

# Mastergradsoppgave

## Harmonisk lidenskap og tvangslidenskap hos klatrere og Birkebeinere

En kvalitativ undersøkelse om klatrere og Birkebeineres  
lidenskapelige forhold til sin aktivitet

Julie Fikse

MKØ210

Mastergradsoppgave i

Kroppsøvings - og idrettsvitenskap

2013



Avdeling for  
lærerutdanning



## **SAMTYKKE TIL HØGSKOLENS BRUK AV MASTEROPPGAVE**

**Forfatter:** Julie Fikse

**Norsk tittel:** Harmonisk lidenskap og tvangslidenskap hos klatrere og Birkebeinere  
-En kvalitativ undersøkelse om klatrere og Birkebeineres lidenskapelige forhold til sin aktivitet

**Engelsk tittel:** Harmonious and obsessive passion among climbers and Birkebeiners  
- A qualitative study of climbers and Birkebeiners passion for their activity

**Kryss av:**

Jeg samtykker i at oppgaven gjøres tilgjengelig på høgskolens bibliotek og at den kan publiseres på internett i fulltekst via BIBSYS Brage, HiNTs åpne arkiv

Min oppgave inneholder taushetsbelagte opplysninger og må derfor ikke gjøres tilgjengelig for andre

Kan frigis fra: \_\_\_\_\_

**Dato:**

\_\_\_\_\_  
**Underskrift**

## **Forord**

Masteroppgaven er ferdig etter en krevende og lærerik prosess, og mange fortjener en takk for at de har bidratt. Takk til trivelige og velvillige informanter som stilte opp til undersøkelsen min. Takk til HiNT som hjalp meg å komme i møte med informantene. Takk til veileder Pål Lagestad for tilbakemeldinger i oppover og nedoverbakker, og andre lærere ved kroppsøvingsseksjonen for ideer og konstruktive tilbakemeldinger. Takk til storesøster Camilla som alltid har tatt seg tid til å svare på ”bare et lite spørsmål”.

En ekstra stor takk til min kjære David for tålmodighet og støtte, og til herlige Rakel for at alt strev om oppgave kan glemmes når vi er sammen!

Høgskolen i Nord-Trøndelag

Juni 2013

Julie Fikse

## **Sammendrag**

Denne studien handler om hvordan klatreres og Birkebeineres egne uttrykk gjenspeiler hvorvidt de har trekk av harmonisk lidenskap eller tvangslidenskap i forholdet til aktiviteten sin. Disse begrepene er hentet fra Vallerand et.al (2003) sin dualistiske lidenskapsmodell som blant annet ser på hvilke følelser og opplevelser som knyttes til den lidenskapelige aktiviteten, og hvordan aktiviteten påvirker andre livsområder for personen. Denne oppgaven berører også selvbestemmelsesteorien (Deci & Ryan, 2000) og målorienteringsteorien (Nicholls, 1989) som ser på hvordan klatrernes og Birkebeinerens motivasjon relateres til harmonisk lidenskap eller tvangslidenskap.

Det er brukt en kvalitativ forskningstilnærming, der fire klatrere og fire Birkebeinere (ritt-deltagere) i alderen 38 – 52 år har blitt intervjuet om deres forhold til trening. Det er benyttet åpne spørsmål i intervjuguiden, og analysene er gjennomført i forhold til sentrale trekk ved teorien om harmonisk lidenskap og tvangslidenskap.

Resultatene viser liten gjenspeiling av tvangslidenskap hos klatrerne, men der i mot større gjenspeiling av harmonisk lidenskap gjennom at de har positive følelser og opplevelser tilknyttet klatringen. Klatrerne er indre motiverte, mestringsorientert, og aktiviteten fører ikke til konflikter med andre livsområder. Hos Birkebeinerne er det større variasjon i hva som gjenspeiles, og de har større trekk av tvangslidenskap enn klatrerne. Dette vises gjennom at de er prestasjonsorientert, har negative emosjoner ved forhindring av å utføre aktiviteten, samt gjennom at tidsbruken på aktiviteten kan føre til konflikter med andre livsområder. Birkebeinerne gjenspeiler også noe av harmonisk lidenskap gjennom at de har positive følelser tilknyttet aktiviteten.

Nøkkelord:

Klatrere, Birkebeinere, harmonisk lidenskap, tvangslidenskap, intervju.

## **Abstract**

This study is about how climbers and Birkebeiners own expressions reflect whether they have traits of harmonious passion or obsessive passion in relation to their activity. These terms are taken from the Dualistic Modell of Passion (Vallerand et.al, 2003), which among other things looks at emotions and experiences related to the activity and how the activity affects other areas of life for the individual. This paper also touches self-determination theory (Deci & Ryan, 2000) and achievement goal theory (Nicholls, 1989), which looks at how climbers and Birkebeiners motivation is related to harmonious passion or obsessive passion.

It is used a qualitative research approach, where four climbers and four Birkebeiners (cyclists) aged 38-52 years were interviewed about their relationship with exercise. It is used open-ended questions in the interview guide, and analyzes are performed in relation to key aspects of the theory of harmonious passion and obsessive passion.

The results show little reflection of coercion passion among climbers and great reflection of harmonious passion through their positive feelings and sensations associated with the climbing. The climbers have intrinsic motivation, is mastery goal oriented, and the activity does not lead to conflicts with other life domains. Birkebeiners has more variation in what is reflected, and they have more reflections to obsessive passion than climbers. This is shown by the fact that they have a performance-approach goal pursuit, they have negative emotions when prevented from performing the activity, and the time spent on the activity can lead to conflicts with other life domains. Birkebeiners also reflects harmonious passion by having positive feelings associated with the activity.

Keywords:

Climbers, Birkebeiners, harmonious passion, obsessive passion, interview.

## INNHold

<b>Samtykkeerklæring</b> .....	1
<b>Forord</b> .....	2
<b>Sammendrag</b> .....	3
<b>Abstract</b> .....	4
<b>INNHOLDSFORTEGNELSE</b> .....	5
<b>1.0 INNLEDNING</b> .....	6
<b>2.0 METODE</b> .....	10
<b>2.1 Forskningstilnærming</b> .....	10
<b>2.2 Utvalg</b> .....	11
<b>2.3 Gjennomføring</b> .....	11
<b>2.4 Databehandling</b> .....	12
<b>2.5 Studiens reliabilitet, Validitet og Generalisering</b> .....	12
<b>3.0 RESULTAT</b> .....	13
<b>3.1 Harmonisk lidenskap</b> .....	13
3.1.1 Emosjoner og opplevelser .....	13
3.1.2 Målorientering .....	14
3.1.3 Aktiviteten og andre livsområder .....	14
<b>3.2 Tvangslidenskap</b> .....	15
3.2.1 Emosjoner og opplevelser .....	15
3.2.2 Målorientering .....	16
3.2.3 Aktiviteten og andre livsområder .....	17
<b>4.0 DRØFTING</b> .....	18
<b>4.1 Emosjoner og opplevelser</b> .....	18
<b>4.2 Målorientering</b> .....	19
<b>4.3 Aktiviteten og andre livsområder</b> .....	21
<b>4.4 Avsluttende betraktninger</b> .....	22
<b>5.0 KONKLUSJON</b> .....	23
<b>REFERANSER</b> .....	24
<b>VEDLEGG 1</b> .....	26
<b>VEDLEGG 2</b> .....	28
<b>VEDLEGG 3</b> .....	30
<b>VEDLEGG 4</b> .....	31
<b>VEDLEGG 5</b> .....	32

## 1.0 INNLEDNING

Idrett er et sosialt og kulturelt fenomen som preges og formes av den tid og det samfunn vi lever i (Breivik, 1999). I Mangelrød (2012) sier sosiolog og trendanalytiker Christian Kjeldsen at det er blitt et enormt fokus på det å være sunn, slank og aktiv. Dette kan vi blant annet se gjennom alle magasiner og blader som har store oppslag med ”nyttige” tips om trening eller å bli kvitt noen kilo. Kjeldsen sier videre i artikkelen (Mangelrød, 2012) at dette handler om å presse grensene, vise at vi har kontroll over kroppen og beherske ekstreme utfordringer, noe som gir status og anerkjennelse. Prestasjonene deles noen ganger av media og mange deler selv i sosiale medier som f.eks. Facebook, noe som synliggjør prestasjonene og gir øyeblikkelig belønning for innsatsen.

Det store fokuset på aktivitet, og å være slank og sunn vil kunne gi utslag i økt aktivitetsnivå. Idretter som har fått økt interesse i senere tid er f.eks. klatring (Langseth, 2011) og sykling (Breivik, 1999). I lys av Kjeldsens uttalelser (Manglerød, 2012) er det ikke urimelig at akkurat klatring og sykling er aktiviteter som vokser. Gjennom utøvelse i disse aktivitetene kan man både presse grensene, vise kontroll av kroppen, og beherske ekstreme utfordringer. Risikosport, som klatring, tilfredsstillende behovet for utfordring og spenning, mens manndomsprøver, som tur ritt, tilfredsstillende behovet for å se hva man klarer og vise hva man duger til (Breivik, 1999).

Ut i fra egen erfaring med klatring og kjennskap til klatrere har jeg fått et inntrykk av hvordan klatrere kan være. Gjennom bekjente som er deltagere i Birkebeineren og et økende mediefokus rundt dette arrangementet har jeg dannet meg et inntrykk av Birkebeinere. Gjennom mine inntrykk og min forforståelse opplever jeg at klatrere og Birkebeinere skiller seg ut på hver sin måte. Jeg opplever at klatrere er forholdsvis laidback, og med det tenker jeg på at de synes å være lite opptatt av å vise seg frem for andre, og har et balansert forhold mellom trening og tid til familie/venner og jobb. For eksempel opplever jeg at klatrere kan ha med seg familien på klatringen, de konkurrerer mer med seg selv enn andre om å klare nye ruter, og de kan ta det rolig en dag om dagsformen tilsvarer at de bør det. Birkebeinere der i mot opplever jeg har stramme treningsprogram som er viktig å følge, og er opptatt av å prestere på trening og i konkurranse. Men dette er kun mine tanker og erfaringer, og i så måte spekulasjoner.

Tyrkisk forskning støtter noe av mitt inntrykk om klatrere. Aşçi, Demirhan, & Dinç (2007) viser etter bruk av blant annet sport motivation scale (SMS), at klatrere er indre motivasjons orientert, uten signifikante forskjeller mellom hvor mange år med erfaring eller hvilken rutegrad de klatrer. Langseth (2011) hevder der i mot at risikosport deltagere, som blant annet klatrere, driver med sine aktiviteter på grunn av anerkjennelse og status i miljøet. Dette har han funnet gjennom et meta-sosiologisk syn på kompensasjons perspektivet og adaptasjonsperspektivet (ibid.). Rønning & Braathen (2010) peker på at Birkebeinere er motivert til å delta på Birken på grunn av hensynet til egen helse, at Birken er et treningsmål, og at Birken er en personlig styrkeprøve. Undersøkelsen viser videre at resultater er viktig for Birkebeinere, og at Birken er blitt en ”snakkis” på jobben til deltagerne. Dette tolker Rolf Rønning i Skaare (2011) som at Birken har en høy status i disse jobbmiljøene.

Jeg ønsker å se på faktorer som motivasjon, anerkjennelse, prestasjon, og forholdet til trening, blant klatrere og Birkebeinere. Dette gjør jeg ved å ta utgangspunkt i Vallerand et.al (2003) sin dualistiske lidenshipsmodell. Den ser på to ulike sider av tilnærming til lidenskapelig aktivitet; harmonisk lidenskap og tvangslidenskap, og relateres også til selvbestemmelsesteorien (Deci & Ryan, 2000), og målorienteringsteorien (Nicholls, 1989). Disse teoriene er ofte brukt for å forklare motivasjon innen idrett.

Lidenskap defineres som en sterk tilbøyelighet til en aktivitet som folk liker, synes er viktig, og som de bruker mye tid på (Vallerand et.al., 2003, 2006). Videre fremhever de to typer lidenskap; harmonisk lidenskap og tvangslidenskap, avhengig av hvordan individet internaliserer aktiviteten. I tråd med selvbestemmelsesteorien (Deci & Ryan, 2000; Vallerand et.al 2003) vil en autonom internalisering hvor personen velger å utføre aktiviteten på en selvbestemt måte, i tråd med personlige verdier og mål, knyttes til utviklingen av harmonisk lidenskap. Den mest autonome formen for motivasjon er indre motivasjon, som handler om å drive med aktiviteten på grunn av den positive følelsen aktiviteten gir, og fordi den er interessant og tilfredsstillende (Deci & Ryan, 2000). I forhold til kunnskap dreier det seg da om gleden ved å lære noe nytt eller lære mer om aktiviteten. I forhold til å prestere handler det om å nå målene sine og mestre vanskelige utfordringer. I forhold til stimulering dreier det seg om opplevelser ved aktiviteten i seg selv (Vallerand & Losier, 1999). I denne typen lidenskap vil aktiviteten ta en betydelig men ikke overskyggende plass i personens liv, og den vil være i harmoni med individets andre livsområder (Vallerand et.al, 2003; Stenseng, 2008).



Tvangslidenskap er et resultat av internalisering som oppstår av press gjennom selvfølelse eller sosial aksept, eller av at følelsen av spenning fra aktiviteten blir overveldende og dermed vanskelig å regulere (Vallerand et.al, 2003). Dette knyttes til ytre motivasjon (Deci & Ryan, 2000) som er delt inn i ulike grader etter hvor autonom motivasjonen er. ”Ytre regulering” er minst autonom, og er basert på tvang og belønning. ”Introjeksjons regulert” er basert på indre skyldfølelse med straff eller belønning og forventninger. ”Identifikasjons regulert” er en mer autonom form for ytre motivasjon, da er atferden sett på som personlig nyttig til å oppnå noe annet. Den mest autonome formen for ytre motivasjon er ”integrasjons regulert”. Den er basert på utvikling av personligheten, identitet og egne verdier (Deci & Ryan, 2000). På mange måter ligner dette på indre motivasjon, men blir fremdeles sett på som ytre motivasjon fordi aktiviteten er gjort for å oppnå noe, som for eksempel helseutbytte, og ikke for egenverdien av aktiviteten.

Om engasjementet til aktiviteten er ute av personens kontroll vil tvangslidenskap etter hvert ta uforholdsmessig mye plass i personens liv og vil dermed kunne skape konflikter med andre aktiviteter i personens liv (Vallerand et.al, 2003; Stenseng, 2008).

Harmonisk lidenskap sikrer at aktiviteten forblir en kilde til glede og vitalitet for individet (Stenseng et.al., 2011). En undersøkelse på bl.a. syklistene viser at tvangslidenskap predikerte negative utfall for andre sider av livet utenfor aktiviteten, slik som studier/arbeid, partner, og familie (Stenseng, 2008).

På grunn av at den lidenskapelige aktiviteten er kjær for de som driver med den vil de trolig vie mye tid og energi til aktiviteten og vedvare i den for lange tidsperioder, det er ikke uvanlig å holde på med den hele livet. Personer med harmonisk lidenskap vil fortsette med aktiviteten så lenge de opplever positive fordeler med den, og vil ved opplevde negative utfall vurdere å holde seg unna aktiviteten eller slutte med den. En person med tvangslidenskap er forventet å fortsette med aktiviteten selv ved ødelagte relasjoner eller mislykkede arbeidsforhold, og selv om den kan være skadelig for personen (Vallerand et.al, 2003). Med tanke på dette fant Stenseng et.al (2011) i sin undersøkelse at tvangslidenskap er sterkt knyttet til aktivitetens avhengighet.

Harmonisk lidenskap relateres til positiv subjektiv velvære, positive emosjoner under og etter selve aktiviteten. Tvangslidenskap relateres til negativ subjektiv velvære, en følelse av skam under selve aktiviteten, og negative emosjoner under og etter aktiviteten, samt ved forhindring av å utføre aktiviteten (Vallerand et.al, 2003, 2008). På grunn av det indre presset til å drive med aktiviteten er det umulig å frigjøre tankene fullt fra aktiviteten. Når personen er

på jobb og dermed er distraheret fra aktiviteten vil det føre til frustrasjon over å ikke kunne drive med den lidenskapelige aktiviteten (Vallerand et.al, 2003).

Harmonisk- og tvangslidenskap har vist seg å være ulikt relatert til målorientering (Vallerand et.al, 2008). Målorienteringsteorien handler om hvilket mål et individ har med å utføre en aktivitet (Nicholls, 1989). Harmonisk lidenskap har vist seg å være positivt relatert til mestringsmål som tar sikte på å utvikle kompetanse gjennom personlig mestring av aktiviteten. Tvangslidenskap der i mot korrelerte positivt med prestasjonstilnærmings- og prestasjonsunngåelsesmål, og er svakt relatert til mestringsmål (Vallerand et.al, 2003, 2008). En prestasjonsorientert person søker å prestere bedre, eller unngå å prestere dårligere enn andre (Elliot & McGregor, 2001). En prestasjonsorientert målorientering resulterer i at man vurderer seg selv opp mot andre, og samtidig vil det forekomme en frykt for å underprestere. Fokus på oppgaven kan også falle bort fordi det viktigste blir å prestere og å bli anerkjent av andre (Elliot & Church, 1997). En mestringsorientert person er der i mot opptatt av å lære (Ibid.), har en positiv innstilling til utfordringer, og er indre motivert (Ommundsen, 2006).

Denne studien ser på forholdet mellom harmonisk lidenskap og tvangslidenskap hos utvalgte klatrere og syklister som har deltatt i Birkebeinerrittet, såkalte Birkebeinere. Med tanke på hva tidligere undersøkelser viser, i forhold til sentrale trekk i teorien om harmonisk lidenskap og tvangslidenskap, kan det tenkes at klatrere vil ha trekk av både harmonisk lidenskap og tvangslidenskap i forholdet til aktiviteten sin. Birkebeinere kan tenkes å hovedsakelig ha trekk av tvangslidenskap i forholdet til aktiviteten sin. Tidligere undersøkelser jeg har sett på er gjennomført som spørreundersøkelser, og jeg ønsker derfor å se på dette fenomenet gjennom Birkebeineres og klatreres egne uttrykk og se etter nyanser i forhold til hva som påvirker forhold til treningen.

På bakgrunn av diskusjonen har jeg valgt følgende problemstilling:

1. Hvordan gjenspeiler tvangslidenskap og harmonisk lidenskap seg hos klatrere og Birkebeinere?

Harmonisk lidenskap og tvangslidenskap defineres i denne oppgaven på samme måte som den presenteres av Vallerand et.al (2003).

## 2.0 METODE

### 2.1 Forskningstilnærming

Målet med denne undersøkelsen var å se etter faktorene harmonisk lidenskap og tvangslidenskap, slik de defineres av Vallerand et.al (2003), blant Birkebeinere og klatrere. Disse faktorene fremkommer gjennom informantenes uttrykk av hvordan de opplever sin situasjon. Dette har tilhørighet i fenomenologien som ønsker å illustrere hvordan mennesker opplever fenomener i sin livsverden (Kvale og Brinkmann, 2009). For å finne svar på problemstillingene var jeg avhengig av å tolke informantenes svar, noe hermeneutikken er opptatt av gjennom fortolkning av mening (Kvale og Brinkmann, 2009). Denne undersøkelsen har i så måte et utgangspunkt i fenomenologien og hermeneutikken. Jeg vil imidlertid påpeke at undersøkelsen har en forholdsvis deduktiv tilnærming, da intervjuguide og analyser i stor grad er utarbeidet og gjennomført i forhold til sentrale trekk ved teori om harmonisk lidenskap og tvangslidenskap.

For å undersøke mine problemstillinger er det gjennomført semistrukturerte dybdeintervju, med åpne spørsmål som gir rom for ulike opplevelser hos informantene. Semistrukturert vil si at det er verken åpen samtale eller en lukket spørreskjemasamtale (Kvale og Brinkmann, 2009). Intervjuguiden (vedlegg 2) er delt inn i tre ulike deler, og omfatter sentrale spørsmål for å dekke tema som er viktig for studien. De fleste hovedspørsmålene har underspørsmål som benyttes hvis informanten er kort i svarene og de hjelper til med å sikre at jeg får svar på det jeg ønsker å vite noe om.

Min førforståelse er beskrevet i innledningen. Ifølge Dalland (2000) kan en argumentere for at både tanker, inntrykk og følelser, samt den kunnskap vi har om emnet, er en ressurs, og ikke et hinder for å tolke og forstå det fenomenet vi står overfor. Gjennom å være bevisst forskerrollen, at man ikke skal påvirke undersøkelsen i en bestemt retning, velger jeg å tro at min førforståelse samt studering av litteratur på temaet har gitt nærhet til tema og ikke vært et hinder for forskningen. Jeg var klar over min førforståelse og var tydelig på at jeg skulle se på andres opplevelse av fenomenet i undersøkelsen. Jeg stilte meg åpen for at forskningen kunne gi andre svar enn det min førforståelse tilsa.

Å informere om en undersøkelse krever nøye avveining mellom å informere for mye eller å utelate sider som kan ha betydning for deltagerne (Kvale og Brinkmann, 2009). I denne studien ble det sett på som uheldig å informere for mye da temaet for studien i utgangspunktet

virker lite sensitivt med tanke på at opplyste tema er å snakke om sitt forhold til trening, da dette er personer som trener en del. Informasjon om hvilke grupper det sees på, og at det sees på tvangslidenskapelig eller harmonisk lidenskapelig forhold oppgis ikke på forhånd og kommer heller ikke tydelig frem gjennom spørsmålsformuleringene. Årsaken til at det ikke oppgis på forhånd er at jeg ønsker at dette ikke skal være ledende på noe vis. Av samme årsak er det brukt åpne spørsmål i intervjuguiden.

Tema som tvangslidenskap kan være utfordrende å belyse i form av at mange kanskje ikke vil vedkjenne seg en slik tilnærming til aktiviteten sin. Det vil derfor være viktig å finne en balanse mellom å få informantene til å utdype sine opplevelser uten å ”trampe de på tærne”.

## **2.2 Utvalg**

Jeg har i denne studien gjort et ”strategisk” utvalg (Thagaard, 2009).

Et kriterie for utvelgelse var at det måtte være menn mellom 38 - 59 år. Dette fordi jeg ønsket et utvalg av den ”typiske” Birkebeineren, som etter deltagerundersøkelser viser seg å være menn mellom 40 og 59 år. For å ha et grunnlag for å kunne sammenligne gruppene måtte utvalget av klatrere være i samme aldersgruppe. Utvalget av Birkebeinere måtte ha deltatt minst 3 ganger på Birkebeinerrittet og ha klart merket. Utvalget av klatrere måtte ha vært aktiv i minst 3 år og klatre en rutegrad på minst 7, noe som kan argumenteres for å være sammenlignbart med en prestasjon som å klare merket i Birkebeinerrittet. Begge gruppene måtte av praktiske og økonomiske årsaker være tilgjengelig i samme geografiske område i Norge. I og med at jeg ønsker å se på to ulike grupper var det behov for et noe større utvalg enn om en hadde sett på bare en gruppe. Alle informantene tilfredsstillte kriteriene som ble stilt.

## **2.3 Gjennomføring**

Søknad om godkjenning av undersøkelsen ble sendt inn til NSD og godkjent (vedlegg 1). Det ble gjennomført prøveintervju med en syklist som kan hevdes å tilfredsstillte utvalgskriteriene. Intervjuguiden (vedlegg 2) ble korrigert på bakgrunn av erfaringer og tilbakemeldinger etter prøveintervju.

Informantene ble kontaktet pr. e-post (vedlegg 3) og deretter telefon for å avtale møte. Ved oppmøte ble samtykkeerklæring (vedlegg 4) gjennomgått og signert. Intervjuet ble gjennomført i informantenes foretrukne miljø.

## **2.4 Databehandling**

Intervjuene ble tatt opp på diktafon og transkribert til skriftlig tekst.

Med utgangspunkt i en deduktiv tilnærming hvor undersøkelsen er basert på tidligere teori (Thagaard, 2009), og etter inspirasjon fra Grounded theory (Charmaz, 2006) hadde jeg en delvis åpen tilnærming til data. Det ble benyttet enkel koding på tre nivå (vedlegg 5), og sammenligning av data. De transkriberte intervjuene ble lest gjennom for å få en oversikt over innhentet data og kategorier. Klatrerne og Birkebeinerne ble merket med hver sin farge, og hver enkelt informant fikk sin egen nyanse av fargen slik at deres utsagn kunne gjenkjennes etter koding. Deretter ble transkriberingen lest gjennom på nytt og kodet fortløpende etter spørsmålsstillinger i intervjuguiden. Det var fordelaktig å benytte seg av spørsmålsstillinger fra intervjuguiden fordi det ga en viss struktur til kodingen. I neste omgang ble utsagnene kodet til å passe tema fra problemstillingene, harmonisk lidenskap og tvangslidenskap. Denne merkingen skjedde med utdyping i teksten gjennom å bli merket med understreket, eller fet tekst. Videre ble utsagnene kategorisert til tema fra teorien. Etter flere runder med å lese gjennom datamaterialet og kodinger fremstod funnene slik de gjør i resultatkapitlet.

## **2.5 Studiens Reliabilitet, Validitet og Generalisering**

Fordi begrepet reliabilitet kan refereres til repliserbarhet, viser Thagaard (2009) til at ved kvalitativ forskning brukes også ordet troverdighet til å vurdere forskning.

For å skape troverdighet i studiet har jeg gjort lydopptak av intervjuene, og det er gjort rede for prosedyrene ved datainnsamling. Det at informanten har fått anledning til å lese transkripsjon av intervjuet og mulighet til å korrigere denne, er med på å styrke troverdigheten i studien. Det ble i forkant av undersøkelsen gjennomført en pilotundersøkelse for å avklare at intervjuguiden gav svar på det jeg ønsket. Om det oppsto uklarheter ved noen av utsagnene til informantene var det mulig å stille oppfølgingsspørsmål under intervjuet for å oppklare disse. Ved å vise til, og redegjøre for hvordan koding og analyser er gjennomført og hvordan tolkninger er kommet frem, ønsker jeg å oppnå gyldighet i min undersøkelse (Thagaard, 2009). Ved et lavt antall informanter er det vanskelig å si noe om å generalisere for større grupper av klatrere og Birkebeinere (Thagaard, 2009). Min hensikt med undersøkelsen var ikke å generalisere, men å gå i dybden av hvordan dette kommer til uttrykk blant mine informanter. Dette er funn som kan hevdes å ha allmenngyldig verdi. I tillegg vil min undersøkelse kunne støtte under andre undersøkelser eller være med å avdekke motstridende funn hos tidligere forskning.

### 3.0 RESULTAT

Med bakgrunn i problemstillingen er resultatkapitlet delt inn i harmonisk lidenskap og tvangslidenskap, og har underkapitler som er knyttet til sentrale trekk ved de to tilnærmingene. Jeg har valgt å vise kun hovedfunnene i forhold til problemstillingen. Det vil si de funnene som kan tolkes opp mot harmonisk lidenskap og tvangslidenskap slik de er beskrevet i innledningen.

### 3.1 Harmonisk lidenskap

#### 3.1.1 Emosjoner og opplevelser

I tilknytning til harmonisk lidenskap og indre motivasjon er det sentralt at aktiviteten man driver med fører til positive opplevelser (Deci & Ryan, 2000), og positive emosjoner under og etter aktiviteten (Vallerand et.al, 2003). Analysene viser at både klatrere og Birkebeinere oppgir positive følelser knyttet til aktiviteten, og likt for begge gruppene er den gode følelsen de opplever etter utført aktivitet. *”Ååh! Bættre god, du føler jo velbehag du gjør jo det når du kommer hjem og har dusja og spist litt, det gir jo en godfølelse det gjør jo det”*, uttaler en Birkebeiner. Klatrerne uttrykker at de føler glede, hygge og at det er artig under aktiviteten. Birkebeinerne uttrykker også at deres aktivitet er artig, men viser til konkurransepregede grunner som presenteres seinere. Birkebeinerne godfølelse under aktiviteten er også noe væravhengig. Alle Birkebeinerne sier det er herlig å sykle når det er varmt og fint vær, og en av de uttrykker det slik; *”hvis det er skikkelig fint og godt og varmt en sommerkveld så er det jo ikke noe som er så mye bedre enn å ta seg en sykkel tur da nei”*.

Klatrerne kommer med uttalelser som: *” det er gøy! Jeg synes det er gøy å ta i og gøy å trene og gøy å klatre”*, *”klatring er masse morsomme bevegelser”*, eller *”det er jo veldig artig. Det er jo rett og slett det!”*.

Begge gruppene oppgir det sosiale med aktiviteten som noe positivt. De begrunner imidlertid dette på helt forskjellige måter (se også Tvangslidenskap, 3.2.2). Mens Birkebeinerne oppgir at det er artig sosialt fordi de kan konkurrere under trening, oppgir klatrerne at de forbinder det sosiale med kaffe og bålkos, noe de sier ofte er en del av klatringen utendørs. Klatrerne er for eksempel samstemte på at det gir en god følelse å komme seg opp en utfordrende vegg. En av de beskriver det på denne måten:

*”..noe av det jeg synes er aller aller morsomst med klatring er å komme til et nytt sted og starte på bann av veggen også klatre opp uten å vite noen ting annet enn at du vet at*

her (..) er det noen som har tenkt at det går an å klatre. Og de gangene man er så heldig at det i tillegg er ganske vanskelige ting, som er fysisk sånn helt helt hEEELt på grensen av det man får til, (..) og kroppen leser på en måte fjellet og klatrer av seg selv og jeg er på en måte bare MED, det er veldig veldig sært men det er HELT sånn.. det er HELT.. veldig veldig morsomt! Og da er det sånn... hører ingenting og opplever ingenting annet enn bevegelsene underveis så DET er kult!”.

### 3.1.2 Målorientering

Et annet kjennetegn ved harmonisk lidenskap er at man vil være opptatt av å nå målene sine og mestre vanskelige utfordringer (Vallerand & Losier, 1999). Man tar også sikte på å mestre aktiviteten, og har en positiv innstilling til utfordringer (Ommundsen, 2006). Analysene viser at alle klatrerne uttrykker at det som betyr noe er å prestere for sin egen del, og de er lite opptatt av konkurranse. Birkebeinerne der i mot sier de gjerne vil prestere bra i konkurransene, men tre av de uttaler at det ikke er et nederlag om det ikke går så bra heller. Mens tre av klatrerne nevner mestringsfølelsen som en del av klatringen, kommer ikke Birkebeinerne inn på det temaet i hele tatt i løpet av våre samtaler. De fremhever viktigheten av å ha mål, og målene handler om å forbedre tiden fra året før. At klatrerne i liten grad er opptatt av konkurranse og prestasjoner eksemplifiseres blant annet av en klatrer som peker på at han ble rangert veldig bra i Norge et år, og han begynte da å kjenne at prestasjonene tok for mye plass, og det ble ikke noe gøy. Han uttrykker det blant annet slik: *”jeg klatrer ikke for å bli best, det er ikke det som er morsomt.. det betyr ikke noe. Det er bare et tall det er bare tull. (..) jeg klatra jo i 10 år uten å gå noen harde ruter i det hele tatt og jeg synes det var like gøy det”*. En annen klatrer sier at han synes konkurranse ødelegger litt av moroa, og begrunner det med følgende:

*”jeg klatrer nok mye for min egen del og fordi at jeg synes det er gøy rett og slett.. med en gang en skal begynne å ha fokus på en konkurranse og må begynne å være skikkelig nazi på ting og tang for å bli bedre så.. ja nei det er mer en sånn indre drivkraft at man synes at det her er artig og det vil jeg bli bedre i, og vil bli bedre i forhold til meg selv. Bryr meg ikke om, litt selvfølgelig men ikke så mye om hvordan jeg er i forhold til andre..”*.

### 3.1.3 Aktiviteten og andre livsområder

Ved Harmonisk lidenskap er det sentralt at aktiviteten vil ta en betydelig, men ikke overskyggende plass i personens liv, og den vil være i harmoni med personens andre

livsområder som familie og jobb (Stenseng, 2008). Alle informantene sier de trener når det oppstår ledig tid slik at det ikke skal gå på bekostning av familie, jobb eller andre ting. Klatrerne skiller seg ut ved å si at de kan ha med seg barna på klatring. Til tross for at alle Birkebeinerne har barn er det bare en av de som sier at han kan trene litt sammen med barna. Den ene av klatrerne beskriver hvordan dette foregår: *”Det er helt uorganisert, på forhånd. Det er rett og slett å bruke de stundene som kommer enten det er når (...) ungene spør om å ta en tur i gymsalen og buldre, eller at noen andre ringer og hører om det blir buldring og sånt”*.

### **3.2 Tvangslidenskap**

#### **3.2.1 Emosjoner og opplevelser**

Tvangslidenskap relateres til negative emosjoner under og etter aktiviteten, samt ved forhindring av utførelse av aktiviteten (Vallerand et.al, 2003). Analysene viser at det oppstår negative emosjoner hos Birkebeinerne når de ikke får trent på en stund. Av klatrerne er det bare en som nevner det samme. Tre av Birkebeinerne sier det går bra å stå over treningen, men da er det snakk om noen dager. Alle Birkebeinerne fremhever at de får en negativ følelse hvis de ikke får trent på noen dager, opptil 10 dager sier den av de som kan strekke det lengst. I kontrast til dette er det bare en av klatrerne som sier at han kan bli småsur eller småirritert hvis han ikke får trent. De andre klatrerne sier det ikke er et behov for de å trene, det er mer en lyst. En av klatrerne sier til og med at han har blitt beskyldt for å være litt lat. En annen klatrer mener selv han er lat og uttrykker det slik: *”Jeg nei?! Jeg er grunnleggende lat. Best på sofaen! Og da med øl og potetgull. Så nei overhode ikke, jeg har ofte lange treningsfrie perioder fordi jeg ikke gidder”*. I motsetning til dette sier en av Birkebeinerne: *”Ja får jeg ikke trent 3 til 5 dager i uka da bli jeg sur!”*. En annen Birkebeiner beskriver det slik;

*”jeg blir litt rastløs ja hvis det går en uke uten, (...) ett eller annet som gjør at jeg ikke får til å trene på ei uke eller noe sånn da kan jeg bli litt rastløs ja det liker jeg ikke nei. (...) en form for avhengighet vil jeg jo si det er i den forstand at det er noe som mangler hvis du ikke har fått gjort den treningen da. (...) men det har vel med det at det er en ting som du setter pris på da.. og hvis du ikke får gjort det så blir du kanskje litt rastløs og irritert over det da”*.

Analysene viser også at to av Birkebeinerne oppgir at det gir negative emosjoner å sykle i regnvær, gjennom at det er lite trivelig.



### 3.2.2 Målorientering

Tvangslidenskap er relatert til en prestasjonsorientert målorientering (Vallerand et.al, 2003).

En vil gjennom å være prestasjonsorientert blant annet søke å prestere bedre eller unngå å prestere dårligere enn andre (Elliot & McGregor, 2001). I forhold til dette viser analysene at klatrerne ikke er opptatt av prestasjonsorienterte mål, de vil prestere for sin egen del.

Birkebeinerne der i mot oppgir at det er artig å sykle fordi det er artig å være i god form og de viser til at det er tilfredsstillende å øse ut med krefter. De oppgir også at det er artig når det blir konkurranse på treningen. En uttalelse som kan knyttes til dette er:

”(..) for det første så er det artigere sosialt sant du har noen å prate med også har du noen å måle deg mot også er det jo bestandig et lite sånn konkurranse aspekt da.. om det er intervalltrening så har du jo noen du skal prøve å henge på sant du presser deg littegrann mer.. (..) det samme er på langtur, det er jo litt konkurranse preg om kanskje å komme fortest opp en bakke noen ganger selv om det kanskje skal være litt lavere intensitet så ligger det aspektet i bakhodet hele tiden så det er jo mye artigere å trene sammen med noen”.

Som nevnt skiller Birkebeinerne seg ut ved at de gjerne vil prestere bra i konkurranser. En uttalelse som tydelig viser dette er:

”jeg trener jo strukturert for å prestere best mulig hvis jeg velger å konkurrere, og jeg stiller ikke opp i en konkurranse hvis jeg ikke har, (..) når jeg stiller opp så må jeg kunne klare å ta ut alt i hvert fall! (..) å prestasjon betyr jo noe når en velger å stille opp med nummer på brystet der, det gjør det jo for alle, men det er jo mot seg selv egentlig”.

Alle Birkebeinere uttrykker at det er viktig å forbedre tiden eller ikke gjøre det dårligere enn året før, men tre av de sier også at man skal i hvert fall ikke bli dårligere enn naboen. To av Birkebeinerne sier det kan være vanskeligere å motivere seg til å sykle når det er dårlig vær, men tanken på at de andre er ute å trener eller at man trenger treningen til konkurransene er motivasjon for å dra ut likevel. To av Birkebeinerne sier også at det blir tonet ned hvis man trener mye; ” *ja alle vil jo tone ned at de trener Så mye.. for da bli det jo litt flaut da hvis en ikke sykler så godt eller at en sykler dårligere*”.

### 3.2.3 Aktiviteten og andre livsområder

Tilknyttet tvangslidenskap er det sentralt at aktiviteten man driver med etter hvert vil ta uforholdsmessig mye plass i personens liv, og dermed kunne skape konflikter i personens andre livsområder som jobb og familie (Vallerand et.al, 2003).

Alle informantene uttaler at de tar hensyn til familie og jobb når de finner tid til å trene. Birkebeinerne innrømmer imidlertid at sykling tar tid, og det viser seg gjennom videre uttalelser at noe planlegging må til for å få det til å gå opp for tre av Birkebeinerne. Noe tid må også settes av uten familie for at Birkebeinerne skal få vært med på fellestreninger. En av Birkebeinerne uttaler i den forbindelse:

”Ja de gangene jeg skal sykle sammen med de andre (..) da må en planlegge sammen med resten av familien, hvordan kan jeg prioritere det i dag, hva skjer med resten?, så da påvirker det jo hva en kan gjøre den dagen der. Og når det er på lørdagene, hvis jeg velger å være med, så kan vi ikke gjøre noe i de timene så da påvirker det, men ellers så må jeg bare gjøre det når jeg finner rom til det. Og det er som regel sent på kvelden”.

En av de andre eksemplifiserer det gjennom å si; *”jo nå kan jo kanskje noen synes at det blir litt mye da, men det.. Når du drar avgårde en kveld og blir borte i 3-4 timer da.. (..) jeg skal være ærlig å innrømme det, sykling tar litt mye tid det gjør det. (..)”*.

Halvparten av Birkebeinerne drar også på ferie med kompisene for å sykle, eller treningssamling som en annen informant hevder det er ; *”neinei, det er ikke ferie det er treningssamling! Ja ja, nei det er HELT sikkert ja. det er det ikke noe tvil om”*. I kontrast er det bare en av klatrerne som sier at han har brukt de siste sommerferiene sin på å klatre, men han har ingen barn å ta hensyn til. Av Birkebeinerne er det der i mot en av de som ferierer med kompisene som også ønsker å kunne ha muligheten til å sykle på familieferien. Han forteller om et år de skulle på bilferie og han skulle ha med seg sykkel sin. Sykkelfofferten tok sånn plass i bilen at den måtte ligge i en egen bil som han og kona kjørte. Ungene måtte han sende med i bilen til det andre paret de skulle feriere med.

En annen Birkebeiner sier at han lett kunne trent mer, men av hensyn til familien ønsker han å begrense tiden. Han beskriver det slik: *”ja for det er VELDIG lett å ta av, ufattelig lett å ta av å tenke på at 'OJ nå må jeg være med på det der'. Jeg kunne også godt tenkt meg å reist til Syden en uke og syklet 60 mil (..) jeg har fått aksept for det, men jeg synes det blir litt feil i mine øyne, enda!”*.

## **4.0 DRØFTING**

Informantene i denne studien har gjennom svar på åpne spørsmål beskrevet sin opplevelse av deres forhold til trening. I drøftingen vil jeg drøfte resultatet fra analysen i forhold til teori og tidligere forskning som er presentert i innledning, og redegjøre for hvordan dette belyser problemstillingen.

### **4.1 Emosjoner og opplevelser**

Hvis man driver med en aktivitet på grunn av den positive følelsen det gir, er aktiviteten indre motivert (Deci & Ryan, 2000). Som nevnt i innledningen er indre motivasjon relatert til harmonisk lidenskap, som videre er knyttet til positive emosjoner under og etter aktiviteten (Vallerand et.al, 2003). Har man en harmonisk lidenskap vil aktiviteten være en sikker kilde til glede og vitalitet for personen (Stenseng, 2008). I tilknytning til emosjoner ser vi at alle informantene har positive følelser etter aktiviteten, noe som kan knytte begge gruppene til harmonisk lidenskap. Klatrerne oppgir glede, hygge og at det er artig også under aktiviteten, noe jeg tolker til å gjenspeile harmonisk lidenskap. Dette er i tråd med tidligere forskning som ved bruk av blant annet sport motivation scale (SMS) viste at Tyrkiske klatrere var indre motivasjons orientert, uten at det var knyttet til hvor mange års erfaring eller hvor høy rutegrad de klatret (Aşçi, Demirhan, & Dinç, 2007).

Birkebeinerne uttrykker at aktiviteten er artig, men de knytter det til å være i god form eller at det er artig å konkurrere. Jeg ser det likevel slik at den positive følelsen vil kunne knyttes til harmonisk lidenskap. Birkebeinernes følelser under trening ser vi er væravhengig, dette uttrykker de gjennom at de får positive følelser i godvær og mistrivsel i regnvær. Negative emosjoner under aktiviteten relateres til tvangslidenskap (Vallerand et.al, 2003, 2008).

Mistrivsel ved dårlig vær vil jeg derfor tolke i retning av tvangslidenskap, og vi kan dermed se at aktiviteten er koblet til begge lidenskapene.

Andre negative emosjoner som rastløshet, irritasjon eller å bli sur oppstår hos Birkebeinerne når de ikke får trent. En av Birkebeinerne uttaler også at treningen er en form for avhengighet. I kontrast så vi at bare en av klatrerne uttaler at han kan bli småsur ved forhindring av trening, og de andre uttaler at de ikke har et behov for å trene, det er bare en lyst. Negative emosjoner ved forhindring av å utføre aktiviteten er knyttet til tvangslidenskap (Vallerand et.al, 2003, 2008). Birkebeinernes følelser ved fravær av trening kan slik sett relateres til tvangslidenskap, mens klatrerne i veldig liten grad kan knyttes til tvangslidenskap ved at bare en av de snakker om negative følelser. Stenseng et.al (2011) fant at tvangslidenskap også var sterkt knyttet til aktivitets avhengighet i en undersøkelse utført på blant annet syklistene. Selv om bare en av

Birkebeinerne uttrykker at det er en slags avhengighet er dette likevel med på å underbygge at det kan være en avhengighet på grunn av alles uttrykk om frustrasjon ved forhindring av trening. Dette støttes på så måte av undersøkelsen til Stenseng et.al (2011).

#### **4.2 Målorientering**

I forrige delkapittel så vi at Birkebeinerne trener til tross for mistriivsel når det er dårlig vær, årsaken til dette henger sammen med tema for dette kapittelet. To av Birkebeinerne oppgir at grunnen til at de drar ut å trener til tross for dårlig vær er tanken på at de andre trener, og de føler da at de selv også bør trene. Jeg tolker dette til å være et indre press om prestasjoner som fører til at de likevel vil trene, til tross for at det kan være lite trivelig. Tvang eller press, og indre skyldfølelse som motivasjon er basert på ytre motivasjon (Deci & Ryan, 2000). Ytre motivasjon er videre relatert til tvangslidenskap (Vallerand et.al 2003), og trening på grunn av at de andre trener og at man ikke vil bli dårligere vil jeg på så måte si gjenspeiler tvangslidenskap hos Birkebeinerne.

Birkebeinerne uttrykker at aktiviteten deres er artig, men de knytter det til å være i god form eller å konkurrere. En prestasjonsorientert person ønsker å prestere bedre eller unngå å prestere dårligere enn andre (Elliot & McGregor, 2001). Dette mener jeg viser seg hos Birkebeinerne ved at de trener fordi de ikke vil være dårligere enn de andre, og gjennom at de alltid konkurrerer når de sykler sammen. Prestasjonsorientering er relatert til tvangslidenskap (Vallerand et.al, 2008), men konkurransen under trening relaterer Birkebeinerne til positive følelser som at det er artig. Så til tross for prestasjonsorientering som går i retning av tvangslidenskap, skaper dette likevel glede hos Birkebeinerne som kan relateres til harmonisk lidenskap. Det er ikke enkelt å tolke dette i den ene eller andre retningen, da disse utsagnene kan knyttes til hver sin lidenskap, og på et vis er det ikke nødvendig å putte de i kun en av kategoriene. På en annen måte fremkommer det ikke tydelig hva som gjør det artig å konkurrere, og gjennom det ser vi at i motsetning til indre motivasjon, hvor de positive følelsene kommer av aktiviteten i seg selv (Deci & Ryan, 2000), kommer Birkebeinernes positive følelse av konkurransen i aktiviteten. Slik sett kan dette være en binding til ytre motivasjon og dermed et trekk av tvangslidenskap.

Klatrerne på sin side er opptatt av å mestre, prestere for sin egen del, og er lite opptatt av konkurranse. En av klatrerne sier konkurranse ødelegger litt av moroa, og en annen sier han hadde en periode hvor prestasjonene tok overhånd og det var ikke gøy. Klatrerne uttrykker at noe av det morsomste er å klare nye ruter hvor de har fått utfordret ferdighetene sine. En mestringsorientert person tar sikte på å utvikle kompetanse gjennom personlig mestring av

aktiviteten (Nicholls, 1989), og han har en positiv innstilling til utfordringer og er indre motivert (Ommundsen, 2006). Klatrernes uttrykk om at det gir gode følelser å mestre, og å klare en utfordrende vegg gjenspeiler beskrivelsene om mestringsorientering.

Mestringsorientering er i følge Vallerand et.al (2003, 2008) relatert til harmonisk lidenskap, noe jeg også vil tolke at klatrerne er rettet mot. Dette er ikke i tråd med tidligere forskning av Langseth (2011) som, ut i fra å se på kompensasjons perspektivet og adaptasjons perspektivet, mener risikosportdeltagere er ute etter anerkjennelse og status. I min undersøkelse ville Langseths funn kunne vist seg ved at klatrerne hadde vært prestasjonsorientert, og gjennom dette hadde fokuset med klatringen vært på prestasjoner og anerkjennelse fra andre. Mine funn viser der i mot at de uttrykker å være opptatt av å prestere for sin egen del og utvikle sine ferdigheter for å klare nye klatreruter, og gjennom dette få nye positive opplevelser.

Birkebeinerne sier de gjerne vil prestere bra i konkurranser, å målene de setter seg er å slå sin egen tid fra fjorårets konkurranse, men man vil heller ikke bli dårligere enn naboen eller kompisen. Å være opptatt av egne mål, som å forbedre seg, gjenspeiler indre motivasjon (Deci & Ryan, 2000) og å være mestringsorientert (Ommundsen, 2006), noe som relateres til harmonisk lidenskap. Mens å være opptatt av å slå andre gjenspeiler prestasjonsorientert målorientering (Elliot & McGregor, 2001), som relateres til tvangslidenskap (Vallerand et.al, 2003, 2008). Dette fører til et noe delt syn på deres uttalelser i forhold til hvilken lidenskap de gjenspeiler. Birkebeinerne legger der i mot vekt på å uttale seg om å slå de andre og hvordan de konkurrerer på trening. En av de melder seg ikke på konkurranser hvis han ikke tror han kan prestere godt. Og to uttaler at det blir tonet ned at man trener mye fordi det da blir flaut om man presterer dårlig. Dette gjenspeiler prestasjonsorientering gjennom at man ønsker å gjøre det bedre eller ikke dårligere enn andre, og etter mine tolkninger er det dette de er opptatt av. Tidligere forskning (Vallerand et.al, 2008) viser at tvangslidenskap er knyttet til alle typer målorientering, både mestringsmål, prestasjonsmål og prestasjonsunngåelsesmål. De mener dette er fordi en person med tvangslidenskap føler seg tvunget til å benytte seg av alle former for mål som tillater en å oppnå gode prestasjoner eller unngå dårlige resultat (ibid.). I lys av dette kan man si at selv om Birkebeinerne er opptatt av egne mål, som er et mestringsmål, kan de likevel være knyttet til tvangslidenskap fordi de er også opptatt av prestasjonsmål og prestasjonsunngåelsesmål. På denne måten vil mine funn støtte opp om Vallerand et.al (2008) sine tidligere funn.

Tidligere forskning viser at resultater er viktige for Birkebeinere (Rønning & Braathen, 2010), noe som er i tråd med mine funn. Hvis man sammenligner funn fra Rønning og Braathen

(2010) til å passe inn med lidensksapsmodellen vil vi se at Birkebeinerne er prestasjonsorienterte og ytre motiverte i sin deltagelse og trening tilknyttet Birken. Funnene fra Rønning & Braathen (2010) vil på denne måten kunne knyttes til tvangslidenskap, og undersøkelsene vil i så måte støtte opp om hverandre.

### **4.3 Aktiviteten og andre livsområder**

Innen harmonisk lidenskap er det sentralt at aktiviteten har en betydelig, men ikke overskyggende plass i personens liv, og den vil være i harmoni med individets andre livsområder (Vallerand et.al, 2003; Stenseng, 2008). Klatrerne sier de trener når det oppstår ledig tid slik at det ikke skal gå på bekostning av jobb og familie, og de av klatrerne som har barn sier også at de kan ha med seg barna på treningen. Dette tolkes til å være i harmoni med klatrernes andre livsområder og vil da gjenspeile harmonisk lidenskap.

Birkebeinerne sier at det må planlegging til for å få tid til trening, og når det er fellestreninger så går det på bekostning av tid med familien. Bare en av Birkebeinerne sier han kan trene litt med barna selv om alle fire Birkebeinerne har barn. Det må imidlertid opplyses om at det kan virke lettere å ha med seg barn til en klatrevegg eller et klatrefelt da det ofte er ulike vanskelighetsgrader man kan klatre innen samme område, eller det kan være andre aktivitetsmuligheter i samme område som man klatrer. Slike muligheter er mindre tilstede når man er ute på treningstur med sykkel.

Birkebeinerne oppgir at sykling tar mye tid og noe av tiden går på bekostning av å være sammen med familien i form av å dra på fellestreninger, og for noen går det også på å feriere uten familien eller å sykle under familieferiene. Innen tvangslidenskap er det sentralt at aktiviteten etter hvert vil ta uforholdsmessig mye plass i personens liv og vil dermed kunne skape konflikter med andre livsområder (Vallerand et.al, 2003). Om det har oppstått konflikter med andre livsområder er vanskelig å tolke da ingen av de andre familiemedlemmene har uttalt seg om saken. Kun en Birkebeiner sier at noen i familien kan synes det tar litt for mye tid. Alle innrømmer imidlertid at sykling tar mye tid, og en Birkebeiner sier det er ufattelig lett å ta av å trene mye, men han føler han må begrense seg på grunn av familien. Det er vanskelig å tolke i hvor stor grad disse utsagnene fører til konflikter innen familien, men av årsaker som at det tar mye tid, som går på bekostning av tid med familien, heller vektskålen i retning av at det kan skape konflikter med familie og vil dermed være en gjenspeiling av tvangslidenskap. En tidligere studie (Stenseng, 2008) viste at studenter som var tvangslidenskapelig i forhold til sin fritidsaktivitet også var preget av

intrapersonale konflikter. Intrapersonale konflikter karakteriseres som konflikter mellom hva personen ønsker ut i fra et egosentrisk perspektiv, og hva personen opplever som mulig gjennom begrensninger i form av andres forventninger (Stenseng, 2008). Samme funn er gjort i en annen undersøkelse av personer som var aktiv i blant annet svømming eller sykling (Stenseng et.al, 2011), de som var tvangslidenskapelig preget var også her knyttet til intrapersonale konflikter. Hvis dette legges til grunn for tolkningen min vil jeg si at noen av Birkebeinerne opplever intrapersonale konflikter i form av at de føler at de begrenser treningen i forhold til å ta hensyn til familien og at de gjerne kunne syklet mer. Dette vil i så måte peke i retning av tvangslidenskap.

#### **4.4 Avsluttende betraktninger**

Som vi har sett av resultatene er det få utsagn fra klatrerne som gjenspeiler tvangslidenskap, og mange som gjenspeiler indre motivasjon, mestringsorientert målorientering og harmonisk lidenskap. Som klatrer selv kan det være lettere for meg å forstå gruppen med klatrere enn syklister, men jeg føler klatrerne uttrykker seg tydelig på egenhånd gjennom utsagnene, og det er mindre variasjon i utsagnene deres, noe som gjør det lettere å tolke.

Hos Birkebeinerne er det større variasjon i hva som uttrykkes, og noen av utsagnene er vanskelig å tolke i den ene eller andre retningen da de bærer preg av begge lidenskapene på hver sin måte. Det må imidlertid sies at harmonisk lidenskap og tvangslidenskap kan sees på som hver sine ytterpunkter, og det kan derfor finnes mange ulike kombinasjoner av de to lidenskapene uten at man havner i den ene eller andre gruppen.

Med tanke på mine antagelser på forhånd av undersøkelsen er mange av de underbygd av den gjennomførte undersøkelsen. Jeg opplevde på forhånd at de to gruppene skilte seg ut på hver sin måte, noe også undersøkelsen viser. Klatrerne viste seg, slik jeg antok på forhånd, å være lite opptatt av å vise seg frem for andre, de konkurrerer med seg selv og sine egne mål, og de har et balansert forhold mellom familieliv og trening. Birkebeinerne viste seg også å være delvis lik mine antagelser ved at de er opptatt av å prestere. De er ikke så opptatt av stramme treningsprogram som må følges, slik mine antagelser tilsa, men de er opptatt av å få gjennomført treningen.

## 5.0 KONKLUSJON

Begge gruppene har en kilde til positive følelser etter utført aktivitet, noe vi ser relateres til harmonisk lidenskap. Klatrerne har også positive følelser under aktiviteten som gjenspeiler harmonisk lidenskap. Birkebeinernes positive følelser under aktiviteten er væravhengig, og knyttet til at kroppen er i god form, og at de konkurrerer underveis. Birkebeinerne vil i så måte knyttes til begge lidenskapene fordi aktiviteten gir glede, men det er knyttet til andre ting enn bare å utføre selve aktiviteten. At alle Birkebeinerne opplever negative emosjoner ved fravær av trening peker i retning av tvangslidenskap. Klatrerne viser liten grad av tvangslidenskap da bare en av klatrerne uttaler seg om negative emosjoner ved fravær av trening. Birkebeinerne er opptatt av å prestere på trening og i konkurranser, mot egne tider og i forhold til andre, noe som gjenspeiler tvangslidenskap. Klatrerne der i mot er kun opptatt av å prestere ut i fra egne mål, som er sentralt i harmonisk lidenskap. Klatrerne tilpasser treningen sin til familien eller tar med familien på klatring, som også relateres til harmonisk lidenskap. Noe av Birkebeinernes trening går på bekostning av tid med familien, samt at noe av ferien brukes uten familie eller at noe av familieferien brukes til å sykle. En Birkebeiner uttaler at noen i familien mener syklingen kan ta litt mye tid, og en annen uttaler at han begrenser treningen på grunn av familien. Dette kan føre til konflikter mellom familien og aktiviteten, noe som knytter Birkebeinerne til tvangslidenskap. Til tross for at Birkebeinerne på flere punkter kan relateres til tvangslidenskap, har de fortsatt glede av aktiviteten og får en god følelse etter utført aktivitet. Birkebeinerne kan derfor ikke sies å være hverken tvangslidenskapelig eller harmonisk lidenskapelig, de ligger en plass i mellom. Klatrerne på sin side har gjennom at kun en uttaler irritasjon ved fravær av trening en liten tilknytning til tvangslidenskap, mens alle andre punkter knyttes til harmonisk lidenskap.

Kort sagt kan man si at Birkebeinerne gjenspeiler flere trekk til tvangslidenskap enn det klatrerne gjør. Dette kommer til syne gjennom at Birkebeinerne er prestasjonsorientert, har negative emosjoner knyttet til forhindring av å utføre aktiviteten, og tidsbruken til trening går på bekostning av tid med familien.

Denne undersøkelsen har hatt et relativt lite utvalg og informantene var kun på et bestemt aldersnivå og utvalgt kjønn. Det kan derfor tenkes at med andre informanter, andre aldersgrupper, og ulike kjønn kunne det kommet frem andre resultat. Det ville vært fruktbart å kunne se på dette tema med et større utvalg, ulike aldre, og ulike kjønn for å se på om det ville vist forskjeller mellom funnene.



## REFERANSER

- Aşçi, F.H., Demirhan, G. & Dinç, S.C. (2007): Psychological profile of Turkish rock climbers: an examination of climbing experience and route difficulty. *Perceptual and Motor Skills*.104:892-900. June 2007
- Breivik, G. (1999): Dvask frihet eller dressert topptrim? I *Kunnskap om idrett* 4 (3):29-49
- Charmaz, K. (2006): *Constructing Grounded Theory. A Practical Guide Through Qualitative Analysis*. Sage publications.
- Dalland, O. (2000): *Metode og oppgaveskriving for studenter*, Gyldendal Norsk Forlag.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000): The what and why of goal pursuits: Human needs and the self determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Elliott, A.J., & Church, M.A. (1997): A hierarchical model of approach and achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 218-232.
- Elliot, A.J., & McGregor, H.A. (2001): A 2 x 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 501–519
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009): *Det kvalitative forskningsintervju*. Gyldendal Norsk Forlag
- Langseth, T. (2011): Risk sports – social constraints and cultural imperatives. *Sport in Society*, Vol.14 No.5:629-644, June 2011
- Mangelrød N.C. (23.10.2012): *Vi bruker mest i verden på utstyr*. Hentet fra <http://e24.no/naeringsliv/vi-bruker-mest-i-verden-paa-sportsutstyr/20290201>
- Nicholls, J.G. (1989): *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Ommundsen, Y. (2006): Pupils`self-regulation in physical education: the role of motivational climates and different achievement goals. *European physical education review* Volum 12

Rønning, R. & Braathen, A.R. (2010): *Hvem er Birkebeinerne?* Hentet fra [http://www.birkebeiner.no/Global/Markedsundersøkelser/Generelle/Hvem%20er%20Birkebeinerne%202010%20\(Birkebeinerrennet\).pdf](http://www.birkebeiner.no/Global/Markedsundersøkelser/Generelle/Hvem%20er%20Birkebeinerne%202010%20(Birkebeinerrennet).pdf)

Skaare, S.D. (15.03.2011): *Hvem er birkebeinerne?* Hentet fra <http://www.forskning.no/artikler/2011/februar/279947>

Stenseng, F. (2008): The Two Faces of Leisure Activity Engagement: Harmonious and Obsessive Passion in Relation to Intrapersonal Conflict and Life Domain Outcomes. *Leisure Sciences*, 30: 465–481

Stenseng, F., Rise, J., & Kraft, P. (2011): The dark side of leisure: obsessive passion and its covariates and outcomes. *Leisure studies*, Vol.30 No.1: 49-62. January 2011.

Thaagard, T. (2009): *Systematikk og innlevelse - en innføring i kvalitativ metode*, Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.

Vallerand, R. J., Blanchard, C., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., L´eonard, M., & Gagn´e, M. (2003): Les passions de l`ame: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 756–767.

Vallerand, R. J., Mageau, G. A., Elliot, A. J., Dumais, A., Demers, M. A., Rousseau, F. (2008): Passion and performance attainment in sport. *Psychology of Sport and Exercise* 2008 Vol. 9 No. 3 pp. 373-392

Vallerand, R.J. & Losier, G. (1999): An Integrative Analysis of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport. *Journal of Applied Sport Psychology* 11, 142-169.

Vallerand, R. J., Rosseau, F.L., Grouzet, F.M.E., Dumais, A., Grenier, S., & Blanchard, C.B. (2006): Passion in sport: A look at determinants and affective experiences. *Journal of sport & Exercise Psychology*, 28, 454-478.

## Vedlegg 1

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS  
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Pål Lagestad  
Avdeling for lærerutdanning  
Høgskolen i Nord-Trøndelag  
Røstad  
7600 LEVANGER

Harald Hårfagres gate 29  
N-5007 Bergen  
Norway  
Tel: +47-55 58 21 17  
Fax: +47-55 58 96 50  
nsd@nsd.uib.no  
www.nsd.uib.no  
Org nr. 985 321 884

Vår dato: 28.01.2013

Vår ref: 32776 / 3 / AH

Deres dato:

Deres ref:

### TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 16.01.2013. Meldingen gjelder prosjektet:

32776	<i>Klatrere og Birkebeinere - anerkjennelse og lidenskap til sin idrett</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Høgskolen i Nord-Trøndelag, ved institusjonens overste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Pål Lagestad</i>
Student	<i>Julie Fikse</i>

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

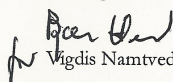
Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, eventuelle kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

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, 30.06.2013, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

  
Vigdis Namtvedt Kvalheim

  
Åsne Halskau

Åsne Halskau tlf: 55 58 89 26

Vedlegg: Prosjektvurdering

✓ Kopi: Julie Fikse, Trøa Håa, 7600 LEVANGER

Avdelingskontorer / District Offices

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel. +47-22 85 52 11. [nsd@uio.no](mailto:nsd@uio.no)  
TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel. +47-73 59 19 07. [kyrre.svarva@svt.ntnu.no](mailto:kyrre.svarva@svt.ntnu.no)  
TROMSØ: NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel. +47-77 64 43 36. [nsdmaa@svt.uio.no](mailto:nsdmaa@svt.uio.no)

## Personvernombudet for forskning



### Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 32776

Prosjektets formål er å se hvilke likheter og forskjeller det er mellom klatrere og birkebeiner-ritt deltageres lidenskap til idretten og anerkjennelse i idretten. Utvalget består av deltakere i Birkebeinerrikket, samt aktive klatrere. Personvernombudet legger til grunn at taushetsplikten ikke er til hinder for rekrutteringen, og at forespørsel rettes på en slik måte at frivilligheten ved deltagelse ivaretas. Vi anbefaler at idrettslag/klatreklubb formidler informasjon om undersøkelsen til aktuelle respondenter på vegne av studenten.

Det skal gjennomføres personlige intervju, jf. vedlagt intervjuguide. Innsamlede opplysninger registreres på privat pc. Personvernombudet legger til grunn at veileder og student setter seg inn i og etterfølger Høgskolen i Nord-Trøndelag sine interne rutiner for datasikkerhet, spesielt med tanke på bruk av privat pc til oppbevaring av personidentifiserende data.

Ifølge prosjektmeldingen skal det innhentes skriftlig samtykke basert på muntlig og skriftlig informasjon om prosjektet og behandling av personopplysninger. Personvernombudet finner informasjonsskrivet tilfredsstillende utformet i henhold til personopplysningslovens vilkår.

Prosjektet skal avsluttes 30.06.2013 og innsamlede opplysninger skal da anonymiseres og lydopptak slettes, jf. informasjonsskriv. Anonymisering innebærer at direkte personidentifiserende opplysninger som navn/koblingsnøkkel slettes, og at indirekte personidentifiserende opplysninger (sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. yrke, alder, kjønn) fjernes eller grovkategoriseres slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes i materialet.

# INTERVJUGUIDE

---

## Intervjuprosessen

- Presentasjon av meg
- Presentasjon av tema for samtalen (bakgrunn, formål)
- Forklare taushetsplikt og anonymitet + retten til å trekke seg når som helst
- Informer om opptak av samtale, sørg for samtykkeerklæring
- Spør om noe uklart, eller om respondenten har noen spørsmål
- Start opptak

## Lidenskap:

### **1 Kan du fortelle om ditt forhold til fysisk trening og hvordan du trener?**

Hvor organisert og kontrollert er treningen for denne aktiviteten?

Faste rammer (tid og form)

Påvirker det deg på noen måte å trene sammen med andre?

### **2 Hva er det som får deg til å drive med klatring/sykling?**

Hva får deg til å verdsette aktiviteten din?

Hva får du ut av å sykle/klatre?

### **3 Hvilket behov har du for å trene?**

Føler du at du MÅ trene hvis treningsprogrammet sier det, eller hvis det er noen dager siden sist ?

Hvordan føler du deg dersom du ikke får trent? (hva tenker du?)

Hva skal til for at du tar valget om å ikke trene likevel? (sykdom, skade, familieselskap, tv-program)

### **4 Hva skal til for at du slutter?**

### **5 Hvilke følelser kjenner du på før aktiviteten?**

(angst, glede, skyldfølelse, burde gjort noe annet, skulle egentlig vært med familien)

...under aktiviteten?

...etter aktiviteten?

### **6 Hva kjennetegner en god sykkel-/klatre-opplevelse?**

### **7 Hvordan organiserer du dagen din med tanke på aktiviteten?**

Påvirker aktiviteten andre hverdagsaktiviteter (kosthold, jobb, familie, venner, andre hobbyer), hvordan?

I hverdagen, og i livet generelt – har du måttet unnvære noe annet i livet til fordel for treningen? (gå på byen, tid med venner, barn)

## Identitet knyttet til aktivitet:

**8 Reflekterer sykling/klatring noen kvaliteter du liker ved deg selv, hvilke?**

Opplever du at aktiviteten er en del av din identitet?

**9 Hvor ofte er aktiviteten et samtaleemne der du er? Med hvem? Om hva?**

**10 Forteller du folk du møter at du driver med klatring/sykling?**

**11 Hvordan vil du karakterisere ditt forhold til aktiviteten?**

(lek, hobby, lidenskap, trening, livsstil)

**Miljø og kulturen:**

**12 Hva betyr konkurranse for deg?**

Hvorfor konkurrerer du, og evt. hvorfor ikke?

**13 Hva betyr det for deg å prestere?**

Hadde du syklet/klatret selv om ingen noen gang fikk vite at du gjorde det?

**14 Hvem tror du vet noe om dine prestasjoner i aktiviteten?**

(Hvem er de? venner, bekjente, kolleger. Hvordan vet de det? media, fortalt det selv)

**15 Filmer dere, tar bilder ell. når dere sykler/klatrer?**

Hvorfor?

**16 Publiserer dere film, bilder, status updates som handler om sykling/klatring?**

Hvorfor?

**17 Opplever du at noe gir anerkjennelse, prestisje, status i klatre/sykkel miljøet?**

Gir deltagelse i aktiviteten status og anerkjennelse?

Hvem kjenner du som deltar i samme aktivitet? (familie, venner, kolleger, andre)

Er det viktig med utstyr i denne aktiviteten? nyeste, beste, dyreste? –sikkerhet eller forfengelighet

Opplever du at det er viktig med anerkjennelse og status i dette miljøet?

**Avslutning:**

Er det noe du mener jeg burde spurt om?

Avslutningsvis, er det noe du vil legge til?

Avslutt opptak

Takke vedkommende for tiden.

### **Vedlegg 3**

#### **Forespørsel om å delta i intervju i forbindelse med en masteroppgave**

Jeg er masterstudent i kroppsøvings- og idrettsvitenskap ved Høgskolen i Nord-Trøndelag og holder nå på med den avsluttende masteroppgaven. Temaet for oppgaven er ulike gruppers tilnærming til fysisk aktivitet/trening, og jeg ønsker å undersøke personer fra to ulike grupper om deres tilnærming til sin aktivitet.

For å finne ut av dette, ønsker jeg å intervju 6-8 personer i alderen 38 – 59 år.

Spørsmålene vil dreie seg om ditt forhold til fysisk aktivitet/trening.

Jeg ønsker å bruke båndopptaker og ta notater mens vi snakker sammen. Intervjuet vil vare i underkant av en time, og vi blir sammen enige om tid og sted.

Det er frivillig å delta, og du har mulighet til å trekke deg når som helst, uten at dette vil få konsekvenser for deg.

Opplysningene dine vil bli behandlet konfidensielt, og ingen enkeltpersoner vil kunne gjenkjennes i den ferdige oppgaven. Opplysningene anonymiseres og opptakene slettes når oppgaven er ferdig, innen 31.06.13.

Dersom du har lyst å være med på intervjuet, er det fint om du skriver under på den vedlagte samtykkeerklæringen.

Hvis det er noe du lurer på kan du ringe meg på ## ## ## ##, eller sende en e-post til Julie.S.Fikse@student.hint.no. Du kan også kontakte min veileder Pål Lagestad ved HiNT, tlf: ## ## ## ##.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD).

Med vennlig hilsen

Julie Fikse  
Adr.  
Postnr. Sted

## Vedlegg 4

### Samtykkeerklæring

Jeg er masterstudent i kroppsøvings- og idrettsvitenskap ved Høgskolen i Nord-Trøndelag og holder nå på med den avsluttende masteroppgaven. Temaet for oppgaven er ulike gruppers tilnærming til sin idrett, og jeg ønsker å undersøke personer fra to ulike grupper.

For å finne ut av dette, ønsker jeg å intervju 6-8 personer i alderen 38 – 59 år.

Spørsmålene vil dreie seg om ditt forhold til fysisk aktivitet/trening.

Jeg ønsker å bruke båndopptaker og ta notater mens vi snakker sammen.

Det er frivillig å delta, og du har mulighet til å trekke deg når som helst, uten at dette vil få konsekvenser for deg.

Opplysningene dine vil bli behandlet konfidensielt, og ingen enkeltpersoner vil kunne gjenkjennes i den ferdige oppgaven. Opplysningene anonymiseres og opptakene slettes når oppgaven er ferdig, innen 31.06.13.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD).

Med vennlig hilsen

Julie Fikse

Samtykkeerklæring:

Jeg har mottatt skriftlig informasjon og er villig til å delta i studien.

Signatur.....

Telefonnummer.....



## Vedlegg 5

### Modell for koding av data.

