

Idrettsledelse og coaching av kvinnelige spillere på toppnivå

*Å lede kvinnelige toppfotballspillere –
En studie av trener- og lederroller i et profesjonsperspektiv*

Line Dverseth Danielsen

FAKULTET FOR LÆRERUTDANNING OG KUNST- OG KULTURFAG

Idrettsledelse og coaching av kvinnelige spillere på toppnivå

*Å lede kvinnelige toppfotballspillere –
En studie av trener- og lederroller i et profesjonsperspektiv*

Line Dverseth Danielsen

Ph.d. i studier av profesjonspraksis
Nord universitet

Line Dverseth Danielsen

Idrettsledelse og coaching av kvinnelige spillere på toppnivå

Å lede kvinnelige toppfotballspillere – En studie av trener- og lederroller i et profesjonsperspektiv

Ph.d. nr. 48 – 2022

© Line Dverseth Danielsen

ISBN: 978-82-93196-51-8

Trykk: Trykkeriet, Nord universitet

www.nord.no

Alle rettigheter forbeholdes.

Kopiering fra denne bok skal kun finne sted på institusjoner som har inngått avtale med Kopinor og kun innenfor de rammer som er oppgitt i avtalen.

Innholdsfortegnelse

Innholdsfortegnelse	I
Forord.....	III
Liste over forkortelser, figurer og tabeller	V
Liste over artikler	VII
Sammendrag.....	IX
Abstract	XIII
1.0 Introduksjon	1
1.1 Bakgrunn for valg av tema	3
1.1.1 Trenerens profesjonskunnskap - historie 1.....	3
1.1.2 Utøverledere - historie 2.....	8
1.2 Argumentasjon for avhandlingens vitenskapelige bidrag	9
1.3 Formål og forskningsspørsmål	11
1.4 Teoretisk rammeverk	12
1.4.1 Utøvers karakteristikk, roller og lederskap.....	14
1.4.2 Trenerrollen	17
1.4.3 Lagkultur	19
2.0 Vitenskapsteori	23
2.1 Vitenskapsteoretisk betraktninger: En hermeneutisk virkelighetsforståelse.....	24
3.0 Metodologi og metode	31
3.1 Forskningsdesign	31
3.1.1 Delstudie 1 - kvantitativ metode.....	31
3.1.2 Delstudie 2 - kvalitativ metode	34
3.2 Etske aspekter og utfordringer.....	39
4.0 Resultater.....	43
4.1 Artikkel 1 - Mental toughness in elite and sub-elite female soccer players.....	43
4.2 Artikkel 2 - Athletes as “cultural architects”: A qualitative analysis of elite coaches’ perceptions of highly influential soccer players	44
4.3 Artikkel 3 - Additional challenges perceived by coaches when coaching elite female’s soccer teams	45
4.4 Artikkel 4 - Lagkultur og prestasjon i toppfotball for kvinner: Et trenerperspektiv .	47
4.5 Presentasjon av artiklenes sammenfattende funn	48
4.5.1 Helhetlig utøvertilnærming.....	50
4.5.2 Trener-utøverrelasjon	51
4.5.3 Lagkultur	52
5.0 Diskusjon.....	55
5.1 Drøfting av artiklenes samlende resultater opp mot avhandlingens formål.....	55
5.1.1 Helhetlig utøvertilnærming.....	55
5.1.2 Trener-utøverrelasjon	59
5.1.3 Lagkultur	63

5.2	Styrker og begrensinger	69
6.0	Konklusjon.....	73
6.1	Forskningsspørsmål 1: <i>Er det forskjeller i mental tøffhet mellom kvinnelige spillere som spiller i Toppserien og de som spiller på lavere nivåer?</i> - Artikkel 1	73
6.2	Forskningsspørsmål 2: <i>Hvordan oppfatter og bruker toppfotballtrenere svært innflytelsesrike spillere i lagene sine?</i> - Artikkel 2	73
6.3	Forskningsspørsmål 3: <i>Hvilke unike utfordringer opplever trenere i deres daglige coaching i kvinnelig toppfotball?</i> - Artikkel 3	74
6.4	Forskningsspørsmål 4: <i>Hvordan erfarer og beskriver trenere god lagkultur for kvinnelige fotballspillere i norsk toppfotball?</i> - Artikkel 4	75
6.5	Implikasjoner og bidrag til kunnskaps- og forskningsfeltet.....	75
6.5.1	Videre forskning.....	76
7.0	Referanseliste.....	79
Artikler	99
Artikkel 1	101
Artikkel 2	113
Artikkel 3	127
Artikkel 4	145
Vedlegg		165
Vedlegg A. Litteratursøk.....		167
Vedlegg B. Informasjonsskriv spillere og spørreundersøkelse		169
Vedlegg C. Infoskriv trenere og samtykkeskjema.....		173
Vedlegg D. Intervjuguide		175
Vedlegg E. Godkjennelsen fra NSD.....		179

Forord

Jeg vil benytte anledningen til å takke min hovedveileder Rune Høigaard som har vært til god hjelp i denne prosessen. Han har delt av sin kunnskap og forskningserfaring, samt vist interesse og kommet med viktige innspill. Videre vil jeg takke alle deltakende spillere, trenere og fotballklubber. Jeg vil takke min biveileder Arne Martin Jakobsen for idemyldring og hans innspill under prosessen, samt mine kjære kollegaer for oppmuntring, innspill og støtte i prosessen. Takk til forskningsgruppen «Idrett og samfunn», for at jeg kunne lagt fram materiale og fått tilbakemeldinger og innspill underveis. Takk til resten av mine medforfattere på artiklene; Stein Rodahl, Rune Giske og Derek M. Peters.

Ved siden av undervisning, seksjonsleder og faggruppeteleder i kroppsøving, idrett og friluftsliv, samt bijobb som trener og sportslig leder og aktiv fotballkarriere har dette vært en lang og energikrevende prosess, men svært interessant, lærerik og spennende. Jeg har fått mye ny kunnskap som jeg kan dra nytte av både som leder, underviser, forsker og trener/spiller.

Til sist vil jeg takke min familie og venner for omsorg, støtte og oppmuntring, og for forståelse og tålmodighet for min noe manglende tilstedeværelse i denne perioden. Tusen takk mamma og pappa, for at dere alltid støtter meg, uansett hva det skulle være. Dere har lest arbeidet mitt og trodd på at jeg skal komme i mål! Anders, tusen takk for det siste året. Du kom inn i mitt liv mens jeg med full jobb og vel så det på grunn av permisjonen fra stipendiatet likevel hadde bestemt meg for å fullføre denne avhandlingen. Det har vært krevende, men du har hatt full forståelse for at jeg nesten har brukt hver kveld, helg og ferie til å komme i mål. Du har korrekturlest, og jeg har kunnet diskutere alt fra helheten til den enkelte setning med deg. Du har tatt den største delen av arbeidsoppgaver på hjemmebane, og har gjort at jeg har kunnet tenke på litt annet oppi alt. Tusen takk!

Bodø, november 2021

Line Dverseth Danielsen

Liste over forkortelser, figurer og tabeller

Forkortelser:

AB	Arna-Bjørnar
ANOVA	Analysis of variance
KA	Kulturell arkitekt
MANOVA	Multivariate analysis of variance
MMLS	The Multidimensional Model of Leadership in Sport
MT	Mental tøffhet
MT-global	Mental tøffhet-global
MT-kontroll	Delskala mental tøffhet-kontroll
MT-selvtillit	Delskala mental tøffhet-selvtillit
MT-standhaftighet	Delskala mental tøffhet-standhaftighet
NESH	Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora
NSD	Norsk senter for forskningsdata
SMTQ	Sport Mental Toughness Questionnaire

Figur:

Figur 1. En arbeidsmodell for coaching effektivitet s. 12

Tabeller:

Tabell 1. Artikler med tema, hovedkategorier og underkategorier s. 38

Tabell 2. Å lede kvinnelige toppfotballspillere..... s. 49

Liste over artikler

1. Danielsen, L. D., Rodahl, S., Giske, R., & Høigaard, R. (2017). Mental toughness in elite and sub-elite female soccer players. *International Journal of Applied Sports Sciences*, 29(1), 77-85. <https://doi.org/10.24985/ijass.2017.29.1.77>
2. Danielsen, L. D., Giske, R., Peters, D. M., & Høigaard, R. (2019). Athletes as “cultural architects”: A qualitative analysis of elite coaches’ perceptions of highly influential soccer players. *The Sport Psychologist*, 33(4), 313-322. <https://doi.org/10.1123/tsp.2018-0166>
3. Danielsen, L. D., Jakobsen, A. M., Peters, D. M., & Høigaard, R. (under fagfelle vurdering av internasjonalt tidsskrift). Additional challenges perceived by coaches when coaching elite female's soccer teams.
4. Danielsen, L. D. (2021). Lagkultur og prestasjon i toppfotball for kvinner: Et trenerperspektiv. I A. Tjørndal (Red.), *Idrett, kjønn og ledelse - Festskrift til Jorid Hovden* (s. 95-112). Fagbokforlaget.

Sammendrag

Bakgrunn

For utøvere er både treneren og gruppen de tilhører viktig for læring, utvikling og prestasjon (Horn, 2008; Jowett & Lavalee, 2007). Ifølge Chelladurais multidimensjonale modell påvirkes trenerens adferd av utøvernes karakteristikk, egne karakteristikk og situasjonelle karakteristikk (Chelladurai, 2001; 2007). Tidligere forskning (Fransen et al., 2015a; Gould et al., 2002; Gucciardi & Gordon, 2009; Madsen et al., 2020; Sheard, 2013) har dokumentert at spillernes psykiske karakteristikk har betydning for lagets prestasjon, og mental tøffhet og selvtillit hos utøvere blir sett på som viktige psykologiske faktorer for suksess i toppidretten (Gould et al., 1987; Kristjánsdóttir et al., 2019; Sheard, 2013; Vealey, 2009; Weinberg et al., 2011). Samtidig har trenere en sentral rolle i utviklingen av utøvernes psykiske karakteristikk (Côté et al., 2014; Nesti, 2010; Weinberg et al., 2011). Dette indikerer at treneren bør ta hensyn til utøvernes psykologiske karakteristikk i sin rolle (Côté, 2006; Høigaard, 2020). I et lag finnes det ulike utøverledere, og disse utøverne kan bidra med positive holdninger og adferd i laget samt påvirke til effektiv og positiv lagkultur (Carron et al., 2005; Collins & Collins, 2011; Cope et al., 2011; Cotterill & Fransen, 2016; 2021; Loughhead et al., 2019). Treneren kan bidra til å utvikle godt utøverlederskap gjennom veiledning og etablering av mentorordninger (Bucci et al., 2012; Hoffman et al., 2016; Høigaard, 2020). Videre er trenerrollen sammensatt (Cushion et al., 2006), og som følge av dette kan ulike utfordringer oppstå og må deretter håndteres. Tidligere forskning (Andersen, 2011; Quedsted & Duda, 2010) har hevdet at det i lagidretter som fotball er spesielt viktig å etablere en lagkultur som bidrar til å skape samhold og gode prestasjoner både på kort og lang sikt.

Melkersson (2013) og Norman (2015) påpekte at det er gjort lite forskning på trenere for kvinnelige fotballspillere og argumenterte at dette er et viktig tema å forske på. Formålet med avhandlingen er å undersøke sentrale aspekter i og for trener- og lederroller for kvinnelige toppfotballspillere i Norge.

Metode

Avhandlingen består av to delstudier med ulike metodiske tilnærminger. I delstudie 1 (artikkel 1) ble kvantitativ metode med spørreskjema (Sport Mental Toughness Questionnaire) benyttet for å undersøke mental tøffhet (MT) hos spillere. Utvalget var 298 kvinnelige fotballspillere på tre ulike prestasjonsnivå (Toppserien, 1.divisjon og 2.divisjon). I delstudie 2 (artikkel 2, 3 og 4) ble det brukt kvalitativ metode hvor intervjuer av ti topptrenere ble gjennomført.

Resultater

Hensikten med artikkel 1 var å utforske den psykologiske karakteristikken mental tøffhet hos spillere på tre ulike prestasjonsnivåer. Analysen viste at spillerne i Toppserien scoret høyere på mental tøffhet enn spillere på lavere nivå (1.divisjon og 2.divisjon), selv om det ikke er en vesentlig forskjell på alle delskalaene (delskala MT-kontroll). Toppseriespillerne scoret høyere enn 2.divisjonsspillerne på MT-selvtillit. Dette indikerer at mental tøffhet og MT-selvtillit kan være en forutsetning for å spille på høyt prestasjonsnivå og dermed kanskje være viktige karakteristikk for progresjon innen kvinnefotball.

Artikkel 2 omhandler utøverlederskap. Gjennom analysen kom det frem at noen utøverledere ble beskrevet som svært innflytelsesrike og unike, og de ble benevnt som kulturelle arkitekter. Med bakgrunn i informantenes beskrivelser ble det identifisert tre overordnede karakteristika ved kulturelle arkitekter; 1) *personlige egenskaper*, som omhandlet deres idrettslige kompetanse som spiller, i tillegg til et mentalt robust tankesett og en kollektiv orientering, 2) *relasjon til trener* som inkluderer integritet og tillit; og 3) *intrateam-fasilitator*, som omhandlet deres påvirkning på laget som oppgave- og sosial-fasilitator.

I artikkel 3 var fokuset på å undersøke hvilke unike utfordringer informantene opplevde med å trene kvinnelige toppfotballspillere. De unike utfordringene som ble identifisert var; profesjonalisme, tidlig karriereavslutning, mentale karakteristikk, fotballkunnskap,

intrateam-kommunikasjon, romantiske relasjoner, tilgang til garderoben og laguttak som de viktigste utfordringene i trenerrollen for kvinnelige toppfotballag.

Artikkel 4 gir innsikt i informantenes beskrivelser av kvinnelig lagkultur i toppfotball, hva de erfarer som viktige faktorer for å opprettholde god prestasjonskultur og hvilken betydning lagkulturen har for deres trenerrolle. Gjennom analysen ble to hovedkategorier i materialet utpekt: 1) *samhold og sosiale relasjoner i kvinnelige toppfotballag*, som inkluderer kommunikasjon, kjærestereelasjoner, og spillere som utvikler lagkulturen på en positiv måte, og 2) *trenerrollen i kvinnelig lagkultur*, som inkluderer at treneradferd har betydning for lagkulturen, og hvilke tiltak fotballtrenere på toppnivå selv bruker for å etablere en god lagkultur. Informantene var av den oppfatningen at det er forskjell mellom kvinnelig og mannlig lagkultur. Blant annet ble det identifisert at kjærestereelasjoner mellom spillere er en sosial relasjon informantene bare opplever å måtte håndtere i kvinnelige toppfotballag.

Konklusjon

Avhandlingen har identifisert tre sentrale aspekter som kan bidra til å øke forståelsen i og for trener- og lederroller for kvinnelige toppfotballspillere i Norge. Disse er: helhetlig utøvertilnærming, trener-utøverrelasjon og lagkultur. Avhandlingen konkluderer at trenere bør benytte en lederstil og adferd tilpasset spillernes kjønn, bakgrunn, psykologiske karakteristikk og trenerpreferanser. Tilpasses treneradferden øker sannsynligheten for at spillerne blir mer motiverte, mentalt tøffere, selvsikre og bedre prestasjonsutøvere samt kan lagkulturen forbedres. Videre framstår kulturelle arkitekter som viktige bidragsyttere til treneren, medspillere og laget som helhet. Rekruttering eller utvikling av kulturelle arkitekter kan være avgjørende for trenerens jobb og lagets prestasjoner.

Abstract

Background

The learning, development and performance of athletes are affected by both their coaches and the teams to which they belong (Horn, 2008; Jowett & Lavalee, 2007). According to Chelladurai's multidimensional model, a coach's behavior is influenced by the athletes' characteristics, their own characteristics and the situational characteristics (Chelladurai, 2001; 2007). Previous research (Fransen et al., 2015a; Gould et al., 2002; Gucciardi & Gordon, 2009; Madsen et al., 2020; Sheard, 2013) has found that athletes' psychological characteristics affect the achievements of their teams, and mental toughness and self-confidence are regarded as important psychological factors of success in elite sport (Gould et al., 1987; Kristjánsdóttir et al., 2019; Sheard, 2013; Vealey, 2009; Weinberg et al., 2011). Coaches play a key role in the development of athletes' psychological characteristics (Côté et al., 2014; Nesti, 2010; Weinberg et al., 2011). This indicates that coaches should consider an athlete's psychological characteristics in their coaching style (Côté, 2006; Høigaard, 2020). A team can possess different types of highly influential players, and these players may contribute positive attitudes and behavior to the team, as well as influence the team culture positively (Carron et al., 2005; Collins & Collins, 2011; Cope et al., 2011; Cotterill & Fransen, 2016; 2021; Loughhead et al., 2019). A coach can contribute to developing highly influential players through guidance and the establishment of mentor schemes (Bucci et al., 2012; Hoffman et al., 2016; Høigaard, 2020). Furthermore, the role of a coach is complex (Cushion et al., 2006), and different challenges may arise that need to be addressed. Previous research (Andersen, 2011; Quedsted & Duda, 2010) has argued that in team sports such as soccer, it is especially important to establish a team culture that contributes to creating unity and enhancing performance in both the short and long term.

Melkersson (2013) and Norman (2015) mentioned a lack of research on coaches for female soccer players and argued that this is an important research area. The purpose

of this dissertation is to investigate key aspects of coaching and leadership roles for elite female soccer players in Norway.

Method

The dissertation consists of two sub-studies with different methodological approaches. The first sub-study (article 1) used a quantitative method with a questionnaire (Sports Mental Toughness Questionnaire) to examine players' mental toughness (MT). The respondents consisted of 298 players distributed across three different performance levels (elite, second and third leagues). The second sub-study (articles 2, 3 and 4) used a qualitative method of conducting interviews with ten elite soccer coaches for women.

Results

The purpose of article 1 was to explore the psychological characteristic of mental toughness in players in three different performance levels. The analysis showed that players in the elite league had higher mental toughness scores compared to sub-elite players (players in the second and third leagues), even though not all results of the questionnaire differed significantly (subscale MT-control). The elite league players scored higher compared to the third league players on MT-confidence. This indicates that mental toughness and MT-confidence are important characteristics to progress in female soccer.

Article 2 examined athlete leadership. The analysis identified highly influential players, who we labeled cultural architects, with unique team leadership abilities. Based on the respondents' descriptions, three overarching characteristics of cultural architects were identified: 1) *personal characteristics*, which include elements related to their achievements on the soccer pitch, mind-sets and collective orientations; 2) *relationship to the coach*, which includes integrity and trust and 3) *intrateam facilitator*, which includes their influence as task-team and social-team facilitators.

Article 3 examined the unique challenges that the interviewees experienced when coaching elite female soccer players. The interviewees identified that; professionalism,

early-career termination, mental characteristics, soccer knowledge, intrateam communication, romantic relationships, access to the locker rooms and team selection are perceived as the main challenges for coaches in elite female soccer.

Article 4 provided insight into the interviewees' views of team culture in elite female soccer, what they experienced as important factors for maintaining performance culture and the impact of team culture on the coaching role. The analysis of the data revealed two main categories: 1) *unity and social relations in elite female soccer teams*, including communication, romantic relationships and highly influential players and 2) *the coaching role in female team culture*, including how coaching behavior affects team culture and the measures that elite soccer coaches use to establish good team culture. The informants reported a difference between male and female team culture. For example, romantic relationships among players are a social relationship unique to elite female soccer.

Conclusion

This dissertation identified three key aspects that may contribute to better understanding of elite female soccer players in Norway: a holistic athlete approach, the coach-athlete relationship and team culture. It concluded that coaches should adapt their behaviors and leadership styles to players' genders, backgrounds, psychological characteristics and coaching preferences. Adapting coaching behavior to these factors may help increase players' motivation, mental toughness, confidence, overall performance and improve team culture. Furthermore, cultural architects are important contributors to their coaches, fellow players and teams. Recruitment or development of cultural architects can be crucial for the coach's job and team performance.

1.0 Introduksjon

Fotball er den mest populære sporten i verden (Stølen et al., 2005), med over 265 millioner aktive spillere, inkludert bredde- og toppfotball (FIFA; Fédération Internationale de Football Association, 2007). I løpet av de siste 25 årene har fotball på verdensbasis vært en av de raskest voksende idretter for kvinner (Skogvang, 2009). Det er registrert at jenter/kvinner spiller fotball i 140 land (Skogvang, 2009). I verden er det 13,36 millioner aktive kvinnelige fotballspillere (FIFA, 2019). En oversikt fra FIFA (2019) viser at det på verdensbasis totalt er registrert 954 943 trenere, og kun 63 126 (7%) av disse er kvinner. Selv om kvinnelig toppfotball har gjennomgått en betydelig profesjonalisering som følge av økt kompetanseutvikling i form av bedre utdannede trenere, bedre kamp- og treningsarenaer, bedre støtteapparat og økte spillerlønninger er det fremdeles betydelig forskjell i arbeidsforholdene til mannlige og kvinnelige fotballspillere (Abdul, 2018; Wrack, 2018). Abdul (2018) hevder at mange internasjonale kvinnelige fotballspillere er amatører og har deltidsjobber ved siden av fotballen. For eksempel viser FitPro-undersøkelsen (Wrack, 2018) blant kvinnelige fotballspillere i Women's Super League at 58% av spillerne har vurdert å slutte av økonomiske årsaker.

Kvinnefotball i Norge har historisk sett vært en suksess både når det gjelder antall deltakere og sportslige resultater. I Norge er fotball den største organiserte idretten for kvinner (Norges idrettsforbund, 2019). Utviklingen har vært betydelig, fra rundt 1500 registrerte spillere i 1975 til rundt 52 000 registrerte spillere i 1980 (Skogvang & Fasting, 2013), til 107 579 aktive kvinnelige fotballspillere i 2019 (FIFA, 2019). Av trenere i Norge er kun 6 % (1375 av 24 865) av de registrerte kvinner (FIFA, 2019). Siden 1976, da kvinner ble inkludert i fotballforbundet, har det norske kvinnelandslaget vunnet både EM (1987, 1993), VM (1995) og en olympisk gullmedalje (2000) (Hjelseth & Hovden, 2014). Selv om kvinnefotball i Norge har hatt sportslig suksess, har medieinteressen vært begrenset (Hjelseth & Hovden, 2014). Økonomisk er kvinnefotball verdsatt mye lavere enn herrefotball, både med hensyn til bonuser fra Fotballforbundet samt inntekt fra sponsorer (Hovden, 2005; Lie & Lien, 2020). I Norge

skiller det 6,4 millioner kroner i gjennomsnittlig inntekt per år mellom mannlige og kvinnelige landslagsspillere (Lie, 2017). En undersøkelse som LO-forbundet NISO gjennomførte i 2019, viste at åtte av ti fotballkvinner i Toppserien tjente under 100.000 kroner i året (Nilsen, 2020). Selv om sammenlignbare tall for kvinner og menn er vanskelig å finne, viser for eksempel skatteligningen for 2018 at Lillestrøm Sportsklubb sin dametropp hadde totalt en samlet inntekt på 2.867.935 kroner, mens snittinntekten blant Rosenborgs herrespillere til sammenligning var 2.840.522 kroner (totalt for hele RBK-troppen var 62.491.489 kroner) (Veland & Sørnes, 2019).

Elitefotball, som en sosial kontekst, er sterkt konkurransepreget og har historisk vært en mannsdominert arena (Meyer-Parlapanis et al., 2017; Pfister, 2010). Dette gjenspeiler seg også i forskningen på toppidrett, hvor en primært har undersøkt mannlige trenere og utøvere (de Haan & Norman, 2020; Dillern et al., 2012; Grindstein & Larsen, 2019; Hughson et al., 2017; Kolnes, 1994; Williams & Reilly, 2000). En konsekvens av dette er at mesteparten av kunnskapen vi har om ledelse av toppfotball i dag er basert på forskning gjort på mannlige trenere og spillere (Grindstein & Larsen, 2019; Hughson et al., 2017). Dette er problematisk fordi det ikke nødvendigvis er sikkert at måten trenere leder mannlige fotballspillere på, automatisk kan overføres til kvinnelige fotballspillere. Samtidig er det viktig å fremheve at det ser ut til at forskning på trenere og spillere i kvinnefotball har økt betraktelig de senere årene. Et systematisk litteratursøk jeg gjennomførte i april 2021 med søkeordene *female/male AND soccer AND elite AND players/coaches* viste omtrent likt antall treff gjort på kvinnefotball og herrefotball de siste ti årene (vedlegg A). Likevel er det betydelige kunnskapsunderskudd, og mer forskning på trener og utøvere i kvinneidretten er nødvendig (Melkersson, 2013; Norman, 2015; Thorpe et al., 2021). En årsak til dette kan være at fotballkulturen i Norge fortsatt er veldig mannsdominert, der maskuline verdier og ideer dominerer (Fasting et al., 2017). Dermed er det flere som fremhever behovet og nødvendigheten av å forske mer på trenere og spillere i kvinnelig toppfotball for å øke kunnskapen på området (de Haan & Norman, 2020; Fasting et al., 2017; Fasting & Pfister, 2000; Gledhill & Harwood, 2015; Kristiansen et al., 2014).

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Bakgrunn for valg av tema kommer fra min interesse for fotball og mine erfaringer fra fotballen. Jeg har vært en del av fotballmiljøet som spiller, trener, sportslig leder og styremedlem. Jeg har 18 sesonger som seniorspiller, og har vært i to klubber på toppnivå i Norge, samt spilt på ulike aldersbestemte landslag. Gjennom min fotballkarriere har jeg hatt mange trenere og medspillere som har påvirket min oppfatning av hvilke kvaliteter gode spillere, utøverledere og trenere bør ha, samt hvordan spillernes psykologiske karakteristikk og lagkulturen kan påvirke treneren, laget og prestasjonene. Disse erfaringene og refleksjonene, og dermed min profesjonskunnskap påvirket at temaet for avhandlingen ble ledelse av kvinnelige toppfotballspillere.

For å illustrere mine erfaringer med trener- og lederadferd for kvinnelige spillere har jeg tatt utgangspunkt i to egenopplevde historier som fotballspiller. Dette for å gi forståelse for min bakgrunn, og hvorfor trener- og lederroller har fasinert og gjort meg nysgjerrig på hva som er effektiv trener- og lederadferd. Samtidig vil de to egenopplevde historiene gi et bilde på min profesjon og hvordan jeg med min profesjonserfaring initierte avhandlingen.

1.1.1 Trenerens profesjonskunnskap - historie 1

Det er under et kvarter igjen av kampen mellom Grand Bodø og Arna Bjørnar (AB). Første seriekamp i Toppserien 2017. Vi, Grand Bodø, er på vei mot et skuffende tap på hjemmebane. Måltavlen viser 0-2. Treneren gjør et par bytter på slutten av kampen, og kampen endrer karakter. Fra at vi blir presset bakover, er det nå vi som styrer kampen. De to spillerne som kom inn i kampen er viktige bidragsytere til å snu kampen; den ene med målgivende pasning ti minutter før slutt, og den andre med det avgjørende målet som redder poeng.

Hvis avgjørelsene treneren tok om byttene ikke var flaks eller tilfeldighet, hva var det basert på? Var det intuisjon? Instinkt? Magefølelse? Dyktighet? Svaret får vi aldri, men

jeg tror trenerens beslutning baserte seg på egenskaper eller kunnskap han hadde tilegnet seg gjennom sin lange trenerkarriere. Før jeg skal komme med noen flere betraktninger skal jeg utype historien, der jeg var med som spiller.

Det er første seriekamp i morgen, men jeg starter på benken. Vanligvis er jeg heldig og får spille fra start, men sesongoppkjøringen har vært veldig trøblete for min del. Jeg har så å si ikke spilt fotball og nesten ikke løpt siden sesongslutt tidlig i november i fjor. Jeg hadde slitt med betennelse i hælen gjennom nesten hele forrige sesong, og måtte derfor trene alternativt i de første tre månedene av denne sesongoppkjøringen. Da jeg endelig skulle begynne å spille fotball, gikk det under to uker før «leggen røk» (delvis avrevet leggmuskel). Deretter ventet nye to måneder med alternativ trening for rehabilitering av leggen for å gjøre den sterk igjen. Da vi fikk vite hvem som skulle starte første seriekamp, er jeg mer overrasket over at jeg er i troppen enn at jeg ikke skal starte. Jeg har så vidt fullført to treninger, og det med ganske mye smerter.

Så i dag når det er seriestart er jeg forberedt på at min jobb er å motivere, rettlede og støtte medspillerne mine til å prestere sitt beste. Jeg er spillende assistenttrener, og har dermed i tillegg til å være spiller litt andre oppgaver, men på kampdag er det avklart at mitt hovedfokus er å spille (dersom jeg er spilleklar).

Jeg forbereder meg likevel slik jeg gjør før hver kamp, spiser og drikker godt til frokost og går en rolig tur for å få kroppen i gang og hodet på plass til kamp. Jeg møter som vanlig opp i garderoben 2,5 time før kamp. Jeg merker at det er en litt mer spent gjeng i dag enn det har vært i treningskampene. I dag gjelder det, for nå står det om poeng. Vi spiser kampmåltid og spiller litt kort før vi har et kort spillermøte, skifter og gjør oss klar til kamp. Treneren er veldig fokusert og konkret under det korte spillermøtet. Han er opptatt av at han tror på laget og på spillerne. Han går gjennom dødballer og andre viktige momenter som vi har hatt fokus på inn mot kampen, blant annet det å holde ballen i laget, gode overganger, være samlet defensivt og stenge de rommene på banen som vi

spesielt ønsker å hindre Arna-Bjørnar i å bruke. Vi møtte Arna-Bjørnar i en treningskamp på La Manga og har etter det analysert den kampen og et par av de andre av deres kamper for å lage en best mulig kamplan.

Jeg er med inn i hallen mens spillerne som starter varmer opp, jeg klapper noen på skuldrene, motiverer og gir positive tilbakemeldinger mens de spiller under oppvarmingen. Jeg prøver å bidra med det jeg kan fra sidelinjen og ser at hovedtreneren gjør mye av det samme. Han snakker med enkeltspillere og lagdeler, og er spesielt «på» før og under spillerdelen. Vi (trenerteamet) vet at spillerne ofte reagerer litt annerledes under første seriekamp enn de gjør under treningskampene på vinteren. Dette betyr så mye mer. Derfor er det viktig at vi gjør det vi kan for å få spillerne riktig innstilt inn mot kamp.

Vi går inn i garderoben før kamp, en spent og kanskje litt smånervøs gjeng er klar til å starte kampen. Vi tar kampropet og den siste oppgiringen før dommeren blåser i fløyten. Jeg tar min plass på benken, spent og kanskje mer nervøs enn jeg pleier å være når jeg selv spiller.

Kampen er i gang. Arna-Bjørnar tar styringen i kampen. De virker raskere, sterkere og bedre med ballen enn oss. De skaper målsjanse etter målsjanse. Keeperen vår er som en vegg, og redder skudd etter skudd. Etter en halv time, og etter et massivt press står en AB-spiller alene i feltet og skyter ballen i mål. Vi ligger under 0-1. Bortelaget fortsetter å dominere og vi er heldige som bare ligger under med ett mål til pause.

Jeg blir med inn i garderoben. Det er en litt sliten gjeng som kommer inn etter i hovedsak å bare ha løpt imellom i den første omgangen etter underholdende spill av bortelaget. Vi spillere snakker litt sammen før treneren kommer inn. Dette skal vi klare å snu, vi må våge mer og vi ligger jo bare under med ett mål. Treneren bruker de neste minuttene til å snakke om hvordan vi kan bedre dekke rommene defensivt, og hva vi selv skal gjøre for å skape et bedre spill.

Avslutningsvis prøver treneren å gire opp spillerne, få frem at vi ligger bare under med ett mål, vi må tro mer på oss selv og at vi skal endre kampbildet. Treneren velger å gi de som startet første omgang fornyet tillit, og jentene går ut med tro på at dette kan snu.

Andre omgang starter slik som første gjorde, med et bortelag som styrer kampen. Jeg setter meg på benken igjen, med joggeskoene på. Jeg er sikker på at her skal jeg sitte de neste 45 minuttene. Jeg har til og med sett for meg hvilke intervaller jeg skal løpe etter kampslutt. Det går ikke mange minuttene før treneren roper; «Line kom deg i oppvarming og få på fotballschoene». Jeg farer opp, får på meg fotballschoene og begynner å løpe, uten at jeg egentlig skjønner så mye. Jeg føler meg ikke klar for kamp, og er enda litt usikker på om leggen greier kampbelastning. Jeg endrer min egen tankegang, slik kan jeg ikke tenke! Jeg skal inn på banen, prøve å skape ro, snakke og styre medspillerne rundt meg. Jeg har sett at vi sliter med dette på midtbanen. Det er ingen av de tre spillerne på midtbanen som er vant til å kommunisere og styre medspillerne rundt seg. Jeg tenker at jeg kan komme inn for å skape litt trygghet og ro med min rutine selv om jeg vet med meg selv at jeg verken er i fotball- eller kampform. Etter ti minutter mener treneren jeg er varm nok, selv om jeg kjenner at jeg skulle hatt litt ekstra tid. Jeg skal inn som sentral midtbane, min favorittposisjon, men det er nesten seks måneder siden jeg spilte kamp der sist.

Det føles uvant. Vanligvis starter jeg kampene, og er derfor inne i kampen med resten av spillerne på banen, men nå kommer jeg inn som innbytter og er heller ikke helt varm. Jeg blir litt springende imellom, men kommuniserer med dem som er rundt meg. Jeg gir beskjed til midtstopperne om å styre meg for å hjelpe dem med å dekke spissen. Jeg styrer indreløperne våre til å skyve og gå i press sammen. Samtidig dirigerer jeg spissen for når det passer at vi går samlet i press og når vi skal falle i lag. Det kjennes ut som vi begynner å få litt mer ro i laget. Så kommer et i utgangspunktet ufarlig innlegg fra motstanderens venstrekant,

som lander på 16 meteren og vår venstreback gjør seg klar til å klarere. Dessverre beregner backen ballbanen feil og treffer leggen istedenfor foten og ballen går i en rolig bue rett over keeperen vår og i mål. «Nei, nei, nei», tenker jeg for meg selv, «nå når vi endelig begynner å få litt kontroll over kampen».

Treneren gjør et nytt bytte. Synnøve blir byttet inn på høyre kant. Selv om vi ligger under med to mål, jobber jeg med å gire opp jentene til å få tro på det vi holder på med. Jeg gir positive tilbakemeldinger når vi lykkes og gir konstruktive tilbakemeldinger når vi kanskje kan løse situasjoner på en bedre måte. Vi jobber oss opp i banen, har ballen mer og får også kjørt noen gode overganger. Det har gått 80 minutter og vi får corner. Jeg løper ut for å slå den. Jeg tenker for meg selv mens jeg legger ned ballen: «Treff Trine, slå høyt og hardt i rommet på hjørnet av femmeteren». Trine er vår høyeste (over 180 cm) og beste hodespiller, og dermed vet jeg at vi har størst sjanse til å score på corneren hvis jeg treffer henne. Jeg tar løpefart og slår ballen ... Kjenner at jeg treffer godt på foten, og ser at ballbanen er god. Trine går opp i luften, treffer ballen perfekt og stanger ballen i mål. «Jaahhaaa ...» Men vi har ikke tid til å juble så mye, vi må ha flere mål. Vi har fått fornyet energi av målet, og er nå helt med i kampen. I underkant av fem minutter senere kjører vi et godt angrep. Det starter med at vi vinner noen dueller på midten før venstrebacken vår får ballen. Hun slår en god pasning opp til spissen som vender opp og tar med seg ballen mot høyre. Der har høyrebacken tatt et langt godt løp og er helt oppe ved 16-meteren. Hun tar med seg ballen og slår inn, treffer tverrliggeren, men hvem har gjort en perfekt vurdering og er på riktig sted til riktig tid? Jo Synnøve som kom inn som innbytter for et kvarter siden. Synnøve plasserer ballen i mål utagbart for keeperen til Arna-Bjørnar, og stillingen er 2-2. Nå er det bare litt over fem minutter igjen og vi ligger an til å ta poeng i første seriekamp. De siste minuttene bølger kampen fram og tilbake, med sjanser til begge lagene, uten at det blir det helt store. Vi kriger og girer hverandre opp, dette poenget skal vi ha! Da dommeren til slutt blåser av kampen føler jeg meg sliten, men lykkelig.

Denne kampen fikk meg til å reflektere over trenerens profesjonskunnskap. Treneren visste godt at jeg ikke var i kampform etter den trøblete oppkjøringen. Likevel så han kanskje at laget hadde behov for noen av mine kvaliteter for å endre kampbildet. Kanskje så han behov for en spiller med lederegenskaper som kunne skape trygghet og selvtillit i laget, og som slår gode dødballer. Synnøve som kom inn noen minutter etter meg, er mentalt tøff, rolig i avgjørende situasjoner samt har et godt skuddbein, og dermed målfarlig. Siden det var mål vi trengte i denne kampen, er nok det ett av de aspektene som spilte inn i trenerens avgjørelse om dette byttet.

Historien er et eksempel på at trenere bør kjenne spillerne og spillergruppen så godt at han/hun vet hva hver enkelt spiller står for og hvordan spillerne kan utfylle hverandre på best mulig måte. En effektiv trener må ha faglig kompetanse, kunne se hvordan laget står i forhold til motstanderlaget, utnytte motstandernes svakheter, og samtidig dra nytte av eget lags sterke sider. Treneren må kjenne til utfordringene spillerne kan oppleve i sin praksis, og hvordan han/hun kan løse disse utfordringene eller legge til rette for spillerne på best mulig måte. Videre må treneren over tid utvikle holdninger og normer i laget som skaper en effektiv prestasjonskultur.

1.1.2 Utøverledere - historie 2

Nedrykk fra Toppserien, hvordan kunne dette skje? Jeg holder på å evaluere min første sesong på øverste nivå, aldri før har fotball vært så gøy, men heller ikke så frustrerende og lite motiverende. Vi fikk ansatt en ny trener før sesongen. Allerede etter bare en måned hadde de eldre utøverlederne bestemt seg for at treneren måtte gå, han var ikke god nok for oss. Dette skapte masse støy og konflikter innad i laget...

Det startet i januar med at jeg ble innkalt til møte i spillerutvalget. Spillerutvalget besto av tre eldre og etablerte spillere og meg som var en ung spiller. Allerede nå hadde de andre i spillerutvalget bestemt seg for at treneren måtte gå. Jeg var overrasket, hadde ikke sett dette komme. Jeg prøvde å forsvare treneren, at vi måtte gi han en sjanse, og at det var for tidlig å trekke slutninger. «Treneren har

ikke kompetanse nok», var kommentarene som gikk igjen. Fram til seriestart ble det gjennomført det jeg vil kalle en heksejakt overfor treneren. Konfliktsnivået økte under treningsleir da spillerne i spillerutvalget foreslo at spillergruppen skulle snu seg da treneren begynte å snakke (dette ble ikke gjennomført), og når treneren var ferdig å prate sa en av dem; «glem det han sa, slik er det vi skal gjøre det ...» Selv om resultatene i oppkjøringen aldri har vært bedre, bestemte treneren seg for at nok var nok, og valgte å slutte to dager før seriestart. Likevel fortsatte konfliktene innad i laget ut over sesongen. På et tidspunkt var det så ille på trening at når vi hadde firkant/tysker (øvelse med fire eller flere spillere rundt og to spillere jakter ballen i midten) på trening, så snakket ikke subgruppene med spillere i de ulike firkantene med hverandre. Så anspent og så stor hadde konflikten blitt.

Denne historien illustrerer blant annet at når utøverledere underminerer og er negative til treneren, påvirker det hele spillergruppen og lagkulturen. Konsekvenser kan være at prestasjonene reduseres, både for enkeltspillere og for laget som helhet. Laget kan erfare flere tap og for enkeltspillere vil det kunne gå utover motivasjonen, selvtilliten og gleden med å spille fotball. For treneren kan det bety en uholdbar arbeidsdag, utfordringer med å nå ut til spillergruppen, dårlige resultater og bidra til at hun/han enten sier opp jobben eller blir sparket.

Begge historiene gjorde meg interessert i å utforske psykologiske karakteristikk hos kvinnelige fotballspillere og utøverlederskap, samt hvilke utfordringer fotballtrenere kan erfare ved å trene kvinner på toppnivå og hva god lagkultur for kvinnelige fotballspillere er.

1.2 Argumentasjon for avhandlingens vitenskapelige bidrag

Avhandlingen er forankret i humanistiske og psykologiske beskrivelser og teorier om individer og grupper (Tenenbaum & Eklund, 2007). I avhandlingen har jeg valgt å fokusere på spillere, trenere og ledelse i kvinnelig toppfotball. Lagidrett for kvinner

utvikles stadig og tar nye steg, forskning på dette området kan bidra til fortsatt utvikling. Det er kjønnsmessige forskjeller mellom menn og kvinner, derfor kan ikke forhold som fungerer for menn nødvendigvis direkte overføres til kvinner (Peltier, 2009). Jones og kollegaer (2004) fremhever eksplisitt at kvinner og menn er ulike, med forskjellige impulser og ulike meninger om hva som er viktig. de Haan og Norman (2020) hevder at det er behov for mer forskning for å finne ut hva kjønn betyr for kvaliteten og effektiviteten i relasjonen mellom trener og utøvere. Det er viktig å poengtere at man ikke automatisk kan generalisere mennesker kun ut fra kjønn, da kjønn isolert ikke er den eneste faktoren som skiller utøvere (Peltier, 2009).

For idrettsutøvere er både treneren og gruppen de tilhører viktig for læring, utvikling og prestasjon (Horn, 2008; Jowett & Lavalee, 2007). Mange forskere (Ahmad et al., 2021; Høigaard, 2009; 2020; Javed et al., 2020; Jowett, 2017; Nicholls & Perry, 2016) har påpekt at trenere er viktige for å prestere på toppnivå, og flere toppidrettsutøvere hevder at treneren er avgjørende for prestasjonene. Ifølge Chelladurais multidimensjonale modell påvirkes trenerens adferd av utøvernes karakteristikk, egne karakteristikk og situasjonelle karakteristikk (Chelladurai, 2001; 2007). Flere studier har vist at spilleres mentale karakteristika både påvirker hvordan utøvere håndterer toppidrettens utfordringer, samtidig som det ofte knyttes direkte til prestasjon (Gould et al., 2002; Gucciardi & Gordon, 2009; Madsen et al., 2020; Sheard, 2013). En viktig psykologisk karakteristika er mental tøffhet (Gould et al., 1987; Kristjánsdóttir et al., 2019; Sheard, 2013). Når det gjelder forskningen på mental tøffhet har den primært blitt gjennomført på mannlige utøvere (Kristjánsdóttir et al., 2019). Det er både nødvendig og viktig å undersøke kvinnelige spilleres karakteristika som blant annet mental tøffhet. Dette spesielt fordi det finnes studier som har identifisert kjønnsforskjeller når det gjelder psykologiske karakteristika (Gallucci, 2014; Jones et al., 1991; Nicholls et al., 2009). I et lag finnes det ulike utøverledere, og forskning har vist at utøverledere er nyttige både for lagdynamikkene, prestasjonene og for treneren i arbeidet med å utvikle utøvere og laget (Carron et al., 2005; Cope et al., 2011; Cotterill & Fransen, 2016; 2021; Loughhead et al., 2019). Det fremheves av flere at mer kunnskap om lederroller i lag er viktig for å få en bedre

forståelse av hvordan de påvirker medspillere og lagets prestasjoner samt for å kunne bli mer målrettet i arbeidet med å utvikle positive utøverledere (Cope et al., 2011; Cotterill & Fransen, 2021; Loughead et al., 2019).

Å undersøke hva trenere opplever som utfordrende når de trener kvinnelige utøvere kan gi viktig informasjon i arbeidet med å utvikle en konstruktiv og effektiv trener-utøverrelasjon og bidra til økt prestasjon. I tråd med dette påpeker både Melkersson (2013) og Norman (2015) at det er gjort lite forskning på trenere for kvinnelige fotballspillere og argumenterte for at dette er et viktig tema å forske på. Flere studier fremhever også at det er behov for å undersøke hva som kjennetegner effektiv lagkultur for kvinnelige idrettsutøvere (Felton & Jowett, 2013; MacKinnon, 2011; Thorpe et al., 2021). Ifølge Thorpe og kollegaer (2021) vil dårlig lagkultur ikke bare gå utover prestasjonen, men også påvirke utøverens fysiske og psykiske helse.

1.3 Formål og forskningsspørsmål

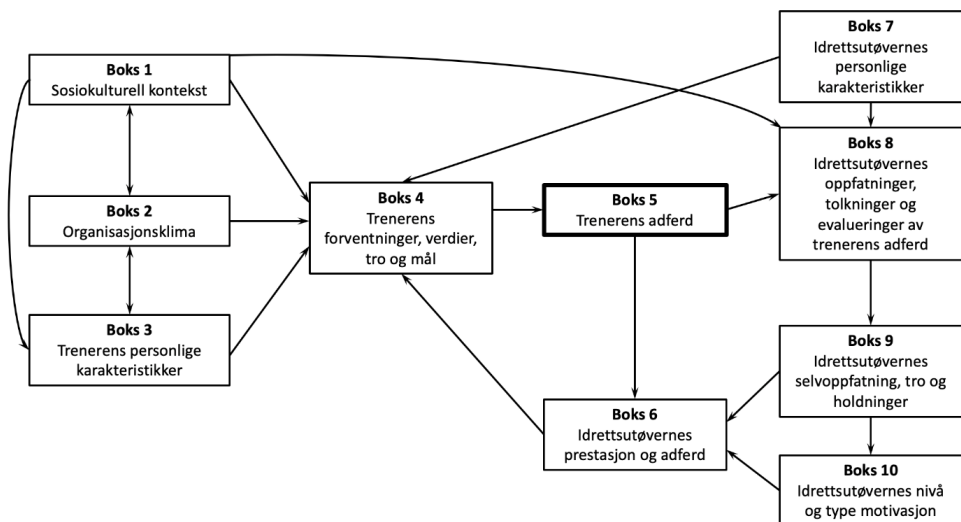
Formålet med avhandlingen er å undersøke sentrale aspekter i og for trener- og lederroller for kvinnelige toppfotballspillere i Norge. Den første artikkelen undersøker mental tøffhet blant kvinnelige spillere på tre ulike prestasjonsnivå. Den andre artikkelen fremhever utøverlederskap, den tredje påpeker utfordringer trenere opplever i kvinnelig toppfotball, og den fjerde setter søkelys på kvinnelig lagkultur. Avhandlingen representerer et ønske om å fremskaffe ny og viktig kunnskap om spillere, trenere og ledere i kvinnelig toppfotball, som på sikt kan påvirke praksis innenfor ledelse av kvinnelige utøvere. Ut fra bakgrunn og formål har følgende problemstillinger blitt utarbeidet:

1. *Er det forskjeller i mental tøffhet mellom kvinnelige spillere som spiller i Toppserien og spillere på lavere nivåer (1.divisjon og 2.divisjon)? (Artikkel 1)*
2. *Hvordan oppfatter og bruker toppfotballtrenere svært innflytelsesrike utøverledere i lagene sine? (Artikkel 2)*

3. *Hvilke unike utfordringer opplever trenere i deres daglige coaching i kvinnelig toppfotball? (Artikkel 3)*
4. *Hvordan erfarer og beskriver trenere god lagkultur for kvinnelige fotballspillere i norsk toppfotball? (Artikkel 4)*

1.4 Teoretisk rammeverk

God forskning krever forankring i et teoretisk rammeverk (Overton, 2014). Dette for å ramme inn og avklare erkjennelsesgrunnet for kunnskapen som er en forutsetning for forskningsarbeidet, og for kunnskapen forskningen søker å utvikle. Arbeidsmodellen til Horn (2008) (figur 1) ble brukt for å danne struktur over nåværende forskning angående sentrale aspekter i og for trener- og lederroller. Samtidig ble modellen brukt for å identifisere retningen på forskningen i avhandlingen (Horn, 2008).



Figur 1: En arbeidsmodell for coaching effektivitet (Horn, 2008, s. 313, min oversettelse).

Arbeidsmodellen illustrerer hva som påvirker trenere og utøvers adferd og hvordan deres adferd påvirker hverandre. Faktorer som sosiokulturell kontekst (boks 1), organisasjonsklimaet (boks 2), trenerens personlige karakteristikk (boks 3) og trenerens forventninger, verdier, tro og mål (boks 4), vil sammen påvirke trenerens adferd (boks 5). Samtidig vil utøvers personlige karakteristikk (boks 7),

prestasjoner og adferd (boks 6) påvirke trenerens forventninger, tro, verdier og mål (boks 4). Videre fremhever arbeidsmodellen hvordan trenerens adferd både på treningsfeltet og i kamp kan påvirke utøvernes prestasjon og adferd (dvs. forbindelsen mellom boks 5 og 6) direkte så vel som indirekte. Den indirekte påvirkningen er illustrert på høyre side av modellen (boks 5 og 8-10). Det er viktig å påpeke at modellen foreslår at utøvere kan oppfatte eller tolke trenerens oppførsel individuelt. Disse individualiserte oppfatningene av trenerens adferd påvirker utøvernes selvoppfatning, tro og holdninger (f.eks. spillernes selvtillit, oppfatning av egen kompetanse, selvfølelse og mental tøffhet) (boks 9). I sin tur påvirker selvoppfatning, tro og holdninger utøvernes motivasjon (boks 10) så vel som deres prestasjoner og adferd (boks 6).

Effektiviteten til ulike typer treneradferd påvirkes av både situasjon og individuelle variabler, nærmere bestemt den direkte koblingen mellom treneren og utøveren, altså trener-utøverrelasjonen. Utøvers karakteristikk som for eksempel alder, kjønn, mentale aspekter og ferdighetsnivå vil påvirke hvilken treneradferd som er mest hensiktsmessig. Samtidig vil utøverens oppfatning og tolkning av trenerens adferd (boks 8) påvirkes av deres egne personlige karakteristikk (boks 7) og den sosiokulturelle konteksten (boks 1), som for eksempel lagkultur.

Å være trener innebærer å ha en lederrolle og den lederadferden som en trener utviser vil påvirke utøvene og laget. Sentralt innfor toppidrett er at treneren skal være en mest mulig effektiv leder (Høigaard, 2009; 2020). Det finnes ulike definisjoner på ledelse, men jeg vil eksemplifisere med Northouse's (2016); *"a process whereby an individual influences a group of individuals to achieve a common goal"* (s. 6). En trener har gjennom sin personlighet, ferdigheter og rolle som leder makt til å ta avgjørelser knyttet til gjennomføring av treninger og kamper til laget. Samtidig har treneren som leder innflytelse på utøvernes innsats, motivasjon og lagets organisering av arbeidsoppgaver for å nå målene sine (Høigaard, 2020). Coaching er et virkemiddel treneren kan bruke for å øke utøvernes og lagets prestasjoner, oppnå resultater og

optimalisere utviklingen (Cox et al., 2010; Pardey, 2007). Cox og kollegaer (2010) definerer coaching på følgende måte:

Coaching could be seen as a human development process that involves structured, focused interaction and the use of appropriate strategies, tools and techniques to promote desirable and sustainable change for the benefit of the coachee and potentially for other stakeholders (s. 1)

Videre organiseres avhandlingen i følgende tre deler: 1. Utøveres karakteristikk, roller og lederskap, 2. Trenerrollen, og 3. Lagkultur. Beskrivelser av relevant teori og forskning innen de tre delene gjøres rede for.

1.4.1 Utøveres karakteristikk, roller og lederskap

I alle lag bringer hver enkelt av utøverne med seg sine karakteristikk og egenskaper til gruppen. For eksempel kjønn, alder, erfaring, personlighet og kompetanse (Høigaard, 2020). Fotball er en sammensatt idrett der det stilles mange ulike krav for å prestere på et høyt nivå (Stølen et al., 2005). Evnen til å prestere på elitenivå handler like mye om den mentale kapasiteten som det handler om utøverens tekniske ferdigheter, fysiske evner, kunnskap og erfaringer (Barnes, 2009). For eksempel hevder Williams (2010) at den mentalt sterkeste utøveren alltid vil vinne. Mentale karakteristikk har blitt identifisert som viktige faktorer for idrettsutøveres prestasjoner og fotballferdigheter (Coetsee et al., 2006; Feltz, 2007; Gucciardi & Gordon, 2011; Hays et al., 2009; Kristjánsdóttir et al., 2019; Madsen et al., 2020; Sheard, 2013; Weinberg et al., 2011). Det finnes ulike typer mentale karakteristikk, men flere forskere (Gucciardi & Gordon, 2009; Jones, 2002; Sheard, 2013) hevder at mental tøffhet er avgjørende for å prestere på elitenivå, og mange trenere rangerer mental tøffhet som den viktigste psykologiske karakteristikk en eliteutøver kan ha (Gould et al., 1987). Loehr (1994) definerer mental tøffhet som *“the ability to consistently perform toward the upper range of your talent and skills regardless of competitive circumstances”* (s. 5). Ifølge Thelwell og kollegaer (2005) er mentalt tøffe fotballspillere profesjonelle i alt de gjør, gir aldri opp, er grundige, trygge og fokuserte på en slik måte at de til alle tider håndterer de varierende

utfordringene og kravene fotball stiller. Selvtillit blir sett på som den mest gjennomgående karakteristika for mental tøffhet (Gucciardi & Gordon, 2009), og i noen studier påpekt som den viktigste karakteristika (Gucciardi & Gordon, 2009; Jones, 2002; Nesti, 2010). Forskning har vist at lav selvtillit er relatert til frykt for fiasko (Frey & Ruble, 1990), selvhandicap (Hays et al., 2009) og en mer konservativ spillestil (Cresswell & Hodge, 2004). Idrettsselvtillit defineres av Vealey (1998) som *“the belief or degree of certainty individuals possess about their ability to be successful in sport”* (s. 471). Samtidig har forskning vist at spillere med lav selvtillit også kan bidra negativt til lagfaktorer som kollektiv effektivitet, lagets motstandsdyktighet og deretter lagets prestasjon (Fransen et al., 2015a). Som følge av at tidligere forskning framhever mental tøffhet og selvtillit som sentrale karakteristikk for prestasjon, har disse to blitt prioritert i avhandlingen.

Utøvere i en gruppe har ulike roller, med ulike forventninger og funksjoner (Forsyth, 2014). En rolle er definert som det mønsteret for adferd som er forventet av individet i en gitt sosial situasjon (Carron et al., 2005). En avgjørende faktor for å få gruppen til å fungere optimalt er at hver enkelt utøver forstår sin tildelte rolle, samt har kompetanse og motivasjon til å utføre rollen funksjonelt med tanke på gruppens oppgave (Høigaard, 2020). Hver enkelt utøvers gjennomføring av sin rolle påvirker lagets effektivitet og prestasjon (Høigaard, 2020). Roller i lagidrett deles ofte i formelle og uformelle roller (Cotterill & Fransen, 2021; Eys et al., 2006). Formelle roller er de som er etablert og tildelt av treneren, klubben eller idretten, og inkluderer for eksempel kapteinsrolle eller ulike spillerposisjoner (f.eks. keeper, midtstopper, midtbanespiller eller angrepsspiller). Formelle roller påvirker lagets prestasjon, og enkeltspillere blir ofte rekruttert eller utviklet til å utføre disse spesifikke formelle ansvarsoppgavene (Carron et al., 2005). Uformelle roller utvikler seg derimot ofte som et resultat av samspillet mellom lagmedlemmene og er ikke formelt forskrevet av laget eller klubben (Mabry & Barnes, 1980). Utøvere som er mest egnet til den uformelle rollens ansvar vil ofte ta rollen (Carron et al., 2005). Uformelle roller kan videre ha både positiv og negativ innvirkning avhengig av hvordan de påvirker og bidrar til lagets funksjon (f.eks. kohesjon, konflikt eller tilfredshet) og deretter lagets prestasjon (Cope

et al., 2011; Cotterill & Fransen, 2021). I en studie av Cope og kollegaer (2011) identifiserte trenere og lagutøvere tolv ulike uformelle roller. Ni av rollene hadde positiv effekt på laget (f.eks. mentoren, lagspilleren og stjernespilleren), mens tre hadde en negativ effekt (f.eks. distraherer og hypokonderen) (Cope et al., 2011).

Forskning har også vist at det kan være ulike typer utøverlederroller i en idrettsgruppe (Carron et al., 2005; Cotterill & Fransen, 2021; Kogler Hill, 2001; Loughhead et al., 2006; Mosher, 1979; Rees, 1983). I tidligere studier kategoriseres utøverlederrollene etter hvilken funksjon de har, og det skilles mellom sosiale-, oppgave- og eksternt relaterte funksjoner (Carron et al., 2005; Kogler Hill, 2001; Loughhead et al., 2006; Mosher, 1979; Rees, 1983). Basert på denne kategoriseringen og egen forskning skiller Fransen (2014a) mellom fire ulike typer utøverlederroller; oppgaveleder, motivasjonsleder, sosial leder og ytre leder. Selv om Fransen (2014a) differensierer mellom fire ulike utøverlederroller, påpekes det også at en utøver kan ha flere av disse rollene samtidig.

Utøverlederes innflytelse i laget varierer, og kan både være positiv og negativ på laget. Utøverledere med negativ innflytelse kan være en årsak til at gruppen framstår ineffektiv eller ikke presterer optimalt, samtidig som deres oppførsel kan ha negative konsekvenser på lagets motivasjon og selvtillit (Apitzsch, 2006; Cotterill & Fransen, 2021; Fransen et al., 2015b; 2018; Høigaard, 2020). I motsetning kan effektive utøverledere ha positiv påvirkning på medspillere og treneren samt innflytelse på lagets funksjon og prestasjon, og kan påvirke til både effektivt og positivt miljø (Collins & Collins, 2011; Cotterill & Fransen, 2016; Crozier et al., 2013; Glenn & Horn, 1993; Price & Weiss, 2011; Todd & Kent, 2004; Vincer & Loughhead, 2010; Yukelson, 1997). Utøvere med stor innflytelse som praktiserer lederskap i tråd med trenerens plan og ønsker er svært nyttige for treneren (Gibbon, 2002). Dette samsvarer også med Loughhead og kollegaers (2006) definisjon på utøverleder: *“an athlete, occupying a formal or informal role within a team, who influences a group of team members to achieve a common goal”* (s. 144). Formelle utøverlederroller er for eksempel kaptein og visekaptein, mens uformelle utøverlederroller for eksempel kan være

motivasjonsledere, sosialledere eller kulturelle arkitekter i laget (Cotterill & Fransen, 2016; 2021; Railo, 1986). Ifølge flere forskere har effektive utøverledere evnen til å endre medspillernes tankegang og bidra til at barrierer brytes (Collins & Collins, 2011; Cotterill & Fransen, 2021; Gibbon, 2002; MacPherson & Howard, 2011; Railo, 1986; Ridley, 2002). Ridley (2002) hevder for eksempel at den selvsikkerheten effektive utøverledere har bidrar til økt selvtillit hos medspillerne.

1.4.2 Trenerrollen

Til trenerrollen er det mange forventinger som følge av at treneren er involvert i flere ulike oppgaver (Nash & Collins, 2006). Det er treneren som organiserer treningsøktene og utvikler taktikk før kampene. Samtidig har de ansvar for å sikre optimale fysiske forberedelser, og veilede spillerne og laget. For å løse disse oppgavene på en effektiv måte er treneren avhengig av flere typer kompetanse og ferdigheter (Halås et al., 2017; Nash & Collins, 2006). I tillegg til idrettsspesifikk kompetanse er det fordelaktig om trenere har kunnskap om psykologi, pedagogikk, formidling og ledelse (Moen, 2013).

Treneren har en formell lederrolle i laget, og har påvirkningskraft på utøvernes fysiske, psykiske og idrettslige kompetanseutvikling (Cotterill & Fransen, 2021; Enoksen, 2002; Høigaard, 2020). Dette gir treneren både makt og innflytelse (Aspvik et al., 2016). En modell som ofte benyttes for å studere ledelse i idrett er «The Multidimensional Model of Leadership in Sport» (MMLS) (Chelladurai, 1980; 1984; 1990; 2007; Riemer, 2007). Denne ledelsesmodellen påpeker at det er tre kategorier treneradferd som påvirker utøvernes tilfredshet og prestasjon (Chelladurai, 1980; 1990). Disse er: foreskrevet treneradferd, utøverens foretrukne treneradferd og trenerens adferd (Chelladurai, 1980; 1990). Optimal lederadferd vil ifølge Chelladurai (1990; 2007) være når det er størst grad av samsvar mellom utøverens fortrukne lederadferd og lederadferden som kreves av treneren i den konkrete situasjonen. En slik kongruens mellom de ulike faktorene vil påvirke prestasjonene positivt og øke trivselen blant utøverne (Chelladurai, 1990; Riemer, 2007). Selv om treneren opptrer hensiktsmessig ut fra utøvernes foretrukne treneradferd og situasjon, kan ulike utfordringer oppstå som

påvirker trenerens arbeid med optimalisering av lagets prestasjoner og utøvernes tilfredshet (Chelladurai, 1990; Høigaard, 2020). For eksempel hevder de Haan og Norman (2020) at mannlige trenere i noen tilfeller tilpasser sin treneradferd basert på feilaktige ideer om kvinnelige utøveres forventninger og foretrukne treneradferd, og dermed har negativ påvirkning på prestasjoner og utøvertilfredshet. Tidligere forskning refererer til at den lederadferden som påvirker utøverne positivt og er den mest foretrukne, inkluderer tydelige tekniske instruksjoner og tilbakemeldinger samt støttende adferd (Riemer, 2007; Smith et al., 1983; Smoll & Smith, 1993; Spencer, 2001).

Praktisk erfaring og forskning viser at trenere og ledere innen idrett representerer ulike verdier, har ulike prioriteringer og mål, og dermed utviser stor variasjon i hvordan de løser sin trenergjerning (Côté et al., 2003). Hovedmålet for trenere er lagets utvikling og prestasjon, og for å oppnå prestasjonsrettete mål må trenere påvirke prestasjonsvariablene (Lyle & Cushion, 2017; Nash & Collins, 2006). En av disse prestasjonsvariablene er relasjonen mellom treneren og utøverne, som har en avgjørende rolle i utviklingen av utøvernes fysiske og psykiske prestasjonsevne (Jowett & Cockerill, 2002). Trener-utøverrelasjonen omhandler det følelsesmessige klimaet mellom treneren og utøveren (Cotterill & Fransen, 2021; Enoksen et al., 2014; Høigaard, 2020; Jowett & Cockerill, 2002). Innenfor idrettsforskning er Jowett og Nezleks (2012) 3C's begrepsmessige modell mye benyttet for å undersøke trener-utøverrelasjonen. I 3C modellen er trener-utøverrelasjonen definert gjennom tre aspekter: nærhet, engasjement og komplementaritet (Jowett & Nezlek, 2012). Trener-utøverrelasjonen påvirkes av lojaliteten utøveren har til treneren, og om hun/han respekterer og liker treneren (Cotterill & Fransen, 2021; Høigaard, 2020; Jowett & Ntoumanis, 2004). Denne blir påvirket av erfaringene utøveren har med treneren over tid, og hvordan relasjonen deres fungerer (Enoksen et al., 2014; Høigaard, 2020). I tilfeller hvor relasjonen er dårlig, vil treneren ha problemer med å lede utøveren (Cotterill & Fransen, 2021; Høigaard, 2020). Dette samsvarer med studien til Erikstad og kollegaer (2021) som påpeker at positiv trener-utøverrelasjon kan være en av årsakene til at treneren i deres studie hadde lyktes.

En forutsetning for å utvikle effektiv trener-utøverrelasjon og optimal lederadferd er at treneren har kunnskap om utøverne (Cotterill & Fransen, 2021). Kunnskap om utøverne gjør at treneren kjenner utøverne sine så godt at hun/han vet hva som gjør dem bedre (Poczwadowski et al., 2002). Dette kjennetegnes ofte ved at treneren har kunnskap om hvilken tilbakemelding og veiledning som bør brukes ovenfor utøveren for å sikre motivasjon, trivsel, selvtillit, utvikling og prestasjon på høyest mulig nivå (Borrie & Knowles, 2003; Spencer, 2001). Tidligere forskning underbygger viktigheten av kjennskap til utøverne ved å fremheve at utøvere reagerer ulikt på motivering og tilbakemeldinger (Hovden & Tjønndal, 2019; Jones et al., 2004). Samtidig hevder Hovden og Tjønndal (2019) og Jones et al. (2004) at det kan være store forskjeller på kvinnelige og mannlige utøvere, dermed kan utøvernes kjønn være noe trenere må ta hensyn til. Ifølge Hope Powell bør tilbakemeldinger til kvinnelige utøvere være konkrete og ikke fornærmende (Jones et al., 2004). For eksempel viser studier blant kvinnelige toppfotballspillere at spillerne foretrakk en kommunikasjonsstil basert på forståelse og omsorg (Dohsten et al., 2020), noe de oftere opplever fra kvinnelige trenere (Fasting & Pfister, 2000; Hovden & Tjønndal, 2019; Lindgren & Barker-Rucht, 2017; Murray et al., 2018). Manglende kommunikasjonsevne kan til tross for kunnskap om idretten redusere trenerens påvirkningskraft (Borrie & Knowles, 2003; Høigaard & Jørgensen, 2007). Smith og kollegaer (1983) hevder at tilbakemeldinger som forsterker det positive og samtidig har en objektiv form, er viktige for å oppnå effektiv kommunikasjon innenfor instruksjon, veiledning og coaching. Ifølge Høigaard og Jørgensen (2007) vil regelmessige utøversamtaler i tillegg til det daglige treningsarbeidet være nødvendig for å kunne tilpasse utviklingsprosessen for utøvere og optimalisere utviklingen og prestasjonene.

1.4.3 Lagkultur

Det finnes ulike forståelser og definisjoner på hva kultur er, og i forskjellige fagfelt har kulturbegrepet ulik mening. Schein (2017) antydte at kultur best tenkes som et sett med ubevisste holdninger og standpunkter («basic assumptions») medlemmene i gruppen har som leder dem til å tenke og handle på visse måter. Innenfor

idrettspsykologien definerer Cruickshank og Collins (2012a) lagkultur som: *“a dynamic process characterized by the shared values, beliefs, expectations, and practices across the members and generations of a defined group”* (s. 340).

Lagkultur omfatter mangfoldet av meninger og oppfatninger som finnes i laget, samt lagets verdier, normer, grunnleggende antakelser og virkelighetsoppfatninger (Schein, 2017). Lagets verdier uttrykker hva lagmedlemmene oppfatter som viktig, samt hva som er riktig adferd og hvordan det gjennomføres i praksis (Høigaard, 2020). Kulturelle normer er retningslinjene for hvordan utøverne i gruppen skal oppføre seg (Høigaard, 2020; Onağ & Tepeci, 2014). Ifølge Cruickshank og Collins (2012b) kjennetegnes en høyt presterende lagkultur av at spillerne har felles oppfatninger av hva som støtter optimale prestasjoner, utøverrelasjonene og arbeidsinnsatsen er stabil over tid i møte med varierende resultater (seire, tap, uavgjort), og lagets prestasjoner er jevnt gode. Høyt presterende lagkultur forutsetter også at spillerne kommuniserer godt med hverandre og samhandler effektivt (Høigaard, 2020), mens mangel på kommunikasjon kan bli en stressfaktor som påvirker lagkulturen negativt (Fletcher & Hanton, 2003). I lagidretter som fotball er det spesielt viktig å etablere en lagkultur som bidrar til å skape samhold og gode prestasjoner både på kort og lang sikt (Andersen, 2011; Quested & Duda, 2010).

Trenere og ledere har en viktig rolle i utviklingen av lagkultur, og Fletcher og Arnold (2011) hevder at å være trener for et elitelag er et mangfoldig arbeid som krever lederskap som evner å utvikle visjoner, etablering av hensiktsmessige normer og verdier. I alle lag vil det etableres formelle og uformelle normer (Cotterill, 2013; Onağ & Tepeci, 2014). I idrett er det ofte knyttet normer til både trening, konkurranse og sosiale situasjoner (Høigaard 2002). I et lag som ønsker å prestere best mulig er det viktig at normene understøtter utvikling og gode prestasjoner, samt enighet og felles forståelse for normene. Flere studier har undersøkt sammenhengen mellom normer og prestasjoner i lag, og resultatene viser en positiv sammenheng (Colman & Carron, 2001; Kim, 1995; Patterson et al., 2005). Ifølge Høigaard (2020) har trenere liten

innvirkning på utviklingen av normer, og det er utøverne som i stor grad både bestemmer og aksepterer hvilke normer som gjelder for gruppen. Derfor bør idrettsgrupper på toppnivå være bevisst når de rekrutterer utøvere.

I prosessen med å utvikle god lagkultur er gruppekohesjon en avgjørende faktor. Gruppekohesjon blir av Carron og kollegaer (1998) definert som: *“A dynamic process that is reflected in the tendency for a group to stick together and remain united in the pursuit of its instrumental objectives and/or for the satisfaction of member affective needs”* (s. 213). Ofte deles gruppekohesjon i to dimensjoner: oppgavekohesjon og sosial kohesjon (Carron et al., 1985; Høigaard, 2020). Oppgavekohesjon handler om i hvilken grad spillerne jobber mot samme mål, mens sosial kohesjon gjenspeiler den mellommenneskelige tiltrekningskraften mellom spillerne i laget (Høigaard, 2020). Det er mange faktorer som bidrar til gruppekohesjon, og ofte relateres disse til fire hovedfaktorer som er omgivelsesfaktorer, personlige faktorer, ledelsesfaktorer og lagfaktorer (Carron, 1993; Carron & Eys, 2012). Omgivelsesfaktorer er de forholdene som holder gruppen sammen, personlige faktorer omhandler personlige karakteristikk, mens lagfaktorer inkluderer blant annet ferdigheter, normer, roller og klima (Høigaard, 2020). Ledelsesfaktorer inkluderer trenerens ledelsesadferd, beslutningsstil og relasjon til spillerne (Carron & Eys, 2012; Høigaard, 2020). At treneren utviser et støttende og inkluderende lederskap har vist seg å være positivt relatert til kohesjon (Høigaard, 2020).

2.0 Vitenskapsteori

Et vitenskapsteoretisk ståsted er en forutsetning for all forskning, og har implikasjoner for studier og funn (Alvesson & Sköldberg, 2017; Thorne et al., 2002). Den vitenskapsteoretiske forståelsesrammen ved all forskning handler om spørsmålene fra ontologisk og epistemologisk perspektiv (Svare, 1997). Disse to perspektivene former den teoretiske og metodiske tilnærmingen til avhandlingen. Ontologi vil si forståelse av hva verden er (væren), og epistemologi er læren om hvordan det er mulig å tilegne seg kunnskap om virkeligheten (Crotty, 1998; Guba & Lincoln, 1989). Forenklet representeres ontologi gjennom allmenn forståelse, det vil si vitenskapelige begreper, modeller og teorier, mens epistemologien er representert gjennom de praksiser og rutiner som benyttes for å framskaffe kunnskapen, det vil si vitenskapelige forskningsmetoder (Guba & Lincoln, 1994).

Hvilke kriterier som er nødvendig for at kunnskap skal være gyldig er en lang og pågående debatt. Flere trekker fram to motstridene syn innenfor denne debatten: teorien om sammenfall og teorien om sammenheng («correspondence and coherence theories») (Aase & Fossåskaret, 2014; Assis, 2009; Dawson & Gregory, 2009; Walker, 2018). Teorien om sammenfall hevder at det finnes en objektiv virkelighet, som er uavhengig av menneskers kunnskap (Aase & Fossåskaret, 2014; Dawson & Gregory, 2009). Kunnskap anses som sann om den samsvarer med den ytre, objektive virkeligheten (Aase & Fossåskaret, 2014; Dawson & Gregory, 2009). Positivism, kritisk rasjonalisme og postpositivism har sitt grunnlag i teorien om sammenfall (Aase & Fossåskaret, 2014). Denne vitenskapsteoretiske retningen blir ofte brukt i kvantitative forskningsmetoder (Sale et al., 2002). Kvantitativ forskning har sin styrke ved at den gir et større bilde og en bedre oversikt over det representative og gjennomsnittlige det forskes på (Martin & Bridgon, 2012).

Teorien om sammenheng står i kontrast til dette og avviser synet om at det eksisterer en ytre og objektiv virkelighet (Aase & Fossåskaret, 2014; Dawson & Gregory, 2009). Årsaken begrunnes med at mennesker får tilgang til kunnskap gjennom sansene, og vil

dermed aldri få eksakt kunnskap om den ytre og objektive virkeligheten om den eksisterer (Dawson & Gregory, 2009). Fortolkende tilnærminger vektlegger at det ikke eksisterer én konkret sannhet, men at fenomener kan forstås på ulike måter (Dawson & Gregory, 2009). Dette som følge av at forskningsresultater er fortolkning av data (Patton, 2015). Det har sammenheng med at hvert individ er unikt og oppfatter verden og situasjoner ulikt. I denne vitenskapsteoretiske retningen etableres gyldig kunnskap gjennom logisk sammenheng i kunnskapen som utvikles (Aase & Fossåskaret, 2014; Assis, 2009). Forskningstradisjoner som fenomenologi, hermeneutikk og postmodernisme stammer fra denne vitenskapsteoretiske retningen og assosieres ofte med bruk av kvalitative forskningsmetoder (Thornquist, 2003). Målet med kvalitativ forskning er å gi dypere forståelse og innsikt i fenomener i en spesifikk sosial kontekst (Maxwell, 2013).

Jeg, som alle andre forskere, bærer med meg et verdenssyn, verdisyn og kunnskapssyn som kan sies å være drivkraften bak avhandlingen. Den vitenskapsteoretiske tilnærmingen er overordnet i alle aspekter av forskningsprosessen, som for eksempel utforming av problemstillinger, metodevalg, etiske vurderinger, relasjon til fenomenet som studeres og vurderinger av prosjektets kvalitet (Markula & Silk, 2011). Den vitenskapsteoretiske tilnærmingen har ikke vært et strengt rammeverk, men må sees som et perspektiv for å forstå avhandlingens bakgrunn, framgangsmåte og funn.

2.1 Vitenskapsteoretisk betraktninger: En hermeneutisk virkelighetsforståelse

Min vitenskapsteoretiske tilnærming er inspirert av Hans-Georg Gadamer (1989; 2010) analyser av hermeneutikk. Gadamer regnes for å være innenfor den hermeneutiske filosofien (Eilertsen, 2000; Føllesdal et al., 2000; Gadamer, 1997; 2010). Gadamer (1997) støttet seg til andre filosofer (f.eks. Aristoteles, Platon, Husserl og Heidegger), og blant annet forsøkte han basert på nyere tanker fra Heidegger å videreutvikle filosofisk hermeneutikk. Ifølge Gadamer (1989) er hermeneutikkens oppgave: ... *to clarify this miracle of understanding, which is not a mysterious communion of souls, but sharing in common meaning* (s. 292). Hermeneutikk er en

måte å handle på og ikke bare en tenkemåte (Greenwood & Levin, 2007). Å forstå er en aktiv handling som starter med et undrende spørsmål, og i denne avhandlingen startet det med fire forskningsspørsmål. Grunnlaget for formålet og forskningsspørsmålene er basert på tidligere forskning, tidligere opplevelser jeg har hatt som spiller og trener, samt muntlige overleveringer fra spillere og trenere på hva de opplever som viktig å undersøke ved trener- og lederroller.

Gjennom menneskers handlinger, historie og språk forsøker hermeneutikken å forstå grunnbetingelsene for menneskelig eksistens (Thurén, 2009). Gadamer (1989) beskriver forståelse som en historisk hendelse, altså er forståelse noe som er i endring. Den hermeneutiske tenke- og handlemåten har vært med meg fra jeg startet med avhandlingens teoretiske perspektiv. Samtidig har min forståelse utviklet seg underveis både i samspill med datainnsamlingen og analysen, og mellom problemstilling og datamaterialet. Jeg har benyttet meg av hermeneutikken for å forstå meningen av materialet og funn, men også for å strukturere forståelsen av dette. Jeg opplever at Gadamer (1989) belyser relevante ontologiske og epistemologiske faktorer som gir støtte til mine valg av fremgangsmåter i denne avhandlingen. Artikkel 2, 3 og 4 bygger alle på kvalitativt forskningsdesign som tar høyde for Gadamer (1989) ontologiske struktur for forståelse. Han peker på at forståelse betinger åpenhet i møte med det som skal forstås (Gadamer, 1989). Angående epistemologiske faktorer skal det sies at Gadamer (1989) ikke fremmer en konkret metode, men påpeker en rekke momenter som kreves av en metode for å kunne forske. Nøkkelbegrepene til Gadamer (1989) som alle de tre kvalitative artiklene bygger på, er å skape en sammenheng mellom deler og helheter og at en åpen holdning er en forutsetning for å forstå og unngå å være fanget av tradisjoner. Artikkel 1 har derimot kvantitativt forskningsdesign, og kunne vært knyttet til andre vitenskapsteoretiske retninger som for eksempel kritisk realisme. Likevel inneholder kvantitative analyser en grad av subjektiv tolkning (Tuftes, 2018) samt at alle forskere «... må tolke forskningsfunn og data. Slik sett kan ingen heilt unngå hermeneutiske problemstillinger» (Gilje, 2019, s. 246). Det gjør at forskningsresultatene i artikkel 1 har blitt produsert gjennom interaksjonen mellom meg og datamaterialet, i

likhet med artikkel 2-4. I artikkel 2, 3 og 4 har denne prosessen vært mellom meg som forsker og mine informanter under intervjuene, men også mellom meg og datamaterialet i analysen av intervjuene. I artikkel 1 har den interaktive prosessen vært mellom meg og data fra spørreskjemaene under analysen. Dermed må både tolkningen og forståelsen i denne avhandlingen betraktes som en kunnskapsprosess som utvikles gjennom interaksjon mellom meg og forskningsinformantene (Nilssen, 2012), ved en hermeneutisk tilnærming (Gadamer, 2010).

Gadamer (1989) hevder at forståelse er sammenhengen og den harmoniske helheten som kommer til syne i møtet mellom leseren og teksten. Det gjelder å søke tekstens helhetlige forståelse gjennom å forene delene (Gadamer, 1989). I avhandlingen skjer dette når jeg skaper teksten og forsøker å tilrettelegge for at forståelse lettere skal kunne skje. Dette gjøres ved at delene informantene bidrar med, gjennom spørreskjemaet i artikkel 1 og intervjuer i artikkel 2-4, sammen legges inn i en sammenhengende forklaring på sentrale aspekter i og for trener- og lederroller for kvinnelige toppfotballspillere i Norge. Sannheten etterstrebes gjennom å anvende flest mulig aktuelle deler inn i den samme helheten. Nettopp ved å bruke elementer, både fra data fra spillernes spørreskjema (artikkel 1), samt data jeg selv har transkribert fra intervjuene med trenerne (artikkel 2-4), mener jeg å ta hensyn til Gadammers betingelser for forståelse. Jeg har arbeidet for å få til et harmonisk fellesskap av helhet og deler gjennom at informantene har fått svart på utsagn og delt sine perspektiver. Deretter har jeg satt alle disse delene sammen til en helhet i avhandlingen.

Gadamer (1989) fremhevet den hermeneutiske sirkel som vekselvirkningen mellom helheten og deler, mellom det som blir fortolket og konteksten, og mellom det som blir fortolket og vår forforståelse, som medfører at man forstår det som undersøkes bedre. Ett av Gadammers (1989) hovedpoeng med den hermeneutiske sirkel er at all forståelse kommer fra vår forforståelse som korrigeres i møte med nye erfaringer. Gadamer (1989) begrunner forforståelse med at mennesker må ha visse ideer om hva som skal sees etter for å kunne fortolke en tekst eller en hendelse. I min forforståelse

er det mange komponenter som spiller inn. Jeg har vært en del av fotballmiljøet som spiller, trener, sportslig leder og styremedlem. Jeg har ledet kvinnelige utøvere gjennom ulike typer trening, vært kaptein og en del av spillerutvalg. Som spiller har jeg både vært amatør og under profesjonell kontrakt. Jeg har vært i to klubber på toppnivå i Norge, og spilt sammen med yngre, eldre, amatører og profesjonelle. I tillegg har jeg hatt mange ulike trenere og medspillere gjennom egen fotballkarriere som påvirker min oppfatning av hvilke kvaliteter spillere, utøverledere og trenere bør ha. På den måten har jeg hatt flere ulike roller som alle har vært med å påvirke arbeidet med avhandlingen. Dette gir meg erfaring og mulighet til å reflektere over feltet og emnet. Disse forforståelsene påvirker min fortolkning av tekster, litteratur og tidligere forskning, samt datamateriale fra alle fire artiklene. Samtidig forandrer verden seg konstant, og derfor må mennesker hele tiden orientere seg i miljøet og situasjonen de er en del av (Gadamer, 1989). Det betyr at min forforståelse forandres konstant, fordi når nye ting læres eller erfares påvirker det til ny forforståelse. Dette påvirker meg både i samtalene med trenerne, men også når jeg gjennomførte analysen. For eksempel gjennom at jeg i første omgang startet intervjuene med min forforståelse, deretter påvirker samtalene med trenerne min forståelse, som igjen kan påvirke min forforståelse i inngangen til neste intervju. Den samme vekselvirkningen opplevde jeg i møte med datamaterialet. Dette fører til en ny hermeneutisk sirkel mellom forståelse og forforståelse. Denne vekselvirkningen påvirker min tilnærming til trener- og lederroller, som gjorde at den også utviklet seg over tid og gjennom arbeidet med avhandlingen.

Gadamer (1989) hevdet at enhver samtale forutsetter at samtalepartnerne snakker samme språk. Spørreskjemaet som ble brukt i artikkel 1 ble testet på et utvalg spillere. Utvalget tilsvarte informantene i det planlagte studiet. Dette for å sjekke både at spørsmålene var klare og forståelige, og at spørsmålenes meningsinnhold gjenspeilet intensjonen med spørsmålene. I delstudie 2 (artikkel 2-4) ble ti toppfotballtrenere intervjuet. Før intervjuene med topptrenere hadde jeg et prøveintervju sammen med en erfaren forsker. For det første for å få en større forståelse for hvordan jeg kunne

gjennomføre intervjuene og få informantene til å best mulig dele av sin erfaring og relevant kunnskap. For det andre for å forsikre at jeg og informantene snakket samme «språk». Dette ble gjort ved å sjekke hvordan det semistrukturerte intervjuet og intervju spørsmålene fungerte med hensyn til språk og begreper. For som Gadamer (1989) fremhever er det bare når to med samme språk konverserer at muligheten for forståelse fremsettes. Dette gjelder også for spørreundersøkelsen i artikkel 1, for uten at jeg og spillerne har samme forståelse av utsagnene, vil ikke mine tolkninger samsvare med deres erfaringer. Afdal (2019) hevder at språket er bærer av kulturell mening. Dermed kan det å tolke virkeligheten med ord ha noen svakheter. For eksempel kan jeg og informantene misforstå eller feiltolke hverandre, eller at mine tolkninger som er basert på min forståelse kan være ulik informantenes forståelse.

Min erfaring fra fotballmiljøet både som spiller og trener, har gitt meg kunnskap om språk og begreper som ofte brukes av fotballtrenere og fotballspillere, noe som kan være en fordel for å etablere forståelse. Dermed kan det være gunstig at jeg som forsker har vært i det samme miljøet både med spillerne som gjennomførte spørreundersøkelsen i delstudie 1 (artikkel 1) og som topptrenere fra intervjuene i delstudie 2 (artikkel 2, 3 og 4). Tidligere forskning samsvarer med dette som følge av at forskning fra innsiden ofte blir sett på som positivt siden forskeren deler identitet, språk og erfaringsgrunnlag med informantene i studiene (Asselin, 2003). I tillegg bidrar denne forskningsstatusen ofte til raskere å bli akseptert av informantene, samt at informantene ofte er mer åpne og lettere deler mer av sin erfaring (Dwyer & Buckle, 2009). Jeg erfarte også dette selv, med at alle forespurte topptrenere takket ja til å delta i studien, og etter min opplevelse villig delte av sin erfaring. Samtidig kan det også være en svakhet fordi min kjennskap til feltet kan føre til en blindhet hvor jeg tolker det informantene sier i lys av egne erfaringer fra norsk toppfotball. Dette samsvarer med tidligere forskning som utover dette utpeker andre utfordringer med å være på innsiden, som for eksempel rolleforvirring og at intervjuet blir formet og styrt av forskerens erfaringer og ikke informantenes (Dwyer & Buckle, 2009). Ifølge Dwyer & Buckle (2009) er det ikke avgjørende om forskeren står på innsiden eller utsiden av

forskningsfeltet, men det viktigste er forskerens evne til å være åpen, autentisk, ærlig og dypt interessert i informantenes opplevelser og forpliktelse til å representere informantenes erfaringer. Jeg var bevisst på dette, og har etter beste evne etterstrebet å ha en slik tilnærming gjennom all deler av prosessen.

Ut fra denne tilnærmingen oppfatter jeg mine informanternes erfaringer og perspektiver som deres tolkninger av en virkelighet som jeg ønsker å forstå og belyse. Denne tolkningen er hele veien basert på min forforståelse, noe som er sentralt i hermeneutikken til Gadamer (1989; 2010). Samtidig er mennesker en del av et samspill med andre mennesker og mellom institusjoner, kulturer og politiske systemer i den gjeldende historiske epoken (Bronfenbrenner, 1979). Dette samspillet kan deles på mikro-, meso- og makronivå og må ta hensyn til menneskers tanker og analyser av situasjoner og hendelser (Bronfenbrenner, 1979). Selv om jeg har fokusert på informantenes forståelse, har jeg analysert disse opp mot konteksten og de strukturelle rammene som omgir dem. I artikkel 2-4 er kontekst fremtredende i flere av fortellingene til informantene. Med utgangspunkt i lagene og klubbene de selv hadde vært trener i snakket trenerne om utøverlederskap, utfordringene og lagkulturen de opplevde. Kunnskapen som forstås er kontekstavhengig til hver enkelt klubbs historie og kultur. Jeg opplever at hermeneutikken kan gi viktige bidrag til å styrke refleksjonen i forskning. Den erkjenner at metode ikke kan frigjøres fra underliggende teori og forforståelse, og at fordommer ikke er et problem når noe skal forstås, de er en forutsetning (Gadamer, 1989). En grunnleggende forutsetning for denne avhandlingen er at også jeg oppfatter kunnskapen avhandlingen bidrar med subjektivt, produsert i en samhandling mellom meg og informantene som har deltatt i avhandlingens to delstudier.

3.0 Metodologi og metode

I dette kapitlet beskrives den metodiske tilnærmingen i avhandlingen. Det blir gjort rede for forskningsdesign og begrunnelser for valg som er foretatt i prosessen. Metodiske konkretiseringer utdypes for de to delstudiene i avhandlingen. Avslutningsvis vil etiske aspekter og utfordringer i avhandlingen beskrives.

Den metodiske tilnærmingen skal være så grundig beskrevet og gjennomført at andre forskere skal kunne replikere undersøkelsen (Larsen, 2017). Det som fortrinnsvis styrer valg av metode er problemstillingen og hva som skal undersøkes.

3.1 Forskningsdesign

Avhandlingen er bygd opp av to delstudier, med to ulike forskningsdesign, kvalitativ og kvantitativ metode. Delstudie 1 omfatter artikkel 1, mens delstudie 2 består av artikkel 2, 3 og 4. I delstudie 1 ble kvantitativt design benyttet og det ble utført en spørreundersøkelse, mens i delstudie 2 ble det brukt kvalitativt design hvor det ble utført intervjuer.

3.1.1 Delstudie 1 - kvantitativ metode

Datamaterialet var basert på data fra en spørreundersøkelse på kvinnelige fotballspillere på tre ulike prestasjonsnivå. Metoden ble valgt fordi det ble ansett som den mest hensiktsmessig for å besvare problemstillingen. Spørreskjema er den mest benyttede metoden for å samle inn data fra et utvalg personer for å gi en statistisk beskrivelse av populasjonen utvalget er fra (Ringdal, 2013). Det positive med kvantitativ metode er at informasjonen kan formes til målbare enheter, som gjør det mulig med statistiske beregninger (Holme & Solvang, 1996). Målet er å undersøke tilstrekkelig mange slik at resultatene kan generaliseres, og de sier ofte noe om det gjennomsnittlige eller det representative (Fuglseth & Skogen, 2006; Holme & Solvang, 1996).

Informanter i delstudie 1

I delstudie 1 deltok 298 kvinnelige fotballspillere. Informantene var fordelt på tre prestasjonsnivå; Toppserien (96 spillere), 1.divisjon (80 spillere) og 2.divisjon (112 spillere). Utvalget representerer omtrent 40% av alle spillerne i Toppserien og 1.divisjon, og 20% av spillerne i fem 2.divisjonsavdelinger.

Åtte av informantene fra Toppserien var A-landslagsspillere. 35 av informantene var på aldersbestemte landslag (20 spilte i Toppserien, 13 spilte i 1.divisjon og 2 spilte i 2.divisjon).

Prosedyre

I forkant av datainnsamlingen kontaktet jeg alle trenerne i Toppserien, 1.divisjon og fem avdelinger i 2.divisjon på telefon med forespørsel om de ville delta i studien. Alle trenerne var i utgangspunktet positive til det, men tre lag valgte å ikke delta (et toppserielag og to 2.divisjonslag). Deres forklaring var at både spillernes og deres egen arbeidsmengde allerede var stor. 27 klubber gjorde undersøkelsen i papirform, og to klubber gjennomførte på e-post.

Informantene fikk beskrivelse angående studien av sine respektive trenere. Trenerne hadde også ansvar for utdeling og innsamling av spørreskjemaene. Forsiden av spørreundersøkelsen inneholdt et kort informasjonsskriv om studien (vedlegg B).

Spørreskjemaet

Spørreskjemaet består av en innledende del med demografiske spørsmål som alder, divisjon, landslagserfaring, posisjon og treningsomfang. For å måle mental tøffhet (MT) ble Sport Mental Toughness Questionnaire (SMTQ; Sheard, 2013; Sheard et al., 2009) benyttet (vedlegg B). SMTQ består av 14 utsagn som måler tre ulike delskaler:

MT-Selvtillit, omhandler spillernes tro på egne evner til å oppnå sine mål, tro på at de er annerledes, og at de er bedre enn sine motstandere, også når de står overfor

utfordrende og pressede situasjoner. Denne delskalen består av seks utsagn og et eksempel er: «Jeg tolker mulige farer/trusler som positive muligheter».

MT-Standhaftighet, omhandler viljen til å ta ansvar for egen utvikling, sette seg mål og til å oppfylle kravene til trening og konkurranse. Videre har utøveren gode holdninger og evne til å konsentrere seg, stå på og ikke gi opp i motgang. Denne delskalen består av fire utsagn og et eksempel er «Jeg tar ansvar for å sette meg utfordrende mål».

MT-kontroll, omhandler spillerens oppfatning av at hun/han har kontroll over situasjonen og kan oppnå ønsket resultat. Samt evnen til å holde følelser under kontroll, å være rolig og avslappet i pressede situasjoner. Denne delskalaen består av fire utsagn og et eksempel på utsagn er «Jeg er redd for å prestere dårlig» (omvendt kodet).

Videre kan MT-global som er et samlet mål på mental tøffhet måles. Informantene svarte på utsagnene ved hjelp av standardisert 4-punkts Likert-skala som strekker seg fra 1 (*ikke sant*), til 4 (*veldig sant*).

Dataanalyse delstudie 1

For statistiske tester ble Statistical Package for the Social Sciences for Windows (SPSS 18.0, SPSS Inc.) benyttet. Data fra spørreskjemaet ble plottet manuelt i SPSS. Deretter ble datamaterialet screenet for avvik og normalitet. Den interne konsistensen til SMTQ og beskrivende statistikk ble beregnet før den statistiske analysen. Den interne konsistensen ble undersøkt med inter-item korrelasjonstest (Cronbachs Alpha). I delstudie 1 var Cronbachs Alpha på .71 for MT-selvtillit, .57 for MT-standhaftighet, .74 for MT-kontroll og .75 for MT-global. Cronbachs Alpha ble derfor ansett for å være 'akseptable' med unntak av for MT-standhaftighet som ble ansett som 'uakseptabel'. Det samsvarer med generell enighet om at nedre grensen for Cronbachs Alpha-verdi er .70 (Hair et al., 2018; Martinussen, 2010). Siden ingen av Cronbachs Alpha-verdiene kunne forbedres ytterligere gjennom beskjæringsteknikker (DeVellis, 2012), ble MT-standhaftighet ekskludert fra videre analyser.

Det ble så gjennomført en Pearson-korrelasjon mellom variablene for mental tøffhet og egen One-Way analysis of variance (ANOVA) for MT-global ved de ulike prestasjonsnivåene (Toppserien, 1.divisjon og 2.divisjon). Avslutningsvis ble en multivariate variance analysis (MANOVA) med Tukey HSD-tester for post hoc-sammenligning brukt for å undersøke om prestasjonsnivået var forbundet med forskjeller i de to gjenværende MT-delskalaene (MT-selvtillit, MT-kontroll).

3.1.2 Delstudie 2 - kvalitativ metode

Datamaterialet er basert på kvalitative intervjuer med ti trenere i kvinnelig toppfotball. Fordelen med kvalitative intervjuer er at det er lettere for informanten å få dele sine erfaringer sammenlignet med kvantitative undersøkelser (Christoffersen & Johannessen, 2012). I tillegg kan informantene følges opp med nye spørsmål som ikke trenger å være planlagt på forhånd. Ved intervjuer blir forskeren selv et viktig instrument i datainnsamlingen (Dalland, 2012; Kleven, 2002), som følge av måten forskeren framstår i intervjusituasjonen, evnen til å stille spørsmål, oppfatte svar, følge opp informantenes svar og tolke dem er avgjørende for kvaliteten på intervjuene og vil påvirke forskningsdataens gyldighet (Dalland, 2012).

Informanter i delstudie 2

Rekruttering av informanter var basert på et strategisk utvalg (Patton, 2015), og inkluderingskriteriene var at informantene måtte ha minst fem års erfaring som hovedtrener for et norsk kvinnelig toppfotballag (Toppserie eller A-landslaget), samt at utvalget skulle bestå av både kvinnelige og mannlige trenere. Det endelige utvalget besto av seks mannlige trenere og fire kvinnelige trenere (gjennomsnittsalder = 47 år). På undersøkelsestidspunktet var åtte av informantene hovedtrener for et lag i Toppserien, og tre av informantene hadde tidligere vært trener for A-landslaget (kvinner). En av informantene var hovedtrener for A-landslaget.

Seks av informantene hadde erfaring med å trene mannlige fotballspillere på nasjonalt nivå (2.divisjon, 1.divisjon eller Eliteserien). En av disse hadde også vært trener for et kvinnelandslag i utlandet.

I utvalget hadde fem av trenerne spilt fotball i Toppserien eller Eliteserien, og fire av disse var tidligere landslagsspillere med et gjennomsnitt på 46 landskamper. Fire av informantene hadde «UEFA Pro lisens» (den høyeste fotballtrenerlisensen) og fem informanter hadde «UEFA A-lisens» (nest høyeste lisens), og den siste informanten holdt på å fullføre denne sertifisering da intervjuene ble gjennomført.

Datainnsamling

Informantene ble kontaktet på telefon med informasjon om delstudiet, samt en invitasjon til å delta. Informantene valgte tid og sted for intervjuene (ofte klubblokalet). I forkant av intervjuene signerte informantene et informasjons- og samtykkeskjema (vedlegg C), godkjent av Norsk senter for forskningsdata (NSD). Intervjuene startet med noen generelle spørsmål, og fortsatte deretter med konkrete spørsmål fra intervjuguiden (vedlegg D). Intervjuguiden var organisert i tre deler basert på delstudienes problemstillinger:

Del 1 – Hvordan oppfatter og bruker toppfotballtrenere svært innflytelsesrike spillere i lagene sine? (Artikkel 2)

Del 2 – Hvilke unike utfordringer opplever trenere i deres daglige coaching i kvinnelig toppfotball? (Artikkel 3)

Del 3 – Hvordan erfarer og beskriver trenere god lagkultur for kvinnelige fotballspillere i norsk toppfotball? (Artikkel 4)

Selv om informantene ble guidet gjennom spørsmål fra intervjuguiden, varierte rekkefølgen på spørsmålene under intervjuene for å skape flyt i samtalen. Denne fleksibiliteten tillot at jeg kunne innhente mest mulig relevant informasjon fra hver enkelt informant (Patton, 2015). På slutten av hvert intervju fikk alle informantene

mulighet til å legge til eller endre svar eller ideer som ble kommunisert under intervjuet (Lincoln & Guba, 1985).

Gjennomføring av analysen

Tematisk tolkningsanalyse ble ansett som den mest egnede tilnærmingen for å analysere dataene til det kvalitative studiet (Aronson, 1995; Braun & Clarke, 2006; Côté et al., 1993; Gibbs, 2007; Nilssen, 2012). Dette på grunn av potensialet for å generere kunnskap gjennom fremveksten og tolkning av temaer fra de transkriberte intervjuene (Fletcher & Arnold, 2011). Induktiv analyse foregår i tre faser (Nilssen, 2012). I fase 1 blir de åpne sitatene (rådata) gruppert etter navn eller koder, mens kodene i fase 2 (aksial koding) grupperes i forskjellige temaer og kategorier (Nilssen, 2012). I fase 3, selektiv koding, blir hovedkategoriene utpekt (Nilssen, 2012).

I det følgende presenteres de ulike fasene i analyseprosessen av materialet for artikkel 2, 3 og 4. Analyseprosessen ble gjort likt for alle de tre artiklene, eneste variasjonen var antall forskere som var involvert i den induktive analysen. I artikkel 2 og 3 ble den induktive analysen gjort av meg og medforfattere uavhengig av hverandre, mens den i artikkel 4 ble utført av meg alene.

Analysen i forkant av den induktive analysen ble gjennomført av meg alene. Jeg gjennomførte intervjuene, og umiddelbart etter hvert intervju skrev jeg ned mine tanker og refleksjoner fra det aktuelle intervjuet. Intervjuene varte i 60-120 minutter og ble lydinnspilt. Neste steg av analysen var ordrett transkribering av intervjuene fra lydfilene. Totalt utgjorde alle intervjuene 586 transkriberte sider. Jeg valgte å transkribere alle intervjuene selv for å få større kjennskap til materialet. Dessuten er transkriberingen en viktig del av analyseprosessen (Nilssen, 2012), og jeg ville ikke risikere at umiddelbar analyse gikk tapt ved at andre utførte denne delen. Jeg lyttet først gjennom hvert intervju før selve transkriberingen begynte. Deretter ble hvert intervju transkribert før intervjuet ble lyttet til samtidig som jeg leste det transkriberte innholdet. Dette gjorde jeg for å bli så godt kjent med innholdet i hvert intervju som mulig, og for å forsikre at transkriberingen var utført så korrekt som mulig. Nye tanker

kom til, og jeg fikk ideer til kodingen. Underveis noterte jeg tanker og refleksjoner som ble gjort.

Fase 1, åpen koding, startet med gjennomlesning av alle de ti intervjuene. Interessante sitater ble markert underveis, samtidig som vi noterte ned tanker og stilte oss selv spørsmål. På dette stadiet gikk mange ord og begreper igjen, uten å bli satt i sammenheng. To uker senere ble denne prosessen gjennomført en gang til for å få en god gjennomgang av materialet, og for å forsikre at vi ikke gikk glipp av viktige utsagn og at alle interessante deler ble inkludert. I etterkant av denne prosessen satt vi igjen med en stor mengde koder. Etter at vi i forskningsteamet (gjelder artikkel 2 og 3) hadde gjort dette hver for oss, hadde vi en felles gjennomgang av sitatene vi hadde markert ut. I hovedsak var de samme sitatene markert ut, og ved ulike markeringer diskuterte vi hverandres vurderinger. Felles forståelse og enighet ble oppnådd før vi startet med neste fase.

I fase 2, aksial koding, ble kodene gruppert i ulike temaer og kategorier (Nilssen, 2012). Med bakgrunn i delstudiets tre problemstillinger ble materialet delt i tre sentrale temaer: 1) Karakteristikk av svært innflytelsesrike fotballspillere, 2) Unike utfordringer som trenere for kvinner opplever, og 3) Lagkultur og prestasjon i toppfotball for kvinner. Kodings- og kategoriseringsprosessen preges alltid av forskerens erfaringer, kunnskap og forforståelse (Nilssen, 2012). Forskningsteamet var bevisst på dette og alle forsøkte å fokusere på det informanten hadde fortalt med et distansert blikk. Forskningsteamet gjennomførte først den aksiale kodingen på egenhånd, før vi igjen hadde en felles gjennomgang for å se at vi plasserte sitatene i samme temaer ut ifra ord og begreper som gikk igjen.

I fase 3, selektiv koding, ble hovedkategorier identifisert. Etter flere gjennomlesninger av datamaterialet identifiserte vi underkategoriene som skilte seg ut ved at flere av informantene kom inn på disse underveis i intervjuene. Deretter ble det utført en systematisk gjennomgang hvor underkategoriene ble relatert til hovedkategorien.

Forskningsteamet gjorde dette sammen, og vi måtte komme til felles forståelse og enighet. Oversikt over tema, hovedkategorier og underkategorier er presentert i tabell 1.

Tabell 1. Artikler med tema, hovedkategorier og underkategorier.

Artikkel 2	Artikkel 3	Artikkel 4
Karakteristikk av svært innflytelsesrike fotballspillere	Unike utfordringer som trenere for kvinner opplever	Lagkultur og prestasjon i toppfotball for kvinner
Hovedkategorier		
Personlige egenskaper	Profesjonalitet	Samhold og sosiale relasjoner
	Tidlig avslutning av karrieren	
	Mentale karakteristikk	
Relasjon til trener	Fotballkunnskap	Trenerrollen i kvinnelig lagkultur
	Intrateam-kommunikasjon	
	Romantiske forhold	
Intrateam-fasilitator	Tilgang til garderoben	
	Laguttak	
Underkategorier		
Idrettskompetanse	Økonomiske forhold	Kommunikasjon
	Kjønnsforventninger	
	Kjønnsstereotyper	
Tankesett	Graviditet	Kjærestereelasjoner
	Selvtillit	
Kollektiv orientert	Omsorg	Spillere som utvikler lagkulturen
	Teoretiske kunnskap	
	Teoretisk utvikling	
Påvirker	Sladder	Treneradferd
	Baksnakking	
Oppgave-fasilitator	Subgrupper	Trenertiltak for å etablere god lagkultur
	Konflikt	
	Relasjoner	
Sosial-fasilitator	Kultur	
	Konsekvenser av spilletid	

3.2 Etske aspekter og utfordringer

Delstudiene innebærer datainnsamling i form av spørreundersøkelse og intervjuer. Før gjennomføring ble begge delstudiene godkjent av Norsk senter for forskningsdata (NSD) (vedlegg E) og retningslinjer fra NSD er fulgt. Ifølge Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora (NESH) (2016) handler forskningsetiske vurderinger om å forholde seg til de verdier, normer og institusjonelle ordninger som bidrar til å konstituere og regulere vitenskapelig virksomhet. Forskningsetikk handler også om vitenskapelig redelighet, som vil si hvordan forskeren opptrer gjennom planlegging og gjennomføring (Kvale & Brinkmann, 2015). I de kvalitative artiklene (2-4) omhandler forskningsetikk måten intervjuene ble gjennomført på, samt hvordan jeg møtte informantene og behandlet intervjudataene i ettertid. Dette handler om at jeg som intervjuer ser viktigheten av sensitivitet og ivaretagelse av informantene som stilte opp til intervju, både under intervjuet, men også i fortolkningen av det som fortelles (Frank, 2010). Avhandlingens forskning baserte seg på fire etiske prinsipper: respekt, kompetanse, ansvar og integritet (Coolican, 2014). Overfor informantene har jeg i tillegg overholdt tre viktige forskningsetiske retningslinjer; informert samtykke, konfidensialitet og informert om konsekvensene av at informantene deltar i mine studier (Everett & Furseth, 2012).

Under avhandlingens kvantitative og kvalitative datainnsamling ble informert samtykke fra informantene innhentet på to ulike måter. I spørreundersøkelsen (artikkel 1) ble det utsendt et informasjonsbrev om hva deltakelse i undersøkelsen innebar og hvordan svarene ville bli behandlet. Informantene fikk informasjon om at det var frivillig å delta, at alle svarene ville bli behandlet konfidensielt, samt at verken enkeltspillere eller lag kunne bli identifisert i rapporteringen av resultatene i det vitenskapelige arbeidet. Dette er opprettholdt i den publiserte artikkelen og i avhandlingen, og det skal dermed ikke være mulig å knytte verken lag eller enkeltpersoner til opplysningene.

For den kvalitative studien (artikkel 2, 3 og 4) fikk informantene først informasjon på telefon, deretter informasjonsbrev på e-post. I informasjonsbrevet fikk informantene informasjon om studien, og hva en eventuell deltakelse ville innebære. Det ble eksplisitt informert om at deltakelse var frivillig og hvordan data skulle behandles med tanke på personopplysninger. I forkant av intervjuene spurte jeg informantene om tillatelse til å ta lydopptak av selve intervjuene. Alle informanter sa ja til dette. Opptakene ble lagret i henhold til NESH (2016) sine retningslinjer. Informantene ble informert om at selv om de gav samtykke til å delta i studien kunne de på hvilket som helst tidspunkt i prosessen trekke seg, og all informasjon de hadde gitt ville bli slettet. Før intervjuene startet skrev informantene under samtykkeerklæringsskjema (vedlegg C).

Gjennom de kvalitative intervjuene opplevde jeg som intervjuer å komme tett innpå informantenes personlige opplevelser og erfaringer som trenere. Jeg ønsket å fremstå på en tillitsfull måte både av respekt for informantene, men også for å ha muligheten til eventuelt å komme tilbake ved en senere anledning hvis det skulle være ønskelig eller nødvendig for å supplere datamaterialet.

Da intervjuene ble gjennomført var jeg aktiv spiller og assistenttrener for et toppserielag, noe som gjorde meg til en del av miljøet. Dette påvirket min forkunnskap om de ulike informantene, og kanskje også informantenes inntrykk av meg. Min kjennskap til feltet kan ha ført til en blindhet hvor det informantene sa ble tolket i lys av egne erfaringer fra norsk toppfotball. I dette tilfellet var det derfor en fordel at vi var et forskningsteam, med ulike bakgrunner som gjorde den induktive analysen på to av artiklene. Inntrykket mitt etter de gjennomførte intervjuene er likevel at min kjennskap til feltet har vært positiv for å sikre et strategisk utvalg og for å bedre forstå informantenes opplevelser.

Under innsamlingsprosessen av de kvalitative intervjuene var jeg bevisst på at det kunne bli en utfordring å anonymisere informantene. I etterkant av intervjuene fremsto denne utfordringen som større enn jeg i utgangspunktet så for meg. De som er i fotballmiljøet på kvinnesiden har kjennskap til trenerne på toppnivå, og kanskje

spesielt A-landslagstrenerne. Dermed vil en presentasjon av trenerne føre til noen utfordringer når det gjelder at det ikke skal være mulig å knytte enkeltpersoner til opplysningene (NESH, 2016). Av denne årsak valgte jeg å begrense hvilke opplysninger som ble tatt med i oversikten over trenerne. For eksempel er ikke kjønn og alder inkludert i beskrivelsen av trenerne. Ut over dette er ikke året intervjuene ble gjennomført oppgitt i verken artiklene eller avhandlingen. Lydopptakene av intervjuene ble bare hørt av meg og ble oppbevart slik at ingen andre hadde tilgang til disse. Transkriberingene av intervjuene ble også gjort av meg og dialekten ble omgjort til bokmål. I tillegg ble personidentifiserende informasjon om informantene utelatt. For å verne om konfidensialiteten til informantene laget jeg koder (1-10) for hver informant som jeg benyttet gjennom arbeidet med hele avhandlingen (se artikkel 2, 3 og 4).

Det tredje viktige grunnprinsippet innenfor etisk forsvarlig forskningspraksis omfatter konsekvensene for informantene ved deltakelse i studiet (Everett & Furseth, 2012). Konsekvenser handler om hvorvidt informantene kan komme til skade som et resultat av studien (Markula & Silk, 2011). Dette kan være psykisk, sosialt eller fysisk skade (Widerberg, 2007). Dette har jeg hele tiden være bevisst på i arbeidet med avhandlingen. Etter min vurdering er det lite sannsynlig at data fra spørreskjemaer, intervjuene eller annet materiale fra studiene skal kunne føre til noe form for skadelige konsekvenser for mine informanter.

4.0 Resultater

I dette kapitlet presenteres først en oppsummering av hovedfunn fra hver av artiklene (artikkel 1, 2, 3 og 4). Artiklene presenteres med sin originale tittel (henholdsvis norsk og engelsk) i rekkefølgen de foreligger i avhandlingen. For et dypere innblikk i artiklene, henvises det til lesing av de vedlagte artiklene i sin helhet. Deretter presenteres artiklenes sammenfattende funn mot avhandlingens formål.

4.1 Artikkel 1 - Mental toughness in elite and sub-elite female soccer players

Problemstillingen til artikkel 1 var «*Er det forskjeller i mental tøffhet mellom kvinnelige spillere som spiller i Toppserien og spillere på lavere nivåer (1.divisjon og 2.divisjon)?*». Problemstillingen belyses gjennom en analyse av et utvalg spillere i norsk Toppserie, 1.divisjon og 2.divisjon. Datamaterialet er basert på spørreskjema der 298 kvinnelige fotballspillere svarte på mental tøffhet (MT) gjennom Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). SMTQ måler mental tøffhet ved tre delskalaer av mental tøffhet (MT-standhaftighet, MT-selvtillit og MT-kontroll) og MT-global. MT-standhaftighet ble ekskludert fra analysen på grunn av lav verdi på inter-item korrelasjonstest (.57).

Resultatene viste at toppseriespillere hadde signifikant høyere MT-global enn spillere i lavere divisjoner. Toppseriespillerne hadde høyere poengsum enn 2.divisjonsspillerne på MT-selvtillit. For MT-kontroll hadde toppseriespillerne signifikant høyere poengsum enn 1.divisjonsspillerne, men toppseriespillerne skilte seg ikke nevneverdig fra 2.divisjonsspillerne på denne delskalaen. Totalt sett viser resultatene at spillerne i Toppserien scorer høyere på mental tøffhet (SMTQ) enn spillerne på lavere nivåer, selv om det ikke er en vesentlig forskjell på alle delskalaene (MT-kontroll). Dette indikerer at mental tøffhet og MT-selvtillit kan være en forutsetning for å spille på høyt prestasjonsnivå og dermed kanskje være viktige karakteristikk for progresjon innen kvinnefotball.

4.2 Artikkel 2 - Athletes as “cultural architects”: A qualitative analysis of elite coaches’ perceptions of highly influential soccer players

Hovedformålet med denne artikkelen var å identifisere svært innflytelsesrike spillere i toppfotballen. Artikkelen intervjuguide tok for seg to hovedtemaer: a) å kartlegge utøverledere og deres innflytelse på gruppen; samt b) undersøke trenerens relasjon til disse utøverlederne.

Alle informantene kunne identifisere og hadde omfattende erfaring med positive og svært innflytelsesrike spillere som de opplevde hadde vært viktige for deres trenerrolle. Det ble påpekt at disse utøverlederne bidro positivt til lagatmosfæren og oppnåelsen av lagets målsetninger. I artikkelen omtales utøverlederne som kulturelle arkitekter basert på arbeidet til Railo og Eriksson (Collins & Collins, 2011; Gibbon, 2002; MacPherson & Howard, 2011; Railo, 1986) og informantenes beskrivelser av innflytelsesrike utøverledere.

Analysene identifiserte tre overordnede karakteristika ved kulturelle arkitekter. 1) *Personlige egenskaper* omhandlet deres idrettslige kompetanse som spiller, et mentalt robust tankesett og en kollektiv orientering. Med tanke på idrettslig kompetanse påpekte informantene at kulturelle arkitekter måtte være dyktige, og blant de beste spillerne på laget. Mental robusthet inkluderer at kulturelle arkitekter må være mentalt tøffe, ha vinnermentalitet, en selvsikker framtoning og positiv påvirkning på medspillernes tankesett. Kulturelle arkitekter har en grunnleggende kollektiv orientering, som omfatter forståelse for felles innsats og lagarbeid, samt grunnleggende sensitivitet og bevissthet når det gjelder medspillere og laget som helhet.

2) *Relasjon til trener* inkluderer integritet og tillit. Alle informantene var tydelige på at trenerens relasjon til kulturelle arkitekter var avgjørende, og at trenere skal kunne støtte seg på og bruke kulturelle arkitekter som en forlengende arm inn i spillergruppen. Relasjonen måtte baseres på gjensidig tillit og forståelse, men uten å gå utover trenerens integritet. Dette innebærer at den kulturelle arkitekten utfordrer og kan

konfrontere trenerens valg og filosofi, men på en måte som ikke reduserer trenerens autoritet og rolle. Videre bidrar kulturelle arkitekter for at en grunnleggende forståelse av trenerens filosofi blir iverksatt og realisert i laget.

3) *Intrateam-fasilitator*, karakteriserer den kulturelle arkitektens roller i laget, og inkluderer at den har stor påvirkning i laget gjennom sin personlighet, sine holdninger, handlinger og sin posisjon i spillergruppen. Den kulturelle arkitekten bidrar også som oppgave-fasilitator ved å utvikle og implementere felles mål, ta ansvar og har sentral koordineringsfunksjon i laget. Videre fungerer kulturelle arkitekter som sosial-fasilitator, som inkluderer hjelpsom adferd, positive bidrag til lagmiljøet og evne til å skape positive relasjoner i laget.

Informasjonen som artikkelen gir kan hjelpe trenere til å identifisere kulturelle arkitekter i laget, bidra i rekrutterings-/utvelgingsprosess til laget, samt til å utvikle spillere til å bli kulturelle arkitekter.

4.3 Artikkel 3 - Additional challenges perceived by coaches when coaching elite female's soccer teams

Hensikten med artikkelen var å undersøke hvilke unike utfordringer trenere opplever i deres daglige coaching i kvinnelige toppfotballag. Intervjuguiden inkluderte tre hovedtemaer: (a) identifisere unike utfordringer ved å være trener for kvinnelige toppfotballag; (b) beskrive utfordringene trenere opplever i kvinnelige fotballag; og (c) hensyn som trenere må ta for å prøve å løse disse utfordringene.

Resultatene avledet fra dataanalysen ble kategorisert i åtte ulike utfordringer (1-8). 1) *Profesjonalisme* er knyttet til økonomiske forhold og kjønnsforventninger. Økonomi omhandler lave lønninger og påvirkningen det har. Kjønnsforventninger innbefatter forventningene som er til kvinnelige spillere utenom fotballkarrieren (f.eks. siviljobb og studier). Disse faktorene er sterkt sammenvevd og kan enten individuelt eller kollektivt påvirke kvinnelige fotballspillers prestasjoner, karrierer, samt påvirke trenerens rolle. 2) *Tidlig karriereavslutning* erfares som en utfordring fordi spillergruppen blir uerfaren

samt reduserer informantenes langsiktige mulighet til å påvirke lagets utvikling. Både kjønnsstereotyper og graviditet fremheves som viktige grunner for tidlig karriereavslutning. Kvinnelig kjønnsstereotypi inkluderer hvilken adferd og holdninger som forventes og anses som akseptable eller passende. For eksempel forventes det ofte at kvinner skal ta mer ansvar for familielivet og hjemmet, samtidig er det bare de som kan bli gravide.

3) *Mentale karakteristikk*er som blant annet lav selvtillit ble opplevd som en utfordring. I tillegg ble det erfart at spillernes selvtillit ofte var relativt ustabil og situasjonsavhengig. Konsekvensen av spillernes lave selvtillit var at informantene måtte gi mer anerkjennelse, oppmerksomhet og tilbakemeldinger. 4) *Fotballkunnskap*. Gjennomgående rapporterte informantene at spillere hadde manglende teoretiske kunnskap om fotball, som resulterte i at mer tid måtte brukes på å forklare spillsystemer, roller, samt hvordan laget kunne utnytte egne styrker og motstandernes svakheter. 5) *Intrateam-kommunikasjon* inkluderer sladder og baksnakk. Informantene fortalte at spillere kunne være ganske stygge når de snakket om hverandre og laget, og at spillere kunne ta med seg kommentarer inn på treninger, kamper og landslagssamlinger. 6) *Romantiske forhold* var ikke et problem i seg selv og det var forståelse for at i lag der spillere tilbringer mye tid sammen, kan følelser oppstå og romantiske forhold utvikle seg. Utfordringen er at kjæresteparet kan bli en egen subgruppe i laget, men hovedutfordringen er ved eventuelle brudd. Brudd er vondt for de det gjelder, medspillerne kan ta parti og konfliktnivået i laget øker, som videre kan påvirke lagets funksjon og prestasjon negativt. 7) *Tilgang til garderoben* ble av de mannlige informantene erfart som en utfordring på grunn av manglende mulighet for tilstedeværelse. Konsekvensen var at de hadde mindre kunnskap om spillerne, laget og kulturen. Riktige utøverledere som påvirkere i garderoben ble i denne sammenhengen fremhevet som avgjørende. 8) *Laguttak* var det kun de kvinnelige informantene som oppfattet utfordrende. De pekte på spillernes reaksjoner med negative følelser og misnøye, samt konsekvenser av manglende spilletid.

Analysen identifiserte unike utfordringer med å trene kvinnelige toppspillere. For trenere er det viktig å vite hvilke utfordringer de kan møte, og denne kunnskapen kan være avgjørende for både lagprestasjonen og trenerjobben. Kunnskapen kan også veilede trenere til å identifisere, håndtere og løse eventuelle utfordringer som oppstår, og dermed bidra til å bli mer effektiv i trenerrollen. Dette kan videre føre til en bedre relasjon mellom trener og spiller, samt bedre læringsmiljø og kultur i laget.

4.4 Artikkel 4 - Lagkultur og prestasjon i toppfotball for kvinner: Et trenerperspektiv

Artikkelen gir beskrivelse av lagkultur i kvinnelig toppfotball fra et trenerperspektiv. Intervjuguiden tok for seg tre temaer: (a) trenerens forståelse av lagkultur i toppfotball for kvinner; (b) faktorer som skaper best mulig lagkultur for kvinnelige fotballspillere; og (c) hensyn som trenere må ta for å skape god lagkultur.

Gjennom analysen ble to hovedkategorier i materialet utpekt: 1) *samhold og sosiale relasjoner i kvinnelige toppfotballag*, som inkluderer kommunikasjon, kjærestereelasjoner, og spillere som utvikler lagkulturen på en positiv måte, og 2) *trenersrollen i kvinnelig lagkultur*, som inkluderer at treneradferd har betydning for lagkulturen, og hvilke tiltak fotballtrenere på toppnivå selv bruker for å etablere en god lagkultur.

I analysen ble det identifisert at samhold og gode sosiale relasjoner er en viktig forutsetning for gode prestasjoner i kvinnefotball. Informantene fremhevet at et godt samhold i laget samt at å lykkes sammen kan påvirke kvinnelige spilleres motivasjon, trivsel og prestasjon i større grad enn for mannlige spillere. Resultatene indikerte at kommunikasjon mellom spillere ble opplevd som utfordrende for trenerne i deres arbeid med å bygge en god lagkultur. For eksempel ble det fremhevet at spillere opplevde episoder på og utenfor kamp personlig, noe som hadde en negativ påvirkning på kommunikasjonen i laget under kamp.

Informantene påpekte at offentlige kjærestereelasjoner mellom medspillere er en sosial relasjon innen toppfotball som bare har blitt erfart på kvinnesiden. Denne relasjonen

kan påvirke dynamikken og kulturen i laget, spesielt ved kjærlighetsbrudd. Informantene fremhevet at det derfor vil være fordelaktig for trenere for kvinner å ha en bevisst strategi for hvordan eventuelle kjærlighetsbrudd i laget skal håndteres av ledelsen og spillergruppen.

Ifølge informantene har enkelte spillere større positiv innflytelse på lagkulturen enn andre. Disse spillerne betegnes som kulturelle arkitekter og skaper en positiv atmosfære i laget, men setter også krav til medspillerne når det gjelder å arbeide hardt, målrettet og systematisk over tid for å ha en høyt presterende lagkultur.

I artikkelen fremkommer hvordan treneradferd har betydning for lagkulturen og hvilke tiltak fotballtrenere på toppnivå selv bruker for å etablere en god lagkultur. Informantene påpekte at trenere bør tilpasse sin lederstil til spillernes preferanser, fordi det da er størst sannsynlighet for å oppnå motiverte prestasjonsutøvere. Informantene erfarte at kvinnelige fotballspillere trenger mye bekræftelse, omsorg og flere samtaler sammenlignet med hva mannlige fotballspillere uttrykker behov for. Fokus på trivsel, samhold og tilpassing av treneradferd til spillernes preferanser ble av informantene erfart som viktige tiltak for å skape god lagkultur, men også for å forbedre selvtillit og prestasjon blant spillerne.

4.5 Presentasjon av artiklenes sammenfattende funn

Analysen av resultatene fra avhandlingens fire artikler avdekker tre sentrale aspekter i og for trener- og lederroller for kvinnelige toppfotballspillere i Norge. Disse er helhetlig utøvertilnærming, trener-utøverrelasjon og lagkultur. I tabell 2 presenteres artiklenes samlende funn integrert i avhandlingens formål. Deretter presenteres kort resultater knyttet til de tre sentrale aspektene.

			Integrering av resultater	
Artikkel	Fokus	Data/deltakere/dataanalyse	Resultat	
1. Danielsen, L. D., Rodahl, S., Giske, R., & Høigaard, R. (2017). Mental toughness in elite and sub-elite female soccer players.	Undersøke forskjeller i MT mellom kvinnelige spillere som spiller i toppserien og de lavere nivåer (1. div. og 2. div.)	Spørreundersøkelse. 298 kvinnelige spillere; 96 toppserie-, 80 1. divisjons- og 122 2. divisjonsspillere. Statistisk analyse med ANOVA og MANOVA.	<ul style="list-style-type: none"> - Toppseriespillere har signifikant høyere MT-global score - Toppseriespillerne har høyere MT-selvtillit enn 2. divisjonsspillerne - Toppseriespillerne har signifikant høyere MT-kontroll enn 1. divisjonsspillere - Indikerer at MT og MT-selvtillit forutsettes for høyt prestasjonsnivå og viktige karakteristikk for progresjon - Spillere kan være kulturelle arkitekter (KA) - KA er viktige bidragsyttere til treneren, medspillere og laget - Treneren kan bruke KA som forlengende arm inn i spillergruppen - KA kan brukes til å skape ønsket lagkultur - KA har positiv innflytelse på spillergruppen - KA kan styrke trenerens lederkraft - Gunstig å rekruttere eller utvikle KA 	<p>Helhetlig utøvertilhøring</p> <p>Trener-utøverrelasjonen</p> <p>Lagkultur</p>
2. Danielsen, L. D., Giske, R., Peters, D. M., & Høigaard, R. (2019). Athletes as "cultural architects": A qualitative analysis of elite coaches' perceptions of highly influential soccer players.	Kartlegge utøverledere og deres innflytelse på gruppen, samt undersøke trenerens relasjon til utøverledere.	Semistrukturert intervju. 10 topptrenere. Tematisk tolkningsanalyse.	<ul style="list-style-type: none"> - Unike utfordringer med å coache kvinnelige toppspillere - Observant på utfordringene kan bedre trener-utøverrelasjon, læringsmiljø og prestasjonskultur - Kunnskap om utfordringene styrker trenerens lederkraft - Spillere har semi-profesjonelle liv - Kvinnelige spillere har oftere lavere selvtillit - Samlivsbrudd mellom spillere - Trenerens kjønn påvirker utfordringene - Kvinnelig lagkultur kan være unik - Tilpasse lederstil til idrettsutøveres preferanser - Kjørestreksjoner mellom spillere - Lederstil som tar hensyn til spillerens bakgrunn 	
3. Danielsen, L. D., Jakobsen, A. M., Peters, D. M., & Høigaard, R. (202x). Additional challenges perceived by coaches when coaching elite female's soccer teams.	Undersøke hvilke unike utfordringer trenere opplever i deres daglige coaching i kvinnelige toppfotball.	Semistrukturert intervju. 10 topptrenere. Tematisk tolkningsanalyse.		
4. Danielsen, L. D. (2021). Lagkultur og prestasjon i toppfotball for kvinner: Et trenerperspektiv.	Kartlegge kvinnelig lagkultur i toppfotball fra et trenerperspektiv.	Semistrukturert intervju. 10 topptrenere. Tematisk tolkningsanalyse.		

Tabell 2: Å lede kvinnelige toppfotballspillere.

4.5.1 Helhetlig utøvertilnærming

Resultatene indikerer at en helhetlig utøvertilnærming kan ha større betydning i kvinnefotball enn herrefotball (artikkel 1, 3 og 4). Profesjonalitet og rammene (f.eks. mindre støtteapparat, spillere ordner egen matpakke og transport til kamp) rundt kvinnelige spillere er ifølge informantene ikke i nærheten av forholdene mannlige spillere i toppfotball har (artikkel 3). Dette fører blant annet til at kvinnelige spillere i realiteten har semi-profesjonelle karrierer som gjør at fotball for kvinner ofte er en overskuddsaktivitet. Noen av informantene påpekte at dette påvirker deres forventninger og krav til kvinnelige fotballspillere, samt at spillernes semi-profesjonelle karrierer opplevdes utfordrende både når det gjelder innflytelse og hensyn til spillernes totale belastning. Dette kan påvirke spillernes evne til å nå sitt fulle potensial som fotballspillere. En annen konsekvens av høy totalbelastning kan være at kvinnelige spillere er mer utsatt for skader, utbrenthet og tidlig avslutning av karrieren. Informantene fremhever at de må være bevisst på samt kunne ta hensyn til totalbelastningen og spillernes sivile forpliktelser i planlegging og gjennomføring av trening og kamp.

Informantene påpeker at forventninger og kjønnsstereotyper påvirker spillernes utvikling og karriere (artikkel 3). De fremhever blant annet samfunnets forventninger om at kvinner må ta mer ansvar for hjemmet og familielivet samt at det bare er kvinner som kan bli gravide. Konsekvensene av dette er både mindre tid til fotball og ofte tidlig karriereavslutning, som fører til mindre kontinuitet i laget (artikkel 1 og 3). Dette krever ifølge informantene ordninger i klubbene og forbedret økonomi, for å legge til rette for at spillere kan komme tilbake til fotballkarrieren etter graviditet (artikkel 3). Ved en slik tilrettelegging kan klubbene forhindre å miste dyktige spillere for tidlig, trenere får bedre tid og muligheter til å utvikle laget, noe som trolig vil øke kvaliteten på kvinnefotball.

Resultatene viste at spillere på øverste nivå (Toppserien) hadde betydelig høyere mental tøffhet (MT-global) og selvtillit (MT-selvtillit) enn spillere på lavere nivå (artikkel

1). Trenerinformantene rapporterte at kvinnelige spillere har lavere selvtillit enn mannlige spillere, og at selvtilliten er relativt ustabil og situasjonsavhengig (artikkel 3 og 4). Selv om fysiske, taktiske og tekniske evner er grunnleggende krav for å spille på toppnivå, viser resultatene at mental tøffhet og selvtillit er en viktig forutsetning for at spillere skal prestere, håndtere utfordringer og utvikle seg (artikkel 1, 3 og 4). Resultatene indikerer viktigheten av at trenere fokuserer på og arbeider med å utvikle spillernes mentale tøffhet og selvtillit.

4.5.2 Trener-utøverrelasjon

Avgjørende for å skape en god kultur og for å prestere best mulig er kvaliteten på trener-utøverrelasjonen (artikkel 2, 3 og 4). En personlig og støttende trenerstil beskrives som den mest hensiktsmessige fordi kvinnelige fotballspillere ofte ønsker å bli sett, få tilbakemeldinger og omsorg (artikkel 3 og 4). Informantene så dette som unikt med å være trener for kvinner fordi de ikke opplevde at mannlige spillere uttrykte dette behovet. Videre ble spillernes ønsker og behov fremmet som svært positivt fordi det bidro til at informantene kom nærmere og fikk større kjennskap til spillerne og dermed lettere kunne tilpasse treneradferden for å påvirke spillerne positivt (artikkel 4).

De mannlige informantene er distansert fra lagdynamikken i garderoben (artikkel 3). Det ble rapportert som utfordrende fordi garderoben er en arena de oppfattet som verdifull å ta del i for å forstå og påvirke spillerne og laget. Samtidig er garderoben en egnet arena for å etablere nær og pålitelig trener-utøverrelasjon. Konsekvensen av redusert tilgang var at de mannlige informantene måtte finne andre måter å etablere relasjonen på samt styrke egen posisjon i garderoben. Det ble fremhevet å bruke kulturelle arkitekter som deres forlengede arm inn i garderoben fordi de er spillere som informantene har stor tillit til og stoler på (artikkel 2 og 3). Samtidig kunne kulturelle arkitekter være bidragsyttere til gruppen med positive holdninger og adferd i treningsmiljøet (artikkel 2). Informantene erfarte at det å kunne rekruttere eller utvikle slike spillere til laget sitt, kan være avgjørende både for lagets prestasjoner og deres jobb.

4.5.3 Lagkultur

Samholdet og de sosiale relasjonene ble framhevet som nøkkelen for utvikling og optimale prestasjoner i kvinnelig lagkultur (artikkel 4). Ifølge flere av informantene var spillerne på kvinnesiden opptatt av stabilitet og trygghet, som blant annet fører til at kvinnelige spillere ofte blir værende lengre i samme klubb. Videre var informantene av den oppfatningen at samhold, relasjoner og stabilitet har større betydning i kvinnelig sammenlignet med mannlig lagkultur.

En av de største egenartene med hensyn til relasjoner i kvinnefotball er at offentlige kjæresteforhold mellom spillerne kan oppstå (artikkel 3 og 4). Dette er unikt for kvinnelig lagkultur, for informantene uttrykte at kjæresteforhold er en sosial relasjon de bare hadde opplevd å måtte håndtere i kvinnelige fotballag. Dette indikerer at trenere for kvinnelag vil være tjent med å ha en bevisst strategi for hvordan kjærestereelasjoner og eventuelle brudd skal håndteres.

God kommunikasjon mellom spillere, og mellom trener og spiller, fremheves som en nøkkelfaktor for god lagkultur (artikkel 3 og 4). En tydelig og konstruktiv kommunikasjon mellom spillerne på banen ble av informantene opplevd som fraværende, og dette skapte utfordringer i deres arbeid med å bygge god lagkultur. I tillegg påpekte informantene at sladder og baksnakk var blant de mest utfordrende faktorene i intrateam-kommunikasjonen (artikkel 3). Årsaken var at spillerne kunne være ganske stygge når de snakket om hverandre, trenere eller andre forhold vedrørende laget.

En sentral faktor i kulturbyggingen er ifølge informantene å ha spillere som karakteriseres som kulturelle arkitekter (artikkel 2 og 4). Årsaken er at disse spillerne har en sterk lidenskap både for å forbedre laget (f.eks. vinnerinstinkt, sette krav, innsats og ta ansvar for gruppedynamikken) og skape et velfungerende og høyt presterende lag.

Informantene påpekte at deres rolle som trenere er sentral for utviklingen av lagkultur, og for å bli en fremgangsrik toppfotballtrener er utvikling og opprettholdelse av god prestasjonskultur nødvendig (artikkel 4). Videre var informantene opptatt av å ta

hensyn til spillernes bakgrunn, som innebærer forståelse av at spillernes kjønn også kan påvirke ledelsespreferansene.

5.0 Diskusjon

I dette kapitlet diskuteres avhandlingens resultater opp mot fagområdets internasjonale forskningsfelt og eksisterende kunnskapsgrunnlag. Først drøftes artiklenes samlede resultater opp mot avhandlingens formål. Deretter presenteres refleksjoner rundt metodiske styrker og begrensinger.

5.1 Drøfting av artiklenes samlede resultater opp mot avhandlingens formål

Javed et al. (2020) og Jowett (2017) påpekte at trenere har en sterk og varig innvirkning på sine utøvere og lag, mens Cotterill og Fransen (2016) fremhevet betydningen av lederferdigheter blant utøvere i laget. Resultater fra avhandlingen trekker frem helhetlig utøvertilnærming, trener-utøverrelasjonen og lagkultur som sentrale aspekter i og for trener- og lederroller for kvinnelige toppfotballspillere i Norge. Det eksisterer teoretisk støtte for at helhetlig utøvertilnærming (Dohsten et al., 2020; Gómez et al., 2021; Kristjánsdóttir et al., 2019; Madsen et al., 2020), trener-utøverrelasjonen (Jowett & Cockerill, 2002; Moen et al., 2019) og lagkultur (Andersen, 2011; Cruickshank & Collins, 2012b; Thorpe et al., 2021) har betydning for lagets prestasjon. Den påfølgende drøftingen går nærmere inn på disse tre sentrale aspektene.

5.1.1 Helhetlig utøvertilnærming

Tidligere forskning har fremhevet betydningen av at trenere fokuserer på en helhetlig tilnærming til utøverne, der hele utøveren blir sett og utvikles (Light et al., 2014; Potrac et al., 2000; Stone et al., 2021; Wormhoudt et al., 2017). Begrepet helhetlig utøvertilnærming henviser til at treneren tar hensyn til utøvernes intellektuelle, følelsesmessige, fysiske og mentale karakteristikk samt sosiale og kulturelle miljøer som påvirker utøveren (Gréhaigine et al., 2005). Ifølge Norman (2016) har mannlige og kvinnelige idrettsutøvere mange likheter, men spesielle nyanser og ulikheter må tas i betraktning for å skape effektive grupper og gode prestasjoner. Dette støttes av resultater fra avhandlingen (artikkel 1, 3 og 4), og Gilbert (2016) som påpekte at

trenerne med trenererfaring med både mannlige og kvinnelige utøvere, var bevisste på at det er fordelaktig med ulike tilnærminger.

Resultatene indikerer at en helhetlig utøvertilnærming kan ha større betydning i kvinnefotball enn herrefotball på grunn av rammefaktorene (artikkel 3). Informantene opplevde spillernes økonomiske betingelser og kjønnsforventninger som utfordrende. Svært få kvinnelige spillere har fotballen som levevei, noe som gjør at de må kombinere fotball med jobb og/eller studier. For å bruke egen karriere som eksempel, var det samtidig som jeg spilte i Toppserien nødvendig å både jobbe og studere for å ha tilstrekkelig inntekt og flere muligheter etter karrieren. Jobb-/studieforpliktelser fører til mindre tid til å trene, eller som for meg, trening både før og/eller etter sivilt arbeid, som fører til mindre tid til restitusjon, og dermed blant annet økt skaderisiko.

Ordet «profesjonell» i idrettssammenheng kan ha flere betydninger. Det kan blant annet omhandle tilstrekkelig inntekt fra å drive med idretten, men det kan også knyttes til holdninger og innstillinger til selve idretten, med tanke på å være «seriøs» (Breivik, 2010; McKinney et al., 2019; Schweiger, 2014). Den siste knyttes til å være dedikert, kvalitet i treningsarbeidet, høyt treningsvolum og optimal restitusjon (Jenkins, 2014). Å skulle være profesjonell i betydningen av å være seriøs kan for mange kvinnelige fotballspillere oppleves som utfordrende, og til tider umulig da rammebetingelsene ikke gir mulighet for å kunne satse optimalt eller leve opp til de forventningene det innebærer å være profesjonell (Jenkins, 2014). I den grad de forsøker å være profesjonelle, kan det for mange bidra til overbelastning som kan som nevnt føre til skader, utbrenthet eller tap av motivasjon, som igjen kan redusere spillernes mulighet til å utvikle sin kompetanse, og utnytte talentet og evnene sine i et langtidsperspektiv (European Commission, 2012; Gledhill & Harwood, 2015). Det kan også fremtvinge tidligere karriereavslutning som har blitt identifisert som vanligere i kvinnefotball sammenlignet med herrefotball (Abdul, 2018; Barreira, 2016; Foley & Kopf, 2019; Kristiansen et al., 2014; Martinez-Lagunas et al., 2014). Koukiadaki og Pearson (2017) rapporterte at mange kvinnelige spillere forlater fotballen allerede i begynnelsen av

tjueårene for å følge en mer bærekraftig karriere eller for å stifte familie. Gjennomsnittsalderen blant toppseriespillerne i artikkel 1 viste tilsvarende tall (22,2 år), og tidlig karriereslutt ble fremhevet av alle trenerinformantene som en stor og vanlig utfordring (artikkel 3 og 4).

Informantene poengterte at det kun er kvinner som kan bli gravide, samt at det var en utfordring fordi spillerne ofte avsluttet karrieren ved graviditet (artikkel 3). Tidligere toppdommer Mark Clattenburg hevder at kvinnelige dommere må velge mellom å bli gravid eller å bli dommere (O'Brien, 2021). Kommentaren gjenspeiler stereotypier om graviditet og fødsel som hovedsakelig begrenser kvinnelige utøveres prestasjon og/eller motivasjon (Fullagar & Toohey, 2009). Selv om kvinner ofte slutter når de ønsker å bli mor, så er det fra et prestasjons- og karriereperspektiv fremhevet at de fleste utøverne i studien til Sundgot-Borgen og kolleger (2019) opplevde at deres prestasjonsnivå var det samme eller forbedret etter å ha blitt mor. Cox (2014), Gearin (2018) og Martínez-Lagunas et al. (2014) hevder også at når en utøver har født barn resulterer det i positiv prestasjonseffekt. Selv om det er en stor omveltning å bli mor, kan det være mulig å kombinere barn og fotball, men det krever ifølge informantene tilrettelegging med bedre ordninger og økonomi i klubbene (artikkel 3). Trenerne kan bidra ved å ta hensyn til de praktiske utfordringene kvinner med barn har, blant annet mulighet til å ta med barn til trening og kamp (Sundgot-Borgen et al., 2019). For hvis spillere som er gravide returnerer til fotballkarrieren etter fødsel og permisjon vil det bidra til å øke gjennomsnittsalderen. En slik tilrettelegging vil også bidra til å forhindre at dyktige spillere avslutter karrieren for tidlig, samtidig får trenerne bedre muligheter til å utvikle laget, som trolig vil øke kvaliteten på kvinnefotball. I sum skaper den dårlige økonomiske tilstanden en ond sirkel og har negative ringvirkninger for spillerne, noe som er påpekt i flere studier (Abdul, 2018; de Haan & Norman, 2020; Kristiansen et al., 2014). Dermed blir det viktig for trenerne å ha en mer helhetlig utøvertilnærming (Dohsten et al., 2020; Gómez et al., 2021; Kristjánsdóttir et al., 2019; Madsen et al., 2020).

Resultatene viste at trenere må balansere spillerens motivasjon, ambisjoner og mål med eksterne krefter eller krav om å være «profesjonelle» med virkeligheten (artikkel 3). Dette gjør det vanskelig eller tilnærmet umulig å legge til rette for optimal utvikling og prestasjon. På grunn av at informantene har kortere tid sammen med spillerne og laget, påpekte de at det også reduserte deres mulighet for oppfølging av spillerne.

Mentale karakteristikk er identifisert som viktige forklaringsfaktorer for idrettsutøvers prestasjoner og fotballferdigheter (Coetzee et al., 2006; Feltz, 2007; Gucciardi & Gordon, 2011; Hays et al., 2009; Kristjánsdóttir et al., 2019; Madsen et al., 2020; Sheard, 2013; Weinberg et al., 2011). Resultatene viste at mental tøffhet og selvtillit er viktige forutsetninger for progresjon og et høyt prestasjonsnivå innen kvinnefotball (artikkel 1, 3 og 4). Informantene var bevisste på betydningen av mentale karakteristikk, og resultatene med kvinnelige spillere på ulikt prestasjonsnivå viste det samme. Nicholls og kollegaer (2009) hevdet at menn har større mental tøffhet enn kvinner i deres sammenlignende studie av mannlige og kvinnelige idrettsutøvere. Dette støttes av resultatene i artikkel 4 siden de er lavere enn tilsvarende studier gjort på menn, eller der utvalget er mannsdominert (Cowden et al., 2016; Crust & Swann, 2011).

Flere forskere (Nesti, 2010; Sheard, 2013; Weinberg et al., 2011) har fremhevet at kvinnelige toppidrettsutøvere ofte har lavere selvtillit enn menn. Informantenes erfaring var den samme, og de opplevde at selvtilliten hos kvinnelige spillere ofte var lavere enn mannlige spillere (artikkel 3 og 4). Samtidig ble det påpekt at kvinners selvtillit var relativt ustabil og situasjonsavhengig (artikkel 3). At kvinner ofte har mindre stabil idrettsspesifikk selvtillit enn menn ble også underbygd av resultatene i studien til Gallucci (2014). Min erfaring er at kvinner oftere påvirkes av personene rundt seg når det gjelder egen selvtillit. Hvis for eksempel treneren kommer med negative korrigeringer er min erfaring at kvinnelige spillere oftere tviler på seg selv og egne ferdigheter. Dette kommenterte også en informant som hadde vært trener både for menn og kvinner (artikkel 4). Informanten erfarte at ved tilbakemeldinger angående manglende prestasjon til kvinnelige spillere ble selvtilliten og prestasjonen til spilleren

påvirket i større grad enn det ville gjort hos en mannlig spiller. Jones og kollegaer (1991) hevdet at kvinnelige idrettsutøvere bekymrer seg mer for å nå sine konkurransemål samt å være tilstrekkelig forberedt sammenlignet med mannlige idrettsutøvere. Samtidig kan det være så enkelt at kvinner er mer ærlige i sin vurdering av seg selv, mens menn har en tendens til å overvurdere egen kompetanse (Ridgers et al., 2007). En annen grunn til lavere og mindre stabil selvtillit kan være at kvinner ofte blir sammenlignet med menn, og dermed påvirker herrespilleres prestasjoner selvtilliten til kvinnelige spillere (Nesti, 2010; Sheard, 2013; Weinberg et al., 2011). Jeg har selv veldig mange ganger opplevd at kvinnelige fotballspilleres prestasjoner har blitt vurdert opp mot mannlige spillere. Sammenligning av kvinnefotball og herrefotball har blitt påpekt av flere og betegnes som urettferdig (Hjelset & Hovden, 2014; Pedersen et al., 2019; Øfsti, 2019). Kjønnssammenligningen ser ut til å være relativt vanlig både i forskning og blant trenere og utøvere, og den er ikke begrenset til mentale karakteristikk, men også til idretten generelt og til utøveres holdning, ferdigheter og prestasjoner (Skogvang, 2006; Skogvang & Fasting, 2013). Det kan stilles spørsmål om kjønnssammenligningen er hensiktsmessig, siden det ikke gir et nyansert og nøyaktig bilde av faktiske forhold. Uavhengig av eventuelle kjønnsforskjeller indikerer analysen at trenere for kvinnelige toppfotballspillere kan være tjent med å ha en helhetlig utøvertilnærming hvor hele spilleren blir sett, både fysiske og psykiske karakteristikk samt det sosiale og kulturelle miljøet (artikkel 1, 3 og 4).

5.1.2 Trener-utøverrelasjon

Viktigheten av å etablere en nær og god relasjon mellom trener og idrettsutøver er godt dokumentert, og avgjørende for å utvikle idrettsutøvere og deres prestasjoner (Høigaard, 2009; Jowett, 2017; Jowett et al., 2010; Jowett & Nezlek, 2012; Moen et al., 2019). Dette understøttes av informantene som alle fremhevet at gode relasjoner med spillerne var avgjørende både for deres egen og spillernes prestasjoner (artikkel 2, 3 og 4). Ifølge Jowett og Shanmugam (2016) vil en god trener-utøverrelasjon åpne muligheten for at trenere og utøvere kan tenke "utenfor boksen", mens en dårlig trener-utøverrelasjon kan være begrensende, distraherende og energikrevende. Som trener er

det nødvendig å legge ned innsats i forsøk på å få et nært bånd med utøverne da det kan fremme forståelse og gjensidig respekt, som igjen kan fremme en enda mer stabil, harmonisk og sunn relasjon mellom trener og utøver (Jowett, 2017).

Informantene opplevde det som sentralt med en personlig og støttende lederstil fordi kvinnelige fotballspillere ofte er mer opptatt av å bli sett, få tilbakemeldinger og omsorg fra trenere sammenlignet med mannlige fotballspillere (artikkel 3 og 4). Erfaringene fra informantene er i tråd med funn fra Norman (2015) og Dohsten et al. (2020), som understreker at kvinnelige idrettsutøvere trenger en omsorgsfull tilnærming, støtte, positiv kommunikasjon og anerkjennelse fra treneren. Min erfaring etter 18 sesonger på seniornivå er at det er stor variasjon i hvilket kommunikasjonsmønster ulike kvinnelige spillere trenger. Noen trenger mer støtte og anerkjennelse, mens andre trenger å bli pushet for å prestere. Likevel er jeg av samme oppfatning, at kvinner generelt trenger mer oppmerksomhet og støtte for å prestere best mulig. Ifølge Norman og French (2013) er et demokratisk, personlig og positivt forhold til treneren viktig for kvinnelige idrettsutøvere. Ofte kan mannlige idrettsutøvere kreve en mer autokratisk lederstil, mens kvinnelige idrettsutøvere ofte foretrekker en mer empatisk coaching- og kommunikasjonsstil (Fasting & Pfister, 2000; Norman, 2016). Erfaringene til informantene støtter dette, og de påpekte at trenere bør kommunisere på en måte som bygger opp spillernes selvtillit gjennom å gi dem bekreftelse og oppmuntring (artikkel 3 og 4). Longshore og Sachs (2015), så vel som Norman (2016), gir støtte til at trenere bør tilpasse sin treneradferd ut ifra utøvernes kjønn.

De mannlige informantene opplevde spillernes behov for annerkjennelse, omsorg og tilbakemeldinger som utfordrende (artikkel 3). Jeg har selv sett at det kan være utfordrende for mannlige trenere som kommer rett fra herrefotball til kvinnefotball å tilpasse seg og håndtere spillernes behov for å bli sett og få omsorg fra treneren. Det kan være et resultat av den mannlige fotballkulturen, der slike behov og adferd kanskje er mer undertrykt eller ikke anerkjent, eventuelt ikke er like nødvendig. En annen mulighet er at fokuset i mannlig toppfotball og i fotballutdanning er høyt idrettsspesifikk

(f.eks. ferdigheter, taktikk, prestasjon og det å vinne) (Filetti et al., 2017; Larsen et al., 2013) og mindre på helhetlig ledelsesmetode (f.eks. kommunikasjon, omsorg og bekreftelse) (Hardman et al., 2010; Jones & Turner, 2006). Enkelte studier viser at idrettsutøvere vurderer kvinnelige trenere for å håndtere relasjoner og empati bedre enn mannlige trenere (Hovden & Tjønndal, 2019; Murray et al., 2018), og at kvinnelige trenere ofte benytter en mer omsorgsfull og helhetlig coachingtilnærming (Lindgren & Barker-Ruchti, 2017). Ifølge Côté og Gilbert (2009) er trenerens mellommenneskelige (f.eks. relasjonsbygger og kommunikasjon) og intrapersonlige kunnskap (f.eks. refleksjon og evaluering) like viktig som profesjonell kunnskap, og når kvinnelige spillere ledes er kanskje denne typen kvaliteter enda viktigere.

Informantene påpekte at spillernes behov for å bli sett og få tilbakemeldinger fra treneren bidrar til en nærmere relasjon mellom treneren og spillerne (artikkel 4). I en studie av Ladda (2015) understrekes det at nærhet i trener-utøverrelasjonen kan være positivt og gi en god struktur for relasjonen. Jowett (2017) fremhever at nærhet i relasjonen sannsynligvis gjør at trenere og utøvere er flinkere til å lytte og ta hensyn til hverandres behov, ambisjoner og mål. Felles forståelse og respekt er byggesteiner for å skape en positiv trener-utøverrelasjon som gir energi, inspirasjon, trygghet og motivasjon til å jobbe hardt og dermed kunne oppnå ekstraordinære prestasjoner sammen (Jowett, 2017).

Trenere, spillere og forskere anbefaler at trenere, i tillegg til observasjon og veiledning under treningsøkter og kamper, har regelmessige individuelle spillersamtaler og samtaler med ulike lagdeler (Høigaard & Jørgensen, 2007; Jones, 2006; Jowett, 2005; 2007). Informantene opplevde at spillerne, på grunn av forpliktelsene og kravene utenfor fotballen, ikke alltid har tid tilgjengelig til individuelle samtaler og oppfølging utenom treningene på tross av at de er motiverte, har behov for oppfølging og forstår nytten av det for å prestere (artikkel 3). Videre var informantene overbevist om at utfordringen med spillernes tilgjengelighet for mer individuell oppfølging kan løses hvis spillerne kan redusere sine forpliktelser utenfor fotballen og dermed har mer ledig tid

til å prioritere fotballen. Samtidige påpekte informantene nødvendigheten for mer investering og økte økonomiske betingelser i kvinnefotball, slik at spillerne har anstendig inntekt for å spille toppfotball. Det vil frigjøre tid til fotballkarrieren og gi kvinnelige spillere bedre forutsetninger for sportslig utvikling.

Garderoben tjener mange funksjoner og kan være en viktig arena for trenere for å utvikle og/eller forstå spillerne, laget og lagkulturen (Goffman, 1959). Forskning har vist at garderobes brukes formelt (f.eks. motivasjonstale og lagsmøter) og uformelt (f.eks. sosialt samvær, avslapning, spising og påkledning) (Breakey et al., 2009; Graupensperger & Tisak, 2018; Wilson, 2018). Garderoben er derfor en viktig arena for intrateam-kommunikasjon og interaksjon blant spillere (Mills & Hoeber, 2013; Wilson, 2018). De mannlige informantene opplevde å være distansert fra lagdynamikken i garderoben (artikkel 3). De oppfattet garderoben som verdifull arena for å samhandle med spillerne. Samtidig er garderoben en egnet arena for å etablere en nær og pålitelig trener-utøverrelasjon. Derfor, og kanskje ikke overraskende, var redusert tilgang til garderoben opplevd som en utfordring blant de mannlige informantene. Kvinnelige trenere kan være mer uformelle i garderoben, og har dermed en arena til å etablere en nærmere relasjon til spillerne. Dette kan være en årsak til at resultatene i studien til Fasting og Pfister (2000) viste at kvinnelige fotballspillere foretrekker kvinnelige trenere. Siden de mannlige informantene var distansert fra garderoben opplevde de det som viktig å finne andre områder for å få kunnskap om og skape nære relasjoner med spillerne (artikkel 2 og 3). En mye benyttet måte for å få denne kunnskapen var bruk av kulturelle arkitekter som deres forlengede arm inn i garderoben, da kulturelle arkitekter er spillere informantene har stor tillit til og stoler på.

Informantene påpekte at det var grunnleggende at deres relasjon med kulturelle arkitekter var preget av tillit og høy integritet (artikkel 2). Når tidligere forskning samtidig viser at tillit har en kritisk innflytelse på hvordan individer i et lag tolker hverandres adferd (Bandow, 2001; Salas et al., 2005; Simons & Peterson, 2000), gir dette implikasjoner for at trenere bør være bevisste på og arbeide for å fremme

integritet og gjensidig tillit der det er mulig å være kritisk og luften uenigheter for å skape en effektiv relasjon. Mer spesifikt fremhevet informantene at en kulturell arkitekt bør utfordre, komme med forslag og ha kritiske innspill på en måte som bygger opp under trenerens ledelse (artikkel 2). Spillere som utfordrer og undergraver trenerens ledelse, slik som for eksempel i historien i introduksjonskapittelet (se 1.1.2, s. 8), kan som historien viste føre til at treneren og laget blir veldig skadelidende. Cope og kollegaer (2011) benevner denne utøverrollen som kreft («cancer»). Utøverlederne i historien gikk inn for å undergrave trenerens ledelse og posisjon. Hvis ikke denne typen negative spillere blir stoppet, kan det bidra til å skape en dårlig fungerende gruppe (Keyton, 1999), som for trenere kan innebære en uholdbar arbeidshverdag, og etter hvert oppsigelse. For spillergruppen kan dette på samme tid føre til dårlige prestasjoner, tap av kamper, nedrykk, dårlige opplevelser, lav motivasjon og tap av idretts glede. Historien fra introduksjonskapittelet (s. 8) endte med at treneren gikk, laget rykket ned og for min egen del ble både motivasjon og glede med fotballen svekket.

5.1.3 Lagkultur

I litteraturen fremheves det at å etablere en lagkultur som bidrar til og understøtter godt samhold, samarbeid og høye krav til prestasjon, har effektive og funksjonelle normer og verdier, i tillegg til at god kommunikasjon er viktig for å skape trivsel og gode prestasjoner både på kort og lang sikt (Andersen, 2011; Cruickshank & Collins, 2012b; Høigaard, 2020; Schein, 2017; Quested & Duda, 2010). Ifølge Thorpe og kollegaer (2021) vil derimot dårlig lagkultur ikke bare påvirke prestasjonen, men også utøverens fysiske og psykiske helse. Samtidig fremhever flere studier behov for å undersøke hva god lagkultur for kvinnelige idrettsutøvere er (Felton & Jowett, 2013; MacKinnon, 2011; Thorpe et al., 2021). I arbeidet med å utvikle kulturen i et lag fremheves treneren som en avgjørende faktor (Fletcher & Arnold, 2011), det var derfor viktig å undersøke trenerens perspektiver på lagkultur. Videre er trenerens oppfatning viktig både fordi de har førstehåndskjennskap til lagkulturen, og i tillegg er sentrale for å skape dynamikk i laget og utvikling av effektiv lagkultur (Fletcher & Arnold, 2011; Schroeder, 2010). Å studere topptrenere perspektiver på lagkultur er kanskje spesielt viktig siden

trenerrollen på toppnivå er utfordrende, og det kreves kunnskap om både prestasjonsvariabler og eventuelle barrierer for å kunne påvirke og kontrollere dem (Lyle, 1999). Gitt det faktum at det har vært mindre fokus på treneres erfaringer med kvinnelige idrettsutøvere (Melkersson, 2013; Norman, 2015), og få undersøkelser av treneres oppfatninger og utfordringer når de trener kvinnelige idrettsutøvere, er det nødvendig med mer kunnskap om trenerens rolle for å best mulig kunne legge til rette for å utvikle lagkulturen. Dette indikerer at det var hensiktsmessig å undersøke treneres oppfatning av deres rolle som trenere i kvinnelig toppfotball.

Alle informantene fremhevet betydningen av å skape en kultur der relasjonene mellom spillerne preges av stabilitet, trygghet, trivsel og godt samhold (artikkel 4). Dette er i tråd med mine erfaringer som både spiller og trener. I lag hvor jeg opplevde nære og gode relasjoner mellom spillerne og vennskap ble etablert og utviklet, bidro dette til en positiv kultur i laget som fremmet økt stabilitet (dvs. liten utskiftning), innsats og vilje til å jobbe for laget, og som en konsekvens av dette bedre prestasjoner. Gode relasjoner er også noe som fremheves i forskning på kvinnelige utøvere. For eksempel hevder Keathley og kollegaer (2013) at kvinnelige fotballspillere vektlegger relasjonene med medspillere høyere enn hva mannlige spillere gjør. At relasjoner fremstår som viktigere kan være fordi kvinner oftere motiveres av det sosiale miljøet og fellesskapet, mens menn først og fremst er opptatt av konkurranse og det å vinne (Kolnes, 1994; Seippel, 2003). For å lykkes i å skape en god og effektiv lagkultur blir det derfor viktig at trenere klarer å balansere fokuset på prestasjon med muligheten til å etablere nære og gode relasjoner samt trygghet og trivsel (Dohsten et al., 2020).

Et unikt aspekt ved kvinnelig fotballkultur er ifølge informantene at det er stor grad av åpenhet og toleranse for at det utvikles kjærestereelasjoner mellom spillere (artikkel 3 og 4). Dette understøttes av egen karriere hvor jeg opplevde stor toleranse for at lagvenninner blir kjærestere eller spiller på lag med samboere eller ektefeller. Studier på kvinnelig lagidrett har vist at det er lettere å være åpen lesbisk der enn i samfunnet ellers (Adams & Anderson, 2012; Skogvang & Fasting, 2013). At informantene brukte

ordet unikt, var at de ikke hadde erfaringer med kjæresteforhold mellom spillere i mannlige fotballag (artikkel 3 og 4). Dette underbygges i studien til Skogvang og Fasting (2013) hvor det påpekes at det tas for gitt at mannlige fotballspillere er heterofile. En utfordring som trekkes frem er imidlertid at kjæresteparet kan bli en egen subgruppe i laget og kan distansere seg fra resten av laget (Martin et al., 2015; 2016). Subgrupper behøver i seg selv ikke å være negativt, men kan i enkelte tilfeller bidra til økt konflikt, dårligere teamatmosfære, redusert kohesjon og prestasjon (Carron & Eys, 2012; Eys et al., 2009; Fletcher & Hanton, 2003; Martin et al., 2016). På andre siden kan det være positive konsekvenser med subgrupperinger, som økt innsats, motivasjon, trivsel, aksept, kommunikasjon og beslutningstaking for spillere og laget (Martin et al., 2015; Paradis et al., 2014; van Raalte et al., 2011). Når det gjelder romantiske følelser er det naturlig at de kan oppstå og det vil nærmest være umulig å forhindre det. Det er sannsynligvis mer hensiktsmessig å ha stor toleranse for at det kan skje og skjer, og at det i større grad eksisterer en åpenhet rundt både fordeler og utfordringer som kan oppstå i et lag når noen spillere har en kjæresterelasjon. En fordel kan for eksempel være smitteeffekten som god stemning mellom to spillere som er lykkelig sammen kan ha. I studien til Totterdell (2000) framkommer det at godt humør hos enkeltspillere kan smitte over på resten av laget og ha positiv påvirkning både på humør og prestasjon.

En fremtredende utfordring informantene beskrev var samlivsbrudd mellom spillere (artikkel 3). Erfaring tilsa at dette påvirket gruppedynamikken negativt (f.eks. dårlig miljø og trykket stemning) og var en kilde til økt konfliktnivå i laget. I min karriere er det to kjæresterelasjoner som har påvirket laget mest, særlig fordi begge parene avsluttet forholdene mens de fortsatt spilte sammen. Det bruddet som kanskje påvirket prestasjonen på banen mest, var når to spillere i svært sentrale posisjoner gikk fra hverandre. Dette fordi de to posisjonene er avhengig av god kommunikasjon. Da forholdet tok slutt gjorde også kommunikasjonen det, og de sluttet helt å snakke sammen, også på banen. Naturlig nok gjorde dette at situasjoner innenfor egen 16-meter under kamp ble mye vanskeligere å håndtere. Det andre kjæresteforholdet påvirket selve klimaet i laget i enda større grad, kanskje fordi laget var tettere på

relasjonen og forholdet var mer stormfullt underveis. Relasjonen ble også tatt med inn i garderoben både på trening og i kamp. Jeg vil påstå at man under kamp kunne se hvordan relasjonen deres på hjemmebane var, og når den var god presterte de bedre sammen og laget virket som helhet mer samlet.

Ved de fleste samlivsbrudd oppstår det sterke emosjoner, og det å håndtere situasjonene kan være både utfordrende og vanskelig. Et høyt emosjonsnivå, og i enkelte tilfeller også høyt konfliktnivå mellom de involverte spillerne, kan spre seg i laget som sosial smitte (Apitzsch, 2006; Boss & Kleinert, 2015; Totterdell, 2000). Videre kan også ulike spillere ta parti med en av partene som splitter lag, noe som ytterligere kan øke konfliktnivået i laget og skape grobunn for negative subgrupperinger (Martin et al., 2015; 2016). Generelt har forskning både på konflikt og negative subgrupperinger vist at det kan bidra til mistilpassethet, aggressiv og selvcentrert adferd, samt økt prestasjonsangst og redusere trivsel og konsentrasjon i gruppen (Carron & Eys, 2012; González-Ponce et al., 2018). Det er likevel viktig å presisere at selv om konflikter kan påvirke gruppen negativt kan det i noen tilfeller, hvis gruppen klarer å snakke sammen og i fellesskap komme fram til gode løsninger, bidra til økt trygghet, større forpliktelser til beslutninger og virke prestasjonsfremmende (Holt et al., 2012).

I jobben med å utvikle en god lagkultur bør trenere eksplisitt tematisere kjærestereelasjoner og hvordan dette kan påvirke laget. Ikke minst bør det fokuseres på intrateam-kommunikasjon, subgrupper og konflikthåndtering. Gjennom fokus og systematisk arbeid med slike forhold kan det bidra til å øke lagets motstandskraft (Morgan et al., 2019). Det å styrke lagets motstandskraft uavhengig av eventuelle kjæresteforhold i laget, kan være en forebyggende strategi for å motvirke potensielle negative konsekvenser, ikke bare angående kjæresteforhold, men også andre utfordringer som lag kan oppleve (f.eks. manglende kommunikasjon, sladder og baksnakking). Informantene fremhevet at en sterk lagkultur preges av åpen og god kommunikasjon, hvor spillerne er trygge på hverandre og klimaet i laget tillater å ta opp viktige utfordringer (artikkel 3). Informantene var bevisste på og arbeidet med å

skape et godt kommunikasjonsklima, hvor utfordrende hendelser tas opp i felleskap der spillerne er nødt til å snakke sammen ansikt til ansikt for å løse utfordringene.

Alle informantene fremhevet god intrateam-kommunikasjon som en forutsetning for å skape et godt presterende lag (artikkel 3 og 4), noe som også understrekes i idrettslitteraturen (Borrie & Knowles, 2003; Høigaard, 2020; Høigaard & Jørgensen, 2007; Sullivan & Short, 2011). Informantene påpekte at kommunikasjonen mellom kvinnelige spillere under kamp kan være utfordrende fordi det etter deres opplevelse ikke ble kommunisert på en tydelig og konstruktiv måte (artikkel 4). Samtidig er det en mulighet at spillerne har kollektiv kunnskap knyttet til oppgaven og samarbeidet, samt deler samme tanke sett («shared mental model»), og dermed har mulighet til å koordinere tanker og handlinger uten nødvendigvis å eksplisitt kommunisere under kamp (Cannon-Bowers et al., 1993; Klimoski & Mohammed, 1994; McNeese et al., 2015). En informant hevdet at en årsak til dårlig kommunikasjon kunne være at spillerne var stille og beskjedne (artikkel 4). Egne erfaringer tilsier at det ofte er mindre verbal kommunikasjon under kamp mellom kvinner enn menn. Likevel er det mange av mine med- og motspillere i løpet av karrieren som ikke kan beskrives på denne måten. Det at kvinnelige spillere oppleves som mer stille og beskjedne kan ha med forventninger til kvinner. Et eksempel er at det ikke er akseptert at kvinner skal være aggressive, tøffe eller skrike (Buss & Perry, 1992; Coulomb-Cabagno & Rasclé, 2006; Eagly & Steffen, 1986). En annen side som trekkes frem av informantene er at konflikter under spill på trening kan prege kommunikasjonen og relasjonen mellom spillerne også utover selve treningen (artikkel 4). Samtidig påpekte informantene at det som skjer utenfor fotballbanen ofte blir tatt med inn på trening eller kamp, og landslagstrenerne erfarte at dette i noen tilfeller også tas med videre inn i landslagssamlinger. En mulig årsak til dette kan være at kvinner ofte er mer følsomme (Korkut, 2005), og dermed blir mer påvirket av relasjonene og konflikter.

Sladder og baksnakking ble av informantene oppfattet som de mest utfordrende aspektene når det gjaldt intrateam-kommunikasjon (artikkel 3). Sladder eller

baksnakking knyttes ofte til noe negativt og assosieres med sjalusi, ondskap (Einat & Chen, 2012), løgner (Melwani, 2012), samt dømmende og trivielle antakelser (Michelson et al., 2010). Samtidig kan sladder også representere noe positivt fordi det kan bidra til deling av informasjon, evaluering av andre, følelsesmessig utluffing og selvbeskyttelse (Bergmann, 1993; Grosser et al., 2012; Martinescu et al., 2014). Sladder og baksnakking kan da bidra til å opprettholde lagnormene, øke samholdigheten og forbedre relasjonen mellom spillerne i laget (Duffy et al., 2002; Dunbar, 2004). Informantenes opplevelse av sladder og baksnakking knyttes i liten grad til at det har noen positive sider, kanskje fordi de ikke har opplevd at det faktisk har noe positivt med seg. For eksempel uttalte de tydelige strategier og handlinger i et forsøk på å forhindre, redusere eller eliminere sladder og baksnakk. Noe også Høigaard (2020) og Marani et al. (2020) hevder er viktig for å utvikle effektiv intrateam-kommunikasjon. Samtidig kan det være slik at de åpenbare negative sidene med sladder medvirker til at trenere overser eventuelle positive sider.

I artikkel 2 er fokuset på innflytelsesrike spillere og utøverlederskap. Utøverlederskap har i en rekke studier blitt fremhevet som avgjørende for lagets funksjon, prestasjon og kultur (Collins & Collins, 2011; Cotterill & Fransen, 2016; Crozier et al., 2013; Glenn & Horn, 1993; Price & Weiss, 2011; Todd & Kent, 2004; Vincer & Loughhead, 2010; Yukelson, 1997). Resultatene viste at kulturelle arkitekter oppfattes som kulturbyggere med sterk lidenskap for å forbedre laget og skape et velfungerende og høyt presterende lag (artikkel 2). Dette samsvarer med Collins og Collins (2011) som hevdet at slike utøvere vil være med å påvirke til et effektivt og positivt miljø, ved blant annet å være en bidragsyter til positive holdninger og adferd i treningsmiljøet. Derfor er det ifølge informantene viktig å ha en eller flere kulturelle arkitekter i laget for effektiv lagfunksjon på kort sikt (f.eks. i kampen, treningsperioden eller sesongen) og på lengre sikt for utvikling og optimalisering av lagkultur med tanke på prestasjon. Kulturelle arkitekter oppfyller kriteriene for uformelle lederroller både når det gjelder oppgavelederrollen (gir taktiske instruksjoner til medspillere) og motivasjonslederrollen (anerkjent som den største motivatoren på banen) (Fransen et al., 2014b; 2017). Av

informantene ble det oppfattet som grunnleggende at kulturelle arkitekter brukte kommunikasjon som et virkemiddel i relasjonen med medspillerne og i samarbeid med treneren. På grunn av den kulturelle arkitektens kompetanse, personlighet og posisjon i laget, vil dens kommunikasjon kunne fungere som en brobygger mellom treneren og spillergruppen. Ifølge informantene blir kulturelle arkitekter ofte valgt til å være kaptein, men det er likevel ikke automatisk slik at en kaptein er en kulturell arkitekt.

5.2 Styrker og begrensinger

Resultatene presentert i denne avhandlingen må tolkes i lys av på dens styrker og begrensninger. Først og fremst mener jeg at min erfaring som spiller og trener på toppnivå i Norge er en styrke. Jeg har førstehånds kjennskap til feltet, noe som har bidratt til rekruttering av informanter, produktive samtaler under intervjuene, større forståelse både for informantenes erfaringer og i analysen av datamaterialet. Samtidig kan min nærhet til feltet gjøre at jeg har en grad av «blindhet», som kan ha ført til at nyanser har blitt oversett eller fordreid. En følge av bevissthet rundt dette gjorde at jeg knyttet til meg medforfattere for å få flere blikk på datamaterialet, samt at de har hatt mulighet til å utfordre meg med en annen forforståelse siden de står på utsiden av fotballmiljøet.

Den kvantitative delen ble gjort på et utvalg som representerer de beste kvinnelige fotballspillerne i Norge (artikkel 1). Et slik utvalg kan være vanskelig å få tak i, og det er gjort få studier på utvalget. På de to øverste nivåene var svarprosenten relativt god (67% av toppserielagene og 82% av 1.divisjonlagene), mens den blant 2.divisjonslagene var den noe lav (32%). For å måle mental tøffhet ble det benytte et idrettsspesifikt spørreskjema som tidligere studier har vurdert til å ha tilfredsstillende psykometrisk kvalitet (Cowden et al., 2016; Sheard et al., 2009). Spørreskjemaet ble oversatt fra engelsk til norsk, noe som kan påvirke svarene. For å sikre at spørsmålene var lett forståelige for den aktuelle gruppen og at spørsmålenes meningsinnhold gjenspeilet intensjonen med spørsmålene, ble spørreskjemaet testet på et utvalg spillere, tilsvarende informantene som studien skulle gjennomføres på (1.divisjonslag).

Trenerne til de ulike lagene ble fulgt opp, og det ble laget beskrivende prosedyre på gjennomførelsen av spørreundersøkelsen. I infoskrivet (vedlegg B) til spillerne ble det understreket at de og laget ikke ville bli identifisert i den senere rapporteringen av resultatene og at det ikke var riktige eller gale svar, men at vi var interessert i deres oppfatninger, noe som kan redusere informantenes tendens til å svare på sosialt ønskelig oppførsel (Gilbert et al., 1998).

Utvalget i den kvalitative delen er unikt, og et utvalg som kan være vanskelig å få tilgang til fordi trenerne har mye fotballerfaring fra toppnivå samt erfaring med å være trener for både kvinner og menn (artikkel 2, 3 og 4). I forlengelsen av dette er både mannlige og kvinnelige trenere intervjuet noe som gir et mer nyansert bilde og kanskje også et «bredere bilde» av perspektivene som har blitt undersøkt (Hovden & Tjørndal, 2019). Gitt utvalgets betydelige fotballerfaring med toppnivået i Norge, har resultatene fra delstudie 2 (artikkel 2, 3 og 4) svært god forutsetning for å belyse opplevelsene og erfaringene til trenere for kvinnelige toppfotballspillere, og beskrivelser av kulturelle arkitekter, utfordringer og lagkultur i kvinnelig toppfotball i Norge. I forkant av intervjuene praktiserte jeg mine intervjuer ved å gjennomføre et pilotintervju under tilsyn av en mer erfaren intervjuer noe jeg vil argumentere for at er en styrke. Pilotintervjuet tillot meg å forbedre intervjuferdighetene mine, og gav også ekstern ekspertvalidering på effektiviteten til intervjuguiden (Bucci et al., 2012), da pilotintervjuet ble gjennomført på en tidligere toppfotballtrener. Gjennomføringen av datainnsamlingen ble gjort på en god og produktiv måte, der informantene fikk bestemme sted. Intervjusamtalene hadde god flyt, og jeg opplever at informantene villig delte av sine erfaringer. At flere uavhengige forskere gjorde den kvalitative analysen (artikkel 2 og 3) er også en styrke.

Det er flere begrensninger som må tas hensyn til når resultatene tolkes. I samfunnsvitenskap er det godt etablert at metodiske begrensninger kan påvirke resultatene til en studie (Podsakoff et al., 2012). Målefeil kan oppstå fordi informanter misforstår spørsmål, husker feil, svarer feil, krysser feil eller lignende. For eksempel når

spillerne skulle beskrive egen treningsadferd og treningsbakgrunn, kan det ha oppstått feil eller misforståelser. Jeg kan ikke vite sikkert om spillernes beskrivelser av treningsnivå samsvarer med deres faktiske treningsnivå, da det ifølge Thing og Ottesen (2013) ofte innen idretts- og helseforskning er et problem at informanter overrapporterer sitt fysiske aktivitetsnivå. Ettersom resultatene i artikkel 1 er basert på selvrapportert data, er det en mulighet for at informantene gir sosialt ønskelige svar, fordi informantene vil presentere seg på den mest favoriserte måten i henhold til eksisterende sosiale normer (King & Bruner, 2000). Det kan føre til at spillerne overrapporterer adferd som er ønskelig i fotball, for eksempel økt MT-selvtillit og mental tøffhet.

I artikkel 2 omtales utøverlederne som kulturelle arkitekter basert på arbeidet til Railo og Eriksson (Collins & Collins, 2011; Gibbon, 2002; MacPherson & Howard, 2011; Railo, 1986) og informantenes beskrivelser av svært innflytelsesrike utøverledere. Begrepet ble ikke brukt av meg under intervjuene og kun én informant brukte selv begrepet kulturell arkitekt under beskrivelsen av svært innflytelsesrike utøverledere. Selv om begrepet er nytt og teoretisk forsvarlig, kan det oppleves kunstig. Den kvalitative analysen til artikkel 4 ble gjort av meg alene, og alle kvalitative analyseprosesser preges av forskerens erfaringer, kunnskap og forforståelse (Nilssen, 2012), derfor erkjenner jeg at andre kunne hatt ulike tolkninger av dataene. En annen begrensning med delstudie 2 (artikkel 2, 3 og 4) kan være at informantene er svært nært forskningsfeltet, siden det er trenernes egne perspektiver på utøverledere, utfordringer og lagkultur som studeres. Det kan føre til noen «blinde flekker» i trenernes beskrivelser, for eksempel kan det være at deres beskrivelse av egen treneradferd på feltet ikke tilsvarer spillernes opplevelse.

6.0 Konklusjon

I dette kapitlet gis en kort konklusjon på bakgrunn av hovedfunn i avhandlingen, kunnskapsutviklingen og de implikasjoner arbeidet gir grunnlag for å uttale seg om. Først vil jeg se på de fire forskningsspørsmålene og forsøke å svare kort på disse. Avslutningsvis presenteres avhandlingens implikasjoner og bidrag til forsknings- og kunnskapsfeltet.

6.1 *Forskningsspørsmål 1: Er det forskjeller i mental tøffhet mellom kvinnelige spillere som spiller i Toppserien og de som spiller på lavere nivåer?* - Artikkel 1

Spillere i Toppserien scoret høyere på mental tøffhet enn spillere på lavere nivå (1.divisjon og 2.divisjon), selv om det ikke er en vesentlig forskjell på alle delskalaene (delskala MT-kontroll). Toppseriespillerne scoret høyere enn 2.divisjonsspillerne på MT-selvtillit. Dette indikerer at mental tøffhet og MT-selvtillit kan være en forutsetning for å spille på høyt prestasjonsnivå og dermed kanskje være viktige karakteristikk for progresjon innen kvinnefotball.

Ved å fremheve betydningen av mental tøffhet og MT-selvtillit innen kvinnefotball, er det større sjanse for at trenere for kvinnelige spillere blir bevisst på betydningen og vil arbeide med å utvikle spillernes mentale tøffhet og MT-selvtillit.

6.2 *Forskningsspørsmål 2: Hvordan oppfatter og bruker toppfotballtrenere svært innflytelsesrike spillere i lagene sine?* - Artikkel 2

Innflytelsesrike spillere, benevnes som kulturelle arkitekter og tre sentrale karakteristikk ved denne rollen utdypes; personlige egenskaper, relasjonen til treneren og innflytelse på laget. Kulturelle arkitekter fremstår som viktige bidragsyttere til treneren, medspillere og laget som helhet. For trenerne fungerer de også som en «forlengende arm» inn i spillergruppen for å skape en god lagkultur. I artikkel 2 løftes

det frem at trenere kan bruke kulturelle arkitekter for å styrke egen lederkraft. Rekruttering eller utvikling av kulturelle arkitekter kan være avgjørende for trenerens jobb og lagets prestasjoner.

6.3 Forskningsspørsmål 3: *Hvilke unike utfordringer opplever trenere i deres daglige coaching i kvinnelig toppfotball?* - Artikkel 3

Utfordringene trenere opplever er oppsummert i fire punkter. Det første er at informantene opplever at spillernes semi-profesjonelle karrierer gjør det utfordrende å ha innflytelse og kontroll på spillernes totale belastning. Informantene fremhever at de må være bevisst på og kunne ta hensyn til spillernes totalbelastning og sivile forpliktelser i planlegging og gjennomføring av trening og kamp. Informantene løftet fram at økte økonomiske betingelser var nødvendig hvis kvinnefotball skal utvikles. Foruten slike investeringer, opplever de at forventningen til kvinnelige toppspillere verken er rettferdig eller rimelig.

For det andre opplever informantene at kvinnelige spillere ofte har lavere selvtillit enn herrespillere, konsekvensen av dette var at informantene måtte gi mer annerkjennelse, oppmerksomhet og tilbakemeldinger. Det tredje er at informantene opplever samlivsbrudd eller andre konflikter mellom spillerne på laget som utfordrende. Informantene var derfor bevisst på å ta opp utfordrende hendelser i fellesskap hvor spillerne er nødt til å snakke sammen.

For det fjerde viste artikkelen at kjønnet til trenerne kan påvirke hvilke utfordringer de opplever. De mannlige informantene opplevde å være distansert fra lagdynamikken i garderoben, noe som reduserte kunnskapen om spillerne, laget og kulturen, mens de kvinnelige informantene opplevde laguttak som utfordrende.

6.4 Forskningsspørsmål 4: *Hvordan erfarer og beskriver trenere god lagkultur for kvinnelige fotballspillere i norsk toppfotball?* - Artikkel 4

Hovedfunnene kan oppsummeres i fire punkter. For det første gir materialet innsikt i treneres beskrivelser av kvinnelig lagkultur i toppfotball, hva de erfarer som viktige faktorer for å opprettholde god prestasjonskultur og hvilken betydning lagkulturen har for deres trenerrolle. For det andre understøtter funnene fra dette materialet tidligere forskning som viser at trenere bør tilpasse sin lederstil til idrettsutøveres preferanser. Da er det størst sannsynlighet for å oppnå motiverte prestasjonsutøvere.

Det tredje hovedfunnet handler om kjærestereelasjoner mellom spillere. Informantene fremhevet dette som en sosial relasjon de bare opplever å måtte håndtere i kvinnelige toppfotballag. Dette indikerer at fotballtrenere for kvinnelige fotballag med fordel har en bevisst strategi for hvordan kjæresteforhold mellom spillere skal håndteres. For det fjerde viser analysen i artikkel 4 at god lagkultur utvikles når trenere har en lederstil som tar hensyn til spillerens bakgrunn. Dette innebærer også en forståelse av at utøvernes kjønn kan påvirke ledelsespreferansene.

6.5 Implikasjoner og bidrag til kunnskaps- og forskningsfeltet

Avhandlingen har identifisert tre sentrale aspekter som kan bidra til å øke forståelsen i og for trener- og lederroller for kvinnelige toppfotballspillere i Norge. Disse er: helhetlig utøvertilnærming, trener-utøverrelasjonen og lagkultur. Videre gir avhandlingen informasjon om at spillernes psykologiske karakteristikk som mental tøffhet og selvtillit kan påvirke trenerens coaching, samt om kulturelle arkitekter, utfordringer trenere opplever med å trene kvinner og kvinnelig lagkultur. Denne informasjonen kan bidra til at trenere blir mer effektive til å identifisere viktige karakteristikk og egenskaper hos kvinnelige spillere, og hvordan trenere på best mulig måte kan utføre trenerrollen for å utvikle lag og spillere til å prestere best mulig. Effektive trenere og ledere er viktig for utvikling av kvinneidretten, og for at spillere skal få den beste muligheten til å nå sitt potensiale. Denne avhandlingen har identifisert dimensjoner som

kan bidra til å øke forståelsen i og for trener- og lederroller for kvinnelige spillere, som har implikasjoner for trenere, idrettspsykologer, lag og enkeltspillere i et profesjonsperspektiv.

Avhandlingen konkluderer at trenere bør benytte en lederstil og adferd tilpasset spillernes trenerpreferanser. Tilpasses treneradferden øker sannsynligheten for at spillerne blir mer motiverte, mentalt tøffere, selvsikre og bedre prestasjonsutøvere samt kan lagkulturen forbedres. Videre framstår kulturelle arkitekter som viktige bidragsytere til treneren, medspillere og laget som helhet. Rekruttering eller utvikling av kulturelle arkitekter kan være avgjørende for trenerens jobb og lagets prestasjoner.

Funn fra avhandlingen viser at det er en fordel for trenere å ha en helhetlig utøvertilnærming med utgangspunkt i spillernes kjønn, bakgrunn og psykologiske karakteristikk. Med dette er det ikke et mål å argumentere for at en bestemt lederstil fungerer for kvinnelige fotballspillere, mens en annen fungerer for herrefotballspillere, da å lede et fotballag på toppnivå til gode prestasjoner er svært sammensatt uavhengig av kjønn. Derimot er et av hovedpoengene at trenere ikke bør forvente at de automatisk kan overføre en trenerstil de har praktisert på et herrelag til et kvinnelag. Dette kan oppmuntre trenere, trenerutdanninger og idrettspolitiske beslutningstakere til ikke å se på trener-utøverrelasjonen kjønnsblindt, men med nye øyne og utvidet perspektiv.

6.5.1 Videre forskning

Avhandlingen gir grunnlag for ytterligere forskning for å fremme forståelse for hvordan ulike grupper idrettsutøvere opplever coaching. Sammen med litteraturgjennomgangen (kapittel 1) av forskning viser avhandlingen at det er behov for økt forskningsinnsats på ledelse av kvinnelige utøvere. Det eksisterer en del kunnskap om dette, men mer er nødvendig for videre utvikling. Med avhandlingen som utgangspunkt kan noen relevante spørsmål for videre forskning være: 1) Hva erfarer kvinnelige fotballspillere på toppnivå er effektiv ledelse? 2) Hvilken betydning har trenerens kjønn for ledelsestilnærmingen? 3) Er det kjønnsforskjeller mellom trenere med tanke på kommunikasjon og tilbakemeldinger til utøvere og hvordan påvirker disse utøverne? 4) Hvordan beskriver kulturelle

arkitekter seg selv og sin påvirkning på trener og laget? 5) Hvilke utfordringer opplever spillere påvirker deres utvikling og presentasjoner, og hvilke strategier kan trenere/klubb/fotballforbund gjøre for å lette disse?

Samlet bidrar resultatene i avhandlingen til en økt forståelse for flere ulike aspekter som er sentrale i og for trener- og lederroller for kvinnelige toppfotballspillere i Norge. Fremtidig forskning bør gjøres på andre lagidretter, nasjoner, samt på spillere for å undersøke om resultatene valideres. Studier med bruk av longitudinell metode for å undersøke innvirkningen ulike trener- og lederroller har på lagprestasjonen over tid anbefales.

7.0 Referanseliste

- Aase, T. H., & Fossåskaret, E. (2014). *Skape virkeligheter: Om produksjon og tolkning av kvalitative data* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Abdul, G. (2018, 5. april). *Women soccer players demand equity*. Women's media center. <https://www.womensmediacenter.com/news-features/women-soccer-players-demand-equity>
- Adams, A., & Anderson, E. (2012). Exploring the relationship between homosexuality and sport among the teammates of a small, Midwestern Catholic college soccer team. *Sport, Education and Society*, 17(3), 347-363. <https://doi.org/10.1080/13573322.2011.608938>
- Afdal, G. (2019). Ethical logics in teacher education. *Teaching and Teacher Education*, 84, 118-127. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2019.05.009>
- Ahmad, H., Ada, E. N., Jowett, S., Alabduljader, K., & Kazak, Z. (2021). The validation of direct and meta versions of the Coach-Athlete Relationship Questionnaire (ArCART-Q) in the Arabic language: Their relationship to athlete's satisfaction with individual performance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041998>
- Alvesson, M., & Sköldbberg, K. (2017). *Tolkning och reflektion: Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod* (3. utg.). Studentlitteratur AB.
- Andersen, J. A. (2011). A new sports manager does not make a better team. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 6(1), 167-178. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.6.1.167>
- Apitzsch, E. (2006). Collective collapse in team sports: A theoretical approach. I F. Boen, B. de Cuyper & J. Opdenacker (Red.), *Current research topics in exercise and sport psychology in Europe* (s. 35-46). LannooCampus Publishers.
- Aronson, J. (1995). A pragmatic view of thematic analysis. *The Qualitative Report*, 2(1), 1-3. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/1995.2069>
- Aspvik, N. P., Mehus, I., Sæther, S. A., & Tjønndal, A. (2016). Instruerende og positiv feedback ledelse i fotball: En undersøkelse av norske mannlige fotballtreneres lederstil. *Idrettsforum.org.*, 1-20. <http://idrottsforum.org/aspviketal160408/>
- Asselin, M. E. (2003). Insider research: Issues to consider when doing qualitative research in your own setting. *Journal for Nurses in Staff Development*, 19(2), 99-103. <https://doi.org/10.1097/00124645-200303000-00008>
- Assis, L. C. S. (2009). Coherence, correspondence, and the renaissance of morphology in phylogenetic systematics. *Cladistics*, 25(5), 528-544. <https://doi.org/10.1111/j.1096-0031.2009.00261.x>
- Bandow, D. (2001). Time to create sound teamwork. *Journal for Quality and Participation*, 24(2), 41-47.

- Barnes, K. (2009). *Performance point mental performance*. Canadian Sport Centre Pacific. <https://www.csipacific.ca/wp-content/uploads/pp/performance-point-mp-1001-mental-toughness.pdf>
- Barreira, J. (2016). Age of peak performance of elite women's soccer players. *International Journal of Sports Science*, 6(3), 121-124.
- Bergmann, J. R. (1993). *Discreet indiscretions: The social organisation of gossip*. Aldine de Gruyter.
- Borrie, A., & Knowles, Z. (2003). Coaching science and soccer. I T. Reilly & A. M. Williams (Red.), *Science and Soccer* (s. 187-197). Routledge.
- Boss, M., & Kleinert, J. (2015). Explaining social contagion in sport applying Heider's balance theory: First experimental results. *Psychology of Sport and Exercise*, 16(3), 160-169. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.10.006>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Breakey, C., Jones, M., Cunningham, C. T., & Holt, N. (2009). Female athletes' perceptions of a coach's speeches. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(4), 489-504. <https://doi.org/10.1260/174795409790291376>
- Breivik, G. (2010). Fra egoisme til sjenerøsitet – kan toppidretten reformeres? *Etikk i praksis*, 4(1), 39-56. <https://doi.org/10.5324/eip.v4i1.1739>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bucci, J., Bloom, G. A., Loughead, T. M., & Caron, J. G. (2012). Ice hockey coaches' perceptions of athlete leadership. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(3), 243-259. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.636416>
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452>
- Cannon-Bowers, J. A., Sales, E., & Converse, S. A. (1993). Shared mental models in expert team decision-making. I N. J. Castella (Red.), *Individual and group decision making: Current issues* (s. 221-246). Erlbaum.
- Carron, A. V. (1993). The Coleman Roberts Griffith address: Toward the integration of theory, research, and practice in sport psychology. *Journal of Applied Sport Psychology*, 5(2), 207-221. <https://doi.org/10.1080/10413209308411315>
- Carron, A. V., Brawley, L. R., & Widmeyer, N. W. (1998). Measurement of cohesion in sport and exercise. I J. L. Duda (Red.), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (s. 213-226). Fitness information technology.
- Carron, A. V., & Eys, M. A. (2012). *Group dynamics in sport* (4. utg.). Fitness Information Technology.
- Carron, A. V., Hausenblas, H. A., & Eys, M. A. (2005). *Group dynamics in sport* (3 utg.). Fitness Information Technology.

- Carron, A. V., Widmeyer, N. W., & Brawley, L. R. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The group environment questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7(3), 244-266. <https://doi.org/10.1123/jsp.7.3.244>
- Chelladurai, P. (1980). Leadership in sport organizations. *Canadian Journal of Applied Sport Science*, 5(4), 226-231.
- Chelladurai, P. (1984). Discrepancy between preferences and perceptions of leadership behavior and satisfaction of athletes in varying sports. *Journal of Sport Psychology*, 6(1), 27-41. <https://doi.org/10.1123/jsp.6.1.27>
- Chelladurai, P. (1990). Leadership in sport: A review. *International Journal of Sport Psychology*, 21(4), 328-354.
- Chelladurai, P. (2001). *Managing organization for sport and physical activity, a system perceptive*. Holcomb-Hathaway.
- Chelladurai, P. (2007). Leadership in sport. I G. Tenenbaum & R.C. Eklund (Red.), *Handbook of Sport Psychology* (3. utg., s. 113-135). John Wiley & Sons.
- Christoffersen, L., & Johannessen, A. (2012). *Forskningsmetode for lærerutdanningene*. Abstrakt.
- Coetzee, B., Grobbelaar, W., & Gird, C. C. (2006). Sport psychologist skills that distinguish successful from less successful soccer teams. *Journal of Human Movement Studies*, 51(6), 381-401.
- Collins, D., & Collins, J. (2011). Putting them together: Skill packages to optimize team/group performance. I D. Collins, A. Button & H. Richards, *Performance psychology: A practitioner's guide* (s. 361-380). Churchill Livingstone Elsevier.
- Colman, M. M., & Carron, A. V. (2001). The nature of norms on individual sport teams. *Small Group Research*, 32(2), 206-222. <https://doi.org/10.1177/104649640103200204>
- Coolican, H. (2014). *Research methods and statistics in psychology* (6.utg.). Psychology Press.
- Cope, C. J., Eys, M. A., Beauchamp, M. R., Schinke, R. J., & Bosselut, G. (2011). Informal roles on sport teams. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 9(1), 19-30. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2011.563124>
- Côté, J. (2006). The development of coaching knowledge. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 1(3), 217-222. <https://doi.org/10.1260/174795406778604609>
- Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2003). From play to practice: A developmental framework for the acquisition of expertise in team sports. I J. Starkes & K. A. Ericsson (Red.), *Expert performance in sports: Advances in research on sport expertise* (s. 89-113). Human Kinetics.
- Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 307-323. <https://doi.org/10.1260/174795409789623892>
- Côté, J., Salmela, J. H., Baria, A., & Russell, S. J. (1993). Organizing and interpreting unstructured qualitative data. *The Sport Psychologist*, 7(2), 127-137. <https://doi.org/10.1123/tsp.7.2.127>

- Côté, J., Turnnidge, J., & Evans, M. B. (2014). The dynamic process of development through sport. *Kinesiology Slovenica*, 20(3), 14-26.
- Cotterill, S. (2013). *Team psychology in sports: Theory and practice*. Routledge.
- Cotterill, S. T., & Fransen, K. (2016). Athlete leadership in sport teams: Current understanding and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 9(1), 116-133. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2015.1124443>
- Cotterill, S. T., & Fransen, K. (2021). Leadership development in sports teams. I Z. Zenko & L. Jones (Red.), *Essentials of exercise and sport psychology: An open access textbook* (s. 588-612). Society for Transparency, Openness, and Replication in Kinesiology. <https://doi.org/10.51224/B1025>
- Coulomb-Cabagno, G., & Rasclé, O. (2006). Team sports players' observed aggression as a function of gender, competitive level, and sport type. *Journal of Applied Social Psychology*, 33(8), 1980-2000. <https://doi.org/10.1111/j.0021-9029.2006.00090.x>
- Cowden, R. G., Meyer-Weitz, A., & Asante, O. K. (2016). Mental toughness in competitive tennis: Relationships with resilience and stress. *Frontiers in Psychology*, 7(320), 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00320>
- Cox, D. (2014, 4. november). *Does childbirth improve athletic ability?* The Guardian. <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/the-running-blog/2014/nov/04/does-childbirth-improve-athletic-ability>
- Cox, E., Bachkirova, T., & Clutterbuck, D. (Red.). (2010). *The complete handbook of coaching*. Sage.
- Cresswell, S., & Hodge, K. (2004). Coping skills: Role of trait sport confidence and trait anxiety. *Perceptual and Motor Skills*, 98(2), 433-438. <https://doi.org/10.2466/pms.98.2.433-438>
- Crotty, M. (1998). *The foundations of social research: Meaning and perspective in the research process*. Sage.
- Crozier, A. J., Loughead, T. M., & Munroe-Chandler, K. J. (2013). Examining the benefits of athlete leaders in sport. *Journal of Sport Behavior*, 36(4), 346-364.
- Crust, L., & Swann, C. (2011). Comparing two measures of mental toughness. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 217-221. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.09.032>
- Cruikshank, A., & Collins, D. (2012a). Culture change in elite sport performance teams: Examining and advancing effectiveness in the new era. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(3), 338-355. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.650819>
- Cruikshank, A., & Collins, D. (2012b). Change management: The case of the elite sport performance team. *Journal of Change Management*, 12(2), 209-229. <https://doi.org/10.1080/14697017.2011.632379>
- Cushion, C. J., Armour, K. M., & Jones, R. L. (2006). Locating the coaching process in practice: Models 'for' and 'of' coaching. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 11(1), 83-99. <https://doi.org/10.1080/17408980500466995>
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving* (5.utg.). Gyldendal.

- Dawson, N. V., & Gregory, F. (2009). Correspondence and coherence in science: A brief historical perspective. *Judgment and Decision Making*, 4(2), 126-133.
- de Haan, D., & Norman, L. (2020). Mind the gap: The presence of capital and power in the female athlete-male-coach relationship within elite rowing. *Sports Coaching Review*, 9(1), 95-118. <https://doi.org/10.1080/21640629.2019.1567160>
- Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora (NESH). (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi* (4.utg.). Forskningsetikk. <https://www.forskningsetikk.no/retningslinjer/hum-sam/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-humaniora-juss-og-teologi/>
- DeVellis, R. (2012). *Scale development theory and applications*. Sage.
- Dillern, T., Ingebrigtsen, J., & Shalfawi, S. A. I. (2012). Aerobic capacity and anthropometric characteristics of female elite-recruit soccer players. *Serbian Journal of Sports Sciences*, 6(2), 43-49.
- Dohsten, J., Barker-Ruchti, N., & Lindgren, E. C. (2020). Caring as sustainable coaching in elite athletics: benefits and challenges. *Sports Coaching Review*, 9(1), 48-70. <https://doi.org/10.1080/21640629.2018.1558896>
- Duffy, M. K., Ganster, D. C., & Pagon, M. (2002). Social undermining in the workplace. *Academy of Management Journal*, 45(2), 331-351. <https://doi.org/10.5465/3069350>
- Dunbar, R. I. M. (2004). Gossip in evolutionary perspective. *Review of General Psychology* 8(2), 100-110. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.8.2.100>
- Dwyer, S. C., & Buckle, J. L. (2009). The space between: On being an insider-outsider in qualitative research. *International Journal of Qualitative Methods*, 8(1), 54-63. <https://doi.org/10.1177/160940690900800105>
- Eagly, A. H., & Steffen, V. J. (1986). Gender and aggressive behavior: A meta-analytic review of the social psychological literature. *Psychological Bulletin*, 100(3), 309-330. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.100.3.309>
- Eilertsen, G. (2000). Forståelse i et hermeneutisk perspektiv. *Norsk tidsskrift for sykepleieforskning*, 2(3), 136-159.
- Einat, T., & Chen, G. (2012). Gossip in a maximum security female prison: An exploratory study. *Women & Criminal Justice*, 22(2), 108-134. <https://doi.org/10.1080/08974454.2012.662122>
- Enoksen, E. (2002). *Utviklingsprosessen fra talent til eliteutøver. En longitudinell og retrospektiv undersøkelse av en gruppe talentfulle friidrettsutøvere* [Doktorgradsavhandling]. Norges idrettshøgskole.
- Enoksen, E., Fahlström, P.G., Johansen, B. T., Hageskog, C. A., Christensen, J. B., & Høigaard, R. (2014). Perceptions of leadership behavior and the relationship to athletes among Scandinavian coaches. *Scandinavian sport studies forum*, 5, 131-147.
- Erikstad, M. K., Johansen, B. T., Johansen, M., Haugen, T., & Côté, J. (2021). "As many as possible for as long as possible" — A case study of a soccer team that fosters multiple outcomes. *The Sport Psychologist*, 35(2), 131-141. <https://doi.org/10.1123/tsp.2020-0107>

- European Commission. (2012, 28. september). *EU guidelines on dual careers of athletes: Recommended policy actions in support of dual careers in high-performance sport*. European Union. <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/3648359d-61c4-4132-b247-3438ee828450>
- Everett, E. L., & Furseth, I. (2012). *Masteroppgaven: Hvordan begynne - og fullføre* (2.utg.). Universitetsforlaget.
- Eys, M. A., Beauchamp, M. R., & Bray, S. R. (2006). A review of team roles in sport. I S. Hanton & S. D. Mellalieu (Red.), *Literature reviews in sport psychology* (s. 227-255). Nova Science.
- Eys, M. A., Loughhead, T. M., Bray, S. R., & Carron, A. V. (2009). Perceptions of cohesion by youth sport participants. *The Sport Psychologist*, 23(3), 330-345. <https://doi.org/10.1123/tsp.23.3.330>
- Fasting, K., & Pfister, G. (2000). Female and male coaches in the eyes of female elite soccer players. *European Physical Education Review*, 6(1), 91-110. <https://doi.org/10.1177/1356336X000061001>
- Fasting, K., Sand, T. S., & Nordstrand, H. R. (2017). One of the few: The experiences of female elite-level coaches in Norwegian football. *Soccer & Society*, 20(3), 454-470. <https://doi.org/10.1080/14660970.2017.1331163>
- Felton, L., & Jowett, S. (2013). 'What do coaches do' and 'how do they relate': Their effects on athletes' psychological needs and functioning. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 23(2), e130-e139. <https://doi.org/10.1111/sms.12029>
- Feltz, D. L. (2007). Self-confidence and sports performance. I D. Smith & M. Bar-Eli (Red.), *Essential readings in sport and exercise psychology* (s. 278-294). Human Kinetics.
- FIFA. (2007, 31. mai). *FIFA Big Count 2006*. <https://digitalhub.fifa.com/m/55621f9fdc8ea7b4/original/mzid0qmguixkcmruvema-pdf.pdf>
- FIFA. (2019). *Women`s football: Member associations survey report 2019*. <https://img.fifa.com/image/upload/nq3ensohyxpuxovcovj0.pdf>
- Filetti, C., Ruscello, B., Dottavio S., & Fanelli, V. (2017). A study of relationships among technical, tactical, physical parameters and final outcomes in elite soccer matches as analyzed by a semiautomatic video tracking system. *Perceptual and Motor Skills*, 124(3), 601-620. <https://doi.org/10.1177/0031512517692904>
- Fletcher, D., & Arnold, R. (2011). A qualitative study of performance leadership and management in elite sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(2), 223-242. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.559184>
- Fletcher, D., & Hanton, S. (2003). Sources of organization stress in elite sport performance. *The Sport Psychologist*, 17(2), 175-195. <https://doi.org/10.1123/tsp.17.2.175>
- Foley, K. E., & Kopf, D. (2019, 18. juni). *Women soccer players are younger than men because they can't afford longer careers*. Quartz. <https://qz.com/1647265/female-soccer-players-are-younger-because-cant-afford-to-play-longer/>
- Forsyth, D. R. (2014). *Group Dynamics* (6.utg.). Wadsworth Cengage Learning.

- Frank, A. W. (2010). *Letting stories breath. A sosio-narratology*. University of Chicago press.
- Fransen, K., Coffee, P., Vanbeselaere, N., Slater, M., De Cuyper, B., & Boen, F. (2014b). The impact of athlete leaders on team members' team outcome confidence: A test of mediation by team identification and collective efficacy. *The Sport Psychologist*, 28(4), 347-360. <https://doi.org/10.1123/tsp.2013-0141>
- Fransen, K., Haslam, S. A., Mallett, C. J., Steffens, N. K., Peters, K., & Boen, F. (2017). Is perceived athlete leadership quality related to team effectiveness? A comparison of three professional sports teams. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 20(8), 800-806. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2016.11.024>
- Fransen, K., Haslam, S. A., Steffens, N. K., Vanbeselaere, N., de Cuyper, B., & Boen, F. (2015b). Believing in us: Exploring leaders' capacity to enhance team confidence and performance by building a sense of shared social identity. *Journal of Experimental Psychology: Applied*, 21(1), 89-100. <https://doi.org/10.1037/xap0000033>
- Fransen, K., Vanbeselaere, N., Cuyper, B. D., vande Broek, G. V., & Boen, F. (2014a). The myth of the team captain as principal leader: Extending the athlete leadership classification within sport teams. *Journal of Sports Sciences*, 32(14), 1389-1397. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.891291>
- Fransen, K., Vanbeselaere, N., de Cuyper, B., vande Broek, G., & Boen, F. (2015a). Perceived sources of team confidence in soccer and basketball. *Medicine and Science in Sports & Exercise*, 47(7), 1470-1484. <https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000000561>
- Fransen, K., Vansteenkiste, M., vande Broek, G., & Boen, F. (2018). The competence supportive and competence-thwarting role of athlete leaders: An experimental test in a soccer context. *PLoS ONE*, 13(7), e0200480. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0200480>
- Frey, K. S., & Ruble, D. N. (1990). Strategies for comparative evaluation: Maintaining a sense of competence across the life span. I R. J. Sternberg & J. Kolligian, Jr. (Red.), *Competence considered* (s. 167-189). Yale University Press.
- Fuglseth, K., & Skogen, K. (Red.). (2006). *Masteroppgaven i pedagogikk og spesialpedagogikk: Design og metoder*. Cappelen Damm Akademiske.
- Fullagar, S., & Toohey, K. (2009). Introduction to gender and sport management special issue: Challenges and changes. *Sport Management Review*, 12(4), 199-201. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2009.09.001>
- Føllesdal, D., Wallø, L., & Elster, J. (2000). *Argumentasjonsteori, språk og vitenskapsfilosofi* (7.utg.). Universitetsforlaget.
- Gadamer, H. G. (1989). *Truth and Method* (2.utg.). Sheed & Ward.
- Gadamer, H. G. (1997). Reflections on my philosophical journey. I L. E. Hahn (Red.), *The Philosophy of Hans-Georg Gadamer* (s. 3-63). Open Court.
- Gadamer, H. G. (2010). *Sannhet og metode: grunntrekk i en filosofisk hermeneutikk*. Pax.
- Gallucci, N. T. (2014). *Sport psychology: Performance enhancement, performance inhibition, individuals, and teams* (2 utg.). Psychology Press.

- Gearin, M. (2018, 7. september). *Serena Williams: can having a baby actually improve athletic performance in the long run?* News. <https://www.abc.net.au/news/2018-09-07/serena-williams-why-some-athletes-stronger-after-pregnancy/10208896>
- Gibbon, J. (Producer). (2002). *The England patient* [TV-sending]. Horizon' series / BBC2.
- Gibbs, G. R. (2007). *Analyzing qualitative data*. Sage
- Gilbert, D. T., Fiske, S. T., & Lindzey, G. (Red.). (1998). *The handbook of social psychology* (4.utg.). McGraw-Hill.
- Gilbert, W. (2016, 3. mars). *Coaching males/coaching females* [Nettinnlegg]. Human Kinetics. <http://www.asep.com/news/ShowArticle.cfm?ID=260>
- Gilje, N. (2019). *Hermeneutikk som metode: Ein historisk introduksjon*. Samlaget.
- Gledhill, A., & Harwood, C. (2015). A holistic perspective on career development in UK female soccer players: A negative case analysis. *Psychology of Sport and Exercise, 21*, 65-77. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.04.003>
- Glenn, S. D., & Horn, T. S. (1993). Psychological and personal predictors of leadership behavior in female soccer athletes. *Journal of Applied Sport Psychology, 5*(1), 17-34. <https://doi.org/10.1080/10413209308411302>
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Anchor Books.
- Gómez, M. A., Lago-Peñas, C., Gómez, M. T., Jimenez, S., & Leicht, A. S. (2021). Impact of elite soccer coaching change on team performance according to coach- and club-related variables. *Biology of Sport, 38*(4), 603-608. <https://doi.org/10.5114/biolSport.2021.101600>
- González-Ponce, I., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Sarmiento, H., Figueiredo, A., & García-Calvo, T. (2018). Athletes' perceptions of coaching competency and team conflict in sport teams: A multilevel analysis. *European Journal of Sport Science, 18*(6), 851-860. <https://doi.org/10.1080/17461391.2018.1461245>
- Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, C., & Chung, Y. (2002). A survey of U.S. Olympic coaches: Variables perceived to have influenced athlete performance and coach effectiveness. *The Sport Psychologist, 16*(3), 229-250. <https://doi.org/10.1123/tsp.16.3.229>
- Gould, D., Hodge, K., Peterson, K., & Petlichkoff, L. (1987). Psychological foundations of coaching: Similarities and differences among intercollegiate wrestling coaches. *The Sport Psychologist, 1*(4), 293-308. <https://doi.org/10.1123/tsp.1.4.293>
- Graupensperger, S. A., & Tisak, M. S. (2018). Moral behavior in the locker room predicts perceptions of task cohesion in youth ice hockey player. *Journal of Human Kinetics, 65*(1), 273-280. <https://doi.org/10.2478/hukin-2018-0047>
- Greenwood, D. J., & Levin, M. (2007). *Introduction to action research: Social research for social change* (2.utg.). Sage.
- Gréhaigne, J.-F., Richard, J.-F., & Griffin, L. L. (2005). *Teaching and learning team sports and games*. Routledge.
- Grindstein, D., & Larsen, M. H. (2019, 2. oktober). *Starter verdens første forskningscenter for kvinnefotball*. NRK. <https://www.nrk.no/tromsogfinnmark/starter-verdens-forste-forskningscenter-for-kvinnefotball-1.14725225>

- Grosser, T. J., Lopez-Kidwell, V., & Labianca, G. (2012). Hearing it through the grapevine: Positive and negative workplace gossip. *Organizational Dynamics*, 41(1), 52-61. <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2011.12.007>
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation*. Sage.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. I N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Red.), *Handbook of qualitative research* (s. 105-117). Sage.
- Gucciardi, D. F., & Gordon, S. (2009). Development and preliminary validation of the cricket mental toughness inventory (CMTI). *Journal of Sports Sciences*, 27(12), 1293-1310. <https://doi.org/10.1080/02640410903242306>
- Gucciardi, D. F., & Gordon, S. (2011). *Mental toughness in sport: Developments in theory and research*. Routledge.
- Hair, J. F., Babin, B. J., Black, W. C., & Anderson, R. E. (2018). *Multivariate data analysis* (8.utg.). Cengage.
- Halås, C. T., Kymre, I. G., & Steinsvik, K. (Red.). (2017). *Humanistiske forskningstilnæringer til profesjonspraksis*. Gyldendal Akademisk.
- Hardman, A., Jones, C., & Jones, R. (2010). Sports coaching, virtue ethics and emulation. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 15(4), 345-359. <https://doi.org/10.1080/17408980903535784>
- Hays, K., Thomas, O., Maynard, I., & Bawden, M. (2009). The role of confidence in world-class port performance. *Journal of Sports Sciences*, 27(11), 1185-1199. <https://doi.org/10.1080/02640410903089798>
- Hjelseth, A., & Hovden, J. (2014). Negotiating the status of women's football in Norway. An analysis of online supporter discourses. *European Journal for Sport and Society*, 11(3), 253-277. <https://doi.org/10.1080/16138171.2014.11687944>
- Hoffman, M. D., Loughhead, T., & Bloom, G. (2016). Examining the experiences of peer mentored athletes competing in elite sport. *The Sport Psychologist*, 31(2), 134-146. <https://doi.org/10.1123/tsp.2016-0052>
- Holme, I. M., & Solvang, B. K. (1996). *Metodevalg og metodebruk* (3.utg.). TANO.
- Holt, N. L., Knight, C. J., & Zukiwski, P. (2012). Female athletes' perceptions of teammate conflict in sport: Implications for psychology consultants. *The Sport Psychologist*, 26(1), 135-154. <https://doi.org/10.1123/tsp.26.1.135>
- Horn, T. S. (Red.). (2008). *Advances in sport psychology* (3.utg.). Human Kinetics.
- Hovden, J. (2005). Fra likestilling – til nytte og nytelse. Kjønnskonstruksjoner og markedsstyring. *Sociologisk Forskning*, 42(1), 19-27.
- Hovden, J., & Tjønnndal, A. (2019). The gendering of coaching from an athlete perspective: The case of Norwegian boxing. *International Review for the Sociology of Sport*, 54(2), 239-255. <https://doi.org/10.1177/1012690217715641>
- Hughson, J., Moore, K., Spaaij, R., & Maguire, J. (Red.). (2017). *Routledge Handbook of Football Studies*. Routledge.
- Høigaard, R. (2002). *Preliminary findings in the pilot study, of cohesion, group norms and social loafing*. Upublisert manuskript, Universitetet i Agder.

- Høigaard, R. (2009). Coaching efficacy – å ha tro på seg selv som trener. I B. T. Johansen, R. Høigaard & J. B. Fjeld (Red.), *Nyere perspektiv innen idrett og idrettspedagogikk* (s. 39-51). Høyskoleforlaget.
- Høigaard, R. (2020). *Gruppedynamikk i og ledelse i idrett*. Cappelen Damm Akademisk.
- Høigaard, R., & Jørgensen, A. (2007). Coaching conversations: A way of fostering athletes to peak performance. *Olympic coach*, 19(3), 4-7.
- Javed, S., Naseer, A., Nawaz, A., Naveed, Q., Khan, I. U., Gul, F., & Din, B. M. U. (2020). Psychological implications in the coaching context: The mediating role of motivational intensity and team cohesion in elite sport performance. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(5), 2526-2538. <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2020.05345>
- Jenkins, S. (2014). Professionalism, golf coaching and a Master of Science degree. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 9(4), 693-715. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.9.4.693>
- Jones, G. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 205-218. <https://doi.org/10.1080/10413200290103509>
- Jones, G., Swain, A. B. J., & Cale, A. (1991). Gender differences in precompetition temporal patterning and antecedents of anxiety and self-confidence. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 1-15. <https://doi.org/10.1123/jsep.13.1.1>
- Jones, R. L. (2006). *The sports coach as educator: Re-conceptualising sports coaching*. Routledge.
- Jones, R. L., Armour, K., & Potrac, P. (2004). *Sports coaching cultures: From practice to theory*. Routledge.
- Jones, R. L., & Turner, P. (2006). Teaching coaches to coach holistically: can Problem-Based Learning (PBL) help? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 11(2), 181-202. <https://doi.org/10.1080/17408980600708429>
- Jowett, S. (2005). The coach-athlete partnership. *The Psychologist*, 18(7), 412-415.
- Jowett, S. (2007). Interdependence analysis and 3+1 Cs in the coach-athlete relationship. I S. Jowett & D. Lavallee (Red.), *Social psychology in sport* (s. 15-27). Human Kinetics.
- Jowett, S. (2017). Coaching effectiveness: The coach-athlete relationship at its heart. *Current Opinion in Psychology*, 16, 154-158. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.006>
- Jowett, S., & Cockerill, I. (2002). Incompatibility in the coach-athlete relationship. I J. Cockerill (Red.), *Solutions in sport psychology* (s. 16-31). Thomson Learning.
- Jowett, S., & Lavallee, D. (Red.). (2007). *Social psychology in sport*. Human Kinetics.
- Jowett, S., & Nezek, J. (2012). Relationship interdependence and satisfaction with important outcomes in coach-athlete dyads. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(3), 287-301. <https://doi.org/10.1177/0265407511420980>
- Jowett, S., & Ntoumanis, N. (2004). The Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART Q): Development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 14(4), 245-257. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2003.00338.x>

- Jowett, S., O`Broin, A., & Palmer, S. (2010). On understanding the role and significance of a key two-person relationship in sport and executive coaching. *Sport & Exercise Psychology Review*, 6(2), 19-30.
- Jowett, S., & Shanmugam, V. (2016). Relational coaching in sport: Its psychological underpinnings and practical effectiveness. I R. Schinke, K. R. McGannon & B. Smith (Red.), *Routledge International Handbook of Sport Psychology* (s. 471-484). Routledge.
- Keathley, K., Himelein, M. J., & Srigley, G. (2013). Youth soccer participation and withdrawal: Gender similarities and differences. *Journal of Sport Behavior*, 36(2), 171-188.
- Keyton, J. (1999). Analyzing interaction pattern in dysfunctional teams. *Small Group Research*, 30(4), 491-518. <https://doi.org/10.1177/104649649903000405>
- King, M. F., & Bruner, G. C. (2000). Social desirability bias: A neglected aspect of validity testing. *Psychology and Marketing*, 17(2), 79-103. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1520-6793\(200002\)17:2<79::AID-MAR2>3.0.CO;2-0](https://doi.org/10.1002/(SICI)1520-6793(200002)17:2<79::AID-MAR2>3.0.CO;2-0)
- Kim, M-S. (1995). Performance norms and performance by teams in basketball competition. *Perceptual and Motor Skills*, 80(3), 770-770. <https://doi.org/10.2466/pms.1995.80.3.770>
- Kleven, T. A. (Red). (2002). *Innføring i pedagogisk forskningsmetode: En hjelp til kritisk tolkning og vurdering*. Unipub.
- Klimoski, R., & Mohammed, S. (1994). Team mental model: Construct or metaphor? *Journal of Management*, 20(2), 403-437. [https://doi.org/10.1016/0149-2063\(94\)90021-3](https://doi.org/10.1016/0149-2063(94)90021-3)
- Kogler Hill, S. E. (2001). Team leadership. I P.G. Northouse (Red.), *Leadership: Theory and practice* (2 utg., s. 161-187). Saga.
- Kolnes, L-J. (1994). *Kvinner og toppidrett. Om kjønn, kropp, seksualitet og relasjoner i toppidretten*. [Doktorgradsavhandling, Norges idrettshøgskole]. Nasjonalbiblioteket. https://urn.nb.no/URN:NBN:no-nb_digibok_2008062404083
- Korkut, F. (2005). Communication skills training for adults. *Hacettepe University Journal of Educational Sciences*, 28, 143-149.
- Koukiadaki, A., & Pearson, G. (2017). *2017 FIFPro global employment report: Working conditions in professional women's football*. Academia. https://www.academia.edu/36496145/Working_Conditions_in_Professional_Womens_Football
- Kristiansen, E., Broch, T. B., & Pedersen, P. M. (2014). Negotiating gender in professional soccer: An analysis of female footballers in the United States. *Choregia*, 10(1), 5-27.
- Kristjánsdóttir, H., Johannsdóttir, K. R., Pic, M., & Saavedra, J. M. (2019). Psychological characteristics in women football players: Skills, mental toughness, and anxiety. *Scandinavian Journal of Psychology*, 60(6), 609-615. <https://doi.org/10.1111/sjop.12571>
- Kvale, S., & Brinkmann S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3.utg.). Gyldendal.
- Ladda, S. (2015). Where are the female coaches? *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 86(4), 3-4. <https://doi.org/10.1080/07303084.2015.1009804>

- Larsen, A. K. (2017). *En enklere metode: Veiledning i samfunnsvitenskapelig forskningsmetode* (2. utg.). Vigmostad & Bjørke.
- Larsen, C. H., Alfermann, D., Henriksen, K., & Christensen, M. K. (2013). Successful talent development in soccer: The characteristics of the environment. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2(3), 190-206. <https://doi.org/10.1037/a0031958>
- Lie, S. L. (2017, 10. desember). *Enorme kjønnsforskjeller i idretten*. NRK. https://www.nrk.no/sport/enorme-kjonnsforskjeller-i-toppidretten_-norskemenn-tjente-100-millioner-mer-enn-norske-kvinner-1.13806390
- Lie, S., & Lien, J. A. (2020, 27. februar). *Herrene får syv ganger mer i bonus enn kvinnene: – Lang, lang vei å gå*. NRK. https://www.nrk.no/sport/herrene-far-syv-ganger-mer-i-bonus-enn-kvinnene_-lang-lang-vei-a-ga-1.14921352
- Light, R. L., Harvey, S., & Mouchet, A. (2014). Improving 'at-action' decision-making in team sports through a holistic coaching approach. *Sport, Education and Society*, 19(3), 258-275. <https://doi.org/10.1080/13573322.2012.665803>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Sage.
- Lindgren, E. C., & Barker-Ruchti, N. (2017). Balancing performance-based expectations with a holistic perspective on coaching: A qualitative study of Swedish women's national football team coaches' practice experiences. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 12(2), 1-11. <https://doi.org/10.1080/17482631.2017.1358580>
- Loehr, J. E. (1994). The development of a cognitive-behavioral between-point intervention strategy for tennis. I S. Serpa., J. Alves & V. Pataco (Red.), *International perspectives on sport and exercise psychology* (s. 219-233). Fitness Information Technology.
- Loughead, T. M., Duguay, A. M., & Hoffman, M. D. (2019). Athlete leadership in football. I E. Konter, J. Beckhamn & T. M. Loughead (Red.), *Football psychology, from theory to practice* (s. 91-100). Routledge.
- Loughead, T. M., Hardy, J., & Eys, M. A. (2006). The nature of athlete leadership. *Journal of Sport Behavior*, 29, 142-158.
- Longshore, K., & Sachs, M. (2015). Mindfulness training for coaches: A mixed method exploratory study. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 9(2), 116-137. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2014-0038>
- Lyle, J. (1999). The coaching process: An overview. I N. Cross & J. Lyle (Red.), *The coaching process: Principles and practice for sport* (s. 25-46). Butterworth Heinemann.
- Lyle, J., & Cushion, C. (Red.). (2017). *Sport coaching concepts* (2. utg.). Routledge.
- Mabry, E. A., & Barnes, R. E. (1980). *Dynamics of small group communication*. Prentice-Hall.
- MacKinnon, V. (2011). Techniques for instructing female athletes in traditionally male sports: A case study of LPGA teaching professionals. *The International Journal of Sport and Society*, 2(1), 75-88. <https://doi.org/10.18848/2152-7857/CGP/v02i01/54060>
- MacPherson, A. C., & Howard, P. W. (2011). The team perspective: Promoting excellence in performance teams. I D. Collins, A. Button & H. Richards (Red.), *Performance psychology* (s. 121-137). Churchill Livingstone.

- Madsen, E. E., Hansen, T., Thomsen, S. D., Panduro, J., Ermidis, G., Knustrup, P., Randers, M. B., Larsen, C. H., Elbe, A. M., & Wikman, J. (2020). Can psychological characteristics, football experience, and player status predict state anxiety before important matches in Danish elite-level female football players? *Scandinavia Journal of Medicine & Science in sport*, 2020(00), 1-11. <https://doi.org/10.1111/sms.13881>
- Marani, I. N., Barata, I., & Gunawan, R. (2020). The influence of intra-team communication on the attacking success in rugby. *Advances in Health Sciences Research*, 21, 130-132. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200214.036>
- Markula, P., & Silk, M. (2011). *Qualitative research for physical culture*. Palgrave Macmillan.
- Martin L. J., Evans B. M., & Spink K. S. (2016). Coach perspectives of “groups within the group”: An analysis of subgroups and cliques in sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(1), 52-66. <http://dx.doi.org/10.1037/spy0000048>
- Martin, L. J., Wilson, J., Evans, M. B., & Spink, K. S. (2015). Cliques in sport: Perceptions of intercollegiate athlete. *The Sport Psychologist*, 29(1), 82-95. <https://doi.org/10.1123/tsp.2014-0003>
- Martin, W., & Bridgmon, K. (2012). *Quantitative and statistical research methods: From hypothesis to results*. Jossey-Bass.
- Martinescu, E., Janssen, O., & Nijstad, B. A. (2014). Tell me the gossip: The self-evaluative function of receiving gossip about others. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 40(12), 1668-1680. <https://doi.org/10.1177/0146167214554916>
- Martinez-Lagunas, V., Niessen, M., & Hartmann, U. (2014). Women’s football: Player characteristics and demands of the game. *Journal of Sport and Health Science*, 3(4), 258-272. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2014.10.001>
- Martinussen, M. (Red.). (2010). *Kvantitativ forskningsmetodologi i samfunns- og helsefag*. Vigmostad & Bjørke.
- Maxwell, J. A. (2013). *Qualitative research design: An interactive approach* (3. utg.). Sage.
- McKinney, J., Veghe, J., Fee, J., Isserow, S., & Drezner, J. A. (2019). Defining athletes and exercisers. *The American Journal of Cardiology*, 123(3), 532-535. <https://doi.org/10.1016/j.amjcard.2018.11.001>
- McNeese, N. J., Cooke, N. J., Fedele, M. A., & Gray, R. (2015). Theoretical and methodical approaches to studying team cognition in sports. *Procedia Manufacturing*, 3, 1211-1218. <https://doi.org/10.1016/j.promfg.2015.07.201>
- Melkersson, M. (2013). Brand Management as a vantage point for revising developmental opportunities and challenges within contemporary women’s soccer in Sweden: The case of LdB FC Malmö. *Soccer & Society*, 14(6), 834-849. <https://doi.org/10.1080/14660970.2013.843918>
- Melwani, S. (2012). *A little bird told me so...: The emotional, attributional, relational and team-level outcomes of engaging in gossip*. [Doktorgradsavhandling, University of Pennsylvania]. ProQuest. <https://search.proquest.com/docview/1019281672?accountid=12994>

- Meyer-Parlapanis, D., Siefert, S., & Weierstall, R. (2017). More than the win: The relation between appetitive competition motivation, socialization, and gender role orientation in women's football. *Frontiers in Psychology, 8*(547), 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00547>
- Michelson, G., van Iterson, A., & Waddington, K. (2010). Gossip in organizations: Contexts, consequences, and controversies. *Group & Organization Management, 35*(4), 371-390. <https://doi.org/10.1177/1059601109360389>
- Mills, C., & Hoerber, L. (2013). Exploring organizational culture through artifacts in a community figure skating club. *Journal of Sport Management, 27*(6), 482-496. <https://doi.org/10.1123/jsm.27.6.482>
- Moen, F. (2013). *Prestasjonsutvikling: Coaching og ledelse*. Akademika.
- Moen, F., Hrozanova, M., & Stenseng, F. (2019). Validating the working alliance inventory as a tool for measuring the effectiveness of coach-athlete relationships in sport. *Cogent Psychology, 6*(1), 1-13. <https://doi.org/10.1080/23311908.2019.1695414>
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2019). Developing team resilience: A season long study of psychological enablers and strategies in high-level sport team. *Psychology of Sport & Exercise, 45*, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101543>
- Mosher, M. (1979). The team captain. *Volleyball Technical Journal, 4*(1), 7-9.
- Murray, P., Lord, R., & Lorimer, R. (2018). The influence of gender on perceptions of coaches' relationships with their athletes: A novel video-based methodology. *The Sport Journal, 1*-12.
- Nash, C., & Collins, D. (2006). Tacit knowledge in expert coaching: Science or art? *Quest, 58*(4), 465-477. <https://doi.org/10.1080/00336297.2006.10491894>
- Nesti, M. (2010). *Psychology in football – Working with elite and professional players*. Routledge.
- Nicholls, A. R., & Perry, J. L. (2016). Perceptions of coach-athlete relationship are more important to coaches than athletes in predicting dyadic coping and stress appraisals: An actor-partner independence mediation model. *Frontiers in Psychology, 7*(447), 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00447>
- Nicholls, A. R., Polman, R. C. J., Levy, A. R., & Backhouse, S. H. (2009). Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and individual differences, 47*(1), 73-75. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.02.006>
- Nilssen, V. (2012). *Analyse i kvalitative studier: Den skrivende forskeren*. Universitetsforlaget.
- Nilsen, E. L. (2020, 06. mars). *Fotballkamp er kvinnekamp*. Fagbladet. <https://fagbladet.no/meninger/fotballkamp-er-kvinnekamp-6.115.684429.03469f6025>
- Norges Idrettsforbund. (2019). *Årsrapport 2018*. <https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/a65b470317c44489b9a91e0255808ba9/nif-arsrapport-2018.pdf>

- Norman, L. (2015). The coaching needs of high performance female athletes within the coach-athlete dyad. *International Sport Coaching Journal*, 2(1), 15-28.
<https://doi.org/10.1123/iscj.2013-0037>
- Norman, L. (2016). Is there a need for coaches to be more gender responsive? A review of the evidence. *International Sport Coaching Journal*, 3(2), 192-196.
<http://dx.doi.org/10.1123/iscj.2016-0032>
- Norman, L., & French, J. (2013). Understanding how high performance women athletes experience the coach-athlete relationship. *International Journal of Coaching Science*, 7(1), 3-24.
- Northouse, P. G. (2016). *Leadership theory and practice* (7. utg.). Sage.
- O'Brien, S. (2021, 30. september). 'RIDICULOUS' talkSPORT presenters question Mark Clattenburg comments after ex-Premier League official argues female referees 'must choose' between pregnancy or career. talkSPORT.
<https://talksport.com/football/954117/mark-clattenburg-premier-league-female-referees-pregnancy-career/>
- Onađ, Z., & Tepeci, M. (2014). Team effectiveness in sport teams: The effects of team cohesion, intra team communication and team norms on team member satisfaction and intent to remain. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 150, 420-428.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.09.042>
- Overton, W. F. (2014). The process-relational paradigm and relational-developmental-systems metamodel as context. *Research in Human Development*, 11(4), 323-331.
<https://doi.org/10.1080/15427609.2014.971549>
- Paradis, K. F., Carron, A. V., & Martin, L. J. (2014). Athlete perceptions of intra-group conflict in sport teams. *Sport and Exercise Psychology Review*, 10(3), 4-18.
- Pardey, D. (2007). *Coaching*. Routledge.
- Patterson, M. M., Carron A. V., & Loughhead, T. M. (2005). The influence of team norms on the cohesion-self-reported performance relationship: A multi-level analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(4), 479-493.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2004.04.004>
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research and evaluation methods: Integrating theory and practice* (4. utg.). Sage.
- Pedersen, A. V., Akسدal, I. M., & Stalsberg, R. (2019). Scaling demands of soccer according to anthropometric and physiological sex differences: A fairer comparison of men's and women's soccer. *Frontiers in Psychology*, 10(762), 1-11.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00762>
- Peltier, B. (2009). *The psychology of executive coaching: Theory and application* (2. utg.). Routledge.
- Pfister, G. (2010). Women in sport-gender relations and future perspectives. *Sport in Society*, 13(2), 234-248. <https://doi.org/10.1080/17430430903522954>

- Poczwadowski, A., Barott, J. E., & Henschen, K. P. (2002). The athlete and coach: Their relationship and its meaning, results of an interpretive study. *International Journal of Sport Psychology*, 33(1), 116-140.
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., & Podsakoff, N. P. (2012). Sources of method bias in social science research and recommendations on how to control it. *Annual Review of Psychology*, 63, 539-569. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-120710-100452>
- Potrac, P., Brewer, C., Jones, R., Armour, K., & Hoff, J. (2000). Toward an holistic understanding of the coaching process. *Quest*, 52(2), 186-199. <https://doi.org/10.1080/00336297.2000.10491709>
- Price, M. S., & Weiss, M. R. (2011). Peer leadership in sport: Relationships among personal characteristics, leader behaviors, and team outcomes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(1), 49-64. <https://doi.org/10.1080/10413200.2010.520300>
- Quested, E., & Duda, J. L. (2010). Exploring the social-environmental determinants of well- and ill-being in dancers: A test of basic needs theory. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32(1), 39-60. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.1.39>
- Railo, W. (1986). *Willing to win*. Amas.
- Rees, C. R. (1983). Instrumental and expressive leadership in team sports: A test of leadership role differentiation theory. *Journal of Sport Behavior*, 6(1), 17-27.
- Riemer, H. A. (2007). Multi-dimension model of coaching leadership. I S. Jowett & D. Lavallee, (Red), *Social Psychology in Sport* (s. 57-74). Human Kinetics.
- Ridgers, N. D., Fazey, D. M. A., & Fairclough, S. J. (2007). Perceptions of athletic competence and fear of negative evaluation during physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 77(2), 339-349. <https://doi.org/10.1348/026151006X128909>
- Ridley, I. (2002, 19. mai). *Cultural architects and leaders of men*. The Guardian. <http://www.theguardian.com/football/2002/may/19/worldcupfootball2002.sport7>
- Ringdal, K. (2013). *Enhet og mangfold: Samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode* (3. utg.). Fagbokforlaget.
- Salas, E., Sims, D. E., & Burke, C. S. (2005). Is there a "big five" in teamwork? *Small Group Research*, 36(5), 555-599. <https://doi.org/10.1177/1046496405277134>
- Sale, J. E., Lohfeld, L. H., & Brazil, K. (2002). Revisiting the quantitative-qualitative debate: Implications for mixed-methods research. *Quality and Quantity*, 36, 43-53. <https://doi.org/10.1023/A:1014301607592>
- Schweiger, G. (2014). What does a professional athlete deserve? *Prolegomena*, 13(1), 5-20.
- Schein, E. H. (2017). *Organizational culture and leadership* (5. utg.). John Wiley & Sons.
- Schroeder, P. J. (2010). Changing team culture: The perspectives of ten successful head coaches. *Journal of Sport Behavior*, 33(1), 63-88.
- Seippel, Ø. (2003). *Norske idrettslag 2002: Kunnskap, ledelse og styring* (Rapport 2003:7, nettversjon). Institutt for samfunnsforskning. <http://hdl.handle.net/11250/2442547>
- Sheard, M. (2013). *Mental toughness: The mindset behind sporting achievement* (2. utg.). Routledge.

- Sheard, M., Golby, J., & Wersch, A. V. (2009). Progress toward construct validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). *European Journal of Psychological Assessment, 25*(3), 186-193. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.3.186>
- Simons, T. L., & Peterson, R. S. (2000). Task conflict and relationship conflict in top management teams: The pivotal role of intragroup trust. *Journal of Applied Psychology, 85*(1), 102-111. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.85.1.102>
- Skogvang, B. O. (2006). *Toppfotball - et felt i forandring*. [Doktorgradsavhandling]. Norges idrettshøgskole.
- Skogvang, B. O. (2009). The sport/media complex in Norwegian football. *Soccer & Society, 10*(3-4), 438-458. <https://doi.org/10.1080/14660970902771498>
- Skogvang, B. O., & Fasting, K. (2013). Football and sexualities in Norway. *Soccer & Society, 14*(6), 872-886. <https://doi.org/10.1080/14660970.2013.843924>
- Smith, R. E., Zane, N. S., Smoll, F. L., & Coppel, D. B. (1983). Behavioural assessment in youth sports: coaching behaviours and children's attitudes. *Medicine and Science in Sports and Exercise, 15*(3), 208-214.
- Smoll, F. L., & Smith, R. E. (1993). Educating youth sport coaches: An applied sport psychology perspective. I J.M. Williams (Red), *Applied sports psychology: Personal growth to peak performance* (s. 36-50). Mayfield Publishing.
- Spencer, A. F. (2001). A case-study of an exemplary American college physical educator-tennis coach. *International Journal of Sport Pedagogy, 3*, 1-27.
- Stone, J. A., Rothwell, M., Shuttleworth, R., & Davids, K. (2021). Exploring sports coaches' experiences of using a contemporary pedagogical approach to coaching: An international perspective. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health, 13*(4), 639-657. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2020.1765194>
- Stølen, T., Chamari, K., Castagna, C., & Wisløff, U. (2005). Physiology of soccer: An update. *Sports Medicine, 35*(6), 501-536. <https://doi.org/10.2165/00007256-200535060-00004>
- Sullivan, P. J., & Short, S. (2011). Further operationalization of intra-team communication in sports: An updated version of the Scale of Effective Communication in Team Sports (SECTS-2). *Journal of Applied Social Psychology, 41*(2), 471-487. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2010.00722.x>
- Sundgot-Borgen, J., Sundgot-Borgen, C., Myklebust, G., Sjølvberg, N., & Torstveit, M. K. (2019). Elite athletes get pregnant, have healthy babies and return to sport early postpartum. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine, 5*(e000652), 1-9. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjsem-2019-000652>
- Svare, H. (1997). *I Sokrates' fotspor: Filosofi- og vitenskapshistorie* (2.utg.). Pax.
- Tenenbaum, G., & Eklund, R. (Red). (2007). *Handbook for sport psychology* (3.utg.). John Wiley & Sons.
- Thelwell, R., Weston, N., & Greenleess, I. (2005). Defining and understanding mental toughness within soccer. *Journal of Applied Sport Psychology, 17*(4), 326-332. <https://doi.org/10.1080/10413200500313636>
- Thing, L. F., & Ottesen, L. S. (Red.). (2013). *Metoder i idrætsforskning*. Munksgaard.

- Thorne, S., Joachim, G., Paterson, B., & Canam, C. (2002). Influence of the research frame on qualitative derived health science knowledge. *International Journal of Qualitative Methods*, 1(1), 1-34. <https://doi.org/10.1177/160940690200100101>
- Thornquist, E. (2003). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori: for helsefag*. Fagbokforlaget.
- Thorpe, H., Clark, M., & Brice, J. (2021). Sportswomen as 'biocultural creatures': understanding embodied health experiences across sporting cultures. *BioSocieties*, 16, 1-21. <https://doi.org/10.1057/s41292-019-00176-2>
- Thurén, T. (2009). *Vitenskapsteori for nybegynnere* (2.utg). Gyldendal Akademisk.
- Todd, S. Y., & Kent, A. (2004). Perceptions of the role differentiation behaviors of ideal peer leaders: A study of adolescent athletes. *International Sports Journal*, 8(2), 105-118.
- Totterdell, P. (2000). Catching moods and hitting runs: Mood linkage and subjective performance in professional sport teams. *Journal of Applied Psychology*, 85(6), 848-859. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.85.6.848>
- Tufte, P. A. (2018). *Hvordan lese kvantitativ forskning?* Cappelen Damm Akademiske.
- van Raalte, J. L., Petitpas, A. J., Krieger, L., Lide, C., Thorpe, C., & Brewer, B. W. (2011). Looking for love in all the wrong (?) places: Intrateam romantic relationships. *The Sport Psychologist*, 25(3), 382-395. <https://doi.org/10.1123/tsp.25.3.382>
- Vealey, R. (1998). Sport-confidence and competitive orientation: An addendum on scoring procedures and gender differences. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 10(4), 471-478. <https://doi.org/10.1123/jsep.10.4.471>
- Vealey, R. S. (2009). Confidence in sport. I B. W. Brewer (Red.), *Sport Psychology* (s. 43-52). John Wiley & Sons.
- Veland, B., & Sørnes, L. (2019, 06. november). *Norsk trener oppgitt over de enorme lønnsforskjellene: – Blir trist og forbannet*. Aftenposten. <https://www.aftenposten.no/sport/fotball/i/MRXWIB/norsk-trener-oppgitt-over-de-enorme-loennsforskjellene-blir-trist-og>
- Vincer, D. J. E., & Loughhead, T. M. (2010). The relationship among athlete leadership behaviors and cohesion in team sports. *The Sport Psychologist*, 24(4), 448-467. <https://doi.org/10.1123/tsp.24.4.448>
- Walker, R. C. S. (2018). The coherence theory of truth. I M. Glanzberg (Red.), *The Oxford Handbook of Truth* (s. 219-237). Oxford University Press.
- Weinberg, R., Butt, J., & Culp, B. (2011). Coaches' views of mental toughness and how it is built. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 9(2), 156-172. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2011.567106>
- Widerberg, K. (2007). *Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt*. Universitetsforlaget.
- Williams, A. M., & Reilly, T. (2000). Talent identification and development in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18(9), 657-667. <https://doi.org/10.1080/02640410050120041>
- Williams, J. M. (2010). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (6.utg.). McGraw-Hill Education.

- Wilson, N. (2018). The portable locker room: Language, space, and place in rugby pre match interaction. *Communication & Sport*, 6(5), 547-569.
<https://doi.org/10.1177/2167479517734849>
- Wormhoudt, R., Savelsbergh, G. J. P., Teunissen, J. W., & Davids, K. (2017). *The athletic skills model: Optimizing talent development through movement education*. Routledge.
- Wrack, S. (2018, 13. mars). *It is time for female footballers to be treated as equals*. The Guardian. <https://www.theguardian.com/football/2018/mar/13/time-for-female-professional-footballers-treated-equals-phil-neville>
- Yukelson, D. (1997). Principles of effective team building interventions in sport: A direct services approach at Penn State University. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9(1), 73-96. <https://doi.org/10.1080/10413209708415385>
- Øfsti, A. W. (2019, 7. juni). *Fotballkvinneres tøffe kamp*. NRK.
<https://www.nrk.no/viten/kvinner-vs.-menn-i-fotball-1.14481768>

Artikler

Artikkel 1.

Danielsen, L. D., Rodahl, S., Giske, R., & Høigaard, R. (2017). Mental toughness in elite and sub-elite female soccer players. *International Journal of Applied Sports Sciences*, 29(1), 77-85. <https://doi.org/10.24985/ijass.2017.29.1.77>

Artikkel 2.

Danielsen, L. D., Giske, R., Peters, D. M., & Høigaard, R. (2019). Athletes as “cultural architects”: A qualitative analysis of elite coaches’ perceptions of highly influential soccer players. *The Sport Psychologist*, 33(4), 313-322.

<https://doi.org/10.1123/tsp.2018-0166>

Artikkel 3.

Danielsen, L. D., Jakobsen, A. M., Peters, D. M., & Høigaard, R. (under fagfellelvurdering av internasjonalt tidsskrift). Additional challenges perceived by coaches when coaching elite female's soccer teams.

Artikkel 4.

Danielsen, L. D. (2021). Lagkultur og prestasjon i toppfotball for kvinner: Et trenerperspektiv. I A. Tjønndal (Red.), *Idrett, kjønn og ledelse - Festskrift til Jorid Hovden* (s. 95-112). Fagbokforlaget.

Artikkel 1

Danielsen, L. D., Rodahl, S., Giske, R., & Høigaard, R. (2017). Mental toughness in elite and sub-elite female soccer players. *International Journal of Applied Sports Sciences*, 29(1), 77-85. <https://doi.org/10.24985/ijass.2017.29.1.77>

Mental toughness in elite and sub-elite female soccer players

Line Danielsen^{1*}, Stein Rodahl¹, Rune Giske², & Rune Hoigaard³

¹*Nord University, Faculty of Education and Arts, Norway*

²*University of Stavanger, Department of Education and Sport Science, Norway*

³*University of Agder, Faculty of Health and Sport Sciences, Norway*

Abstract

Mental toughness (MT) is seen as an important psychological factor in the athletic success of elite athletes. Research on the subject has usually concerned male athletes. Our purpose was to investigate whether there are differences in mental toughness between female players who compete in an elite league and those who play at lower levels. In total, 298 female soccer players (M = 20.7 years, SD = 3.7 years) from three levels of Norwegian soccer responded to the Sports Mental Toughness Questionnaire. The MT Constancy subscale was removed from analysis due to an unacceptable Cronbach alpha (0.57). The results revealed that elite league players had significantly higher MT Global scores than those in lower leagues. The elite players had higher scores than the third league players on the MT Confidence subscale. For MT Control, the elite league players had a significantly higher score than the second league players, but the elite players did not differ significantly from the third league players on this subscale. These results partially confirm a relationship between mental toughness and playing level among female soccer players.

Key words: elite, team sport, football, psychology skills, women

Introduction

Years of systematic physical, technical, and tactical practice and play are required to reach the elite level in soccer (Haugaasen, Toering, & Jordet, 2014). In addition, distinct general psychological attributes have been identified as important explanatory factors of athletic performance (Gould, Dieffenbach, & Moffett, 2002; Gucciardi & Gordon, 2009; Morgan, 1980; Orlick & Partington, 1988; Sheard, 2010) and soccer ability. Nesti (2010) claims that professional players exhibit vigorous mental skills, such as concentration, self-confidence, and

a winner's mentality. Almost 30 years ago, Gould, Hodge, Peterson, and Petlichkoff (1987) introduced mental toughness as a term that coaches commonly use to refer to the mental attributes that determine athletic success, whereas negative outcomes resulted from the lack of it (Gould et al., 1987; Hodge, 1994; Tunney, 1987). In the soccer domain, Thelwell, Weston, and Greenless's (2005) study of six professional male soccer players reported that their mental toughness had always helped them cope more efficiently.

Whilst the term "mental toughness" is intuitively appealing and has high face validity within the community of coaches and athletes, in the field of academic sport psychology there has been some disagreement regarding the definition and conceptualization

Submitted : 23 November 2016
Revised : 7 February 2017
Accepted : 11 April 2017
Correspondence : Line.Danielsen@nord.no

of the construct. Despite this, Gucciardi and Gordon (2009) claim that researchers have made important progress in clarifying taxonomies of its key characteristics. In general, mental toughness seems to reflect attributes such as resilience, confidence, commitment, self-belief, concentration, and the ability to cope with (or even thrive on) pressure (Dewhurst, Anderson, Cotter, Crust, & Clough, 2012). One definition of mental toughness that seems to be commonly used is the following:

“having the natural or developed psychological edge that enables you to: generally, cope better than your opponents with the many demands (competition, training, lifestyle) that sport places on a performer. Specifically, be more consistent and better than your opponents in remaining determined, focused, confident, and in control under pressure.” (Jones, Hanton, & Connaughton, 2002, p. 209)

In an attempt to conceptualize mental toughness Sheard, Golby, and van Wersch (2009) identified three primary components, which are: confidence (i.e., an athlete's general belief in his/her ability to achieve his/her goals and that he/she is different and better than his/her opponent in challenging and pressured situations), constancy (i.e., the determination to take responsibility for setting goals and meeting the demands of training and competition) and control (i.e., an athlete's perception that he/she has control over the situation and can bring about a desired outcome).

Mental toughness is commonly viewed as a skill developed at least partly through practice rather than an inherited ability (Gucciardi & Gordon, 2011; Jones et al., 2002; Thelwell et al., 2005), and it affects the way athletes deal with pressure, challenges, and adversity. In a study of head coaches at the NCAA level, the coaches highlighted mental toughness as a key skill component of the sport. Moreover, they try to recruit athletes who are mentally tough and deliberately build mental toughness in their athletes (Weinberg, Butt, & Culp, 2012). According to Thelwell et al. (2005), elite

soccer players are mentally tough and professional in everything they do; they never give up, and they are thorough, confident and focused, which makes them able to cope with the various challenges of soccer. In periods of transition, these attributes are crucial. Consistent with this view, Coulter, Mallett, and Gucciardi (2010) suggest that mental toughness is probably necessary from an early age and that it is especially necessary for the transition from junior to senior elite soccer. In general, research has emphasized that mental toughness is a mind-set related to achievement level (Gucciardi & Gordon, 2011), so we would expect players who have mastered their periods of transition and playing at the elite level to be mentally tougher. Based on coaches' and athletes' emphasis on mental toughness as a performance discrimination variable, one could expect substantial research effort, but as Nicholls, Polman, Levy, and Backhouse (2008) note, there is scant research on the relationship between achievement level and mental toughness, and the findings are equivocal. In a study of Korean female athletes, Shin and Lee (1994) reported that elite athletes were more mentally tough than their non-elite counterparts, whereas Mazaualan and Rahim (2014) showed a significant negative relationship between mental toughness and sport performance among contact and non-contact Malaysian athletes. Newland, Newton, Finch, Harbke, and Podlog (2013) explored the relationship between mental toughness and performance among college basketball players. Their findings indicated that basketball performance was partially predicted by mental toughness and starting status. Surprisingly, mental toughness helped to explain the variance in basketball performance of the male players but not the female players, for whom only starter status predicted performance. Furthermore, in Nicholls, Polman, Levy, and Backhouse's (2009) study, which included a comprehensive range of sports, athletes at higher achievement levels were not mentally tougher; this finding seems to support the finding of Golby and Sheard (2004) that other factors such as physical attributes, skills, and psychological variables predict achievement level more accurately.

Although mental toughness has received growing attention in the field of sport psychology, most studies have a limited (and sometimes sole) focus on male athletes. Therefore, more research regarding female athletes' mental toughness is warranted because previous research has detected gender differences in personal characteristics such as mental toughness. In a study by Nicholls et al. (2009), male athletes scored significantly higher than females on all mental toughness subscales (e.g. challenge, control emotions, control life, and confidence in ability). According to Gallucci (2014), sport-specific confidence may be less stable for females than for males. Furthermore, in Jones and Cale's (1989) study, female athletes had more cognitive anxiety than male athletes. In line with this, Jones, Swain, and Cale (1991) reported gender differences related to cognitive anxiety—female athletes were shown to worry more about reaching their competition goals and being sufficiently prepared than male athletes, who were more concerned about the strength of the competition and its outcome.

Although the study by Shin and Lee (1994) examined mental toughness among female athletes, to our knowledge few studies have been carried out in soccer and none of these has exclusively examined mental toughness in female players. Therefore, the primary aim of this study was to investigate mental toughness among female soccer players at different playing levels. More specifically, the following hypothesis is proposed for testing:

Elite female soccer players score significantly higher on all mental toughness measurement scales than sub-elite players (second and third league players)

Method

Participants

Two hundred and ninety eight female soccer players, (Norwegian elite league 96 players with a mean age of 22.2 years, $SD = 4.0$), second league (80 players with a

mean age of 19.4 years, $S = 2.5$) and third league (122 players with a mean age of 20.3 years, $SD = 3.7$) participated in this study. The sample represents approximately 40% of all players in the elite and second leagues, and 20% of the players in selected regions in the third league.

Procedure

All the coaches in the elite and second leagues were contacted by telephone and asked to participate in this study. In the third league, we randomly selected the coaches in five of the seven districts to be contacted. Coaches who agreed to participate received written information about the project, including a questionnaire to be distributed to the players on their teams. The coaches were instructed to distribute the questionnaires after a training session and have each player return her completed questionnaire in a sealed envelope. Each coach then returned the players' envelopes to the first author. Three coaches declined to participate (one elite team and two third league teams). Their explanation for declining was their own and the athletes' workload. Ethical approval was obtained as required by the first author's university.

Measures

Mental Toughness. To measure mental toughness (MT), we used the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ; Sheard, 2010; Sheard et al., 2009), which consists of 14 items that comprise MT Global, an overall measure of MT. The SMTQ has three subscales. The first subscale, MT Confidence, measures an athlete's general belief in his/her ability to achieve his/her goals and that he/she is different and better than his/her opponent in challenging and pressured situations. An example item is, "I interpret potential threats as positive opportunities." The second subscale, MT Constancy, measures the determination to take responsibility for setting goals and meeting the demands of training and

competition, as well as the possession of an unyielding attitude and the ability to concentrate, show grit, and not give up in the face of adversity. A sample item is “I take responsibility for setting myself challenging targets.” The third subscale, MT Control, measures an athlete’s perceptions that he/she has control over a situation and can bring about a desired outcome, as well as the ability to keep emotions under control and to remain calm and relaxed in pressured situations. An item example is, “I worry about performing poorly” (reverse coded).

Participants respond to the SMIQ items on a four-point Likert-type scale that ranges from 1 (*not at all true*) to 4 (*very true*). Cronbach’s alphas in the present study were .71 for MT Confidence, .57 for MT Constancy, .74 for MT Control and .75 for MT Global. The alphas were therefore deemed ‘respectable’ except for MT Constancy that was deemed ‘unacceptable’ according to DeVellis (2012,) and none of the alphas could be further improved through appropriate subscale item pruning techniques (DeVellis, 2012). The MT Constancy subscale was therefore excluded from further subscale analyses.

Data analyses

Data were first screened for outliers and normality. The internal consistency of the SMIQ and descriptive statistics were calculated prior to statistical analysis. We conducted a Pearson correlation between the mental toughness variables and a separate univariate analysis of variance (ANOVA) for the MT Global by playing level. Finally, one multivariate analysis of variance (MANOVA) with Tukey HSD tests for post hoc comparisons was used to investigate whether achievement level was associated with differences in the two remaining MT subscales (MT Confidence, MT Control).

Results

Means, standard deviations, inter-subscale correlations

and paired sample t-test results for the Global scale and its two retained subscales are shown in Table 1.

Table 1. Descriptive Statistics and Bivariate Correlations between All MT Variables

Variables	M (SD)	MT Control	MT Global
MT Confidence	2.74 (.43) ^a	.24**	.73**
MT Control	2.34 (.69) ^a		.75**
MT Global	2.76 (.37)		

Note: MT, mental toughness; M (SD), mean (standard deviation); * p < .05, ** p < .01, ^astatistically significant difference (p < .001) between subscales (paired sample t tests)

A one-way ANOVA detected a statistically significant difference in MT Global between the three playing levels [F (2, 294) = 3.625, < p .05]. The effect size, calculated using eta squared, was small at 0.2 (Cohen, 1988). A post hoc comparison using the Turkey HSD test indicated that mean score of the elite league (M = 2.85, SD = .35) was greater than that of the third league (M = 2.72, SD = .37). First league mean (M = 2.73, SD = .37) did not differ significantly from either the elite or the third league.

The MANOVA found a significant main effect of mental toughness between the three achievement groups [F = (3,291) = 2.46, p < .5; Wilks’ Lambda < .05; partial eta squared = .03] and significant univariate effects for both subscales (Table 2). Elite league players had a significantly higher mean MT Confidence score than the third league players. On the MT Control subscale, the mean score for the elite league players was significantly higher than the mean for the second league players.

Discussion

Among high-performance coaches and athletes, mental toughness is held to be an important determinant of athletic success, and there is some evidence of a relationship between achievement level and mental toughness. Despite

Table 2. *Multivariate Analysis of Variance for Mental Toughness by Achievement level*

Dependent variable	df	dferror	F	Playing level	Mean	95% Confidence interval	
						Lower Bound	Upper Bound
MT Confidence	2	293	3.98	Elite league	2.81 ^a	2.73	2.90
				Second league	2.77	2.67	2.86
				Third league	2.66 ^a	2.58	2.73
MT Control	2	293	3.58	Elite league	2.47 ^b	2.34	2.61
				Second league	2.20 ^b	2.05	2.35
				Third league	2.33	2.20	2.45

Note: ^{a,b} equal letter indicates significant difference $p < .05$ (Bonferroni post hoc test).

this, the literature review revealed that the mental toughness of female athletes in relation to achievement level had not been intensively studied. Therefore, the aim of this study was to remedy this absence of research.

Due to an unacceptable Cronbach alpha (.57), the MT Constancy subscale was not included in subsequent analyses. This low level of internal consistency has been identified in previous studies that have used the SMTQ since its initial development and psychometric evaluation (e.g. Cowden, Meyer-Weitz & Asante, 2016; Crust & Swann, 2011) and our study adds support to the suggestion that the SMTQ requires further revision for it to be suitable for use in future mental toughness research.

As the MT Global mean for the sample (2.85) was above the subscale arithmetic mean of 2.5, the players perceived themselves to be relatively mentally tough, although the mean was lower than that found in 185 male and 166 female competitive tennis players (3.05 calculated from Cowden et al., 2016) and 110 male university students (2.95, Crust & Swann, 2011). The comparatively lower MT Global in our sample may be due to the other studies including all or over half-male participants, as Nicholls et al., (2009) identified males to possess greater mental toughness compared to females in their comparative study of 454 male and 223 female athletes. Significant differences in MT Global were found between the groups of players in the different leagues. The elite players had a significantly higher

mean MT Global than the third league players, but they did not differ significantly from the second league players, and there was no difference between second and third league players (Table 2). This finding is partially consistent with previous studies indicating that the psychological characteristics of top athletes are different than those of other athletes (Gould et al., 2002; Pashabadi et al., 2011; Vealey & Chase, 2008; Williams & Krane, 2001), especially with respect to mental toughness (Connaughton & Hanton, 2009; Golby & Sheard, 2004; Gucciardi & Gordon, 2011; Mohammadzadeh, Boostani & Boostani, 2009; Shin & Lee, 1994).

Although again lower than means found in male only (mean 2.87, Crust & Swann, 2011) or male dominated (mean 3.02, Cowden et al., 2016) studies, mean MT Confidence was again above the subscale arithmetic mean suggesting that the players perceived themselves to be relatively high in MT-Confidence (Table 1). The MT Confidence mean for the elite league players was also significantly higher than the mean for the third league players (Table 2). In sports, confidence has generally been seen as an important characteristic of elite athletes (Andrew, Grobelaar, & Potgieter, 2007; Hodge & McKenzie, 2002; Vealey & Chase, 2008). Moreover, in the literature on mental toughness, confidence and self-belief have been highlighted as core attributes (Bull, Shambrook, James, & Brooks, 2005; Gucciardi & Gordon, 2009; Jones et al., 2002; Nesti, 2010; Weinberg

et al., 2012). The scores on the MT Confidence subscale indicate that the athletes believe strongly in their ability to reach their goals. Previous research indicates that elite athletes have a self-regulatory capacity to stay positive and engaged when facing challenging and pressured situations, and they have the confidence to deal with setbacks (Clough & Strycharczyk, 2012; Sheard, 2013). In addition, it is reasonable to include interpersonal assertiveness in MT Confidence (Clough & Strycharczyk, 2012). Interpersonal confidence indicates that athletes can promote themselves in a group and handle difficult or awkward teammates or relationships. Such an attitude is important, especially for elite team sports, in which athletes must 'survive' on a daily basis and handle rivalries (e.g., fighting for playing positions and playing time) in a healthy and constructive manner. Many players in the formative stages of their careers face a number of environmental challenges. The players in Thelwell et al. (2005) frequently mentioned challenges such as selection (e.g., being dropped, not considered for selection, or selected when not expecting it), lacking parent/school support, and transfer to another team, club, or league. In summary, although physical, tactical, and technical abilities are basic requirements for playing at an elite level, athletes also need a confident attitude (a high level of MT Confidence) to manage the challenges and develop into a competitive and authoritative presence on the team and against opponents.

Mean MT Control for the sample (2.34, Table 1) was below the subscale arithmetic mean of 2.5 and again lower than reported in Crust & Swann (2011; 2.74) and Cowden et al. (2016; 2.59 calculated) male and predominantly male samples respectively, identifying that they perceived themselves as relatively low in MT Control. Although the arithmetic subscale mean was not exceeded even in the elite league players, the elite level players had significantly higher mean MT Control than the second league players although but not the third league players, which was unexpected. First, MT Control reflects not only an athlete's perception that she can

control the performance environment (having the opportunity to play and to play well), but also that she can control her emotions. Accordingly, players with high MT-Control scores can interpret and regulate their emotions more effectively (e.g., self-doubts, frustrations, arousal, anxiety). Perceived control may reduce athletes' fear of failure and allow them to realize their full potential. Keeping emotions under control and remaining calm and relaxed under pressure, in addition to having psychological control with respect to unexpected or uncontrollable events, increases an athlete's ability to cope with the situation and perform well. According to Clough and Strycharczyk (2012), individuals with a strong sense of control have unshakable faith that they can control their own destinies and a tendency to feel and act as if they are influential. In elite soccer, winning the game is the ultimate objective for the players, coaches, supporters, managers, and administration, and the pressures and demands are high. A player's current performance is considered in the negotiations for his/her upcoming contract and future monetary benefits. These professional demands may reduce an athlete's perceived influence and control over their team administration. Thus, MT- Control probably significantly enhances a player's ability to handle such professional demands. The unexpected finding regarding MT Control (that the third league players' scores were similar to those of elite level players) may have several plausible explanations. To a certain extent, it may be that MT Control is context specific. The levels of expectation, pressure, and challenges are somewhat lower for third league players relative to elite and second league players. Because there is less pressure on them, third league players may feel that they have influence and control, which is reflected in their MT Control scores. For example, their obligations and club demands are more informal and probably not strongly regulated. Thus, their bonds and obligations to the club, and to soccer in general, may be more recreational and interest driven than they are for elite players. Even if such emotional and personal bonding is strong, the third

league players are self-motivated and therefore perceive a higher degree of control, which impacts their estimations of MT Control.

Limitations

Whilst this study enhances our knowledge and understanding of mental toughness among elite and sub-elite female soccer players, there are some limitations that should be noted. First, we used a cross-sectional research design, so the findings do not suggest that mental toughness causes elite level playing or vice versa. Second, the unacceptable internal consistency of the MT Constancy subscale meant we were unable to explore this purported mental toughness sub-factor. Further research using longitudinal designs should investigate the development of mental toughness over a sporting career using a more psychometrically robust revised instrument.

References

- Andrew, M., Grobbelaar, H.W., & Potgieter, J.C. (2007). Sport psychological skill levels and related psychosocial factors that distinguish between rugby union players of different participation levels. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, *29*, 1–14.
- Bull, S.J., Shambrook, C.J., James, W., & Brooks, J.E. (2005). Towards an understanding of mental toughness in elite English cricketers. *Journal of Applied Sport Psychology*, *17*, 209–227.
- Clough, P., & Strycharczyk, D. (2012). *Developing mental toughness: Improving performance, wellbeing and positive behaviour in others*. London: Kogan Page.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*, 2nd Edition. Hillsdale, Lawrence Erlbaum.
- Coulter, T.J., Mallett, C.J., & Gucciardi, D.F. (2010). Understanding mental toughness in Australian soccer: Perceptions of players, parents, and coaches. *Journal of Sports Sciences*, *28*, 699–716.
- Connaughton, D., & Hanton, S. (2009). Mental toughness in sport. Conceptual and practical issues. In S.D. Mellalieu & S. Hanton (Eds.), *Advances in Applied Sport Psychology* (pp. 317–346) London: Routledge.
- Cowden, R. G., Meyer-Weitz, A., & Asante, O. K. (2016). Mental toughness in competitive tennis: Relationships with resilience and stress. *Frontiers in Psychology*, *7*, (1) 320. doi: 10.3389/fpsyg.2016.00320
- Crust, L., & Swann, C. (2011). Comparing two measures of mental toughness. *Personality and Individual Differences*, *50*, 217–221
- DeVellis, R.F. (2012). *Scale development: Theory and applications*, Los Angeles, Sage.
- Dewhurst, S.A., Anderson, R.J., Cotter, G., Crust, L., & Clough, P.J. (2012). Identifying the cognitive basis of mental toughness: Evidence from the directed forgetting paradigm. *Personality and Individual Differences*, *53*, 587–590.
- Gallucci, N.T. (2014). *Sport psychology: Performance enhancement, performance inhibition, individuals, and teams* 2nd ed. New York, Psychology press.
- Golby, J., & Sheard, M. (2004). Mental toughness and hardiness at different levels of rugby league. *Personality and Individual Differences*, *37*, 933–942.
- Gould, D., Hodge, K., Peterson, K., & Petlichoff, L. (1987). Psychological foundations of coaching. Similarities and differences among intercollegiate wrestling coaches. *The Sport Psychologist*, *1*, 293–308.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Psychology*, *14*, 172–204.
- Gucciardi, D.F. & Gordon, S. (2009). Development and preliminary validation of the Cricket Mental Toughness Inventory (CMTI). *Journal of Sports Sciences*, *27*(12), 1293–1319.
- Gucciardi, D.F. & Gordon, S. (2011). Mental toughness in sport: Developments in theory and research.

- New York: Routledge.
- Haugaasen, M., Toering, T., & Jordet, G. (2014). From childhood to senior professional football: A multi-level approach to elite youth football players' engagement in football-specific activities. *Psychology of Sport and Exercise*, *15*, 336–344.
- Hodge, K. (1994). Mental toughness in sport: Lessons for life. The pursuit of personal excellence. *Journal of Physical Education New Zealand*, *27*, 12–16.
- Hodge, K., & McKenzie, A. (2002). Motivation and confidence. In B. Hale & D. Collins (Eds.), *Rugby tough* (pp. 35–60). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Jones, J.G., & Cale, A. (1989). Relationships between multidimensional competitive state anxiety and cognitive and motor subcomponents of performance. *Journal of Sports Sciences*, *7*, 229–240.
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2002). What is this thing called Mental Toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, *3*, 205–218.
- Jones, G., Swain, A., & Cale, A. (1991). Gender Differences in Precompetition Temporal Patterning and Antecedents of Anxiety and Self-Confidence. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *13*, 1–15.
- Mazaualan, M., & Rahim, M.R.A. (2014). Relationship between mental toughness and sport performance among contact and non-contact sport athletes. In R. Adnan, S.I. Ismail, & N. Sulaiman (Eds.), *Proceedings of the international colloquium on sport science, exercise, engineering and technology* (pp. 411–420). Singapore: Springer.
- Mohammadzadeh, Y., Boostani, M.H., & Boostani, M.A. (2009). The comparison of some psychological skills of superior and non-superior male karate kas dispatched to Japan world competitions. *World Journal of Sport Sciences*, *2*, 121–124.
- Morgan, W.P. (1980). The trait psychology controversy. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *51*, 50–76.
- Nesti, M. (2010). *Psychology in football: Working with elite and professional players*. New York: Routledge.
- Newland, A., Newton, M., Finch, L., Harbke, C.R., & Podlog, L. (2013). Moderating variable in the relationship between mental toughness and performance in basketball. *Journal of Sport and Health Science*, *2*, 184–192.
- Nicholls, A.R., Polman, R.C.J., Levy, A., & Backhouse, S.H. (2008). Mental toughness, optimism, and coping among athletes. *Personality and Individual Differences*, *44*, 1182–1192.
- Nicholls, A.R., Polman, R.C., Levy, A.R., & Backhouse, S.H. (2009). Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and Individual Differences*, *47*, 73–75.
- Orlick, T., & Partington, J. (1988). Mental links to excellence. *The Sport Psychologist*, *2*, 105–130.
- Pashabadi, A., Shahbazi, M., Hoseini, S.M., Mokaberian, M., Kashanai, V., & Heidari, A. (2011). The comparison of mental skills in elite and sub-elite male and female volleyball players. *Procedia—Social and Behavioral Sciences*, *30*, 1538–1540.
- Sheard, M. (2010). *Mental toughness: The mindset behind sporting achievement*. London: Routledge.
- Sheard, M. (2013). *Mental toughness: The mindset behind sporting achievement*, 2nd edition. East Sussex: Routledge.
- Sheard, M., Golby, J., & Van Wersch, A. (2009). Progress toward construct validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). *European Journal of Psychological Assessment*, *25*, 186–193.
- Shin, D.S., & Lee, K.H. (1994). A comparative study of mental toughness between elite and non-elite female athletes. *Korean Journal of Sport Science*, *6*, 85–102.
- Thelwell, R., Weston, N., & Greenless, I. (2005). Defining and understanding mental toughness within soccer. *Journal of Applied Sport Psychology*, *17*, 326–332.
- Tunney, J. (1987). Thoughts on the line. *Mental toughness: Biceps for the mind*. *Soccer Journal*, *32*, 49–50
- Vealey, R.S., & Chase, M.A. (2008). Self-confidence in sport. In T.S. Horn (Ed.), *Advances in sport*

- psychology, 3rd ed. (pp. 65–97). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weinberg, R., Butt, J., & Culp, B. (2012). Coaches' views of mental toughness and how it is built. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *9*, 156–172.
- Williams, J.M., & Krane, V. (2001). Psychological characteristics of peak performance. In J.M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*, 4th ed. (pp. 137–147). Mountain View, CA: Mayfield.

Artikkel 4

Danielsen, L. D. (2021). Lagkultur og prestasjon i toppfotball for kvinner: Et trenerperspektiv. I A. Tjønndal (Red.), *Idrett, kjønn og ledelse - Festskrift til Jorid Hovden* (s. 95-112). Fagbokforlaget.

KAPITTEL 5

LAGKULTUR OG PRESTASJON I TOPPFOTBALL FOR KVINNER

ET TRENERPERSPEKTIV

Line Dverseth Danielsen

Toppfotballen har tradisjonelt vært en mannsdominert arena (Meyer-Parapanis et al., 2017; Pfister, 2010). En konsekvens av dette er at mesteparten av kunnskapen vi har om ledelse av toppfotball i dag er basert på forskning gjort på mannlige trenere og spillere (Grindstein & Larsen, 2019; Hughson et al., 2017). Dette er problematisk fordi det er jo ikke sikkert at måten trenere leder mannlige fotballspillere på, automatisk kan overføres til kvinnelige fotballspillere. De Haan og Knoppers (2019) stiller derfor spørsmål om mannlige toppfotballtrenere har tilstrekkelig forståelse av hva kvinnelige spillere trenger fra dem som trenere.

I toppidrett er fokuset til treneren å produsere gode prestasjoner og sportslig utvikling. I lagidretter som fotball er det spesielt viktig å etablere en lagkultur som bidrar til å skape samhold og gode prestasjoner både på kort og på lang sikt (Andersen, 2011; Qusted & Duda, 2010). Treneren har en nøkkelrolle i utviklingen av en lagkultur, og for å bli en fremgangsrik toppfotballtrener er man avhengig av å opprettholde en god prestasjonskultur. I denne sammenheng er det viktig at treneren tilnærmer seg utøverne på måter som tar hensyn til de individuelle utøvernes forutsetninger, deriblant faktorer som kjønn, alder og sosial bakgrunn (Norman, 2014).

Flere studier fremhever at det er behov for å undersøke hva som er god lagkultur for kvinnelige idrettsutøvere (Felton & Jowett, 2013; MacKinnon, 2011; Thorpe et al., 2019). Ifølge Thorpe og kolleger (2019) vil en dårlig lagkultur ikke bare gå utover prestasjonen, men også gå utover utøverens fysiske og psykiske helse. Med denne bakgrunn er forskningsspørsmålet som undersøkes i dette kapitlet: *Hvordan erfarer og beskriver trenere en god lagkultur for kvinnelige fotballspillere i norsk toppfotball?*

I kapitlet vil jeg først gjøre rede for min teoretiske forståelse av begrepet lagkultur, før jeg presenterer studiens forskningsdesign. Deretter vil resultatene fra studien presenteres og diskuteres under to hovedtemaer: 1) samhold og sosiale relasjoner i kvinnelige toppfotballag, og 2) trenerrollen i kvinnelig lagkultur. Til sist gjøres en oppsummering av de viktigste funnene, samt hvilken betydning funnene har for fotballtrenere og for videre forskning på feltet.

ANALYTISK RAMMEVERK: ET IDRETTSPSYKOLOGISK PERSPEKTIV PÅ LAGKULTUR

Det finnes mange definisjoner på lagkultur, og i ulike fagfelt betyr kulturbegrepet ulike ting. Eksempelvis betyr ikke kulturbegrepet det samme i idretts-sosiologi som i idrettspsykologi. Dette kapitlet tar utgangspunkt i en idrettspsykologisk definisjon, hvor lagkultur kan beskrives som: «a dynamic process characterized by the shared values, beliefs, expectations, and practices across the members and generations of a defined group» (Cruickshank & Collins, 2012a, s. 340).

I følge Cruickshank og Collins (2012a) kan man snakke om en høyt presterende lagkultur når spillerne har felles oppfatninger av hva som støtter en optimal prestasjon, når utøverrelasjonene og arbeidsinnsatsen er stabil over tid i møte med varierende resultater (seire, tap, uavgjort), og når lagets prestasjoner er jevnt gode. En sterk lagkultur forutsetter også at spillerne kommuniserer godt seg imellom og samhandler effektivt (Bayram et al., 2017; Høigaard, 2020), mens mangel på kommunikasjon kan bli en stressfaktor som påvirker lagkulturen negativt (Fletcher & Hanton, 2003).

I arbeidet med å utvikle en god lagkultur er også gruppekohesjon en avgjørende faktor. Gruppekohesjon blir av Carron og kolleger (1998) beskrevet som en dynamisk prosess som handler om sosiale relasjoner innad i laget. Gruppekohesjonen blir påvirket av trenerens ledelsesatferd, beslutningsstil og relasjonen til spillerne (Carron & Eys, 2012; Høigaard, 2020). Gruppekohesjon deles ofte i to dimensjoner: oppgavekohesjon og sosial kohesjon (Høigaard, 2020). Oppgavekohesjon handler om i hvilken grad spillerne evner å jobbe mot samme mål, mens sosial kohesjon gjenspeiler den mellommenneskelige tiltrekningskraften mellom spillerne i laget (Høigaard, 2020).

Lagkultur og ledelse av toppfotballag

Fletcher og Arnold (2011) hevder at å være trener for et toppidrettslag er et mangfoldig arbeid som krever et lederskap som evner å utvikle visjoner, etablering av hensiktsmessige normer og verdier som understøtter utvikling og prestasjon. Å utvikle en god lagkultur er en langvarig prosess, og kan stå

i motsetning til de mer kortsiktige perspektivene til både trenere og klubb, hvor målet om seier her og nå er fremtredende (Cruickshank & Collins, 2012b). En utfordring her er at mange trenere har liten erfaring og kompetanse i å drive systematisk kulturutvikling. Mange trenere mangler verktøyene til å endre en underpresterende lagkultur, og det mangler også forskning om idrettsspesifikke prosesser som fører til kulturendring (Cruickshank & Collins, 2012a, 2012b).

Det å trene toppidrettsutøvere krever mange ulike egenskaper (Dohsten et al., 2020). En treneregenskap som har fått oppmerksomhet de siste årene er evnen til å vise omsorg (Dohsten et al., 2020). Dohsten og kolleger (2020) argumenterer for at omsorg er en viktig del av bærekraftig treningsledelse. De fremhever videre at utøvere trenger emosjonell støtte, men at også stabile økonomiske rammer og gode treningsmuligheter er nødvendig for å skape bærekraftig toppidrett. Det som menes med bærekraftighet i denne sammenhengen, er at utøverne blir trent ut fra egne forutsetninger og behov (Dohsten et al., 2020). Omsorg handler om å ta vare på utøverne, men også om å hjelpe utøverne til å ta seg tid til å samhandle og bruke dialog til å bygge og opprettholde relasjonen til resten av utøvergruppen (Jones, 2009).

I nyere forskning på omsorg og treners ledelse påpekes også viktigheten av at treneren respekterer og verdsetter spillerne, lytter til dem og støtter dem som medmennesker (Annerstedt & Lindgren, 2014). Ifølge en landslagstrener i studien til Annerstedt og Lindgren (2014) skapes effektivt lagkultur ved å gi spillerne ansvar og sjanser til å utvikle sine personligheter ved siden av idrettskarrieren, særlig med tanke på selvtillitsbygging og utvikling av lederegenskaper hos spillerne.

METODE

Datamaterialet er basert på intervjuer med ti trenere i kvinnelig toppfotball. Utvalget av trenere er strategisk (Malterud 2017), hvor inkluderingskriteriene var: (1) at treneren måtte ha minst fem års erfaring som hovedtrener for et norsk kvinnelig toppfotballag, (2) både kvinnelige og mannlige trenere i utvalget, (3) erfaring med å trene både herre- og damelag og (4) ha formell fotballtrenerutdanning. Toppfotballag regnes her som norsk toppserie eller A-landslaget. Trenerne ble invitert til å delta i prosjektet ved at jeg tok kontakt på telefon. Alle inviterte trenere takket ja til å delta i studien. Trenerne signerte et informasjons- og samtykkeskjema, godkjent av Norsk senter for forskningsdata (NSD). Dette resulterte i et utvalg bestående av seks mannlige trenere og fire kvinnelige trenere (alder 35–63 år). Beskrivelser av informantene er summert i tabell 5.1:

TABELL 5.1 Trenerbakgrunn

Trener	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Trener-erfaring i år	31	9	11	15	8	24	25	24	16	16
Hovedtrener elitenivå	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Hovedtrener A-landslag						X	X		X	
Trenerkurs	UEFA B	UEFA A	UEFA Pro	UEFA A	UEFA A	UEFA Pro	UEFA Pro	UEFA A	UEFA A	UEFA Pro
Spiller-erfaring	Lavere nivå	A-landslaget	Lavere nivå	A-landslaget	A-landslaget	A-landslaget	Toppnivå	Lavere nivå	Lavere nivå	Lavere nivå

Seks av trenerne hadde erfaring med å trene både mannlige og kvinnelige fotballspillere på høyere nivå. I tillegg hadde fem av trenerne spilt på toppnivå, og fire av disse var også tidligere landslagsspillere med et gjennomsnitt på 46 internasjonale landskamper. Fire av trenerne hadde en «UEFA Pro-lisens» (den høyest rangerte fotballtrenerlisensen). Fem trenere hadde «UEFA A-lisens» (nest høyeste lisens), og én trener holdt på å fullføre denne sertifiseringen da intervjuene ble gjennomført. Ni av trenerne var hovedtrenere i Toppserien, hvorav tre av disse tidligere hadde vært trener på A-landslaget. En av informantene var hovedtrener for A-landslaget. Seks av trenerne hadde erfaring med å trene mannlige fotballspillere, én trener hadde også vært trener på toppnivå i utlandet.

Informantene valgte tid og sted for intervjuene (ofte klubblokalet), og intervjuene varte i 60–120 minutter. Intervjuene ble tatt opp og transkribert. Tre hovedtemaer ble tatt opp i intervjuene: (a) trenerens forståelse av lagkultur i toppfotball for kvinner; (b) faktorer som skaper en best mulig lagkultur for kvinnelige fotballspillere; og (c) hensyn som trenerne må ta for å skape en god lagkultur.

Etiske betraktninger og forskerrefleksivitet

Informert samtykke ble sikret muntlig og skriftlig gjennom samtykkeskjemaet informantene signerte i forkant av datainnsamlingen. For å verne om informantenes anonymitet er informasjon om alder og kjønn ikke opplyst (se tabell 5.1). Jeg har vurdert dette som et nødvendig grep for å sikre at informantene er tilstrekkelig anonymisert.

Jeg har gjennomførte intervjuene og analysen av datamaterialet alene. Min erfaring med dette feltet er lang, både som tidligere spiller og trener på toppnivå i Norge. Alle kvalitative analyseprosesser preges av forskerens erfaringer, kunnskaper og forforståelse (Nilssen, 2012), og i mitt prosjekt har min bakgrunn som toppfotballspiller og trener vært en styrke fordi jeg enkelt kan sette meg inn i erfaringene til informantene. Samtidig har dette vært en utfordring fordi min kjennskap til feltet kan føre til en blindhet hvor jeg tolker det informantene sier i lys av egne erfaringer fra norsk toppfotball. Det å ha et distansert blikk og fokusere på mine tolkninger av det informanten forteller, har jeg jobbet bevisst med i analyseprosessen. Inntrykket jeg sitter med etter de gjennomførte intervjuene, er likevel at mitt kjennskap til feltet har vært positivt for å sikre et strategisk utvalg og for å forstå informantenes opplevelser.

Analyse

Min tilnærming for å analysere dataene er temaanalyse (Nilssen, 2012). I den første delen av analysen fordypet jeg meg i transkripsjonene og trakk ut sitater om lagkultur og prestasjoner i toppfotball for kvinner. Det ble satt koder på utsagn gjennom en nøye gjennomgang av datamaterialet. I neste fase grupperte jeg kodene i ulike temaer og kategorier, noe Nilssen (2012) beskriver som aksial koding. I fase 3, selektiv koding, utpekte jeg mine hovedkategorier. I mitt materiale var disse samhold, sosiale relasjoner og forståelse av trenerrollen i kvinnelig lagkultur. Etter flere gjennomlesninger av datamaterialet kom jeg frem til noen underkategorier som skilte seg ut som fremtredende i materialet: kommunikasjon, kjærestere relasjoner, spillere som utvikler lagkulturen, treneratferd, samt trenertiltak for å etablere en god lagkultur.

Funnene fra analysen av dette datamaterialet presenteres i to deler. Første del handler om samhold og sosiale relasjoner i kvinnelige toppfotballag. Andre del omhandler trenerrollen i kvinnelige toppfotballag.

RESULTATER OG DISKUSJON

Samhold og sosiale relasjoner i kvinnelige toppfotballag

Fotball er en idrett som stiller store krav til samarbeid for å prestere (Høigaard et al., 2008). Det betyr at samhold og gode sosiale relasjoner er en viktig forutsetning for gode prestasjoner i fotball. God kommunikasjon mellom spillere og mellom trener og spillere er derfor sentralt for å opprettholde en prestasjonsorientert lagkultur. Flere av trenerne opplevde at kommunikasjonen mellom spillere på kvinnelige toppfotballag kunne være utfordrende for deres arbeid med å bygge en god lagkultur:

På fotballbanen er kommunikasjon mellom spillerne for dårlig. De er litt stille og beskjedne ... Kvinnelige fotballspillere tenker så mye, de over-analyserer alt. Hvis noen blir taklet hardt eller slenger noe stygt på trening i kampens hete, så kan de finne på å dra det med seg hjem, det gjør ikke mannlige fotballspillere på samme måte. (trener 9)

Herrespillerne kjefter på hverandre, og så er de ferdig med det når treningen er over. Mens når kvinnene kjefter på hverandre, sånn ordentlig kjefting. De kan ta med seg dårlige relasjoner med andre spillere inn i trening, inn i kamp, til og med kan de dra det med seg inn i ei landslagssamling. (trener 2)

Trener 9 forteller at kommunikasjonen til kvinnelige spillere ofte er dårlig under kamp. Dette er utfordrende fordi god og effektiv kommunikasjon er sentralt for å etablere og opprettholde en god prestasjonsorientert lagkultur.

Kommunikasjon er også avgjørende i utviklingen av spillernes kompetanse, ferdigheter og kunnskap (Borrie & Knowles, 2003; Høigaard & Jørgensen, 2007). En annen side ved kommunikasjonen fremkommer i sitatet fra trener 2, som viser hvordan konflikter under spill på trening kan prege kommunikasjonen og relasjonen mellom spillerne utover selve treningen. Utsagnet til trener 9 viser hvordan kvinnelige fotballspillere kan tolke en hard takling som at motspilleren har noe personlig imot den som blir taklet. Slike episoder oppleves personlig og blir noe spillerne tar med seg hjem og grubler videre på. Treneren erfarer at dette ikke er like vanlig blant mannlige fotballspillere. Et annet trekk flere trenere fremhever er at det som skjer utenfor fotballbanen også blir tatt med inn på treningen eller i kamper, og det kan videre tas med inn i for eksempel landslagssamlinger. Erfaringene til trener 9 understøtter dermed ikke tidligere forskning som hevder at det ikke er store kjønnsforskjeller i måten lagidrettsutøvere kommuniserer med hverandre på (Sullivan 2009). Trenerens erfaring indikerer at det kan være forskjeller mellom kvinnelige og mannlige lagkulturer som det er viktig å forstå og ta høyde for. Samtidig er det viktig å presisere at det sannsynligvis er stor variasjon, og at ikke alle kvinnelige toppfotballag er preget av dårligere kommunikasjon og høyere konfliktnivå enn alle mannlige toppfotballag. Trenerne fremhever at gode relasjoner og samhold er viktige faktorer for lagkulturen i kvinnelige fotballag. Blant annet uttrykker trener 1 dette slik:

I herrefotball på toppnivå så er utskiftningen i gruppen mye større enn den er i kvinnefotball. I et kvinnelag kan det være 5–6 spillere som har vært i klubben i 10 år ... Laget er viktig. Dermed er det ikke så enkelt å lokke spillerne bort fra laget uansett hvor gode de er. For laget og gruppen er noe spillerne setter pris på og liker.

Ifølge Eys og kolleger (2015) motiveres kvinnelige idrettsutøvere av samholdet og fellesskapet i laget, mens mannlige idrettsutøvere ofte er mest opptatt av konkurranse og å vinne. Trenerne beskriver samholdet og de sosiale relasjonene som forekommer hos kvinnelige toppfotballag som unikt sammenlignet med herrelagene de har trenererfaring med:

Kvinnelige fotballspillere tjener lite penger, og jeg har konkludert med at en av tingene som gjør at spillerne legger ned så mye innsats, er for å oppleve samhold, oppleve gode resultater sammen med dem de samarbeider med. Som igjen gjør at de legger ned enda mer innsats ... Den viktigste nøkkelen for utvikling og optimale prestasjoner er at spillerne har det bra. (trener 10)

Trener 10 forteller at et godt samhold i laget og det å lykkes sammen kan være viktigere for de kvinnelige spillernes motivasjon, trivsel og prestasjoner enn for mannlige spillere. Trenerens erfaringer samsvarer med en undersøkelse gjort av Keathley og kolleger (2013), som viser at kvinnelige fotballspillere setter det sosiale ved fotballen høyere enn mannlige fotballspillere. En av årsakene til at dette kan være økonomi, slik trener 10 forteller. I Norge skiller det 6,4 millioner kroner i gjennomsnittlig inntekt per år mellom mannlige og kvinnelige landslagsspillere (Lie, 2017). Selv om jeg ikke har funnet tall på hva gjennomsnittlig inntekt er for kvinnelige og mannlige eliteseriespillere i Norge, er min erfaring som eliteseriespiller over ti år at svært mange kvinnelige toppfotballspillere ikke tjener nok til at de kan leve av inntekten fra fotballen alene. Derfor er det kanskje ikke så rart at det sosiale får større betydning for kvinnelige enn for mannlige fotballspillere. Fotball for kvinner blir på mange måter en overskuddsaktivitet, mens for menn blir det et god lønnet yrke.

Trivsel og viktigheten av et godt forhold til lagkameratene i kvinnefotballag er noe Fasting (2003) dokumenterte for nesten 20 år siden. Selv om kvinnefotballen har utviklet seg siden den gang, viser materialet at dette ser ut til fortsatt å være et sentralt motiv for kvinner som spiller toppfotball. I tillegg til lagvennerrelasjonene kan det også utvikles andre relasjoner i kvinnelige toppfotballag. Informantene forteller at det ikke er uvanlig med kjærestere relasjoner innad i lagene, og fremhever at de opplever dette som unikt for lagkulturen i kvinnelig toppfotball.

Kjærestere relasjoner

Trenerne forteller at det ikke er uvanlig at det dannes kjæresteforhold mellom spillerne på kvinnelige toppfotballag. Trenerne beskriver at dette kan påvirke dynamikken og kulturen i laget, i tillegg til at laget kan få utfordringer når romantiske forhold mellom spillere tar slutt:

Det er flere som er lesbiske, sant. Utfordringen er hvis de blir kjærestere, og spesielt hvis det blir slutt. Nei, da blir det et mareritt, ... Vi kan ikke styre kjærlighetslivet, men jeg tror spillerne skjønner at vi ikke ønsker at noen landslagsspillere er kjærestere. Fordi det er ikke gunstig, det kan føre til prating, hvisking og kviskring. Samt danne seg klikker i laget ... Jeg er opptatt av at spillerne har ryggrad og tar opp ting ansikt til ansikt. (trener 9)

Spillerne er jo kjærestere med hverandre. Når det blir slutt, kan det bli intriger. Eller når noen har forhold til noen de ikke er kjærestere med, sånt blir det utfordringer av.

Vært slike utfordringer hos oss tidligere. Nå er det nøstet opp i, men når det står på, blir det utrivelig for hele laget, merker det på stemningen i garderoben, på reiser og så videre. Da begynner medspillere å velge side og litt sånne ting. (trener 3)

Ifølge Jowett & Cramer (2009) er det gjort relativt lite forskning på kjærestereelasjoner blant medspillere i lagidretter. Noe av årsaken til dette kan være at forskningen på dette feltet er dominert av studier på herrelag, og at mannlige fotballspillere som er åpent homofile er uvanlig (Adams & Anderson 2012). Til sammenligning peker Skogvang og Fasting (2013) på at det er mindre problematisk å være åpen lesbisk i fotballmiljøet enn i samfunnet ellers, fordi fotball blir sett på som en maskulin idrett. At kjæresteforhold internt i laget utvikles er ikke overraskende, da spillere på samme lag tilbringer mye tid sammen. Både trener 9 og trener 3 har trent kvinner og menn på høyt nasjonalt nivå, og deres opplevelser av kjærestereelasjoner som unikt for kvinnelig lagkultur underbygger Adams og Andersons (2012) og Skogvang og Fastings (2013) argumenter om homofili i toppfotball.

En utfordring trenerne refererer til, er når det blir brudd i et kjæresteforhold mellom spillere i laget, det er noe som lett kan skape et dårlig miljø og trykket stemning. Dette kan skape spesielt store problemer hvis øvrige spillerne på laget «velger» side med tanke på kjærestepar som har gjort det slutt. En sterk lagkultur som preges av en åpen og god kommunikasjon, hvor spillerne er trygge på hverandre og hvor det er et klima for å ta opp utfordringer, vil være avgjørende. Dette var trenerne i undersøkelsen bevisst på, og de var opptatt av både å skape et godt kommunikasjonsklima og ikke minst å ta opp utfordrende hendelser i fellesskap hvor spillerne må snakke sammen ansikt til ansikt for å løse utfordringene.

Spillere som utviklere av en lagkultur

Trenere har mindre innvirkning på kulturutviklingen i laget enn spillergruppen. Lag på toppnivå tjener derfor på å ha en bevisst holdning til rekruttering av nye spillere (Høigaard, 2020), og trenerne bør sammen med spillerne identifisere hvilke områder som er viktige for å videreutvikle lagets kultur. I kontrast til trygghet og sosial trivsel er det noen ganger nødvendig å gå utenfor komfortsonen for å kunne ta neste steg som spiller og som lag. Dette fremgår også av intervjudataene:

Vi sliter ute på banen med at vi ikke har de som setter listen høyt nok fordi det er litt ukomfortabelt, fordi da krever spilleren noe av de andre spillerne som de kanskje ikke liker så godt. (trener 4)

Trenger den spilleren som har vinnerinstinkt. Så når laget trenger at hun står fram, er hun den som tar tak og går foran. Både med hensyn til innsats, vilje og trykk ... Samtidig som spilleren tar ansvar for laget og fokuserer på gruppedynamikken. Hun har sosiale antenner ... Spilleren må kunne se og forstå hva som skjer, og hun må være følsom med denne informasjonen. (trener 2)

En gruppe med dårlige holdninger til arbeidsmoral, kosthold og egentrening skaper ikke gode prestasjoner (Høigaard, 2020). Å ha utøvere med høy status i gruppen og som har gode verdier, kan påvirke resten av spillergruppen positivt og er viktig for å utvikle og opprettholde en god lagkultur (Cruickshank & Collins, 2012a). Trenerne forteller at dette er spillere som er selvsikre og er i stand til å overføre denne selvtiliten til andre på laget. Slike spillere kan i denne sammenheng regnes som *kulturelle arkitekter*: spillere som fremstår som ledere, og som bidrar til å utvikle en god lagkultur (Danielsen et al., 2019). For trenerne vil det derfor være gunstig å utvikle spillere som er selvstendige, tar ledende posisjoner i laget og går foran på banen (Annerstedt & Lindgren, 2014). I tillegg vil det, som trener 2 forteller, være viktig med spillere som får laget til gå utenfor komfortsonen og ha fokus på fremgang og utvikling. Materialet viser at det sosiale er viktig, men at spillerne ikke bare kan være «snille piker», de må kreve innsats av hverandre for at det skal bli en høyt presterende lagkultur med hardt, målrettet og systematisk arbeid over tid (Høigaard, 2020; Cruickshank & Collins, 2012a).

Ifølge Danielsen og kolleger (2019) kan kulturelle arkitekter beskrives som kulturbyggere med en sterk lidenskap for å forbedre laget, som bidrar til å skape et velfungerende og høyt presterende lag. Det er viktig med slike spillere på laget for å prestere på kort sikt, men også for å optimalisere lagkulturen i et langsiktig perspektiv (Danielsen et al., 2019). Dermed kan det være gunstig for trenerne å ha fokus på muligheten for å utvikle og rekruttere slike spillere til laget (Collins et al., 2011; Danielsen et al., 2019). Selv om spillerne har stor innflytelse på lagkulturen, er også trenerens ledelsesatferd en viktig faktor for høyt presenterende kvinnelige toppfotballag.

TRENERROLLEN I KVINNELIG LAGKULTUR

Trenerens atferd påvirker spillerne og lagkulturen, og dette har jeg selv fått erfare i min karriere som spiller og trener på toppnivå i Norge. I materialet fremkommer det hvordan treneratferd får betydning for lagkulturen, og hvilke tiltak fotballtrenerne på toppnivå selv bruker for å etablere en god lagkultur.

Treneratferd, konsekvenser for treneren og lagkultur

Mannlige og kvinnelige idrettsutøvere kan ha ulike ønsker og behov fra en trener (Mackinnon 2011; Stebbings et al., 2015). Trenerne i denne studien erfarer at deres rolle er annerledes i et kvinnefotballag sammenlignet med i et herrefotballag. Ifølge trenerne er kvinnelige fotballspillere mer opptatt av å bli sett og å få tilbakemeldinger og omsorg fra trenerne enn mannlige fotballspillere. Trenerne så dette som unikt ved kvinnelige lagkulturer i fotball og opplevde det som viktig for å imøtekomme kvinnelige spilleres behov:

Kvinnelige fotballspillere liker å være i fokus, liker å snakke med treneren om seg selv. Denne oppmerksomheten er mer foretrukket av kvinnelige enn av mannlige spillere. Tilbakemelding er et tema det er umulig å tilfredsstille de kvinnelige fotballspillerne på. (trener 9)

Kvinnelige fotballspillere vil ha tilbakemeldinger, de vil ha en bekreftelse på at de er sett, og den bekreftelsen vil de ha mye oftere enn herrespillerne. (trener 1)

Sitatene viser at trenerne opplever at kvinnelige fotballspillere trenger mer bekreftelse på at treneren bryr seg og at treneren er der for dem, enn hva mannlige fotballspillere uttrykker at de har behov for. Informantenes erfaringer er i tråd med funn fra Johansens masteravhandling (2016) som viser hvordan kvinnelige fotballspillerne er opptatt av å bli sett og anerkjent av treneren.

De mannlige trenerne i utvalget fortalte at de opplevde at kvinnelige fotballspillere trenger mer oppmerksomhet og bekreftelse enn herrespillere, mens de kvinnelige trenerne ikke erfarte dette. Dette kan ha sammenheng med at trenerens kjønn har betydning for treneratferd (Tjønndal & Hovden, 2016). Det er viktig å presisere at det kun var en av de kvinnelige trenerne som hadde erfaring med å trene både kvinner og menn på nasjonalt nivå. Dermed hadde tre av fire kvinnelige trenere i utvalget ikke erfaringsgrunnlag til å reflektere rundt kjønnsforskjeller i lagkulturer i toppfotball. Det kan også tenkes at de kvinnelige trenerne i utvalget er mer støttende og omsorgsfulle i sin trenerrolle enn de mannlige trenerne, og dermed ikke opplever at kvinnelige spillere krever mye støtte og oppmerksomhet, fordi omsorg allerede er en betydelig del av deres lederstil. Dette støttes av tidligere forskning som viser at idrettsutøvere vurderer kvinnelige trenere som bedre på relasjoner og empati enn mannlige trenere (Hovden & Tjønndal, 2019; Lindgren & Barker-Ruchti, 2017; Murray et al., 2018).

For å maksimere prestasjoner i toppfotball må det være sammenheng mellom den faktiske treneratferden og atferd foretrukket av spillerne (Høigaard

et al., 2008). Fasting og Pfister (2000) fant at kvinnelige toppfotballspillere foretrakk trenerstilen til kvinnelige trenere fordi mannlige trenere ofte ble opplevd som for aggressive i sin lederstil, noe som ikke møtte deres behov som spillere. Ifølge Norman (2014) kan en aggressiv lederstil ha forskjellig effekt på mannlige og kvinnelige spillere. For eksempel hevder Felton og Jowett (2015) at bruk av straff hadde mer skadelige effekter på motivasjonen til kvinnelige utøvere sammenlignet med mannlige. Dette er i samsvar med funnene til Murray og kolleger (2018), som viste at trenere må være oppmerksomme på at deres handlinger kan tolkes forskjellig basert på utøvernes kjønn og bakgrunn. Dette kan potensielt påvirke trenernes effektivitet og resultatene av deres atferd (Murray et al., 2018). Majoriteten av trenerne i utvalget erfarte at kvinnelige fotballspillere trenger trenere som bryr seg og viser omsorg:

Kvinnelige fotballspillere trenger kanskje litt mer omsorg og flere spillersamtaler. Som trener kommer man kanskje litt nærmere spillerne på kvinnesiden. (trener 7)

Trener 7 mener at kvinnelige spillere trenger mer omsorg og gjerne flere samtaler med fokus på seg selv som spiller. Trenerens opplevelser samsvarer med funn fra Norman (2014), som fremhever at kvinnelige utøvere har behov for støtte, positiv kommunikasjon og anerkjennelse fra treneren. Videre forteller treneren at en av fordelene med å være trener for kvinner er at treneren kommer nærmere spillerne gjennom behovet for omsorg og bekreftelse. Dette kan knyttes opp mot Dohsten og kollegers (2020) funn om at en omsorgsfull tilnærming til trenerrollen er viktig for å skape en bærekraftig toppidrettspraksis.

Ifølge Norman og French (2013) er et demokratisk, personlig og positivt forhold til treneren viktig for kvinnelige utøvers prestasjoner. Lindgren og Barker-Ruchti (2017) støtter dette og fremhever at kvinnelige trenere erfarer at en omsorgsfull og helhetlig ledelsestilnærming er viktig. Denne ledelsestilnærmingen mener de forbedrer prestasjonene gjennom å inkludere strategier som å lytte til spillerne, delta i dialog om spillernes behov og fokusere på spillernes helse, velvære og helhetlig toppidrettsprestasjon (Lindgren & Barker-Ruchti, 2017). Erfaringene til trenerne i denne studien kan leses som et argument for at trenere bør bruke tid på å bygge opp spillernes selvtillit gjennom å gi dem bekreftelse og oppmuntring.

Trenertiltak for å etablere en god lagkultur

Flere forskere har tatt til orde for at autoritære trenere som primært leder gjennom sin maktposisjon og kontroll, er utdaterte i toppidrett (Hovden & Tjønnedal, 2019; Lindgren & Barker-Ruchti, 2017; Norman, 2014).

For å motivere dagens toppidrettsutøvere er det nødvendig med et annet lederskap hvor spillerens behov er i fokus (Rieke et al., 2008). Informantene mener at fokus på spillernes samhold og trivsel er viktige tiltak for å skape en god lagkultur:

Vi har gjort noen bevisste valg med hensyn til spillerstall. Noen kvalitetsspillere har måttet forlate oss, men vi prioriterer rollesammensetningen for å få bedre samhold. (trener 3)

Gruppen er noe kvinnelige fotballspillere setter stor pris på. Jeg tror den betyr en trivselsfaktor på 80 % og som du som trener må ha stor respekt for ... Kvinnelige fotballspillere bryr seg mer om hverandre. De har mer empati, på godt og vondt. Du kan tenke deg at en kvinnespiller på ei treningsøkt blir taklet og ligger nede, da stopper spillet automatisk. På ei herretrening skjer det ingenting før treneren stopper spillet, mens for kvinnene er det helt naturlig. For kvinnene er det ikke så viktig å få avsluttet angrepet, det er viktigere å få vite hvordan det går med spilleren. (trener 1)

Trivselen betyr mye for at laget skal være samlet og prestere på best mulig måte. En viktig oppgave til trenere på toppnivå er derfor å sørge for balanse mellom fokus på prestasjon og fokus på trivsel (Dohsten et al., 2020). Keathley og kolleger (2013) viser til at trenerens påvirkning fremstår som en viktig faktor fordi kvinnelige spillere legger større vekt på hvilke relasjonelle forhold de har når de spiller fotball, enn hva mannlige spillere gjør. Trener 1 forteller at empati er en større del av reaksjonsmønsteret til kvinnelige spillerne under trening sammenlignet med mannlige spillere. Likevel er ikke dette mønsteret bare heldig, fordi det stopper angrepet, det skaper lavere tempo og kvaliteten i treningen kan synke. Trener 2 understreker at trenerne må være oppmerksomme og regulere treneratferden sin som et tiltak for å skape en god lagkultur:

Sier du til en kvinnelig fotballspiller på en alvorlig måte at du synes hun presterte dårlig, at hun spilte en dårlig kamp, da går den kvinnelige fotballspilleren hjem og setter seg ned og grubler og tror at hun er en dårlig fotballspiller. Hvis du sier det samme til en mannlige fotballspiller, så går han hjem og tenker at treneren er en idiot som ikke skjønner hvor god han er ... Kvinnene er veldig vare på hva som blir sagt, og kan også oppfatte at treneren favoriserer noen. Det med favorittspillere, det hører jeg kun hos kvinnelag, aldri hørt det i et herrelag. (trener 2)

Trener 2 opplever at hvis hen kommuniserer til en kvinnelig spiller at hun ikke presterer godt nok, så påvirker det selvtilliten og prestasjonen til spilleren i større grad enn hva det ville gjort hos en mannlig toppfotballspiller. Dette indikerer at trener 2 opplever at hen må regulere sin treneratferd etter spillernes kjønn. Flere forskere (Nesti, 2010; Sheard, 2010; Weinberg et al., 2012) har skrevet om kjønnsforskjeller i selvtillit hos toppidrettsutøvere, og påpeker at kvinner ofte har lavere selvtillit enn menn. Dersom det er tilfellet at kvinner blir påvirket mer negativt av korrigeringer fra treneren enn menn, kan herrefotballspillere ha en fordel fordi de heller tenker at treneren ikke forstår hvor gode de er, mens de kvinnelige fotballspillerne tviler på seg selv og egne fotballferdigheter. Disse funnene indikerer at trenere for kvinnelige toppfotballag kan være tjent med å være bevisst på egen kommunikasjon, samtidig som de legger opp treningene slik at spillerne opplever mestring.

De kvinnelige fotballspillere blir, ifølge trenerne, mer påvirket av trenernes tilbakemeldinger enn hva mannlige fotballspillere blir. Informantene opplever at dette kan være krevende fordi de må være nøye med ordbruk og hvordan de gir tilbakemeldinger. Alle idrettsutøvere reagerer ulikt på «peptalk» og tilbakemeldinger, og her vil det være store forskjeller uavhengig av utøvernes kjønn (Hovden & Tjønndal, 2019; Jones et al., 2004).

TIL SLUTT

Funnene fra denne studien må leses med henblikk på at Norge er en unik kontekst når det gjelder toppfotball for kvinner. Fotball er den største organiserte idretten for kvinner i Norge, og har historisk vært en sportslig suksess. Siden 1976, da kvinner fikk tilgang til toppfotballbanen, har det norske landslaget vunnet både EM (1987, 1993), VM (1995) og en olympisk gullmedalje (2000) (Hjelseth & Hovden 2014). Norske kvinnelige fotballspillere har også stor suksess internasjonalt, blant annet ble Ada Hegerberg kåret til verdens beste spiller i 2018.

Dette kapitlet har gitt en oversikt over hvordan trenere erfarer og beskriver lagkulturen i kvinnelige toppfotballag i Norge. Hovedfunnene kan oppsummeres i fire hovedpunkter. For det første gir materialet innsikt i et trenerperspektiv på kvinnelig lagkultur i toppfotball, hva trenere erfarer som viktige faktorer for å opprettholde en god prestasjonskultur, og hvilken betydning lagkulturen har for deres trenerrolle. For det andre understøtter funnene fra dette materialet tidligere forskning som viser at trenere bør tilpasse sin lederstil til idrettsutøveres preferanser. Da er det størst sannsynlighet for å oppnå motiverte prestasjonsutøvere.

Det tredje hovedfunnet handler om kjærestereelasjoner mellom spillere. Trenerne fremhever dette som en sosial relasjon de bare opplever å måtte håndtere i kvinnelige toppfotballag. Dette kan indikere at fotballtrenere som går fra å trene herrelag til å trene kvinnelag vil være tjent med å ha en bevisst strategi for hvordan eventuelle kjærlighetsbrudd i laget skal håndteres av ledelsen og spillergruppen. For det fjerde viser analysen i dette kapitlet at en god lagkultur utvikles når treneren har en lederstil som tar hensyn til spillerens bakgrunn. Dette innebærer også en forståelse av at utøvernes kjønn kan påvirke ledelsespreferansene. Poenget her er ikke å argumentere for at en bestemt stil fungerer for kvinnelige toppfotballspillere, mens en annen stil fungerer for herrefotballspillere. Så enkelt er det ikke å lede et fotballag til gode prestasjoner på toppnivå. Derimot er et hovedpoeng i dette kapitlet at trenere ikke bør forvente at de automatisk kan overføre en trenerstil de har praktisert på et herrelag til et kvinnelag.

REFERANSER

- Adams, A. & Anderson, E. (2012). Exploring the relationship between homosexuality and sport among the teammates of a small, Midwestern Catholic college soccer team. *Sport, Education and Society*, 17(3), 347–363. <https://doi.org/10.1080/13573322.2011.608938>
- Andersen, J.A. (2011). A new sports manager does not make a better team. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 6(1), 167–178. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.6.1.167>
- Annerstedt, C. & Lindgren, E.-C. (2014). Caring as an important foundation in coaching for social sustainability: A case study of a successful Swedish coach in high-performance sport. *Reflective Practice*, 15(1), 27–39. <https://doi.org/10.1080/14623943.2013.869204>
- Bayram, L., Keskin, D.Ö.Y., Bostanci, Ö., Kabadayi, M. & Derebaşı, D.G. (2017). Examining aggression levels of elite rugby athletes in terms of communication skills. *European Journal of Education Studies*, 3(10), 475–485. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1034433>
- Borrie, A. & Knowles, Z. (2003). Coaching science and soccer. I: T. Reilly & A.M. Williams (red.), *Science and soccer* (s. 187–197). Routledge.
- Campbell, A. & Muncer, S. (1987). Models of anger and aggression in the social talk of men and women. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 17(4), 489–511. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5914.1987.tb00110.x>
- Carron, A.V., Brawley, L.R. & Widmeyer, W.N. (1998). The measurement of cohesiveness in sport groups. I: J.L. Duda (red.), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (s. 213–226). Fitness Information Technology.
- Carron, A.V. & Eys, M.A. (2012). *Group dynamics in sport* (4.utg.). Fitness Information Technology.
- Chelladurai, P. & Saleh, S.D. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2(1), 34–45. <https://doi.org/10.1123/jsp.2.1.34>

- Collins, D., Button, A. & Richards, H. (2011). *Performance Psychology – a Practitioner's Guide*. Churchill Livingstone Elsevier.
- Cruikshank, A. & Collins, D. (2012a). Culture change in elite sport performance teams: Examining and advancing effectiveness in the New Era. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(3), 338–355. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.650819>
- Cruikshank, A. & Collins, D. (2012b). Change management: The case of the elite sport performance team. *Journal of Change Management*, 12(2), 209–229. <https://doi.org/10.1080/14697017.2011.632379>
- Danielsen, L.D., Giske, R. Peters, D.M. & Høigaard, R. (2019). Athletes as «Cultural Architects»: A qualitative analysis of elite coaches' perceptions of highly influential soccer players. *Sport Psychologist*, 33(4), 313–322. <https://doi.org/10.1123/tsp.2018-0166>
- De Haan, D. & Knoppers, A. (2019). Examining gendered discourses in coaching high performance sport: A Foucauldian perspective. *International Review of the Sociology of Sport*, 55(6), 631–646. <https://doi.org/10.1177/1012690219829692>
- Dohsten, J., Barker-Ruchti, N. & Lingren, E.C. (2020). Caring as sustainable coaching in elite athletics: benefits and challenges. *Sports Coaching Review*, 9(1), 48–70. <https://doi.org/10.1080/21640629.2018.1558896>
- Eys, M., Ohlert, J. & Evans, M.B. (2015). Cohesion and Performance for Female and Male Sport Teams. *Sport Psychologist*, 29(2), 97–109. <https://doi.org/10.1123/tsp.2014-0027>
- Fasting, K. (2003). Small country – big results: Women's football in Norway. *Soccer & Society*, 4(2–3), 149–161. <https://doi.org/10.1080/14660970512331390885>
- Fasting, K. & Pfister, G. (2000). Female and male coaches in the eyes of female elite soccer players. *European Physical Education Review*, 6(1), 91–110. <https://doi.org/10.1177/1356336X000061001>
- Felton, L. & Jowett, S. (2013). «What do coaches do» and «how do they relate»: Their effects on athletes' psychological needs and functioning. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 23(2), 130–139. <https://doi.org/10.1111/sms.12029>
- Felton, L. & Jowett, S. (2015). On understanding the role of need thwarting in the association between athlete attachment and well/ill-being. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 25(2), 289–298. <https://doi.org/10.1111/sms.12196>
- Fletcher, D. & Arnold, R. (2011). A qualitative study of performance leadership and management in elite sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(2), 223–242. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.559184>
- Fletcher, D. & Hanton, S. (2003). Sources of organizational stress in elite sports performers. *The Sport Psychologist*, 17(2), 175–195. <https://doi.org/10.1123/tsp.17.2.175>
- Grindstein, D. & Larsen, M.H. (2019, 2.10.). Starter verdens første forskningssenter for kvinnefotball. *NRK*. <https://www.nrk.no/tromsogfinnmark/starter-verdens-forster-forskningssenter-for-kvinnefotball-1.14725225>
- Hjelseth, A. & Hovden, J. (2014). Negotiating the status of women's football in Norway. An analysis of online supporter discourses. *European Journal for Sport and Society*, 11(3), 253–277. <https://doi.org/10.1080/16138171.2014.11687944>
- Hovden, J. & Tjønndal, A. (2019). The gendering of coaching from an athlete perspective: The case of Norwegian boxing. *International Review for the Sociology of Sport*, 54(2), 239–255. <https://doi.org/10.1177/1012690217715641>
- Hughson, J., Moore, K., Spaaij, R. & Maguire, J. (red). (2017). *Routledge Handbook of Football Studies*. Routledge.
- Høigaard, R. (2020). *Gruppedynamikk i og ledelse i idrett*. Cappelen Damm Akademisk.

- Høigaard, R., Jones, G.W. & Peters, D.M. (2008). Preferred coach leadership behaviour in elite soccer in relation to success and failure. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 3(2), 241–250. <https://doi.org/10.1260/174795408785100581>
- Høigaard, R. & Jørgensen, A. (2007). Coaching conversations. A way of fostering athletes to peak performance. *Olympic Coach*, 19(3), 4–7.
- Johansen, E. (2016). *Utviklingsarena til toppfotballen – en studie av ungdomsspillere som rekrutteres til Toppserien eller Eliteserien*. (Mastergradsavhandling). Universitetet i Tromsø. <https://munin.uit.no/handle/10037/9696>
- Jones, R. (2009). Coaching as caring (the smiling gallery): Accessing hidden knowledge. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 14(4), 377–390. <https://doi.org/10.1080/17408980801976551>
- Jones, R., Armour, K. & Potrac, P. (2004). *Sports Coaching Cultures – From Practice to Theory*. Routledge.
- Jowett, S. & Cramer, D. (2009). The role of romantic relationships on athletes' performance and well-being. *Journal of clinical sport psychology*, 3(1), 58–72. <https://doi.org/10.1123/jcsp.3.1.58>
- Keathley, K., Himelein, M.J. & Srigley, G. (2013). Youth soccer participation and withdrawal: gender similarities and differences. *Journal of Sport Behavior*, 36(2), 171–188.
- Lie, S.T. (2017, 10.12.). Enorme kjønnsforskjeller i idretten. *NRK*. https://www.nrk.no/sport/enorme-kjønnsforskjeller-i-toppidretten_-norskemenn-tjente-100-millioner-mer-enn-norske-kvinner-1.13806390
- Lindgren, E.C. & Barker-Ruchti, N. (2017). Balancing performance based expectations with a holistic perspective on coaching: a qualitative study of Swedish women's national football team coaches' practice experiences. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 12(1), 1–11. <https://doi.org/10.1080/17482631.2017.1358580>
- MacKinnon, V. (2011). Techniques for instructing female athletes in traditionally male sports: A case study of LPGA teaching professionals. *The International Journal of Sport and Society*, 2(1), 75–87. <https://doi.org/10.18848/2152-7857/CGP/v02i01/54060>
- Malterud, K. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag*. Universitetsforlaget.
- Meyer-Parapanis, D., Siefert, S. & Weierstall, R. (2017). More than the win: The relation between appetitive competition motivation, socialization, and gender role orientation in women's football. *Frontiers in Psychology*, 8(547), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00547>
- Murray, P. Lord, R. & Lorimer, R. (2018). The influence of gender on perceptions of coaches' relationships with their athletes: A novel video-based methodology. *The Sport Journal*, 41(2), 1–12. <http://thesportjournal.org/article/influence-of-gender-on-perceptions-of-coaches-relationships-with-their-athletes/#more-6002>
- Nesti, M. (2010). *Psychology in Football – Working With Elite and Professional Players*. Routledge.
- Nilssen, V. (2012). *Analyse i kvalitative studier– Den skrivende forskeren*. Universitetsforlaget.
- Norman, L. (2014). The coaching needs of high performance female athletes within the coach-athlete dyad. *International Sport Coaching Journal*, 2(1), 15–28. <https://doi.org/10.1123/iscj.2013-0037>
- Norman, L. & French, J. (2013). Understanding how high performance women athletes experience the coach-athlete relationship. *International Journal of Coaching Science*, 7(1), 3–24.
- Orlick, T. (2008). *In pursuit of excellence*. Human Kinetics.

- Pfister, G. (2010). Women in sport – gender relations and future perspectives. *Sport in Society*, 13(2), 234–248. <https://doi.org/10.1080/17430430903522954>
- Quested, E. & Duda, J.L. (2010). Exploring the social-environmental determinants of well- and ill-being in dancers: A test of basic needs theory. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32(1), 39–60. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.1.39>
- Rieke, M., Hammermeister, J. & Chase, M. (2008). Servant leadership in sport: A new paradigm for effective coach behavior. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 3(2), 227–239. <https://doi.org/10.1260/174795408785100635>
- Sheard, M. (2010). *Mental Toughness – The Mindset Behind Sporting Achievement*. Routledge.
- Skogvang, B.O. & Fasting, K. (2013). Football and sexualities in Norway. *Soccer & Society*, 14(6), 872–886. <https://doi.org/10.1080/14660970.2013.843924>
- Stebbins, J., Taylor, I.M. & Spray, C.M. (2015). The relationship between psychological well- and ill-being, and perceived autonomy supportive and controlling interpersonal styles: A longitudinal study of sport coaches. *Psychology of Sport and Exercise*, 19, 42–49. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.02.002>
- Sullivan, P. (2009). Communication differences between male and female team sport Athletes. *Communication Reports*, 17(2), 121–128. <https://doi.org/10.1080/08934210409389381>
- Thorpe, H., Clark, M. & Brice, J. (2019). Sportswomen as «biocultural creatures»: understanding embodied health experiences across sporting cultures. *BioSocieties*, 16, 1–21. <https://doi.org/10.1057/s41292-019-00176-2>
- Tjønndal, A. & Hovden, J. (2016). Kjønn som sparringspartner – Betydninger av kjønn blant norske boksetrenere. *Tidsskrift for kjønnsforskning*, 3–4(40), 186–202. https://www.idunn.no/tfk/2016/03-04/kjoenn_som_sparringspartner_-_ledelsesformer_og_betydninger_
- Weinberg, R., Butt, J. & Culp, B. (2012). Coaches' views of mental toughness and how it is built. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 9(2), 156–172. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2011.567106>

Vedlegg

Vedlegg A. Litteratursøk

Vedlegg B. Informasjonsskriv spillere og spørreundersøkelse

Vedlegg C. Infoskriv trenere og samtykkeskjema

Vedlegg D. Intervjuguide

Vedlegg E. Godkjenning av forskningsprosjektet av Norsk senter for forskningsdata (NSD)

Vedlegg A. Litteratursøk

Database	Søkeord	Avgrensninger	Treff
Google Scholar	<ul style="list-style-type: none"> - Female AND soccer AND elite AND players - Female AND soccer AND elite AND coaches - Male AND soccer AND elite AND players - Male AND soccer AND elite AND coaches 	Siste ti årene (2011 eller senere)	<ul style="list-style-type: none"> - 24700 kvinnelige spillere og 17700 kvinnelige trenere - 24 900 mannlige spillere og 18700 mannlige trenere
Oria	<ul style="list-style-type: none"> - Female AND soccer AND elite AND players - Female AND soccer AND elite AND coaches - Male AND soccer AND elite AND players - Male AND soccer AND elite AND coaches 	Siste ti årene (2011 eller senere)	<ul style="list-style-type: none"> - 14077 kvinnelige spillere og 11470 kvinnelige trenere - 16539 mannlige spillere og 12021 mannlige trenere

Vedlegg B. Informasjonsskriv spillere og spørreundersøkelse



Lagidrettsstudie

Kjære fotballspiller

Formålet med denne undersøkelsen er å få mer kunnskap på hva som kjennetegner kvinnelige fotball spillere på høyt nasjonalt/internasjonalt nivå.

Først og fremst håper vi at du vil delta i denne undersøkelsen og tar deg tid til å svare på alle spørsmålene.

Alle svarene vil bli behandlet konfidensielt. Du og laget vil ikke kunne bli identifisert i den senere rapporteringen av resultatene i vitenskapelige arbeid.

Intervjuguiden vil ta litt tid å fylle ut. Likevel håper vi at du tar arbeidet seriøst og svarer så ærlig du kan.

De fleste spørsmålene er basert på at du skal vurdere ulike beskrivelser, påstander og utsagn på en skala (for eksempel fra ikke sant til helt sant). Det finnes ingen rette eller gale svar, det er din oppfatning som er av interesse.

Forskerne i prosjektet er underlagt taushetsplikt, og det er frivillig å delta i studien. Prosjektet ledes av Line Dverseth Danielsen og har du spørsmål knyttet til studien kan hun kontaktes.

Med vennlig hilsen

Line Dverseth Danielsen

Ph.d. stipendiat

telefon: 75517904/40481651

epost: line.danielsen@nord.no

Alder: år mnd

1. Hvilken divisjon spiller laget ditt i? _____

2. Er du på et landslag? Nei Ja

I. Hvis ja hvilket landslag spiller du på: _____

II. Hvis ja hvor lenge har du spilt på landslagsnivå? _____ år _____ mnd

3. Hvor mange år har du spilt fotball på nasjonalt nivå? _____ år

4. Har du spilt fotball på internasjonalt klubbnivå? Nei Ja

Hvis ja hvilket lag _____ Antall år på det nivået _____

5. Hvilken spiller posisjon har du vanligvis:

- Keeper
- Back
- Midtstopper
- Midtbane
- Angrep
- Har spilt på flere posisjoner

6. I sesongen har du til nå:

- Vanligvis spilt fast på førstelaget
- Vanligvis fungert som innbytter
- Vanligvis på andrelaget
- Har ikke spilt pga skade, fravær ol.

7. Hvor mye spilletid har du hatt pr kamp til nå i sesongen:

- Under 15 minutter
- mellom 15-45 minutter
- mellom 45-75 minutter
- over 75 minutter

8. Har du spilt fast (normalt vært tatt) til et landslag de siste 3 årene? Nei Ja

9. Hvor ofte trener du sammen med klubb laget (fellestreninger) i en vanlig uke? _____

10. Hvor ofte trener du på "egenhånd eller i gruppe" (utenom fellestreningene) i en vanlig uke? _____

11. Hvor mange timer og minutter trener du på "egenhånd eller i gruppe" utenom fellestreningene:

_____ timer _____ minutter i løpet av en vanlig uke

12. Når du trener på "egenhånd eller i gruppe" utenom fellestreningene hva trener du spesielt på	Nesten Aldri	Av og til	Neste n alltid
Hurtighet	1	2	3 4
Styrke	1	2	3 4
Tekniske momenter	1	2	3 4
Avslutter egenskaper	1	2	3 4
Annet: Hva _____	1	2	3 4

13. Når du trener på "egenhånd eller i gruppe" utenom fellestreningene er:	Aldri	Sjelden	Noen ganger	Ofte	Som regel	Alltid
-intensiteten svært høy	1	2	3	4	5	6
-jeg opptatt av detaljer	1	2	3	4	5	6
-jeg svært konsentrert på det jeg trener på	1	2	3	4	5	6
-er det høy kvalitet på det jeg gjør	1	2	3	4	5	6

Vurdering av deg selv som fotballspiller

Du skal nedenfor vurderer deg selv i forhold til ulike ferdigheter / kompetanse som fotballspiller på en skala fra 1 til 10, der 1 er de dårligste spillerne i internasjonal fotball, mens 10 er den(de) beste spilleren(e) internasjonalt	Blant de dårligste					Blant de beste				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<u>din hurtighet</u> som fotballspiller	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
din <u>utholdenhet</u> som fotballspiller	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
din (<u>muskel</u>) <u>styrke</u> som fotballspiller	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
dine <u>tekniske fotballferdigheter</u>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<u>dine taktiske fotballferdigheter</u>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
deg selv som fotballspiller	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Mental tøffhet (SMTQ)

	Ikke sant	Veldig sant		
1. Jeg tolker mulige farer/trusler som positive muligheter	1	2	3	4
2. Jeg har stor tro på min kapasitet og ferdigheter	1	2	3	4
3. Jeg har kvaliteter som skiller meg fra konkurrenter	1	2	3	4
4. Jeg har det som skal til for å prestere bra under press	1	2	3	4
5. Under press er jeg i stand til å ta avgjørelser på en selvsikker og forpliktende måte	1	2	3	4
6. Jeg kan gjenvinne fatningen hvis jeg i et øyeblikk har mistet den.	1	2	3	4

7. Jeg er opptatt av å fullføre skikkelig de oppgavene jeg starter på	1	2	3	4
8. Jeg tar ansvar for å sette meg utfordrende mål.	1	2	3	4
9. Jeg gir opp i vanskelige situasjoner.	1	2	3	4
10. Jeg blir lett distraheret og mister konsentrasjonen.	1	2	3	4
11. Jeg er redd for å prestere dårlig.	1	2	3	4
12. Noen ganger tviler jeg sterkt på mine egne evner.	1	2	3	4
13. Jeg blir engstelig når noe skjer som jeg ikke forventer eller har kontroll på	1	2	3	4
14. Jeg blir sint og frustrert når ting ikke går min vei.	1	2	3	4

Vedlegg C. Infoskriv trenere og samtykkeskjema



Idrettsledelse og coaching av kvinnelige utøvere

Til trenere

Bakgrunn og formål

I lagspill er en god prestasjon avhengig av mange faktorer. Identifisering av egenskaper for topp idrettslige prestasjoner er av stor interesse i moderne idrett. Kunnskap om treneradferd, ledere i utøvergruppen og dynamiske forhold til grupper og hvordan disse innvirke på utøverens mestringsforventninger, motivasjon, prestasjon og psykiske forhold, har både teoretisk og praktisk verdi. Mye av tidligere undersøkelser er gjort på mannlige utøvere, og derfor er ønske her å se på ledelse av kvinnelige utøvere. Lagidrett for kvinner utvikles stadig og tar nye steg, forskning på dette området kan være med å bidra til fortsatt utvikling

Denne undersøkelsen er en del av et doktorgradsstudiet ved Nord Universitet. Formålet med denne undersøkelsen er å få mer kunnskap om trenere for kvinnelige utøvere i lagidrett på elitenivå. Utvalget er klubbtrenere og landslagstrenerne for kvinnelige utøvere på toppnivå i lagidretter.

Målet med prosjektet er å komme fram til kunnskap om trenerledelse av kvinnelige utøvere på toppnivå, og prosjektet skal bidra til utvikling av ny og mer nyansert forståelse av psykologiske og sosiale aspekter knyttet til utøver, coachingsprosessen og laget.

Hva innebærer deltakelse i studien

Deltakelse i studien vil innebære et intervju med forsker. Intervjuet vil vare fra 60 til 90 minutter. Intervjuet vil registreres ved hjelp av notater og lydopptak. Deretter vil intervjuet transkribes. Intervjuperson kan få tilgang til dette og hvilke sitater som blir brukt i den videre analysen.

Forskerne i prosjektet er underlagt taushetsplikt, og samtykkeerklæringene og dataen fra intervjuene vil bli behandlet og oppbevart konfidensielt ved Nord Universitet. Publisering av opplysninger fra prosjektet vil bli rapportert på en slik måte at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Prosjektet skal etter planen avsluttes 01.november 2021. Ved prosjektet slutt vil personopplysninger og lydopptak slettes.

Frivillig deltakelse

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli slettet og ikke benyttet i det videre arbeidet. Prosjektet ledes av Ph.d. stipendiat Line Dverseth Danielsen og har du spørsmål knyttet til studien kan hun kontaktes.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, NSD - Norsk senter for forskningsdata AS.

Med vennlig hilsen

Line Dverseth Danielsen

Ph.d. stipendiat

telefon: 75517904/40481651

epost: line.danielsen@nord.no

Samtykke til deltakelse i studien

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg D. Intervjuguide

Intervjuguide

Tema: Bakgrunn

Intensjonen med dette temaet er fakta rundt din trenerkarriere, og dine tanker om hvorfor du trener kvinner, drivkraften og motivasjon i forhold til din trenerkarriere.

1. Utdanning
2. Trenerutdanning/kurs
3. Tidligere klubber
4. Antall år som trener
5. Antall år som trener for kvinner

I. Hvorfor trener for kvinner?

II. Hvordan er din motivasjon til å trene kvinner?

III. Ambisjoner som trener

- Veien videre
- Mål som trener

IV. Tanker på forskjellen mellom å trene kvinner og menn.

Tema: Utøverledere

Intensjonen med temaet er om det er noen utøvere som utmerker seg som utøverledere. Utøvere som har innflytelse på laget og enkeltindivid, som får resten av laget til å trekke i en positiv retning.

I. Kriterier for valg av kaptein?

- Forventninger til rollen?
- Hvordan benytter du deg av kapteinen?
- Coaching/rettledning av kapteinen?

- II. Hvordan vil du beskrive utøverledere i din/dine utøvergrupper?
- Finnes det ulike ledere?
 - Noen ledelse skikkelser viktigere enn andre?
 - Kan du beskrive din viktigste leder? Med dens egenskaper.
 - Din relasjon til lederen i utøvergruppen?
 - Har du noen tanker i forhold til rekruttering eller utvikling av utøverledere?
 - Hvordan påvirker utøverleder/lederne deg som trener?
- III. Finnes det en slik leder som innehar alle disse rollene?
- Oppgave lederen
 - Motivasjonslederen
 - Sosiale (miljø) leder
 - Ytre leder (presse, frontfigur osv.)
 - Alle 4 + makt og innflytelse
- Kan du navngi en slik hvis du har?

Tema: Å være trener for kvinner – eventuelle utfordringer

Intensjonen med dette temaet er å se på dine betraktninger når det gjelder å trene kvinner. Er det noe spesielt med å trene kvinner, relasjon til spillerne, din kommunikasjon med spillerne dine, og eventuelle utfordringer/hensyn som tas.

- IV. Hvordan er det å være trener for kvinner?
- Fordel å være kvinnelig/mannlig trener?
 - Noen hensyn som må tas?
 - Noen utfordringer med trener for kvinner?
- V. Finnes det noen konflikter/utfordringer i laget?
- Årsaker til konflikter/utfordringer?
 - Hvordan håndteres konflikter/utfordringer?
- ➔ Hva gjør du i en slik situasjon?

- VI. Hvordan vil du beskrive din kommunikasjon med spillerne?
- Hva er viktig i forhold til kommunikasjon? Og hvorfor?
 - Hva vektlegger du i forhold til tilbakemeldinger?
 - Når tilbakemeldinger? Beskriv ulike settinger.
 - Hvor ofte tilbakemeldinger?
 - Noen hensyn i forhold til resultater?
 - Noe forskjell i å gi tilbakemelding til kvinner enn menn?
 - I så fall hvilken?

Tema: Lagkultur

Intensjonen med temaet er å få et innblikk i lagkulturen, relasjonen i gruppen, samholdet, kjennetegn i forhold til gruppen og enkeltspillere.

- I. Hvordan vil du beskrive kulturen i laget?
- II. Hvordan fungerer samholdet i gruppen?
- Hvordan er/fungerer samarbeid i gruppen?
 - Mestringstro og forventninger i gruppen?
 - Normer?
 - Sosiale klimaet i laget?
- III. Hvordan vil du beskrive laget?
- Styrker/svakheter
 - Hvordan vil du beskrive utøverne (kjennetegn)?
- IV. Hvordan vil du beskrive kommunikasjonen mellom spillerne?

Vedlegg E. Godkjenningen fra NSD



Line Dverseth Danielsen
Profesjonshøgskolen Nord Universitet
Mørkved
8049 BODØ

Vår dato: 12.05.2016

Vår ref: 48315 / 3 / ABS

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 12.04.2016. Meldingen gjelder prosjektet:

<i>48315</i>	<i>Idrettsledelse og coaching av kvinnelige utøvere</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Nord universitet, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Line Dverseth Danielsen</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstillende kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 01.11.2021, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Kjersti Haugstvedt

Andreas Bratshaug Stenersen

Kontaktperson: Andreas Bratshaug Stenersen tlf: 55 58 30 19

Vedlegg: Prosjektvurdering

Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.



Formålet med prosjektet er å komme frem til kunnskap om ledelse av kvinnelige utøvere på toppnivå, og skal bidra til utvikling av ny og mer nyansert forståelse av psykologiske og sosiale aspekter knyttet til tøver, coachingprosessen og laget.

Utvalget består av trenere og spillere på elitenivå i lagidrett. Utvalget informeres skriftlig om prosjektet og samtykker til deltakelse.

Informasjonsskrivet er godt utformet, men under overskriften "Hva innebærer deltakelsen i studien" er det i andre avsnitt oppgitt at "(...) Publisering av opplysninger fra prosjektet vil bli rapportert på en slik måte at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes (...)". Dette bør endres fordi det i publiseringen skal publiseres indirekte personopplysninger. Personvernombudet legger til grunn at det foreligger eksplisitt samtykke fra den enkelte til dette. Vi anbefaler at deltakerne gis anledning til å lese igjennom egne opplysninger og godkjenne disse før publisering.

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Nord universitet sine interne rutiner for datasikkerhet.

Forventet prosjektslutt er 01.11.2021. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres.

Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)
- slette digitale lydopptak

Hensikten med denne artikkelbaserte avhandlingen er å undersøke sentrale aspekter i og for trener- og lederroller for kvinnelige toppfotballspillere i Norge.

Avhandlingen består av to delstudier. I delstudie 1 er kvantitativ metode med spørreskjema benyttet for å undersøke mental tøffhet hos spillere på tre ulike prestasjonsnivå (Toppserien, 1.divisjon og 2.divisjon). Delstudie 2 er en kvalitativ studie hvor intervjuer av ti topptrenere ble gjennomført.

Avhandlingen har identifisert tre sentrale aspekter som kan bidra til å øke forståelsen i og for trener- og lederroller for kvinnelige toppfotballspillere i Norge. Disse er: helhetlig utøvertilnærming, trener-utøverrelasjonen og lagkultur. Avhandlingen konkluderer at trenere bør benytte en lederstil og adferd tilpasset spillernes kjønn, bakgrunn, psykologiske karakteristikker og trenerpreferanser. Tilpasses treneradferden øker sannsynligheten for at spillerne blir mer motiverte, mentalt tøffere, selvsikre og bedre prestasjonsutøvere samt kan lagkulturen forbedres. Videre framstår kulturelle arkitekter som viktige bidragsytere til treneren, medspillere og laget som helhet. Rekruttering eller utvikling av kulturelle arkitekter kan være avgjørende for trenerens jobb og lagets prestasjoner.

Effektive trenere og ledere er viktig for utvikling av kvinneidretten, og for at spillere skal få den beste muligheten til å nå sitt potensiale. Denne avhandlingen har identifisert dimensjoner som kan bidra til å øke forståelsen i og for trener- og lederroller for kvinnelige spillere, som har implikasjoner for trenere, idrettspsykologer, lag og enkeltspillere i et profesjonsperspektiv.