*
3. *Ignorere meg når jeg hilser på de (ig)*
4. *Ignorere meg i en samtale(ig)*
5. *Ignorere meg (ig)*
6. *Henge med meg hjemme hos meg (ex)*
7. *Invitere meg med til deres gjeng eller fritidsklubb (ex)*
8. *Inkludere meg i ferieplanene sine (ex)*
9. *Gjøre en innsats for å få min oppmerksomhet (ex)*
10. *Invitere meg til å gå ut å spise med dem (ex)*
11. *Invitere meg på helge-aktiviteter, hobbyer eller andre arrangementer. (ex)*

## **BNFNS - Basic psychological needs frustration**

Likert skala 1-5 (Helt uenig, noe uenig, litt uenig, hverken uenig eller enig, litt enig, noe enig, helt enig)

1. *De fleste ting jeg gjør i forbindelse med fotballaktiviteten gjør jeg fordi jeg føler at jeg må*
2. *I forbindelse med fotballaktiviteten føler jeg meg tvunget til å gjøre mange ting jeg ikke selv ville valgt å gjøre*
3. *Mange av de tingene jeg gjør i fotballaktiviteten føler jeg meg presset til å gjøre*
4. *Mine daglige aktiviteter i fotballaktiviteten føles som en sammenhengende rekke av plikter*
5. *Jeg er i sterk tvil om hvorvidt jeg kan gjøre ting bra i fotballaktiviteten*
6. *Jeg er skuffet over mange av mine prestasjoner i forbindelse med utøvelse av fotballaktiviteten*
7. *Jeg er usikker på mine evner i fotballaktiviteten*
8. *Jeg føler meg mislykket på grunn av de feilene jeg gjør i fotballaktiviteten*
9. *I fotballaktiviteten føler jeg meg ekskludert fra den gruppen jeg ønsker å være en del av*
10. *I fotballaktiviteten føler jeg at folk som er viktige for meg er kalde og fjerne i forhold til meg*
11. *Jeg har inntrykk av at folk jeg tilbringer tid med i fotballaktiviteten misliker meg*
12. *Jeg føler de relasjonene jeg har i forbindelse med fotballaktiviteten kun er overfladiske*

## 7.5 Intervjuguide

NB. Innebærer spørsmål fra tre masteroppgaver

### ***Stemmegjenkjenning***

Født i:

Klubb:

Foreldrenes fødested

Hvor lenge har du spilt fotball

Hvor lenge har du hatt nåværende trener

### ***Generelt***

Hva var grunnene til at du startet med fotball, (når startet du).

Hva er grunnene til at du spiller fotball den dag i dag, og fortsetter med det?

### ***Treneren***

Fortell oss litt om treneren din?

Føler du at du blir sett av treneren din?

Kan du nevne noen eksempler på hvordan han/henne oppfører seg, og hva han/hun sier (som kan hjelpe meg å forstå hvordan han/henne er som trener)?

### ***Sosialt***

Kan du/dere beskrive de sosiale relasjonene innad i laget?

Hvordan ser relasjonene ut på trening/hvordan ser en økt ut. (prater alle med alle)

Finnes det grupperinger innad i laget? Hvis ja, kan disse grupperingene forårsake enigheter, problemer eller potensielle konflikter

### ***Støtte***

Opplever du selv at du får støtte fra andre plattformer/på hjemmebane enn i fotballaktiviteten din?

### ***Selvtillit***

"Føler du at dine tidligere erfaringer påvirker hvordan du har det i idretten den dag i dag?" og

"Hva slags erfaringer fra tidligere i livet fører til at du enten har høy eller lav selvtillit på fotballbanen?"

### ***Trening***

Hvilke dagligdagse faktorer påvirker hvordan du føler deg inn i en økt?

Hvilke hverdagslige faktorer påvirker deltakelsen din i fotball?

## 7.6 Protokoll fra intervju 6

Intervjuer: Ehh, okei. Da begynner vi å spørre dere hvorfor dere starta med fotball helt i, helt i begynnelsen? Da er det bare å ta ordet den som ja.

Lilly: Jeg så i avisen, så var d i slutten av første klasse, så var d sånn oppslag om en jenteklubb som het radar, som var 5 spillere som trengte fler, så da prøvde jeg meg på det også har jeg spilt siden det.

Veronica: Jeg gjorde det fordi jeg måtte ha noe å drive med, også gjorde vennene mine det, så da var det naturlig å bare prøve litt forskjellige ting også syntes jeg dette var gøyest, så da bare fortsatt jeg.

Marie: Jeg syntes egentlig bare det var gøy med idrett og hadde lyst til å prøve litt forskjellige ting, også syntes jeg fotball var gøy så da fortsatte jeg med det

Olivia: Det var sosialt og de fleste jeg kjente gjorde det så da begynte jeg og

Sofie: Vennene mine sa jeg burde spille fotball så da begynte jeg

Rebecca: Jeg hadde ikke noe å drive med og alle vennene mine gjorde det så

Intervjuer: Hva er grunnene til at dere spiller den dag i dag og hvorfor fortsetter dere?

Veronica: Jeg fortsetter for å holde meg i form på en gøy måte, for jeg har ikke motivasjon til å trene selv så da, og fordi det er et sosialt møtested på en måte, det er jo veldig gøy å trene.

Rebecca: helt enig i det.

Marie: Jeg fortsetter fordi det er veldig gøy og sosialt og det er en gøy måte å trene på og jeg har lyst til å bli så god som jeg kan.

Lilly: Det er jo som, det er jo sosialt og en sport jeg trives med også finnes det på en måte veldig mye forskjellige ting du kan gjøre som trikse, skyte og jogge og alt mulig. Så man får litt forskjellige ting man kan gjøre da

Olivia: Jeg syntes det er sosialt og det er gøy å ha noe annet å gjøre enn å bare gå på treningssenter og ja

Sofie: Ja, det er gøy også er det veldig sosialt også det er en gøy måte å trene på, ja

Intervjuer: Også kan dere gjerne fortelle oss litt om treneren deres, ehh nå snakker vi om hovedtrener ehh, så dere vet det, så kan dere ta noen eksempler på hvordan han oppfører seg eller hva han sier eller sånne ting i ulike situasjoner

Veronica: Han er veldig god til å vise at det gjør ikke noe å gjøre feil og at man må prøve på nye ting og han har, jeg vil si varierte og gøye treninger, det er liksom, jeg gruer meg aldri til å gå på trening for treneren på en måte, så han motivere på en måte veldig da, og det er veldig bra

Marie: Jeg er enig med Veronica og han er god til å følge opp og ja

Lilly: Enig med Veronica og han er flink til å pushe oss men på en måte på en grei måte da så ikke det blir kjedelig, så han er streng men på en bra måte

Intervjuer: Føler dere at han ser dere som personer, at han forstår hva dere vil og, ja? JA.

Alle: ENIGE (ler)

Intervjuer: Er det noen som er uenige i det?

Sofie: Nei

Intervjuer: Så dere føler han ser alle like mye?

Veronica: Ja

Veronica: Altså det er jo, jeg kan ikke svare for andre, men jeg føler hvertfall at han ser meg godt da og at han tar hensyn til hver enkelt

Olivia: Jeg føler også som Veronica sier, men det er kanskje litt forskjell av og til på de som er best og de som ikke er like gode da

Intervjuer: Har du et eksempel der, sånn

Olivia: Ikke sånn spesielt, det er bare man merker d i kamp for eksempel, de som starter og står over og sånn

Intervjuer: er det noe som kan påvirke motivasjonen i forskjellige ting, eller i forskjellige situasjoner eller?

Olivia: Både og

Intervjuer: Men da, jeg forstår det riktig når du sier at det er dem som er best som blir sett mest i de tilfellene?

Olivia: Ja

Intervjuer: Veronica nevnte ista at du aldri hadde, nå spør jeg et veldig direkte spørsmål, at du aldri har grua deg til å gå på trening på grunn av treneren, men har du gruet deg på grunn av noe annet?

Veronica :Jeg har på en måte, gruet meg litt på grunn av egne ferdigheter hvis man, liksom det er jo litt sånn at man kan føle litt at man, hvis ikke man føler seg god nok, eller hvis du skjønner hva jeg mener? At det, jeg har ikke følt at treneren vår har vært noe problem her, hvis det har vært noe så har det vært enkelte spillere som jeg har følt litt ubehag på da.

Intervjuer: Så det går på selvtillit på trening? I ferdigheter

Veronica: Ja, og kanskje bare det om man har en tung dag så er det stress og da blir ikke motivasjonen så mye bedre på en måte

Intervjuer: Er det noen andre her som også har følt på det?

Marie: Jeg er ganske enig egentlig med Veronica

Intervjuer: Er det noen som er uenig, og tenker at det alltid er like gøy og som ikke tenker på dette i det hele tatt? Nei? Så det kan være av og til det er noen dager dere føler at dere kanskje ikke har så lyst til å gå på trening grunnet slike selvtillitsgreier, okei, da forstår jeg, ja, det nikkles.

Intervjuer: Du nevnte at det kanskje var noen enkeltpersoner som kunne gjøre at du kunne føle deg litt mer usikker på dine egne ferdigheter da, hvordan er det sosiale i laget, er det noen grupperinger eller er det sånn at alle er like gode venner med alle?

Veronica : Det er, jeg vil si det er grupperinger men altså jeg føler alle kan snakke med alle, eller sånn som jeg har forstått det så føler jeg at uansett hvem jeg kommer med så kan jeg på en måte snakke med alle, men det er mer der at man er jo forskjellig som person, noen er mer direkte enn andre og noen har lettere for å si hvis det er noe en annen kan gjøre bedre og man oppfatter jo det forskjellig så det kan hende at det er en litt uheldig match mellom noen at en som er litt direkte sier til en som kanskje har litt, føler seg litt dårlig da at det er kanskje ikke så, uansett om ikke det er dumt ment så kan det bli oppfattet feil.

Intervjuer: Men mener du da at grupperingene kan være litt etter nivå eller er det kun etter sosiale?

Veronica: Ja, jeg mener litt det

Intervjuer: At det går etter nivå.

Veronica: Men så er det og på sosiale på fritid så det er jo å tilfeldig, eller jeg vil mer si det er på grupper på fritiden. De som går sammen der går sammen

Intervjuer: Kan grupperingene føle til at det blir noen konflikter, på tur eller på trening eller i kamp?

Marie: Jeg har egentlig ikke merket noe på det, men jeg har merket på det sånn gruppering og sånn at de beste vil fort komme på lag med de beste og sånn, og ja jeg vet ikke det kan vel føre til at andre kan føle seg litt sånn, ja jeg vet ikke hva jeg skal si. Ja

Intervjuer: Kan det føre til at de føler seg utenfor liksom er det det du mener, eller?

Marie: Ja, eller at de ikke vil være på lag med de og sånn.

Intervjuer: Er det noe du tror de går aktivt inn for eller er det noe som skjer naturlig?

Marie: Begge deler kanskje, fordi de vil jo være på lag med noen gode men kanskje de også, noen ganger føler jeg at det er fordi at de liker de bedre ellernoe



Intervjuer: Er det noe resten er enige i?

Lilly: Jeg vil jo si at det, altså det er ikke sånn konflikter som startes men at det kanskje mer er, altså jeg har jo selv følt på det selv at kanskje de som er litt i en gruppe, hvis de kanskje ser litt stygt på deg en dag, eller på en måte bare, hvis du spesielt da hvis du har en dårlig dag og oppfatter veldig mye som negativt da, så hvis du på en måte, ja, en ikke smiler like mye til deg en dag så kan man på en måte da føle litt da at selvtilliten minsker litt da, at man føler at de står litt imot deg da og tenker på at du er ikke så flink og vil ikke komme på lag med deg og ja litt sånn

Intervjuer: Men det var noen som nevnte her at hvis man får en kommentar mot seg i kamp eller på trening eller et eller annet, er det sånn at det er noen som backer den som kommer med kommentaren eller er det mer en én mot én greie?

Veronica: Jeg mente hvertfall sånn en konstruktiv tilbakemelding, så det at, det trenger jo ikke, det er jo ikke slemt ment ofte, så da på en måte, hvis noen sier noe som kanskje er litt for direkte eller er litt kanskje den personen er litt sensitiv så vil det jo, jeg har hvertfall opplevd at det er noen som sier litt tilbake igjen da, men det er jo ikke slemt ment det er jo for å gjøre alle bedre, men at ja, at hvis det er litt sånn til feil person at kanskje står litt imot da og sier «det var bra, men ting kan bli bedre» skjønner du? Eller sånn, glemme det at det var bra eller du er god, men glemmer liksom å gi ros også da.

Intervjuer: Men den personen som da får en sånn kommentar, får den noe backing andre veien? Ved at noen andre kanskje kan si «Nei, slutt å si sånn» eller?

Veronica: Ja, det var egentlig det jeg mente

Intervjuer: Ja, okei skjønner. Ehh, ...

Veronica: Ehh, jeg må bare si ..

Intervjuer: jaja, det er bra

Veronica: Atte det er ikke liksom sånn at dramatisk, jeg mener liksom bare sånn småting at hvis man sier, bare et eksempel «ehh, du må, den skal du egentlig rekke» liksom at man liksom. Så, det er jo ikke dram, det er jo ikke verdens undergang eller det er jo ikke frekt, det er jo bare det at hver person oppfatter det forskjellig. Så det at å si, det er liksom ikke krig, det er bare ja

Intervjuer: Og det er i, slik jeg forstår det nå da, er det da i kampsituasjoner, treningssituasjoner, så det er ikke noe som tas med hjem eller noe krancling på fritiden som skapes av det her?

Veronica: Nei, ikke som jeg har opplevd

Lilly: Ja det er veldig som Veronica sier atte, jeg har hvertfall merket selv at hvis en sier noe, for eksempel atte «ahh du skulle heller sentret dit» eller «se der» ikke sant, «gjør det neste gang». Så er det ofte at noen sier tilbake da atte «ro deg ned litt nå» liksom «ho prøvde» og ikke sant «det funka jo» så jeg syntes jo vi er flinke til å på en måte å passe på at det ikke alltid blir negativt, men at man støtter hverandre da de som kanskje får en negativ kommentar

og at man er flinke til å på en måte si at det man gjør er bra, sel..., eller sånn, «godt forsøk» også «det var nesten» liksom, at det er veldig mange bra kommentarer og ikke så mange negative

Veronica: Og, ikke nødvendigvis si tilbake til den som sa det konstruktive, men å liksom si til den personen som fikk det da «det var bra selvom», så det trenger ikke være liksom at man begynner å liksom si imot hverandre bare det å liksom selv om man fikk en dårlig kommentar så kan man å få en bra en.

Intervjuer: Dere er flinke til å støtte hverandre rett og slett?

Veronica: Det vil jeg si.

Intervjuer: Er Rebecca, Sofie og Olivia enig?

Sofie: Ja

Intervjuer: Det er bra. Vi snakka jo litt om støtte, og dere sier dere støtter hverandre på trening, men får dere noe støtte fra utenfra? F. Eks. foreldre eller venninner som ikke spiller fotball eller, har det noe betydning i hverdagen deres?

Marie: Jeg får støtte fra sånn, pappa og mamma og sånn. Og de ser jo på mange kamper. Også syntes jeg det er hyggelig når venner også kommer og ser på kamper, fordi de tenker ikke så mye over det selv kanskje, at de liksom, de tenker ikke sånn, så mye på at jeg går på fotball liksom, men de kommer jo noen ganger og ser på kamper også. Så det er veldig

Lilly: Ja, det er som Marie sier at foreldrene mine støtter meg jo, for eksempel at jeg blir kjørt til trening da, jeg bor jo et stykke unna men at de fortsatt, jeg kunne jo sykla, men at de fortsatt kjører og at de prøver å komme på kamp og det er besteforeldre som syntes det er ganske stas og komme også har jeg og noen venner som er sånn «Ja, jeg må jo snart se deg spille kamp» og bare fordi de liksom vil støtte da ikke fordi de nødvendigvis syntes fotball er noe gøy. Jeg har jo noen venner som er helt motsatt liksom av å spille fotball. Så føler at de rundt støtter veldig bra.

Sofie: Er enig, og det at de støtter foreldre og venner også det gjør at vi får mer energi og har lyst til å fortsette

Veronica: Jeg hvertfall merker at det hjelper veldig på motivasjonen hvis for eksempel jeg får til noe, noe liksom, blir tatt ut til noe eller noe sånn, så er de flinke på å si sånn «vi er stolte» da over d, selv om ikke de bryr seg om fotball da, som folk her sier men at liksom, ja, de viser at du liksom er god da og at jeg må stå på da eller sånn. Og ehh, ja foreldrene mine er veldig flinke til å besteforeldre

Intervjuer: Olivia, opplever du også det eller?

Olivia: ja, Jeg er helt enig med alt det de andre sier, men av og til så kan det bli litt sånn kræsje når ingen andre venninner som jeg henger med på fritiden spiller fotball så det går jo utover, når vi har såpass mange treninger som vi har så, at ikke vi kan være så mye med de også. Det er litt kjedelig, men ellers så støtter de og kommer jo på kamper når de kan og syntes det er gøy å hyggelig å se på også

Intervjuer: Når du sier det Olivia. Hvor viktig er det å ha venninner i fotballen?

Olivia: Det er jo viktig for det sosiale og ha noen du kan snakke med og liksom ikke være alene da på trening, det er jo, det er jo derfor mange slutter, fordi de ikke har noen de kan være med

Intervjuer: Har det skjedd i deres lag? At noen har sluttet fordi de ikke har så mange å være med?

Olivia: Ja, ehh, jeg vet om noen som har slutta på grunn av de ikke har hatt noen å være med. Men ikke akkurat nå, men for litt siden. Når vi var mindre lag.

Intervjuer: Jeg må spørre Rebecca om du også opplever støtte fra andre plattformer?

Rebecca: Jeg opplever ikke så veldig mye støtte, det er nesten ingen som kommer, men foreldrene mine er sånn, de er ganske stolte av meg når de kommer hvertfall og ser på noen av kampene. Og ja, vennene mine de kommer ikke og ser på men jeg vil helst ikke det, så det går helt fint.

Intervjuer: Men gjør det noe med selvtilliten at for eksempel foreldrene da kommer på kamp? At du?

Rebecca: Ja, det gjør litt sånn at jeg vil vise liksom hvor god jeg har blitt også greier utover alle de årene jeg har spilt. Så ja.

Intervjuer: Det er bra. Er det noen som trener utenfor fotballtreninger, altså hvordan er treningsvanene ellers?

Olivia: Jeg trener på treningssenter, ehh, så mye jeg kan og når det passer og ja gym på skolen og ja

Intervjuer: Hvorfor trener du på treningssenter?

Olivia: Fordi det er gøy og når man trener med venner så er det sosialt og liksom være med de og trene og ja bare komme i form, noe annet enn fotball

Intervjuer: Dere andre da, trener dere noe ved siden av fotballen eller er det hovedsakelig her?

Marie: ehh, jeg trener ikke så veldig mye på siden av fotball, men det er jo gym og sånn på skolen også trener jeg sånn når jeg har tid prøver jeg på også har vi jo, eller noen ganger har vi 5 treninger i uken. Så da syntes jeg egentlig det blir nesten nokk

Rebecca: Jeg pleier å dra på treningssenter og drar ofte, noen gå ganger på banen. Det er litt mer sånn fordi jeg syntes det er veldig gøy og for å holde meg litt i form.

Intervjuer: Når du sier «i form», mener du i form sånn generelt kroppslig eller gjør du det for fotballen sin del .

Rebecca: Ehh, det er litt med begge, sånn jeg har mer lyst til å bli sånn sterk for å spille fotball også ja

Intervjuer: Du sier jo at du går på banen og blant annet, trener du da fotball alene?

Rebecca: Ehh, ja trener fotball alene på siden.

Intervjuer: Ja, og øver på ulike ting også?

Rebecca: Mhm

Intervjuer: Er det noen andre her som gjør det? Og går og trener på diverse fotballting alene eller med andre venner.

Sofie: Av og til, ja

Marie: Av og til

Lilly: Altså jeg jogger noen ganger også trikser jeg litt, men det er jo mest når jeg på en måte har tid da eller hvis jeg på en måte ikke har så mye treninger med fotballaget da. Eller for eksempel i ferier da så prøver jeg å holde meg aktiv og hvertfall ha like mange treninger som jeg hadde hatt til vanlig.

Intervjuer: Er det noen av dere som har noen skader eller har hatt noen skader og har slitt med det?

Lilly: Jeg har kneskade

Intervjuer: Ja

Lilly: Også har jeg også hatt hjernerystelse, for jeg har litt sånn slitt litt med det etterpå sånn at jeg fort kan få vondt i hodet eller da må jeg være litt ekstra forsiktig så ja.

Intervjuer: Er det noe som påvirker selvtilliten din eller motivasjonen din da i det å holde på med fotball? Spesielt da kneskaden tenker jeg på

Lilly: Kneskaden har jo vært, jeg har jo hatt det i 2 år nå og det har jo vært veldig av og på, ehh, og i noen perioder så har jo det vært, ødelagt ganske mye, for det har jo vært, når det har vært såpass vondt at jeg på en måte ikke har klart å gjøre så mye da så går jo det utover innsatsen min på trening og hvor god jeg blir da, så det er jo ofte at jeg har følt at jeg spiller ganske dårlig da på grunn av kneet da. Så jaa, og at jeg, hvis jeg ikke klarer treningene så føler jeg meg ganske dårlig eller at jeg bare er en som syter liksom og ja

Intervjuer: Men hva er årsaken da til at ikke du på en måte har slutta, om det er lov å spørre om

Lilly: Altså jeg har ikke vondt hele tiden, og det er jo på en måte en sport jeg trives ganske godt med og som jeg ja, jeg har jo merket før for eksempel når jeg fikk hjernerystelse aller først da så var jeg vekk fra fotball i 2 måneder og det var ganske vanskelig da liksom er noe

med at det er deilig å på en måte være på banen å skyte å ikke sant møte venner og spille kamp da og gjøre sånn ulike greier da

Intervjuer: Gjorde du noe spesielt for å komme fort tilbake?

Lilly: Ehh, akkurat nå går jeg til fysioterapeut som har hjulpet veldig så men før det så var jeg også hos legen og hadde på en måte prøvde å gjøre sånne øvelser for at det skulle hjelpe da, så ja jeg prøver for å ja. Det er ganske kjipt på en måte når du trives så godt med en sport og du liksom blir hemmet av det.

Intervjuer: Er det noen andre som har slitt med noen skader?

Olivia: Jeg har hatt 2 forskjellige kneskader, ikke samtidig da men det har jeg hatt helt siden, ja i 3-4 år

Intervjuer: Og hva er årsaken til at du fortsetter og ikke har sluttet?

Olivia: Det har jo gått over, det er bare, jeg har jo biti tenna sammen og ja

Intervjuer: Så motivasjonen for å fortsette har vært der, hele tiden?

Olivia: Ehh, ja

Intervjuer: Hva er viktigst for dere når dere kommer på trening, er det å være god eller er dere her mest for det sosiale?

Olivia: Jeg er her for å trene og for å ikke alltid bli best men å utvikle meg, ikke bare i fotballen men også kroppen og liksom utvikle meg som person da

Marie: Jeg er også her for å utvikle meg men også for å ha det gøy, og ha noe som liksom motiverer meg

Veronica: Jeg er her for det sosiale og for å bare kjenne og holde meg i aktivitet også er det jo gøy når man da ser man jo utvikling uansett, eller sånn om man vil det eller ei så hvis man kommer hver trening så får man utvikling hvis man gjør sitt beste. Så det er jo gøy, man får jo motivasjon av det, og se utvikling, i kamp for eksempel. Så ja, sosialt og utvikling og fordi det er gøy

Intervjuer: Dere andre?

Sofie: er enig

Intervjuer: Hvem er du enig i?

Sofie: Alle.. ja! Det er jo gøy når det er sosialt og det er jo gøy og liksom se en utvikling, at man blir bedre av de treningene man har.

Intervjuer: Rebecca og Lilly?

Lilly: Det er jo sånn som Sofie sier at man, man ser den utviklingen da og at man, at man føler jo også at man blir bedre når man merker at man får til flere ting som for eksempel at jeg

for et halvt år siden så spilte jo jeg på et annet lag som var det nivået var ganske mye mindre så jeg mista ganske mye motivasjon så når jeg da byttet til et ganske mye bedre lag der folk ville bli bedre så merka man fort at man på en måte, ja, man får til mer og at man utvikler seg da, at man merker at man blir bedre av å gjøre ting da, så det er jo gøy å se resultater. Så er det jo veldig bra sosialt og så er det gøy å ha noen å møte i hverdagen og ha noe å gjøre på dagene.

Intervjuer: Rebecca?

Rebecca: Jeg er ganske enig med de andre med det sosiale og hvordan man utvikler seg og sånt.

Marie: Det er også veldig gøy å møte folk du ikke pleier å møte til vanlig.

Lilly: også er det og, fotballbanen er et sted der man kan, alle tankene kan ligge hjemme liksom, også kan du komme på banen også bare glemmer man alt sammen. Det har jeg jo merket ganske mye, det siste halvåret at det har vært ganske mye stress, spesielt med skole, mye prøver og ja litt forskjellig. Og da liksom med en gang man kommer på trening så merker man bare all den positiviteten og det er liksom noe annet du skal holde på med da, så du kommer deg på en måte vekk fra det livet du har hjemme og skole og alt sånn, til at du får en ganske bra trening og har det litt gøy i noen minutter, så ja, man får liksom lagt alt hjemme og har det fint den tiden man er på trening, bare får slappe av.

Intervjuer: Føler du at det stresset som følger med skolen og sånn påvirker hvordan du presterer på trening?

Lilly: Altså man kan jo merke at man blir litt sliten av skolen noen ganger og at kanskje motivasjonen synker litt for å dra på trening, ehh men altså jeg føler ikke det går veldig mye utover treningen for når du først kommer i gang da så er det ganske gøy og deilig å få begynt liksom

Intervjuer: Føler dere andre at faktorer som, ja for eksempel skole eller krangel med en kjæreste eller sånne ting kan påvirke ja hvordan dere har det på trening og hvordan dere presterer eller om dere har en dårlig eller god økt?

Marie: Ehh, jeg tenker at hvis det er veldig mye å tenke på eller hvis det er noe som irriterer deg veldig så kan det fort gå utover treningen, for meg i hvertfall, men ikke sånn stress på skolen også småting, eller det er jo ikke småting men det er småting.

Veronica: Jeg føler, eller det er ikke alltid, men jeg føler nesten noen ganger det hjelper meg, hvis det er noe dumt eller hvis jeg blir sur av noe så kan jeg nesten, eller at jeg gjør det bedre, for da kan jeg bare få ut alt hatet. Bare sparke til, at jeg bare, neimen det ja som, som Lilly sa istad, men det å bare glemme alt hjemme og bare, det at man tenker, jeg tenker hvertfall nesten ingenting på det som skjer utenfor banen da, at liksom, det er bare, det er bare et sted hvor man kan bare glemme skole littegranne og glemme drama som skjer og alt sånn

Intervjuer: Fristed rett og slett?

Veronica: Ja.