

MASTEROPPGAVE

Emnekode: KRO5003

Navn: Emma Christine Haugen

En analyse av sentrale faktorer for
prestasjonsutvikling blant jenter som har valgt
toppidrett fotball på videregående skole

Dato: 15.05.2023

Totalt antall sider: 59

Forord

Denne masteroppgaven markerer slutten på en femårig lektorutdanning i kroppsøving og idrettsfag ved Nord Universitet. Masteroppgaven er slutten på en morsom, innholdsrik, krevende og lærerik skolegang. Å få muligheten til å skrive en slik masteroppgave har vært en fantastisk prosess. Den har vært lærerik, i tillegg til å ha gjort meg oppmerksom på hvordan jeg skal utøve min profesjon som fotballtrener i fremtiden. Fotball er fremdeles en kjønnskamp i Norge og jeg skal fortsette å jobbe for å minske kjønnsforskjellene i idretten.

Jeg vil takke min veileder og gode venn, Arne Sørensen. Først og fremst for å ha vært en støttespiller med tett veiledning gjennom arbeidet med masteroppgaven. Og ikke minst for det gode vennskapet og de fine samtalene vi har hatt disse årene.

Takk til informantene som tok seg tid til å være med i studien, uten dere hadde ikke denne oppgaven blitt skrevet.

Jeg vil også rette en stor takk til familien min. Å ha sin far som fotballtrener i hele barne-, ungdom- og seniorkarrieren kan by på mye problematikk og diskusjoner. Alt i alt er jeg takknemlig for at akkurat du pappa har vært min fotballtrener i omtrent 13 år. Du har alltid vært mitt største forbilde og jeg er takknemlig for at jeg får trække i dine fotspor, hvor jeg nå har muligheten til å utvikle unge kvinnelige fotballspillere, akkurat som deg. Og etter at vi begge tok UEFA-B lisensen i 2022 har vi nå kommet like langt. Tusen takk, pappa.

Jeg vil også takke min mor og min lillesøster for at dere alltid har hatt troen på meg. Uten deres støtte ville jeg ikke stått her jeg står i dag, med en ferdig masteroppgave og store drømmer om at alt er mulig.

Til slutt vil jeg takke gode venninner som har tatt seg tid til å lese over masteroppgaven min. Og ikke minst vil jeg takke klassen min for 5 fantastiske år ved Nord Universitet.

Dere har vært en fantastisk klasse som jeg er så glad jeg har vært en del av.

15. mai, 2023

Nord Universitet, Levanger

Emma Christine Haugen

Sammendrag

Hensikt:

Overvekten av forskningen på spillerutvikling hos fotballspillere har blitt gjennomført på mannlige utøvere (Rees et al., 2016). Spørsmålet er om forskningen på herrefotball har overføringsverdi til kvinnefotball, eller om forskningen må se på kjønn som en forklaringsvariabel for eventuelle kjønnsforskjeller innen spillerutvikling?

Hensikten med studien er å undersøke utviklingsmiljøet jentespillere har vært i, og dens kvalitet. Funnene blir diskutert opp mot Henriksens (2010) beskrivelse av avgjørende miljømessige faktorer som påvirker prestasjonsutvikling hos fotballspillere.

Metode:

Studien benyttet kvalitative intervju for å besvare problemstillingen. Studiens utvalg besto av seks kvinnelige fotballspillere i alder 17-19 år, som gikk på videregående skole med programfaget toppidrett fotball.

Resultat:

Gjennom informantenes fortellinger kom det tydelig frem at utøvernes utviklingsmiljø har vært gunstig, i tråd med Henriksens (2010) beskrivelse av et positivt utviklingsmiljø. Informantenes oppvekst besto av et fordelaktig miljø i form av foreldrestøtte, søsken og venner i fotballmiljøet. I tillegg til at utøvernes utviklingsmiljø på toppidrett fotball blir vurdert som hensiktsmessig for prestasjonsutvikling, sett i lys av Henriksens (2010) faktorer for hva som kjennetegner et suksessfullt utviklingsmiljø.

Konklusjon:

De unge kvinnelige fotballspillernes utviklingsmiljø har vært hensiktsmessig for prestasjonsutvikling, i tråd med Henriksens (2010) beskrivelse av hvordan et utviklingsmiljø skal være for å kunne bli så god som mulig.

Nøkkelord: fotball; jenter; utviklingsmiljø; toppidrett fotball; videregående skole.

Abstract

Purpose:

The majority of research regarding player development of soccer players has been conducted on male athletes (Rees et al., 2016). Anyhow, is there any correlation between the data gathered from researching male players, to female soccer players? Or should gender be considered an essential variable of player development?

The purpose of this study is to investigate what development environment female football players have found themselves in, and its quality. The findings are discussed against Henriksen's (2010) description of crucial environmental factors that influence performance development in soccer players.

Method:

The study used qualitative interviews to make a better assessment of the issue, and its sample consisted of six female soccer players aged 17-19, who attended upper secondary school with a Norwegian PE subject specializing in soccer.

Results:

Through the interviewees' stories it was evident that the athletes' development environment has been favorable, in line with Henriksen's (2010) description of a positive development environment. The interviewees' upbringing consisted of an advantageous environment containing parental support, siblings and friends within the same environment. Additionally, the athletes' development environment within the Norwegian PE subject specializing in soccer is deemed as appropriate for performance development, considering Henriksen's (2010) factors for a successful development environment.

Conclusion:

The young female soccer players' development environment has been appropriate for their performance development, and adheres to Henriksen (2010), who describes the characteristics of a sufficient and positive development environment to be as successful as possible.

Keywords: soccer; girls; development environment; a Norwegian PE subject specializing in soccer; upper secondary school.

Innholdsfortegnelse

Forord	i
Sammendrag	ii
Abstract	iii
Innholdsfortegnelse	iv
1.0 Introduksjon	1
1.1 Kvinnefotball og tidligere forskning.....	1
1.2 Hensikt med oppgaven og problemstilling.....	2
2.0 Teoretisk rammeverk	3
2.1 Et holistisk og økologisk syn på prestasjonsutvikling.....	3
3.0 Tidligere forskning	5
3.1 Tidlig idrettsdeltakelse.....	5
3.2 Allsidighet eller spesialisering?.....	5
3.3 Motorisk læring i tråd med prestasjonsutvikling.....	6
3.4 Familie og venners betydning.....	7
3.5 Trenerens betydning.....	8
3.6 «Flest mulig, lengst mulig, best mulig».....	9
3.7 Toppidrett og tilrettelegging for prestasjonsutvikling.....	10
3.8 Treningsmetodikk og -belastning i et prestasjonsutviklingsperspektiv.....	11
3.9 Jentefotball og ambisjoner.....	12
4.0 Metode	13
4.1 Vitenskapsteoretisk tilnærming.....	13
4.2 Bakgrunn for valg av forskningsdesign.....	13
4.3 Tilgang til feltet og utvelgelse av informanter.....	14
4.4 Forberedelser og intervjuguide.....	15
4.4.1 Utarbeidelse av intervjuguide.....	15
4.4.2 Pilotintervju.....	16
4.5 Gjennomføring av intervjuene.....	17
4.6 Refleksjoner som gjelder undersøkelsens kvalitet.....	17
4.7 Ethiske vurdering for studien.....	18
4.8 Analyse av datamaterialet.....	19
5.0 Resultat	21
5.1 Idrett og fotball i barne- og ungdomsalder (5-15 år).....	21
5.1.1 Fotball i barndommen.....	21
5.1.2 Allsidig idrettsbakgrunn.....	21
5.1.3 Erfaringer fra fotballen i barne- og ungdomsskolealder.....	22
5.2 Utviklingsmiljøet i barne- og ungdomsalder (5-15 år).....	22
5.2.1 Fotballfamilier.....	22
5.2.2 Venner.....	23
5.2.3 Trener i barndommen.....	23
5.2.4 Rollemodeller.....	24

5.3 Utviklingsmiljøet på toppidrett fotball på videregående skole (15-19 år)	25
5.3.1 Samarbeid mellom skole og klubb	25
5.3.2 Trener	26
5.3.3 Det sosiale miljøet	26
5.4 Prestasjonsutvikling på toppidrett fotball på videregående skole (15-19 år)	27
5.4.1 Treningsmetodikk og -belastning	27
5.4.2 Annerkjennelse	28
5.4.3 Oppfølging	29
5.4.4 Ingen uttalelser om store ambisjoner innenfor fotball	30
6.0 Diskusjon.....	31
6.1 Idrett og fotball i barne- og ungdomsalder	31
6.2 Betydningen av utviklingsmiljøets mikronivå for utøverens prestasjonsutvikling	32
6.2.1 Betydningen av mikromiljøet i barne- og ungdomsalder (5-15 år).....	33
6.2.2 Betydningen av mikromiljøet på toppidrett fotball på videregående skole (15-19 år)	34
6.3 En illustrasjon av utøvernes utviklingsmiljø på toppidrett fotball på videregående skole	36
6.4 Unge kvinnelige fotballspillers opplevelse av mulighetene for prestasjonsutvikling på toppidrett fotball på videregående skole	37
7.0 Konklusjon.....	40
7.1 Praktiske implikasjoner	40
Litteraturliste.....	41
Vedlegg 1: Spørreskjema.....	49
Vedlegg 2: Samtykkeskjema	52

1.0 Introduksjon

1.1 Kvinnefotball og tidligere forskning

Fotball er den mest populære idretten i verden for både kvinner og menn. FIFA estimerte i 2007 at det var rundt 265 millioner mennesker i verden som spilte fotball, hvorav 26 millioner utgjorde jenter og kvinner (FIFA, 2007). Herrefotball har eksistert i over 100 år, mens kvinnefotball først ble etablert i Europa på slutten av 1960-tallet (Hjelm, 2011). Norges fotballforbund (NFF) var lenge kritisk til at kvinnene skulle få spille fotball, noe som resulterte i at norsk seriespill for kvinner først startet opp i 1976 (Lippe, 1982). Mye har skjedd siden 1976, og i 2020 dokumenterte Norges Fotballforbund at 87 799 jenter og kvinner spilte organisert fotball i Norge (Pedersen & Holm, 2023). I dag er de norske kvinnelige fotballspillerne blant de beste i verden, hvor de er rangert som nr. 12 på FIFA's ranking per 23.03.2023 (FIFA, 2023). Flere norske kvinnelige fotballspillere er i mange av de største klubbene i Europa, herunder Manchester United, Barcelona, Chelsea og PSG (Larsen, 2021). Det er likevel fremdeles en forskjellsbehandling mellom kjønnene i fotballen når det kommer til økonomi, rammebetingelser, mediedekning og generell oppmerksomhet rundt idretten. Årsaken er at i stor grad av at herrefotball er normen for hva som er en god fotballprestasjon (Skogvang, 2014).

Norges idrettsforbund har som mål å sikre at dagens og fremtidens toppidrettsutøvere skal ha mulighet til å kombinere prestasjonsutvikling sammen med utdanning. Unge utøvere skal dermed ha mulighet til å satse målrettet på sin idrett, samtidig som at de tar et utdanningsløp gjennom programfaget toppidrett i videregående skole. En slik kombinasjon av idrett og videregående opplæring skal bidra til å utvikle utøverens prestasjonsnivå, glede og selvtillit (Utdanningsdirektoratet, 2020a).

Spillerutvikling i fotball er et økende forskningsfelt på verdensbasis som følge av kompleksiteten med de mange ferdighetene og egenskapene fotballspillere må inneha for å ende opp som profesjonelle fotballspillere (Haugaasen, 2015; Phillips et al., 2010; Williams & Reilly, 2000). Det eksisterende forskningsfeltet på spillerutvikling tar som oftest for seg talent og talentutvikling, hvor overvekten av forskningen har blitt gjennomført på mannlige utøvere som har nådd et profesjonelt nivå i sin idrett (Rees et al., 2016). Spørsmålet er om forskningen på herrefotball har overføringsverdi til kvinnefotball, eller om forskningen må se på kjønn som en forklaringsvariabel for eventuelle kjønnsforskjeller innen spillerutvikling? Kan faktorer som motivasjon, treningsinvolvering, utviklingsmiljø og opplevelser være

usammenlignbar for kvinnelige fotballspillere, hvis forskningen på mannlige fotballspillere er normen? Hvordan kan vi sikre at de unge kvinnelige fotballspillerne oppnår en best mulig spillerutvikling?

1.2 Hensikt med oppgaven og problemstilling

Hensikten med denne studien er å tilegne seg kunnskap om prestasjonsutvikling av unge kvinnelige fotballspillere. Studien vil undersøke sentrale faktorer for prestasjonsutvikling fra barndommen til ungdomsalder, samt undersøke utviklingsmiljøene de har vært en del av i barndommen og på toppidrett fotball på videregående skole. Studien, som er en mastergradsoppgave i lektor i kroppsøving og idrettsfag, vil dermed kunne bidra til å utvikle kunnskap om hvordan en best mulig idrettsinvolvering i barndommen legger til rette for prestasjonsutvikling, samt hvordan man som toppidrettslærer i fotball kan bidra til å heve unge kvinnelige fotballspilleres prestasjon i fotball.

Funnene blir diskutert opp mot Henriksen (2010) beskrivelse av avgjørende miljømessige faktorer som påvirker prestasjonsutvikling hos fotballspillere. Med bakgrunn i studiens hensikt har følgende problemstilling blitt formulert:

En analyse av sentrale faktorer for prestasjonsutvikling blant jenter som har valgt toppidrett fotball på videregående skole.

I denne sammenheng vil studien undersøke to aspekter ved de kvinnelige ungdomsfotballspillernes prestasjonsutvikling:

- 1) En analyse av utviklingsmiljøet i barne- og ungdomsalder (5-15 år)
- 2) En analyse av utviklingsmiljøet på toppidrett fotball på videregående skole (15-19 år)

2.0 Teoretisk rammeverk

Det teoretiske rammeverket som benyttes i denne studien er utviklingsmiljø som omhandler miljømessige faktorerers påvirkning på prestasjonsutvikling (Henriksen, 2010), og er relevant for å forstå hvordan miljøet i sin helhet bidrar til utøveres utvikling.

2.1 Et holistisk og økologisk syn på prestasjonsutvikling

I et spillerutviklingsperspektiv er det verdt å undersøke utviklingsmiljøet utøverne er en del av, og i hvilken grad faktorene i miljøet har påvirket utøvernes prestasjonsutvikling.

Kristoffer Henriksen mente at tidligere teorier og modeller manglet et økologisk miljøfokus. Han utviklet derfor en holistisk (helhetlig) og økologisk (prosess) tilnærming for å kunne beskrive spillerutvikling (Henriksen, 2010). Henriksen mente man burde endre fokuset fra å se på talentfulle utøvere, til å se på miljøet utøveren ble utviklet i. Harmonerende med Henriksens modell (2010) bør man legge til rette for at alle skal ha de samme mulighetene til å utvikle seg og sitt nivå.

Henriksens modell ble omtalt som et rammeverk for å kunne beskrive suksessfulle miljø, samt for å kartlegge og strukturere sentrale nøkkelfaktorer i en utøvers utviklingsprosess (Henriksen, 2010). Utøveren som individ er plassert i midten av modellen, mens utøverens relasjon til miljømessige faktorer er strukturert rundt utøveren for å belyse utøverens utvikling og betydningen av relasjoner. Modellen er strukturert i to nivåer og to domener; et mikro- og et makronivå, samt i et idrettslig- og et ikke idrettslig domene. Mikronivået omhandler de relasjonene en utøver bruker mest tid sammen med i hverdagen. Disse relasjonene vil blant annet vært trenere, lagkamerater, skolen, venner og familie. Henriksen (2010) pekte ut åtte faktorer som definerer et suksessfullt utviklingsmiljø: 1) trygge og støttende relasjoner i treningsgruppen, 2) nære rollemodeller, 3) støttende miljø til idrettssatsing, 4) utvikling av psykologiske ferdigheter, 5) allsidighet i treningen, 6) langsiktig utviklingsfokus, 7) en sterk organisasjonskultur og 8) samordning av innsats (Henriksen, 2010). Med disse punktene vil han fremheve viktigheten av positive relasjoner, trygghet og tilhørighet, som kan bidra til suksessfulle utviklingsmiljø, som igjen kan bidra til at utøvere får en positiv prestasjonsutvikling.

Trygge og støttende relasjoner i treningsgruppen innebærer et miljø som oppleves som støttende med vennskap innad i gruppen (Henriksen, 2010). Fokuset på trygge og støttende relasjoner er sentralt for utviklingsmiljø, slik at man unngår konflikter og rivalisering som kan gå på bekostning av en utøvers utvikling og trivsel. *Nære rollemodeller* menes av Henriksen (2010) som muligheten til å være nært eldre utøvere, hvor det er mulig å trene sammen for å lære og dele kunnskap. *Støttende miljø til idrettssatsing* er at utøveren opplever at faktorene i mikromiljøet, som blant annet skole, familie, venner og andre, støtter og legger til rette for ens ønske om å drive med idrett og utvikling i idretten (Henriksen, 2010). Med *utvikling av psykologiske ferdigheter* vektlegges det at utøverne blir sett på som helhetlige personer som skal utvikle egenskapen en kan ta med seg videre i livet, derav ansvar og bevisstgjøring (Henriksen, 2010). Henriksen (2010) fremhever viktigheten av en allsidig og variert idrettsbakgrunn, som kan bidra til å nå et profesjonelt nivå. *Det langsiktige utviklingsfokuset* omhandler treningsbelastningen og hva som skal til på lang sikt, i stedet for en kortsiktig suksess (Henriksen, 2010). Når det gjelder *en sterk organisasjonskultur* innebærer det at miljøet har et felles sett av verdier, visjon og normer som fremmer et godt læringsmiljø i gruppen (Henriksen, 2010). Til sist presiseres *samordning av innsats* viktigheten av god koordinering mellom klubb, skole, familie og andre aktører, som bidrar til at utøveren opplever et samhandlet miljø som bidrar til utvikling (Henriksen, 2010).

Runar Gilberg & Gunnar Breivik undersøkte 18 av Norges mestvinnende idrettsutøveres barndom, oppvekst og idrettslig utvikling, for å besvare «*hvorfor ble de beste best?*». I undersøkelsen av hva som var mest betydningsfullt i deres idrettslige utvikling ble faktorer som blant annet fysisk aktivitet i grunnskolealder og betydningen av foreldre, søsken, venner og trener tatt i betraktning (Gilberg & Breivik, 1998). Disse faktorene samsvarer med Henriksens (2010) faktorer for et suksessfullt miljø. Utøverne forklarer at faktoren i oppveksten som har bidratt mest betydningsfullt til den idrettslige utviklingen, er foreldrenes støtte. Videre trekker de frem viktigheten av lystbetont trening, dyktige trenere og en langsiktig utvikling og suksess over tid. De konkluderer med at idrettsglede, tålmodighet og treningsvilje er noen av de avgjørende faktorene for at de ble så gode som de ble (Gilberg & Breivik, 1998). Dermed vil Gilberg og Breiviks (1998) funn brukes som en tilføyelse til det teoretiske rammeverket utviklingsmiljø.

3.0 Tidligere forskning

3.1 Tidlig idrettsdeltakelse

Fotballspesifikk forskning har vist at mengden uorganisert fotballinvolvering i tidlig barndom påvirker sjansen for fremtidig suksess i fotball (Erikstad et al., 2018; Ford et al., 2009; Haugaasen et al., 2014). Forskning på spillerutvikling har vist at de fleste spillerne som når et profesjonelt nivå gjerne startet i 5-6 års alderen med organisert fotball (Ford et al., 2009). Studien undersøkte mannlige ungdomsfotballspillere ved engelske akademi, der resultatene viste at både for dem som ble profesjonelle og de som ikke ble det, hadde vært på like mye fotballtrening og spilte like mange kamper. Det som skilte dem var mengde uorganisert trening og lek med ball i tidlig alder (Ford et al., 2009). Tidligere empiri har vist at kvinnelige fotballspillere som har nådd toppen, brukte mindre tid på fotball og lek i barndommen, sammenlignet med mannlige fotballspillere (Hendry et al., 2019). De fleste barn som begynner med organisert fotball i barndommen starter i sine lokale breddeklubber (Haugaasen et al., 2014), og det er som oftest foreldrene som introduserer barna for idretten (Wolfenden & Holt, 2005).

3.2 Allsidighet eller spesialisering?

Ericsson et al. (1993) undersøkte musikere på ulike prestasjonsnivå og konkluderte med at mengden trening forklarte forskjellene i musikernes prestasjonsnivå og forbedring av ferdigheter. På bakgrunn av studiens resultater ble det argumentert for at det foreligger et lineært forhold mellom mengden kvalitetstrening fullført, og en utøvers prestasjonsnivå (Ericsson et al., 1993). Kvalitetstrening ble forklart som «deliberate practice», som kjennetegnes ved aktivitet som krever mye innsats, og som gjennomføres med et bevisst mål om å heve prestasjonen (Ericsson et al., 1993). For å bli så god som mulig bør en utøver ifølge Ericsson et al. (1993) utføre målrettet og strukturert trening i tidlig alder, også definert som tidlig spesialisering (Baker & Copley, 2009). Teorien om tidlig spesialisering har blitt kritisert av flere, for blant annet å undervurdere annen trening (Côté et al., 2009; Hambrick et al., 2014). Côté (1999) presenterte «deliberate play» som et motargument mot tidlig spesialisering, for å fremme en lekpreget tilnærming for trening, med mål om å ha det gøy (Côté, 1999; Côté & Erickson, 2015; Côté et al., 2009). Poenget med en slik treningsmetode er variasjon i treningen, økt motivasjon og positive opplevelser.

Norsk idrett har barneidrettsbestemmelser for hvordan man kan skape gode idrettslige tilbud for barn og ungdom. Hovedargumentet er å fremme allsidighet og motvirke den tidlige spesialiseringen (Skirstad, 2011). Myrhol & Øiestad diskuterte dette dilemmaet i en kronikk: «Nesten alle taper på en utvikling der vi ofrer lek og allsidighet i barneidretten. Likevel ser vi at utviklingen går i retning av økt spesialisering» (Myrhol & Øiestad, 2019).

Med bakgrunn i «deliberate play» og «deliberate practice» foreslo Côté et al. (2007) at man kan oppnå et profesjonelt nivå gjennom tidlig spesialisering eller en allsidig og lekpreget involvering fra tidlig alder (Côté, 1999). Tidligere studier har vist til at en kortsiktig atletisk suksess i junioralder er knyttet opp til tidlig spesialisering, mens en langsiktig atletisk suksess i voksen alder kjennetegnes ved en allsidig barndom og en sen start i sin hovedidrett (Barth et al., 2022). Studien «*hvorfor ble de beste best?*» viser at de som ble verdensnere drev mye allsidig fysisk aktivitet gjennom hele barndommen, både organisert og uorganisert (Gilberg & Breivik, 1998). De var også relativt gamle da de valgte sin hovedidrett, og enkelte fortsatte med andre idretter ved siden av hovedidrett (Gilberg & Breivik, 1998).

3.3 Motorisk læring i tråd med prestasjonsutvikling

Læringseffekten av motorisk trening ble presentert som «Power Law of Practice» (Newell & Rosenbloom, 1981). Teorien beskriver at læringseffekten er høy i starten av idrettskarrieren og vil avta med tiden (Newell & Rosenbloom, 1981). Dette forklarer at trening gir forbedring, mens mer trening vil gi en større forbedring. I tillegg til at det trengs mye trening over tid for fremgang forklarer teorier om motorisk utvikling at man blir god på det man trener på (Magill, 2001).

For å lykkes i fotball er spillerne avhengig av et høyt ferdighetsnivå, det baserer seg på faktorer som fysiske, mentale, tekniske og taktiske ferdigheter (Stølen et al., 2005), hvor et høyt nivå i tekniske ferdigheter anses å være den største variabelen til kampprestasjoner (Ali, 2011; Rampinini et al., 2009). Det er derfor viktig å utvikle veldig mange ulike teknikker og helst i tidlig alder. Det forklarer at hvis man har en allsidig idrettsbakgrunn og trener innenfor mange ulike idretter og bevegelser, vil man få god utvikling av mange ulike teknikker innenfor idrettene. Dersom en person kun trener på en idrett, vil denne personen få flere repetisjoner og øving i de spesifikke teknikkene. Det eksisterer en oppfatning om at man bør øve allsidig på mange bevegelser for å bli god på en teknikk etter hvert, noe som står i kontrast til det som i motorisk teori omhandler overføring av ferdigheter (Magill, 2001). Spesifisiteten i trening kommer originalt fra Thordike's identiske elementers teori (IET), hvor det fremgår at for at det skal være en overføring fra en teknikk som øves til en annen

teknikk, så må disse teknikkene nesten være identiske (Magill, 2001). Problemet med denne spesifisitetsteorien er å identifisere hvilke elementer som må være identiske for å forvente en positiv overføring mellom to teknikker (Schmidt & Lee, 2005). En studie viste blant annet at øving på triksing i fotball førte til forbedring av trikseferdigheter, men ikke forbedring av mottaksferdighetene i fotball (Raastad et al., 2015).

Det har blitt gjennomført en studie som skulle undersøke hvilke læringsmetoder som ville påvirke ferdigheter hos elever i videregående skole. Undersøkelsen tok blant annet utgangspunkt i videofeedback i form av selvobservasjon. Selvobservasjon handler om at utøveren får se seg selv på video, hvor de utfører ferdigheten på nåværende ferdighetsnivå (Clark & Ste-Marie, 2007; Ste-Marie et al., 2011). Det ble konkludert med at videofeedback var et effektivt pedagogisk hjelpemiddel for å utvikle og videreutvikle tekniske ferdigheter (Eriksen, 2017).

3.4 Familie og venners betydning

Foreldre er som oftest de som introduserer barnet for idretten (Wolfenden & Holt, 2005), og det er vist at foreldrenes involvering i utøverens idrett har stor betydning for prestasjonsutvikling (Holt et al., 2008). Det er dokumentert at foreldre som gir både emosjonell og økonomisk støtte til sine barns idrettsinvolvering, anses som en forklaringsvariabel for utøverens prestasjonsutvikling (Wolfenden & Holt, 2005). Den økonomiske støtten omfatter finansiering av både utstyr og treningsavgifter, samt kjøring til og fra trening og kamp. Den emosjonelle støtten kommer i form av hjelp til å håndtere med- og motgang, skader, motivasjonssvikt, og mye mer. 18 av Norges mestvinnende idrettsutøvere forklarte at foreldrene hadde en avgjørende betydning, først og fremst som støttespillere, men også ved å være fysisk aktive forbilder. I tillegg opplevde de i stor grad å vokse opp i det man typisk kan kalle en idrettsfamilie (Gilberg & Breivik, 1998). Utøverne beskrev videre at de hadde store søskenflokker hvor søsknene også drev med idrett. For mange var søsknene av stor betydning, både som treningskamerat men også noen å strekke seg etter (Gilberg & Breivik, 1998).

Foreldrenes rolle endres fra å være «ledere», til å bli «følgere» i takt med utøverens alder (Côté, 1999). Fra å være foreldre som introduserer og oppmuntrer barnet til å spille fotball i barndommen (Wolfenden & Holt, 2005), inntar foreldrene rollene som tilskuere og tilretteleggere da utøveren når alderen 15-16 år (Bloom & Sosniak, 1985). Foreldrenes involvering i fotballdeltakelsen blir mindre viktig for utøveren, og det er treneren, medspillere

og venner som får avgjørende rolle i utøverens investering og utvikling i idretten (Bloom & Sosniak, 1985; Côté, 1999; Williams & Reilly, 2000). Når det gjelder jentefotball, er det dokumentert at jenter tiltrekkes fotballen på grunn av idretten i seg selv. Det er imidlertid den sosiale verdien av lagspill som vennskap og samhold, som er den største prediktoren for jentenes deltagelse i fotball (Fasting, 2003). Tidligere forskning har vist at gode venner og lagkamerater i idrettsmiljøet er en motivasjonsfaktor for videre deltagelse i idretten (Patrick et al., 1999). Det viser seg imidlertid at «de beste» drev med idrett uavhengig av venner og at det sosiale miljøet hadde mindre å si, sammenlignet med de nest beste, som trappet ned i sin idrett da vennene sluttet (Gilberg & Breivik, 1998). Hvis miljøet og kulturen utøveren vokser opp i er fordelaktig, herunder foreldrestøtte, søsken og venner i idrettsmiljøet, kan utøverens oppvekst være en forklarende variabel for prestasjonsutvikling (Gagné, 2004).

3.5 Trenerens betydning

I tillegg til betydningen av familiestøtte og venner i miljøet, har utøverens trener en sterk medvirkning til utøverens utvikling og prestasjon (Martindale et al., 2005; Sæther, 2017). Den gode trener-utøver relasjonen er betydningsfull med for utøverens prestasjonsutvikling, og dersom treneren og utøveren ikke harmonerer sammen, vil det kunne få negative konsekvenser (Jowett & Cockerill, 2002). 18 av de mestvinnende idrettsutøverne i Norge beskrev at trenerne fra oppveksten hadde stor betydning (Gilberg & Breivik, 1998). Tidligere forskning har vist til betydningen av tilbakemeldinger, oppmerksomhet og veiledning fra trenere for å sikre en optimal prestasjonsutvikling blant utøverne (Ericsson & Harwell, 2019; Sæther, 2017). I tråd med treningsbelastning, treningsinnhold og rammene rundt, er det lite som motsier at klubben representerer den viktigste arenaen for spillerutvikling (Ashworth & Heyndels, 2007), som forteller at klubbens og trenerens tilrettelegging blir ekstremt viktig i utviklingsarbeidet av spillere. Det er dokumentert at trenerens rolle i ungdomsalderen er viktig, og at spillere er avhengig av trenere med høy ekspertise i denne alderen (Côté, 1999). Som trener har man på dette tidspunktet muligheten til å legge grunnlaget for at de unge utøverne skal ha et ønske om å drive med idrett i fremtiden. Man kan også gi de mest håpefulle utøverne muligheten til å utvikle sitt potensial (Sæther, 2015). Lagergren & Fundberg (2015) undersøkte hvilken rolle treneren har for kvinnelige utøvere. Studien viste at unge kvinnelige fotballspillere er usikre, spesielt med tanke på at deres kroppsytelser er begrenset med bakgrunn i de tradisjonelle kjønnsrollene i fotball. Jenter trenger derfor en større mengde tilbakemeldinger, annerkjennelse og oppfølging, sammenlignet med guttene (Lagergren & Fundberg, 2015). I tillegg har fotballtrenere en viktig jobb med å styre

utøvernes treningsbelastning for å optimalisere treningseffekt og restitusjon, i tråd med prestasjonsutvikling. Det viser seg likevel at det er uoverensstemmelse mellom utøvernes opplevelse av, og trenerens planlagte treningsbelastning (Brink et al., 2014). Det kreves dermed en god relasjon og god kommunikasjon mellom utøveren og treneren.

Prestasjonsutvikling er en prosess som ikke bare foregår på treningsfeltet, men omfatter alle handlinger som er ment for å heve prestasjonsnivået i fotball. Belgiske fotballspillere vurderte kampsituasjonen som den mest relevante aktiviteten for læring (Helsen et al., 1998), dermed vil utøverens spilletid påvirke prestasjonsutviklingen. Som trener har man ansvaret for å ta ut en kamptropp hvor elleve spillere starte kampen. Et uttak av en kamptropp medfører at noen må starte på benken, og andre er ikke en del av kamptroppen i det hele tatt. I en undersøkelse viste det seg at 94% av spillerne på U17-nivå opplevde at kun de beste spillerne på laget fikk spilletid (Sæther, 2017). Trenerens valg av spilletid til hver enkelt utøver vil dermed begrense eller forsterke spillerens utviklingsmuligheter.

3.6 «Flest mulig, lengst mulig, best mulig»

Norges Fotballforbunds visjon for barne- og ungdomsfotballen er *flest mulig, lengst mulig, best mulig*. NFF presenterer barn rettigheter i idretten, og bestemmelser for å sikre at barn og unge skal få positive opplevelser gjennom deltakelse i idretten. Dette gjennomføres ved å skape trygge og morsomme aktiviteter i et godt miljø hvor alle kjenner og støtter hverandre (Waagard, 2017). NFFs visjon viser til at fotball skal være for alle, uansett bakgrunn, ferdighetsnivå og ambisjoner. *Lengst mulig* viser til at frafallet i fotball skal være så liten som mulig. Likevel viser det seg et stort frafall i barne- og ungdomsidretten. 40% av alle jenter og gutter slutter å spille fotball fra de er barn (6-12 år) til de bli ungdommer (13-19 år) (Solstad, 2017). *Best mulig* betyr at hver enkelt utøver skal ha muligheten til å utvikle seg og bli så god som mulig. I 2019 var det 1 897 789 registrerte kvinnelige fotballspillere i Europa (FIFA, 2019), hvorav 3 572 av dem var definert som profesjonelle fotballspillere (UEFA, 2017). Dette betyr at det kun er ca. 0,18% av de kvinnelige fotballspillerne i Europa som når et profesjonelt nivå.

Hospitering og differensiering i idrett blir brukt som et hjelpemiddel for å oppnå prestasjonsutvikling. Hospitering går ut på at utøverne trener eller konkurrerer utenfor sin opprinnelige treningsgruppe. Differensiering handler om å dele den opprinnelige treningsgruppen inn i grupper hvor man kan jobbe ut fra eget ferdighetsnivå. Ved bruk av slike hjelpemidler i treningsarbeidet, er det vist at unge spillere oppnår et høyere

ferdighetsnivå, som igjen resulterer i at de vil kunne utvikle nivået som trengs over tid (Baker & Cobby, 2009; Sæther, 2017). Konsekvensen av denne treningstilnærmingen kan derimot føre til økt treningsbelastning og motivasjonssvikt (Sæther, 2017).

3.7 Toppidrett og tilrettelegging for prestasjonsutvikling

Et av Norges Fotballforbunds mål er å sikre at fremtidens og dagens toppidrettsutøvere skal ha mulighet til å kombinere toppidrettsutviklingen med utdanning. Idrettsfag som studieprogram på videregående skole skal tilrettelegge for at utøvere skal kunne satse på sin idrett, i tillegg til å få en generell studiekompetanse. I en utvidelse av denne tilretteleggingen ble toppidrett innført som et valgfag innenfor studieprogrammet idrettsfag i Norges nasjonale skoleplan i 2006 (Kårhus, 2016)

Toppidrett som programfag ble introdusert for å bedre kunne imøtekomme utøverne gjennom en tilrettelagt hverdag både som elev og utøver. Det har ført til at det i dag er mer enn 110 offentlige og private skoler som tilbyr toppidrett som programfag (Kårhus, 2019).

Programfaget toppidrett skal tilby elevene en tilrettelagt skolehverdag gjennom et godt treningstilbud på skolen (Utdanningsdirektoratet, 2020a). Det er vist at en godt tilrettelagt skolehverdag er med på å påvirke elevene positivt, både gjennom idrettsutvikling og det skolefaglige (Drew et al., 2019). I følge kompetansemålene skal faget toppidrett bidra til å: VG1: «Vise og videreutvikle ferdigheter i idretten og gjennomføre systematisk og målrettet trening» (Utdanningsdirektoratet, 2020b).

VG2: «Vise og videreutvikle ferdigheter som er sentrale for å prestere i konkurranser i idretten» (Utdanningsdirektoratet, 2020c).

VG3: «Vise og videreutvikle ferdigheter som kan forbedre prestasjonen i konkurransesituasjoner» (Utdanningsdirektoratet, 2020d).

Forskning har vist at samarbeidet mellom et kvinnelig toppserielag i Sverige og skolen var avgjørende for utøvernes utvikling (Westermarck, 2016). Det viser seg at en tilrettelagt skolehverdag fungerer best når treneren til utøveren både er treneren for klubblaget og treneren i skolehverdagen (Ringereide & Sæther, 2016). Askildsen undersøkte dette, og konkluderte med at utøverne som hadde samme trener på klubb og i skole hadde en bedre relasjon og kommunikasjon med treneren sin, og trivdes bedre, sammenlignet med når treneren og læreren var to ulike personer (Askildsen, 2012). Fordelen med å ha samme trener er at det enklere kan gjøres tilpasninger og tilrettelegging, både i form av utøverens totalbelastning, men også for sammenhengen mellom treningene på dagtid og kveldstid.

3.8 Treningsmetodikk og -belastning i et prestasjonsutviklingsperspektiv

For å kunne sikre god prestasjon, og ikke minst god prestasjonsutvikling, viser forskning at det bør være betydelig likhet mellom det man gjør på trening og i kamp (Côté et al., 2007; Côté & Fraser-Thomas, 2007; Ericsson & Lehmann, 1996). Innenfor trening og prestasjonsutvikling skiller det mellom to hovedtilnærminger i treningsmetoder som er: 1) spillsentrert trening, ofte omtalt som «small sided games» (SSG) og 2) isolert teknisk trening. Helsen et al. (1998) undersøkte «deliberate practice» på belgiske fotballspillere hvor resultatene viste at spillerne vurderte kampsituasjonen som den mest relevante metoden for læring (Helsen et al., 1998). Det kan argumenteres for at fordelene med å ha så kamplik trening som mulig, er at man i situasjoner på banen er nødt til å ta taktiske valg både med og uten ball (Jones & Ronglan, 2018), utvikle basisferdigheter i kampen (Headrick et al., 2015), samt å tilegne seg en bedre forståelse av hvordan spillet er (Headrick et al., 2015). Spillsentrert trening er en populær treningsmetode (Sarmiento et al., 2018), blant annet for å tilfredsstillere utøvernes trivsel i treningen (Los Arcos et al., 2015). I tillegg er det vist at utøverens prestasjon i SSG korrelerer høyt med utøveres prestasjon i kampen (Bergkamp et al., 2020).

Fordelen med isolert teknisk trening er mengden repetisjoner av de ulike ferdighetene. Ulempen ved denne tilnærmingen er mangelen på taktiske valg, som spillsentrert trening innehar (Gabbett et al., 2009). Ved bruk av isolert teknisk trening vil utøverne kunne forbedre de teknikkene det trenes på. I kampsituasjonen vil spillerne ha vansker med å utøve teknikkene i tråd med spillets gang, grunnet mangel av taktiske vurderinger i selve treningen (Martens, 2012). Sørensen et al. (2021) forskning viste også at utøverens prestasjon i den isolerte tekniske ferdigheten mottak var positivt assosiert med en vellykket kampinvolvering i SSG (Sørensen et al., 2021). Forskning har vist en betydelig forskjell mellom kjønnene til norske ungdomsfotballspillere i mottaksprestasjoner, til fordel for de mannlige spillerne (Sørensen et al., 2022). En kan altså påstå at unge norske kvinnelige utøvere burde trene mer isolert teknisk trening, blant annet ferdigheter som mottak. Isolert teknisk trening er en mye brukt treningsmetodikk, og Bergo (2002) argumenterer for at trenere benytter seg av denne tilnærmingen fordi det er enklere å gi feedback i treningen, sammenlignet med spillsentrert trening (Bergo et al., 2002).

Når det kommer til treningsbelastning, skiller man gjerne mellom «overload» og «underload». «Overload» er trening med både høy intensitet og fysisk belastning, og egnes for å utvikle utøvernes taktiske og tekniske ferdigheter (Malone, 2014). «Underload» er ment for å bygge opp overskudd med lav intensitetstrening, og gjelder restitusjon og aktiveringstrening.

Trenere må derfor variere i bruk av treningsmetoder, både for å utvikle spillernes prestasjonsnivå og for å bygge opp overskudd. Det er også vist at variasjon i banestørrelse, antall spillere på banen og formasjon påvirker spillernes treningsbelastning (Dalen et al., 2021). Dermed må trenere være bevisst på bruk av variasjonsprinsippet for å kontrollere utøvernes treningsbelastning.

3.9 Jentefotball og ambisjoner

«De eneste som kunne drømme om å spille på Lerkendal, var guttene. Jenter kunne ikke den gang ha den samme drømmen. Jeg tenkte ikke så mye over det som liten, men i dag føles tanken absurd. Hvis man tenker lenge nok på det, gjør det faktisk litt vondt»

Cecilie Andreassen, RBK Kvinner. (Egge et al., 2022).

Det er vist at kvinnelige fotballspillers motivasjon og ambisjoner begrenses av at det eksisterer kjønnsforskjeller når det kommer til økonomi, oppmerksomhet og annerkjennelse (Skrubbeltrang, 2018). Rosenborg Kvinner ville gjøre noe med uttalelsen til midtbanespilleren Cecilie Andreassen: nettopp å gi unge jenter muligheten til å drømme om å spille på Lerkendal. De ønsket å fylle Lerkendal for å gi unge jenter muligheten til å drømme, og vise at det er mulig å spille på Lerkendal uansett kjønn (RBK-Kvinner, 2022). En positiv trend i dagens samfunn er at flere kjente fotballklubber danner kvinnelag, som for eksempel Rosenborg og Brann. Unge jenter som spiller fotball, kan derfor drømme like stort som sine klassekamerater. Selv om samfunnet legger til rette for at jentene skal kunne ha ambisjoner på lik linje med guttene, viser forskning at jenter ikke har store ambisjoner innenfor idretten (Eriksen et al., 2021; Skrubbeltrang, 2018).

Skrubbeltrang (2018) intervjuet en ung kvinnelig fotballspiller som fortalte at fotball aldri ville bli mer enn en hobby for henne. Dette er i samsvar med undersøkelsen som ble gjennomført på 81 13-åringer, som viste at nesten ingen av jentene ville satse på idretten. Det står i sterk kontrast til de fleste guttene som forteller at de ønsker å satse på idretten (Eriksen et al., 2021). De 18 mestvinnende idrettsutøverne i Norges forklarte at de i stor grad drev med idrett for idrettens skyld, og ikke for å bli best i verden (Gilberg & Breivik, 1998). For å kunne lykkes i fotball er motivasjon og viljestyrke grunnleggende faktorer (Reppesgård, 2016), som også understrekes av de mestvinnende idrettsutøverne som betydningsfullt for at de ble så gode som de ble (Gilberg & Breivik, 1998).

4.0 Metode

4.1 Vitenskapsteoretisk tilnærming

Forskning handler om å tilegne seg ny kunnskap, og kan brukes synonymt med ordet *vitenskap*, som er selve jakten etter sannheten (Thurén, 2022). Dette omhandler et systematisk arbeid for å oppnå ny viten eller økt kunnskap (Sæle & Hallås, 2020). I samfunnsforskning skilles det mellom to ulike metodiske tilnærminger; kvalitativ og kvantitativ forskning, for å produsere kunnskap om samfunnet (Tjora, 2021). Kvantitativ forskning baserer seg på målbare variabler og generalisering, mens kvalitativ forskning arbeider med å forstå hvordan de som undersøkes opplever fenomenet (Halvorsen, 2008). Kvalitativ forskning streber derfor etter å tolke og beskrive, som kan deles i to tradisjoner, fenomenologisk- eller hermeneutisk tradisjon. På bakgrunn av at studien vil fortolke ved bruk av kvalitative metoder, vil studien inngå i samfunnsvitenskapens hermeneutiske tradisjon, hvor det settes lys på meningsinnholdet som ikke er umiddelbart innlysende (Halvorsen, 2008).

Hvert enkelt menneske bygger opp egne erfaringer, refleksjoner og kunnskaper som man bruker i hverdagen. Dette er *forforståelse*, hvor man i hermeneutikken ser dette i lys av at vi alle forholder oss til den samme verden, men opplever og erfarer den ulikt med bakgrunn i hver enkeltes livssituasjon og forforståelser. Vitenskapelig teori betegnes som «fortolkningsbriller» man har på seg som forsker, hvor brillene brukes når en skal analysere og tolke datamaterialet sitt (Sæle & Hallås, 2020). Innenfor den hermeneutiske tilnærmingen skaffer forskeren seg en rolle som en eventyrer på oppdagelsesferd. Eventyreren reiser rundt og treffer mennesker (informanter) for å samle inn fortellinger (datainnsamlingen), hvor eventyreren bruker seg selv i oppdagelsesreisen for å forstå territoriet (fortolker). Dermed blir kunnskap og vitenskap skapt av menneskene på dens ferd, gjennom streben etter å forstå og beskrive fortellinger man har tatt for gitt (Johannessen et al., 2021).

Som forsker vil mine bakgrunnskunnskaper og verdier med utgangspunkt i egen forforståelse, påvirke hvordan jeg som forsker oppfatter studiens temaer samt hvordan dataanalysen vil fremstilles. Min forforståelse er farget av at jeg har spilt fotball i 18 år og er fotballtrener med UEFA-B lisens, min utdanning og ikke minst at jeg er kvinne.

4.2 Bakgrunn for valg av forskningsdesign

Metodologi handler om hvilke metoder man skal velge i forskningsarbeidet, som omfatter fremgangsmåten for innsamling og tolkning av data (Sæle & Hallås, 2020). Det metodologiske valget skal bunne i hva som egner seg for å kunne besvare studiens problemstilling. Hensikten med masteroppgaven var å undersøke sentrale faktorer for

prestasjonsutvikling blant jenter som har valgt toppidrett fotball på videregående skole. Dermed har studien gått for en kvalitativ tilnærming ved bruk av et intervjustudie, som egner seg når målet med studien var å innhente informasjon om personers opplevelser, erfaringer og refleksjoner rundt fastbestemte temaer (Thagaard, 2018).

Det ble valgt å intervju kvinnelige fotballspillere som går toppidrett fotball på videregående skole, hvor de får muligheten til å reflektere og forklare sentrale faktorer rundt egen prestasjonsutvikling i fotball. Den kvalitative tilnærmingen bak studien har derfor mål om å fange opp meninger og opplevelser som ikke lar seg tallfeste eller måle (Dalland, 2012).

Gjennom den hermeneutiske tilnærmingen og vår forforståelse av verden, viser det seg at de beste intervjuene lages av de som har omfattende kunnskap om emnet fordi disse forskerne vet hvilke spørsmål man skal stille og hva som er mest relevant (Brinkmann & Tanggaard, 2012). Derfor ble det bestemt at det viktigste var å fastsette *hva* studien ønsket å finne frem til, kontra å finne ut *hvordan* man best mulig får svar på det man er ute etter. For å kunne sikre at informantenes erfaringer og opplevelser ble fanget opp, ble det valgt å bruke et semistrukturert intervju. Et semistrukturert intervju kjennetegnes ved at man har en overordnet intervjuguide basert på temaer om *hva* man ønsker å fange opp, men spørsmålene og rekkefølgen på temaene kan variere fra intervju til intervju. Intervjuguiden ble brukt som en disposisjon for intervjuet, men samtalen mellom intervjuer og informant ble styrt av dialogen og det informanten valgte å gå inn på (Johannessen et al., 2021).

4.3 Tilgang til feltet og utvelgelse av informanter

Jeg har relevant erfaring og kompetanse innenfor fotball, både som fotballspiller og fotballtrener, og gjennom min interaksjon med idretten har jeg skapt meg et nettverk i fotballmiljøet som gir meg fordelen av nærhet og tilgang til feltet. På bakgrunn av nærheten til feltet fikk jeg tilgang til informanter til studien, hvor jeg gjennomførte et strategisk utvalg av informanter. I følge Thagaard (2018) er strategisk utvalg «nøkkelinformanter» som har egenskaper eller kvalifikasjoner som er relevant for å kunne besvare studiens problemstilling (Thagaard, 2018). For studien ble det derfor valgt ut informanter basert på følgende kjennetegn:

- Kvinnelige ungdomsfotballspillere i alderen 16-19 år
- Fotballspillerne skulle gå på toppidrett fotball på videregående, i 2. eller 3. trinn

Gjennom mitt fotballnettverk kom jeg i kontakt med en skole som tilbyr toppidrett fotball, hvor seks av de kvinnelige fotballspillerne på skolen fikk invitasjon til å delta i undersøkelsen. Når man skal gjennomføre intervjustudier er det viktig at utvalget er stort nok, for å skape en større forståelse av fenomenet man studerer (Brinkmann & Tanggaard, 2012). Med tanke på studiens ressurser og tid til disposisjon, ble det i samarbeid med veileder vurdert at 6 informanter var tilstrekkelig for å innhente tilstrekkelig informasjon for å gi svar på problemstillingen. Etter å ha vært i kontakt med både skole, lærer og informantene, fikk deltagerne i studien utdelt et informasjonsskriv og et samtykkeskjema (vedlegg 2), hvor hver enkelt samtykket til å delta i studien. Informantene består av tre elever som går i 2. trinn og tre elever som går i 3. trinn på en videregående skole i Norge, hvor gjennomsnittsalderen for informantene var 17,5 år. Alle informantene hadde valgt studieretningen idrettsfag på videregående skole med programfaget toppidrett fotball, og alle spiller seniorfotball.

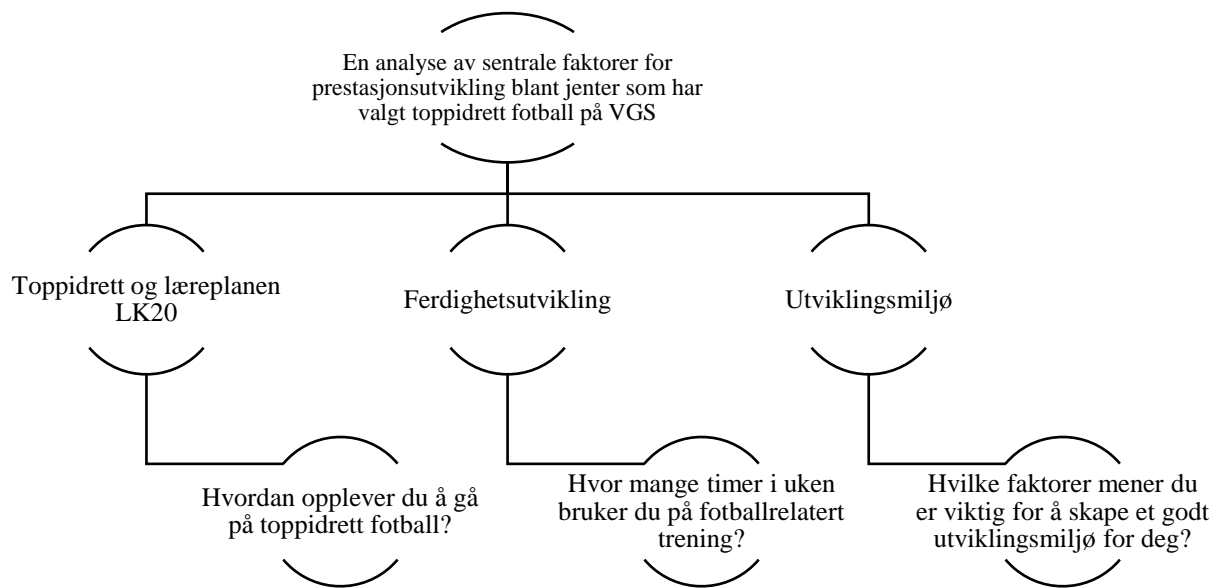
4.4 Forberedelser og intervjuguide

4.4.1 Utarbeidelse av intervjuguide

For å kunne besvare studiens problemstilling, er utarbeidelsen av intervjuguiden betydningsfullt arbeid. I utformingen av intervjuguiden ble det brukt en modell presentert av Rubin & Rubin (2012). «Tre-med-grener-modellen» tar utgangspunkt i hovedtemaet for undersøkelsen, som videre deles i grener med undertemaer. Ytterst på grenene (hovedtemaene) finner man kvistene som representerer spørsmålene til hvert tema (Rubin & Rubin, 2012). En slik modell for utforming av intervjuguiden er hensiktsmessig når man på forhånd vil innom ulike temaer for å belyse problemstillingen, samt at man kan sammenligne hva informantene har sagt om hvert enkelt tema (Thagaard, 2018).

I utarbeidelsen av intervjuguiden ble det vektlagt å formulere spørsmålene for å la informantene komme med sine refleksjoner, opplevelser og erfaringer, som er en viktig del av det kvalitative intervjuet (Thagaard, 2018). Med bakgrunn i studiens formål ble det vektlagt å ha så åpne spørsmål som mulig, men samtidig forholde seg til forhåndsbestemte temaer. Temaene var basert på Henriksens (2010) teori om utviklingsmiljøets påvirkning på prestasjonsutvikling, derfor vil det være relevant å fange opp informantenes opplevelser. Eksempler på spørsmål fra intervjuguiden var: «kan du fortelle litt om hvor mye fotball du spilte i barndommen?» eller «hvordan opplever du samarbeidet mellom klubb og skole?» (vedlegg 1).

Figur 1: «Tre-med-grener-modellen» i utarbeidelse av intervjuguiden (Rubin & Rubin, 2012).



4.4.2 Pilotintervju

Som en del av forberedelsene til gjennomføringen av intervjuene, ble det gjennomført et pilotintervju. Grunnen til at bruk av pilotintervju før datainnsamlingen er hensiktsmessig, er for å kunne verifisere om spørsmålene i den utarbeidede intervjuguiden gir svar som kan brukes for å besvare studiens problemstilling (Dalland, 2012). For undersøkelsen var det viktig å kartlegge om spørsmålene var presise nok til å fange opp elevenes opplevelser, tanker og erfaringer med prestasjonsutvikling og toppidrett fotball på videregående skole. Av den grunn ble pilotintervjuet gjennomført på en kvinnelig fotballspiller som går på toppidrett fotball, hvor svarene hennes i stor grad vil være lik svarene til informantene i studien. Dermed ville pilotintervjuet gi en indikator på om intervjuguiden var godt nok utarbeidet. I etterkant av pilotintervjuet ble enkelte spørsmåls formuleringer endret, i tillegg til at noen av spørsmålene ble ekskludert med tanke på spørsmålenes relevans.

I tillegg til å få testet ut den utarbeidede intervjuguiden, ville pilotintervjuet også teste meg som intervjuer. Kunsten å lære hvordan man gjennomfører forskningsintervju, skjer gjennom å øve på å gjennomføre intervjuer (Kvale & Brinkmann, 2015). Erfaringene jeg som intervjuer gjorde meg etter pilotintervjuet var: 1) min rolle som intervjuer, 2) formuleringer og vanskelighetsgrad på spørsmålene, 3) viktigheten av oppfølgingsspørsmål for en dypere forståelse og 4) bruken av tekniske hjelpemidler som lydopptaker. Disse erfaringene ble brukt i gjennomføringen av intervjuene, som gjorde at jeg som intervjuer følte meg godt forberedt til datainnsamlingen.

4.5 Gjennomføring av intervjuene

Selve gjennomføringen av intervjuene ble utført på et sted og tidspunkt som informantene selv ønsket, for å sikre at informantene skulle føle seg så komfortable og trygge som mulig under gjennomføringen av intervjuene. Samtlige av informantene valgte å gjennomføre intervjuene på skolen. I forkant av intervjuene hadde vi en dialog hvor jeg blant annet presenterte meg selv, for å skape en god og avslappet atmosfære. Intervjuene ble innledet med en orientering av studiens formål, samt hvilke rettigheter deltageren hadde med tanke på anonymitet og samtykke. Deltakerne i studien hadde på forhånd av intervjuene fått både muntlig og skriftlig informasjon angående forskningsprosjektet. Deretter ble deltagerne informert om at intervjuene ble tatt opp ved bruk av en diktafon, som de samtykket til.

Det ble lagt vekt på å følge intervjuguiden for å forsikre at de samme spørsmålene ble stilt til alle informantene, men det var varierende rekkefølge på spørsmålene for å vedlikeholde den gode samtalen. Dermed fløt samtalen hvor informantene kom inn på de ulike delene av intervjuguiden underveis. Jeg ønsket å forsikre at informantene skulle få snakke og dele sine erfaringer og opplevelser, i et behagelig tempo og på sine premisser. Som intervjuer forsikret jeg at informantene fikk tiden de trengte for å reflektere rundt temaene og spørsmålene (Kvale & Brinkmann, 2015). Informantene delte en god mengde refleksjoner, opplevelser og erfaringer, hvor jeg som intervjuer opplevde dem som engasjerte angående temaene vi var innom i løpet av intervjuet. Som intervjuer opplevde jeg det som betryggende å bruke diktafon for å ta lydopptak av intervjuet for å få med meg hva som blir sagt, slik at jeg kunne fokusere mer på deltakerne og den gode samtalen.

4.6 Refleksjoner som gjelder undersøkelsens kvalitet

For enhver undersøkelse er det av stor betydning at kvaliteten blir diskutert. Det blir brukt fire faktorer som eventuelt kan påvirke kvaliteten på et kvalitativt datamateriale, og disse er: transparens, troverdighet, pålitelighet og forskerrefleksivitet (Markula & Silk, 2011). Mine forskerbriller, min bakgrunn og forforståelse av temaet prestasjonsutvikling i kvinnefotball, vil kunne påvirke studiens analyse og resultater. Derfor er det viktig å gjøre forskningen så transparent som overhodet mulig, for å sikre studiens troverdighet (Markula & Silk, 2011). Som et resultat av dette gir metodekapittelet et innsyn i prosessen og valg som er blitt gjort for studien, for å gjøre forskningen transparent. Gjennom å ha presisert valg og prosedyre for studien vil en viss etterprøving være sikret, samt den kvalitative forskningens pålitelighet.

Forskerrefleksivitet omhandler å reflektere rundt egen rolle i forskningen, samt hvordan dette eventuelt kan ha påvirket studiens funn (Markula & Silk, 2011). Som tidligere nevnt vil min bakgrunn og egne erfaringer skape forforståelser som kan påvirke resultatene. Styrkene ved dette er at jeg har en nærhet til feltet og en felles forståelse sammen med informantene angående temaene for intervjuguiden. Samtidig vil min nærhet til feltet og min forforståelse tolke informantenes utsagn i retning mot min forforståelse og mine erfaringer som ung kvinnelig fotballspiller. Dette kan føre til at jeg som forsker overser enkelte utsagn og kun setter søkelys på det som samstemmer med min forforståelse av fenomenet. På den andre siden mener jeg at nærheten til feltet vil være en fordel, da en med distanse til feltet kan oppleve det som problematisk å forstå informantenes utsagn angående fenomenet. Det har blitt diskutert angående hvilken betydning intervjuerens kjønn kan ha for selve intervjusituasjonen, hvor det sies at når intervjuer og informant er av samme kjønn, vil dette gi en felles forståelse (Thagaard, 2018). Selv følte jeg på det at jeg som forsker er en kvinne og at alle mine informanter var kvinner, ville være en styrke for studien basert på denne felles forståelsen. I tillegg kjente jeg til informantene fra før, dette er fordelaktig for å skape trygghet og en tillit om at deres utsagn ble godt ivarettatt. Samtidig kan dette faktumet at vi kjente til hverandre ha påvirket informantenes utsagn med tanke på ærlighet ovenfor meg som intervjuer. Dette kan føre til at informantene velger å svare det de tror de bør svare med bakgrunn i hva de tror jeg som intervjuer forventer at de skal svare. Derimot vil jeg se på bekjentskapet som en styrke med tanke på at vi deler en felles interesse gjennom fotballen.

4.7 Etiske vurdering for studien

Etikk omhandler forholdet og relasjoner mellom individer; hva vi kan gjøre med andre og hva vi ikke kan gjøre med andre. Når det gjelder samfunnsforskning kan det oppstå etiske dilemmaer som man må vurdere grundig, med tanke på at man studerer menneskers liv (Johannessen et al., 2021).

Forskere skal hente inn samtykke fra informanter til deltakelse i studien, som skal være frivillig, informert og dokumenterbart (NESH, 2021). Når aktuelle informanter ble forespurt om å delta i forskningen ble det presisert at samtykket var frivillig, samt at deltakerne i studien har rett til å avbryte sin deltakelse i studien når som helst. I prosessen med innhenting av informanter ble studiens formål beskrevet, i tillegg til et informasjonsskriv angående innhenting av data og hvordan det ville bli brukt. Når informantene samtykket til å delta i studien fikk de utdelt en samtykkeerklæring, som de samtykket til og skrev under på. Konfidensialitet i forskning er et løfte fra forsker om at informasjonen fra forskningen skal

behandles fortrolig og ikke formidles videre (NESH, 2021). Intervjuene ble gjennomført på kvinnelige ungdomsfotballspillere som holdes anonymt gjennom å bruke fiktive navn i presentasjonen av datamaterialet. I tillegg vil utsagn som innebærer utøvernes fotballklubb, videregående skole og fotballtrener holdes anonymt, gjennom å bruke 'Klubben', 'Skolen' og 'Treneren' i resultatkapittelet. Informantene delte opplevelser og erfaringer knyttet til sitt privatliv, noe som gjorde det viktig for meg som intervjuer at de opplevde tillit for å kunne snakke fritt. Det ble brukt Nettskjemas diktafon som lydopptaker, som krypterer opptakene umiddelbart på telefonen og lagrer innholdet eksternt.

En del av forberedelsene før datainnsamlingen er å sende inn søknad til Nasjonalt senter for forskningsdata (NSD) for innvilgning. NSD arbeider for å ivareta informantens personvern og sikkerhet med tanke på datahåndtering og personvern angående forskning. Søknaden for studien ble innvilget med søknadsnummer 188750 og ble godkjent i god tid for gjennomføringen av intervjuene.

4.8 Analyse av datamaterialet

Etter gjennomføring av intervjuene startet fasen hvor datamaterialet skal analyseres, både gjennom transkribering, kategorisering og koding (Kvale & Brinkmann, 2015). I det første trinnet i analyseprosessen ble lydopptakene fra intervjuene lagt inn i det kvalitative analyseprogrammet NVivo 12. I analyseprogrammet ble intervjuene transkribert ordrett, hvor det som tidligere nevnt ble delt ut fiktive navn til informantene slik at utsagnene deres kunne refereres til. Ved å transkribere informantens utsagn blir man godt kjent med datamaterialet sitt (Brinkmann & Tanggaard, 2012), og transkripsjonen skjedde relativt kort tid etter at intervjuene ble foretatt som resulterte i totalt 62 A4-sider med datamateriale. Det ble også nødvendig å meningsfortette, som vil si å forkorte informantens utsagn til kortere formuleringer, men samtidig ivareta den opprinnelige betydningen (Kvale & Brinkmann, 2015).

Etter å ha transkribert, meningsfortettet og lest gjennom transkripsjonen, begynte analysen for å kunne besvare de to tidligere nevnte aspektene av studien i tråd med problemstillingen:

- 1) En analyse av utviklingsmiljøet i barne- og ungdomsalder (5-15 år)
- 2) En analyse av utviklingsmiljøet på toppidrett fotball på videregående skole (15-19 år)

Datamaterialet ble analysert med utgangspunkt i tematisk analyse og inspirert av arbeidet til Braun & Clarke (2006). De presenterte seks faser som beskriver hvordan tematisk analyse blir brukt på kvalitativ data. Først blir man kjent med datamaterialet sitt, som tidligere nevnt ble dette gjort gjennom å lese nøye gjennom, meningsfortette og transkribere datamaterialet. Svarene til informantene ble analysert med bakgrunn i Henriksen (2010), og de to kategoriene; 1) utviklingsmiljøet i barne- og ungdomsalder og 2) utviklingsmiljøet på toppidrett fotball på videregående skole. Utgangspunktet var å analysere spillernes erfaringer og opplevelser, som er en godt egnet tilnærming når studien ønsker å belyse hver enkelt individs for forståelse av et felles fenomen (Halvorsen, 2008). Deretter generaliseres koder basert på interessante funn på en oversiktlig måte ved bruk av hele datamaterialet. Generelle koder som ble brukt i denne sammenheng var for eksempel «familiepåvirkning» og «teknikktraining». Videre i analysen søker man etter temaer i datamaterialet, hvor eksempler på temaer for deler av datamaterialet til studien var «fotballfamilie» og «treninger på toppidrett fotball». Datamaterialet ble deretter sortert og kontrollert i de nevnte kodene og temaene for å vurdere overensstemmelser i helheten av datamaterialet, samt oppdage sammenhenger eller forskjeller mellom informantenes utsagn for å kunne identifisere meningsfulle verdier blant utøverne rundt fenomenet. Når denne fasen er komplett vil man stå igjen med temaer som må navngis og defineres. For å tilslutt kunne presentere kunnskapen som kommer frem i utøvernes intervju, som utgjør resultatkapittelet (Braun & Clarke, 2006).

Hovedkategoriene fra studiens problemstilling sammen med elevenes utsagn ble brukt som grunnlag når resultatene skulle presenteres. Med bakgrunn i analyseprosessen ble følgende hovedtema identifisert:

- 1) Idrett og fotball i barne- og ungdomsalder (5-15 år)
- 2) Betydningen av utviklingsmiljøet i barne- og ungdomsalder (5-15 år)
- 3) Betydningen av utviklingsmiljøet på toppidrett fotball på videregående skole (15-19 år)
- 4) Prestasjonsutvikling på toppidrett fotball på videregående skole (15-19 år).

5.0 Resultat

5.1 Idrett og fotball i barne- og ungdomsalder (5-15 år)

5.1.1 Fotball i barndommen

Gjennom intervjuene kom det frem at utøverne ble tidlig introdusert for organisert fotball. Samtlige av informantene beskrev at de startet med organisert fotball så tidlig som man kunne, og varierte fra de var 5 til 7 år. Den organiserte fotballaktiviteten ble dannet som mix-lag for jenter og gutter i samme alderskull, i sine lokale breddeklubber i samarbeid med barneskolene. Informantene opplyste at de utøvde en stor mengde uorganisert fotballaktivitet, i form av lekpreget fotballinvolvering gjennom friminutter på skolen og på egenhånd i ballbinger.

Jeg har sikkert spilt mest i barndommen av alle de som går på denne videregående skolen. Det var alltid fotball på skolen i friminuttene, i tillegg til før og etter enten skole eller klubbtreninger. (Maria)

Informantene beskrev at de spilte mye fotball sammen med guttene på barneskolen. Maria forklarte at det at hun ble akseptert av guttene og at de sentret til henne, mente hun var viktig for hennes utvikling.

Alle informantene hadde erfaringer med å ha hospitert opp til eldre utøvere i klubben, samt at noen av informantene hadde hospitert opp til guttelag. Hanna eksemplifiserte dette:

Jeg startet for Klubben med et mix lag for klassen. På Klubben spilte jeg og med de som var to år eldre. Trenerne så fort at det ikke var noe bra fotballtilbud for meg på mitt alderskull, så de tok meg opp.

Stine hadde en positiv opplevelse av å hospitere opp til eldre utøvere. Hun forklarte at hospiteringen førte til at hun tok med seg mye erfaring inn til sin primære treningsgruppe, som hun mente resulterte i at hun hadde utviklet seg som fotballspiller.

5.1.2 Allsidig idrettsbakgrunn

Det viste seg at alle informantene hadde en allsidig idrettsbakgrunn, hvor de hadde vært innom flere idretter i barndommen, i tillegg til fotball. Idretter som utøverne i studien var innom i barndommen var blant annet håndball, turn, friidrett, ballet og ski. Flere av informantene beskrev deltakelsen i enkelte av idrettene som kortvarig, som vil si mellom 1-3 år, mens tre av informantene fortalte at de drev med en annen idrett i tillegg til fotball i over 8 år. De fleste informantene sluttet på de andre idrettene på ungdomsskolen og spilte kun fotball etter det. Linda fortalte at det kom til et punkt hvor hun måtte velge mellom fotball og en

annen idrett, hvor det endte med at hun sluttet på den andre idretten og prioriterte fotball. En av informantene spilte fortsatt håndball, men så kun på deltakelsen i håndball som et annet treningstilbud i tillegg til fotball. Det kommer frem at utøverne var takknemlige for å ha hatt en allsidig idrettsbakgrunn i barndommen.

5.1.3 Erfaringer fra fotballen i barne- og ungdomsskolealder

Informantene delte at de har veldig mange positive erfaringer fra fotballen i barne- og ungdomsalder, blant annet i form av trenerne deres i barne- og ungdomsfotballen og andre opplevelser gjennom fotballen. Anne trakk frem deltakelse på cuper i barne- og ungdomsfotballen som avgjørende for hennes motivasjon og utvikling.

Jo, det er vel kanskje cuper og sånn, det har hjulpet meg veldig med å fortsette med fotball. For eksempel Dana Cup når vi kom på 2. plass, det å spille kampen var jo kjempeartig selv om at vi ikke vant. Det var en artig opplevelse.

I kontrast til positive opplevelser i barne- og ungdomsfotballen, beskrev Stine hvordan negative opplevelser kan påvirke ens motivasjon og utvikling.

Overgangen når vi ble litt eldre og skulle begynne å toppe, da var det mye styr på laget mitt. Det var ikke noe styr rundt meg, men andre spillere. Dette gjorde at det ble dårlig stemning rundt laget som ødela mye og gjorde at flere sluttet, som har vært med på å påvirke min fotballkarriere. Jeg mistet litt motivasjonen når det ikke var som det skulle.

5.2 Utviklingsmiljøet i barne- og ungdomsalder (5-15 år)

5.2.1 Fotballfamilier

Under spørsmål angående hvordan familien har støttet utøverne og hvordan denne støtten har påvirket deres fotballkarriere, beskrev de en betydelig familiestøtte og at det ble opplevd som positivt for deres fotballinvolvering i barne- og ungdomsalder.

Jeg føler mamma og pappa alltid har vært der og støttet opp, alltid dratt å sett på kampene og alltid vært stolt av å ha meg på banen. (Maria)

Informantene beskrev at det var familien som påvirket til fotballdeltagelsen i barneskolealder. Maria forklarte at «mamma og pappa tvang meg til å spille fotball». Mens andre følte at det var naturlig at de selv skulle begynne å spille fotball, som Maria beskriver:

Det tror jeg ikke var mitt valg. Det har alltid ligget en fotball i hagen, så det var naturlig at jeg skulle begynne med det på en måte.

Informantene beskrev at det alltid har vært fotball i familien deres, enten gjennom foreldre som har spilt selv eller eldre søsken som spilte. To av informantene beskrev at de kom fra familier hvor det var en selvfølgelighet å spille aktivt fotball.

Hele familien min har vært ganske god i fotball. Farfar var på landslaget, pappa spilte på Eliteserielubb [...] og broren min har spilt på Obosklubb. Det er en fotballfamilie og det har alltid vært krav: du må spille fotball. Så det har ikke vært noe eget valg egentlig. (Linda)

Felles for alle informantene var at de hadde en familie rundt seg som motiverte, engasjerte og støttet i forhold til utøvernes fotballdeltagelse i barndommen. Informantene beskrev at de fikk mye støtte i form av kjøring til og fra trening og kamper. Lene beskrev at «*man får jo lyst til å bli bedre, at de ser at jeg er flink. Så det er en motivasjon det og – at de ikke kjører meg til kamper og treninger forgjeves på en måte*». Stine beskrev at hun hadde tanter, onkler og besteforeldre som stilte opp på kamper, foreldre som kjørte henne til treninger og kamper og en søster som var interessert og hadde spilt selv. Hun fortalte at hun mest sannsynlig hadde sluttet på fotball hvis hun ikke hadde hatt en familie som var interessert.

5.2.2 Venner

Informantene beskrev at de hadde venner i barndommen som de spilte fotball sammen med. De uttrykte at den sosiale verdien ved fotball var en sentral bidragsyter i deres fotballinvolvering i barndommen.

[...] Jeg synes fotball var artig - det å være en del av et lag, komme på trening og møte venner, den settingen likte jeg veldig godt. (Stine)

Jeg hadde en venninne siden barnehagen som var like interessert i fotball som meg, så vi spilte mye fotball sammen. (Lene)

Hanna forklarte at det å ha venner var av stor betydning, men at hun hadde spilt fotball uansett hvis hun ikke hadde hatt venner som spilte. Hun mente man ikke kunne basere seg kun på venner når det gjaldt deltakelse i fotball.

5.2.3 Trener i barndommen

Alle informantene beskrev trenerne sine fra barne- og ungdomsfotballen som sentrale bidragsytere for deres utvikling.

Gammel trenerne mine på Klubb. Vi var best og var i kretsfinale tre år på rad, vårt lag var drit bra. Trenerne tror jeg har lagt grunnlaget for at alle vi har kommet så

langt. De var vennene våre og de fulgte oss fra vi var 6 år til vi var 14 år. Nei, du får ikke mer perfekte trenere enn det. (Linda)

Utøverne fortalte at trenerne deres fra barne- og ungdomsfotballen var kompetente trenere som ga tett oppfølging og veiledning. De opplevde at de hadde en god relasjon med trenerne sine og at de var takknemlige for trenerne sine.

Når vi var J15 hadde vi en trener som var veldig flink til å komme med skryt og veiledning. Han var litt ekstra på meg og sa «se hva Maria gjør nå», og det var veldig stas. Man liker jo det som 15-åring, å føle at man blir sett. (Maria)

5.2.4 Rollemodeller

Informantene omtalte søsken og eldre utøvere i samme klubb som rollemodeller i barndommen. Linda fortalte at hennes eldre bror var et forbilde og en motivasjon for hennes deltagelse og prestasjonsutvikling i fotball.

Du vil ikke være dårligere enn broren din da. Du vil ikke føle at du skuffer familien hvis du ikke lever opp til de samme forventningene som han. Så det er jo det at jeg ikke vil være dårligere enn han. Det er vel kanskje derfor jeg har sett opp til han, fordi han lykkes hele tiden og alt han får til. Så det er litt det jeg og vil få til da. (Linda)

Informantene valgte også å beskrive enkelte eldre utøvere i klubben som rollemodeller. Maria fortalte at hun var nabo med en av de eldre utøverne som nå spiller på samme lag som henne, og at hun så opp til henne i barndommen. «Jeg husker at 'Eldre utøver' kunne stå i garasjen og vippe masse med ballen og da ble jeg litt sånn 'oi det vil jeg også gjøre'». Hun uttrykte videre at gevinsten av eldre rollemodeller i klubben var at hun fikk mer troen på seg selv. Anne beskrev også hvordan eldre utøvere hadde påvirket hennes utvikling:

Nei, jeg tror egentlig aldri jeg har hatt noe sånn fotballforbilder. Det er mer de som har vært eldre enn med som har vært i Klubben, som jeg har lyst til å bli like god som.

I tillegg til søsken og eldre utøvere i klubben, beskrev Lene hva det har utgjort for henne å kunne se opp til større fotballstjerner, som blant annet Ada Hegerberg.

Ada Hegerberg ser man opp til på en måte. [...] Det er kult at hun kommer fra Norge og er dame som har blitt så god og blitt kåret til verdens beste fotballspiller. Da får man litt tanker om at kanskje jeg og kan bli så god liksom, det er mulig på en måte.

5.3 Utviklingsmiljøet på toppidrett fotball på videregående skole (15-19 år)

5.3.1 Samarbeid mellom skole og klubb

Jentenes fotballklubb og den videregående skolen de gikk på, hadde et tett samarbeid. Samarbeidet ble organisert slik at fotballtreneren i klubben også var læreren deres på toppidrett fotball. Utøverne i denne studien var veldig takknemlig for samarbeidet mellom klubben og skolen, og Stine sa «heldigvis så har jeg samme trener på skolen og i klubb». De beskrev at fordelen med å ha samme trener i klubb og på skolen var at treneren kjente utøverne både personlig og som fotballspiller, samt at treneren hadde kontroll på utøvernes treningsbelastning og totalbelastning.

Det er lettere å komme å si at man er sliten, og da kan man stå over den ene økten på skolen. Det er et lettere samarbeid. Hvis vi hadde hatt en annen trener på skolen så hadde vi måttet møtt opp uansett, for da ser de oss bare på skolen. Vi blir vurdert hele tiden føler jeg, både på klubb og på skolen da, det henger sammen. (Stine)

I forhold til de unge kvinnelige fotballspillernes prestasjonsutvikling i klubb og på toppidrett fotball, forklarte de dette:

På Klubben så har vi liksom et lag som det fokuseres på, og da kan den enkelte biten av hva jeg må jobbe med på klubb, bli tatt inn i skolehverdagen. Og det merker jeg at kan være ganske kjekt. (Maria)

Ulempene som kom frem ved å ha samme trener både på skolen og i klubb var mangelen på variasjon. Informantene beskrev at det til tider kunne bli mye av det samme på begge treningsarenaene, samt at det ble mye av 'det samme fjeset'. Informantene forklarte at i fjor hadde de en trener på toppidrett fotball som ikke hadde noe med klubben å gjøre, og det var utfordrende i form av at det ble uenigheter i hva man skulle trene på og hvordan man skulle spille fotball. Lene beskrev det å ha samme trener på klubb og i skolen slik:

Det er for det meste bra å ha samme trener. Det blir paralleller mellom treningene – vi øver på de samme tingene på skole som på klubb og da blir vi ekstra god på det. Jeg ville heller hatt det sånn enn å ha hatt to forskjellige trenere som ikke snakker sammen liksom. Det er mer til hjelp enn til bry.

Når Linda begynte på videregående skole og toppidrett fotball, var hun i en annen klubb enn den klubben som skolen samarbeidet med. Dette opplevde hun som noe utfordrende og forklarte det slik:

*Da jeg spilte på *gammel klubben* var det 'rævva', da var jeg irritert for det føltes ut som at det bare var Klubben det handlet om. Hvis du ikke spilte på Klubben så hadde du ikke noe på toppidrett å gjøre, følte jeg da. [...] Det var toppen av kaka når du følte at de bare la opp treningene til Klubbens spillere. Men når jeg meldte overgang til Klubben, da fikk Treneren øyene opp på meg. [...] Da ble det mye bedre.*

5.3.2 Trener

Utøvernes trener ble beskrevet som den mest betydningsfulle relasjonen i deres prestasjonsutvikling. Treneren var en person som veiledet og fulgte dem opp både på toppidrett fotball og i klubben. Informantene beskrev treneren som fotballfaglig flink, og Lene fortalte at «*det er en av de beste trenerne jeg har hatt*». Stine sa seg enig med Lene, og mente at alle hadde et slikt bilde av treneren:

Jeg tror egentlig alle er fornøyde med Treneren som type, alle synes Treneren er en konge type liksom. Alle liker han.

De beskrev at treneren kjente dem godt siden han hadde de både på skolen og i klubb, og derfor viste treneren hva de mestret og hva de måtte trene mer på. De fortalte at de hadde et godt forhold til treneren sin, og at de hadde en stor respekt for han. Stine presiserte hvor viktig treneren var, både for klubben og for skolen:

Uten han så tror jeg mye hadde raknet, for min del hvert fall. Jeg er veldig glad for at jeg har han på skolen og i klubben, han har mye forståelse. Jeg tror Skolen er en attraktiv skole, og Klubben er en attraktiv klubb, også tror jeg Treneren som trener er attraktiv. Jeg tror han har et godt rykte på seg da, et fortjent rykte. Jeg synes han er veldig flink. Kunne ikke tenkt meg noen annen trener.

5.3.3 Det sosiale miljøet

Disse unge kvinnelige fotballspillerne som gikk på toppidrett fotball tilbrakte mesteparten av tiden sammen, enten gjennom skolen eller i klubben. Naturligvis førte dette til at gruppen opplevde samhold og vennskap, som reflekteres i informantenes fortellinger. Samtlige av utøverne forklarte viktigheten av å ha gode venner i miljøet på toppidrett fotball.

Vennene mine er jo dem jeg går med på toppidrett fotball. Du kan jo være sosial med de hele tiden, du går nesten 'oppå' dem, og det er godt ja. Du har alltid noen nær deg som du kan snakke med hvis det er noe, hele tiden. Også har vi jo mye til felles da gjennom fotballen. (Linda)

Informantene forklarte at miljøet i treningsgruppen på toppidrett fotball var godt, hvor blant annet Lene fortalte at «*jeg synes at i år er et av de beste årene hvor det har vært best miljø, så*

det er veldig artig». Utøverne beskrev at treningsgruppen og miljøet besto av mye humor og at det var artig å være på trening sammen. Samt at gruppen opplevdes som inkluderende og støttende, hvor de ville hverandre godt. Høsten 2022 var de på treningsleir i utlandet, noe de opplevde som positivt da det ble dannet tettere bånd i treningsgruppen.

På spørsmål angående hva som skulle til for å skape et godt miljø, forklarte informantene at det var viktig at folk var motiverte og ville bli bedre, samt at man var hyggelig med hverandre.

5.4 Prestasjonsutvikling på toppidrett fotball på videregående skole (15-19 år)

5.4.1 Treningsmetodikk og -belastning

Det viste seg at utøverne hadde mellom 6-8 timer fotballspesifikk trening i løpet av en uke. De hadde fire økter gjennom toppidrett fotball og to økter med klubben, samt egentrening i form av styrke eller utholdenhet, og kamper når sesongen begynte. Treningsmengden var derfor høy, og informantene forklarte at de var fornøyde med hvordan treningsuken deres var.

Jeg synes treningsuken min er fin. Det er bra at det er litt forskjellige type trening noen dager og ulikt innhold på treningene slik at det ikke blir ensidig eller kjedelig. Kjenner noen ganger at jeg også kunne hatt flere harde økter i uken på skolen, siden det kan bli lite tid etter skolen til egentrening på av skolearbeid. Ellers synes jeg at treningsuken er veldig bra. (Lene)

I forhold til hvordan skolen var med på å tilpasse utøvernes treningsbelastning, forklarte informantene at det å ha samme trener på klubb og i skolen var betydningsfullt. De beskrev at treneren kjente deres treningsbelastning, og at treneren derfor regulerte belastningen i forhold til intensitet og mengde i tråd med for eksempel kamper i klubb.

Heldigvis så har jeg samme trener på skolen og i klubb, som gjør at de kan se litt på belastningen og passe på at man ikke blir overbelastet. De tar grep og passer på, og de ser meg både på klubb og i skolen. Så det er et fint samarbeid. (Stine)

Informantene forklarte at de hadde mye isolert teknisk trening på skoletreningene gjennom toppidrett fotball. De beskrev at det var viktig å trene isolert teknisk, men at det ble kjedelig å alltid gjøre det samme på treningene.

Vi har mest teknikk på treningene, og det blir litt mye i perioder, men vi trenger det jo. Det er derfor han legger opp til det, men det er en del ja. (Linda)

Maria opplevde teknikktrening som gøy, men mente at det måtte være en viss intensitet i det og så likt kampsituasjonen som mulig, slik at hun kunne dra med seg teknikken inn i spillet.

Hvis vi hadde spilt mer hadde vi fått flere situasjoner som handler om valg man må tenke over. Det å kunne stå i en kampsituasjon – å se hvor valgene er, la ballen gå. Det å øve på pasninger i en spillsituasjon er mye vanskeligere enn å stå å sentre pasninger rett frem på en måte. (Stine)

Som tidligere nevnt hadde jentene en annen trener i fjor. Da ble det terpet mye på teknikk og slik opplevde informant Hanna dette:

Vi har hatt veldig mye teknikk. Nei, det har gått mye i teknikk i det siste, jeg kommer ikke på noe annet vi har hatt jeg, det har vært veldig mye av det.

På spørsmål angående hvilken trening de burde ha på toppidrett for at de skal kunne forbedre ferdigheter og prestasjon i tråd med kompetansemålet «vise og videreutvikle ferdigheter som kan forbedre prestasjonen i konkurransesituasjonen», trakk informantene frem:

Det er vel å øve på teknikkene og ta det med inn i kampen, altså først øve på teknikken som jeg burde kunne og så prøve det i kamp. [...] Jeg synes det er viktig med spilling for da får du prøve det i kamp, det hjelper ikke å prøve ellers. Så da tror jeg spill er måten å gå for at jeg skal få utviklet meg mer. (Anne)

På spørsmål angående hvordan toppidrett fotball har utviklet utøverne, forklarte informantene spesielt den fotballfaglige utviklingen, men også den tekniske utviklingen.

Ja. Jeg føler liksom at hvis jeg skal sammenligne meg med andre, så føler jeg at jeg har de små ekstra tingene, som å forstå spillet. Hvis det skjer hendelser i kampsituasjonene så føler jeg at denne situasjonen har jeg vært i før, jeg har hatt denne på trening. Så ser jeg de som ikke trener like mye som meg, de henger litt etter på småting. [...] Jeg føler jeg har mer erfaring med ball rett og slett. (Maria)

5.4.2 Annerkjennelse

Informantene beskrev at de opplevde å bli sett og anerkjent av trenerne sine, men at opplevelsen av mengde annerkjennelse varierte over tid og var ulikt fra person til person.

Ja, jeg føler meg sett til tider. Selv om at man kanskje ikke er den som blir mest sett, men jeg føler meg på en måte sett ja. Det er litt forskjeller på hvor mye man får, men mitt behov for å bli sett er greit. (Stine)

Hanna var en av de spillerne som spilte fast på førstelaget, og hun opplevde å bli sett ganske mye av treneren sin. Hun fortalte at hun ikke kunne uttale seg så mye om det, siden hun var fornøyd med annerkjennelsen hun fikk. Derimot hadde hun opplevd at treneren ikke så alle spillerne like mye, hvor hun forklarte at hun skjønte at treneren ikke kunne være like opphengt i alle, men at dette førte til at ikke alle ble like mye lagt merke til som hun selv.

Lene var også en av de som spilte fast på førstelaget, og hun opplevde å få mye annerkjennelse og oppfølging på skolen, men mindre i klubb:

Jeg er kanskje en av de som får mest oppfølging, men samtidig ikke sånn kjempe mye hvis man ser på klubbrelatert – da er jeg ikke den som får mest. Men på skolerelatert er jeg kanskje det.

Spilletid i klubben var et mye omdiskutert tema blant informantene. Det kom tydelig frem at de som spilte fast på førstelaget i klubben ikke hadde noen erfaringer eller opplevelser av denne problematikken. Derimot opplevde de som spilte fast på andrelaget og hospiterte oss til førstelaget dette som noe sårt.

Det er mye diskusjoner i garderoben for eksempel der folk er lei seg og at de ikke får spilletid på førstelaget og dem blir lovet det, og så får de ikke noe. Det resulterer i kjempeliten selvtillit da. (Maria)

Maria beskrev også egne erfaringer med hvordan problematikken rundt spilletid på førstelaget hadde påvirket henne:

Det å være på førstelaget er ikke så gøy egentlig. Det er sånn at du kan bli lovt spilletid [...] og så reiser du to timer til kamp og møter opp. Vi leder 5-2 og de setter deg fortsatt ikke på. Og så kan det ende med at du får de to siste minuttene, i stedet for det kvarteret du ble lovet, selv om vi leder 5-2. Så drar du hjem med dårlig selvtillit og «hvorfør i faen satt han meg ikke på»

Stine fortalte at mangel på spilletid gikk mye ut over motivasjonen og selvtilliten hennes i fjor, og at hun ikke følte seg god nok når hun først fikk sjansen. Linda opplevde noe favorisering og beskrev at noen av spillerne hadde klippekort uansett hvordan de presterte på trening, etter hennes mening.

5.4.3 Oppfølging

Samtlige informanter opplevde at de fikk tilbakemeldinger og oppfølging på det meste når det gjaldt deres prestasjonsutvikling, og at det var en relativt ok mengde veiledning. De beskrev at de fikk veiledning i form av elevsamtaler gjennom faget toppidrett fotball, samt at det var en tett oppfølging på skole- og klubbtreningene, og etter kamper med klubb.

Tilbakemeldingene de fikk gjennom klubb og hva de måtte forbedre, var ferdigheter de fikk jobbe med på skolen, som treneren hadde valgt å kalle utviklingsmål. Utviklingsmålene var sentrale ferdigheter som utøverne måtte trene på og forbedre for å heve prestasjonen i idretten i tråd med kompetansemålene i toppidrett som tidligere nevnt.

[..] Vi får utviklingsmål når vi begynner på VGS, og det synes jeg er ganske greit. Vi får tid på skolen til å utvikle ting man må forbedre, så man slipper å gjøre alt på fritiden. For hjemme blir det ofte slik at man må på jobb eller har skolearbeid å gjøre. Så da er det godt at vi får tid på skolen til å jobbe med utviklingsmålene. (Lene)

For å vurdere en eventuell prestasjonsutvikling i toppidrett fotball, ble kamper i klubben filmet og brukt som et analyseverktøy for å gjøre elevene bevisst på hva som var bra og hva som måtte forbedres. Dette fortalte utøverne om bruk av video:

Vi får noen klipp og så skal vi analysere klippene – hva jeg kunne gjort annerledes, som går på valg og det å bli mer bevisst på valg jeg gjør da. (Stine)

Informantene beskrev også at det ble brukt differensiering på toppidrett fotball, hvor enkelte av spillerne fikk være med i guttegruppen på toppidrett fotball, i stedet for på jentegruppen.

Vi som fikk muligheten til å trene med guttene var en differensiering. Da blir de andre jentene på en måte flink i sitt miljø, for alle kan ikke gå opp til guttene. Det er jo trenerne som ser hvilke ferdigheter man har og hvordan man skal få utvikle seg med guttene da. [..] Så jeg tror de differensierer for en grunn da. Det er ikke for at noen andre skal føle seg dårlig, men for deres egen utvikling. (Lene)

5.4.4 Ingen uttalelser om store ambisjoner innenfor fotball

De fleste informantene fortalte at de satset på fotball og at de ville bli så gode som mulig når de gikk på ungdomsskolen. Når de begynte på videregående skole hadde satsingen blitt lagt på is, og de forklarte at de spilte fotball for artig og at det var gøy å bli bedre.

Satsing og satsing da... Jeg synes det er artig å holde på så lenge som mulig og å komme så langt som mulig, men jeg har ikke noen konkrete mål. Jeg vet ikke hva jeg vil etter videregående når det gjelder fotball. (Stine)

Hanna derimot var en av de som hadde satset fullt ut og hadde en drøm om å nå langt og spille på et høyere nivå. Hun beskrev at hun satset mye på fotball når hun var yngre, men at satsingen dabbet av etter hvert når andre interesser kom. Hun forklarte at hun trivdes ganske godt på nivået hun var på, men at det var perioder hvor hun kunne tenkt seg og satset på nytt.

De periodene hvor jeg ikke gadd mere, så kunne jeg heller tenkt at jeg faktisk kan nå et høyere nivå hvis jeg prøver. Så det hadde vært artig. Men når motivasjonen ikke helt er det og andre interesser har kommet inn, da blir det vanskelig. [..] Av og til kan man si at jeg angrer på at jeg ikke satset mer, men mesteparten nei. Men jeg får enda høre at hvis jeg prøver så kan jeg nå lengre, hvis jeg vil. (Hanna)

6.0 Diskusjon

6.1 Idrett og fotball i barne- og ungdomsalder

De unge kvinnelige fotballspillerne som tok del i studien beskrev at de ble introdusert for fotball i tidlig alder, hvor de begynte å spille organisert fotball så tidlig som man kunne i 5-7 års alderen. Dette er i tråd med Ford et al. (2009) som presenterte en hypotese om at tidlig deltakelse i organisert fotballaktivitet kan forklare om en spiller når et profesjonelt nivå. I detalj beskrev informantene at de har spilt og trent mye fotball i oppveksten gjennom organiserte fotballtreninger (deliberate practice), men også en betydelig stor mengde uorganisert fotballaktivitet (deliberate play). Den uorganiserte fotballaktiviteten tok sted i friminutt eller i ballbinger på egenhånd, hvor de beskrev at de alltid hadde noen å spille med, enten det var klassekamerater, venninner eller familie. Viktigheten av lekpreget uorganisert trening er godt dokumentert i flere studier (Côté et al., 2007; Côté & Erickson, 2015; Côté et al., 2009; Ford et al., 2009). Ford et al. (2009) viste at trening og lek med ball i barndommen var en viktig forutsetning for å skulle lykkes som fotballspiller. I tråd med tidligere studier vil dermed de unge kvinnelige fotballspillernes tidlige deltakelse og mengde lek og trening med ball (deliberate play) være eventuelle forklaringsvariabler for deres prestasjonsutvikling.

Utøverne i denne studien informerte om at de har drevet med flere organiserte idretter i barne- og ungdomsalder. Noen av dem med korte innhopp i andre idretter, mens andre drev med en annen idrett over flere år i tillegg til fotball. Forskning har vist at for å bli så god som mulig bør en fotballspiller utøve målrettet og strukturert trening i tidlig alder, altså en tidlig spesialisering (Baker & Cobley, 2009; Ericsson et al., 1993). Ericsson et al. (1993) argumenterte for at man bør øve på det man vil bli god på, og jo tidligere man begynner, jo bedre blir man. Côté et al. (2009) kritiserte tidlig spesialisering for å nå et profesjonelt nivå og mente det var flere veier til idrettslig suksess. Côté et al. (2009) mente at en allsidig idrettsbakgrunn kan være en alternativ vei for å oppnå idrettslig suksess. Informantene i denne studien hadde en allsidig idrettshverdag frem til ungdomsskolen, hvor de i denne alderen valgte sin hovedidrett fotball. Det viser seg at en langsiktig suksess i idrett kjennetegnes ved en allsidig barndom og en sen start i sin hovedidrett (Barth et al., 2022; Côté et al., 2009; Gilberg & Breivik, 1998). Det er derimot verdt og diskuterer hvorvidt en allsidig idrettsbakgrunn har gått på bekostning av en optimal prestasjonsutvikling i hovedidretten fotball. I tråd med motorisk læring og utvikling vil en utøver som kun trener innenfor en idrett, oppnå langt flere repetisjoner og øvinger i den spesifikke ferdigheten eller idretten. Det som i motorisk teori omhandler overføring av ferdigheter, forklarer at for at det skal være en

overføring fra en teknikk som øves til en annen, så må disse teknikkene nesten være identiske (Magill, 2001). For å lykkes i fotball er man avhengig av et høyt ferdighetsnivå i blant annet tekniske og taktiske ferdigheter (Stølen et al., 2005). Problematikken «tidlig spesialisering vs. allsidighet» omhandler hvorvidt den allsidige idrettsbakgrunnen har forsterket eller begrenset prestasjonsutviklingen i fotball. En ung fotballspiller som har utført målrettet og strukturert trening i tidlig alder, vil i teorien ha et bedre utgangspunkt sammenlignet med utøvere som for eksempel prioriterte andre idretter foran fotballtrening (Ford et al., 2009).

Informantene beskrev at de hadde erfaringer med hospitering opp til eldre utøvere eller til guttelag i samme klubb, noe de opplevde som positivt for egen utvikling. Bruk av hospitering vil være tilfellet når spillere innehar et godt ferdighetsnivå, hvor det kreves ekstra utfordringer for å oppnå en optimal prestasjonsutvikling over lengre tid (Sæther, 2017). Dette er i tråd med Baker et al. (2009) som beskrev at det å gi unge håpefulle muligheten til hospitering vil føre til at de vil kunne utvikle et nivå som trengs over tid. Norges Fotballforbunds visjon *flest mulig, lengst mulig, best mulig* handler om å skape positivt opplevelser gjennom deltakelsen i idrett, som resulterer i at man klarer å bevare de unge spillerne lengst mulig, samt å kunne gi hver enkelt mulighet til å utvikle seg. Det ble presisert av Anne at fotballturneringer gjennom barne- og ungdomsidretten var en viktig forutsetning for hennes motivasjon for fotballdeltagelsen, samt utvikling. Dette støtter Waagard (2017) sine refleksjoner angående å sikre positive opplevelser gjennom deltakelse i idretten med morsomme aktiviteter, for å kunne bevare unge fotballspillere *flest mulig* og *lengst mulig*.

6.2 Betydningen av utviklingsmiljøets mikronivå for utøverens prestasjonsutvikling

Gjennom informantenes fortellinger kom det frem hvilke faktorer fra miljøet som har påvirket og vært betydningsfullt for deres deltakelse og utvikling i fotball. Miljøet rundt hver utøver utgjør deres utviklingsmiljø, som er dynamisk og forandrer seg med årene. Henriksen (2010) påpekte at et miljø er nødt til å utvikle seg kontinuerlig for å kunne tilpasse seg omverden og endringene som skjer hos en utøver jo eldre en blir. Først vil utøvernes mikromiljø i barne- og ungdomsalder bli beskrevet, deretter vil utøvernes mikromiljø på toppidrett fotball gjort rede for. Mikromiljøet beskriver relasjonene en utøver bruker mest tid sammen med i hverdagen, og de mest betydningsfulle relasjonene for prestasjonsutvikling (Henriksen, 2010).

6.2.1 Betydningen av mikromiljøet i barne- og ungdomsalder (5-15 år)

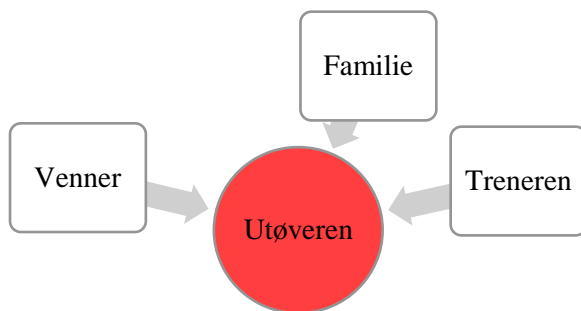
Datamaterialet viste at de viktigste relasjonene i miljøet for utøverne i barne- og ungdomsalder var treneren, familie og venner, med tanke på deltakelse og prestasjonsutvikling i fotball. Familien ble beskrevet som en viktig bidragsyter for utøvernes idrettslige deltakelse og utvikling. Spesielt med tanke på den emosjonelle og økonomiske støtten informantene opplevde fra foreldrene sine. Tidligere forskning har vist at en slik støtte fra foreldrene ble oppfattet som en forklaringsvariabel for utøvernes prestasjonsutvikling (Holt et al., 2008; Wolfenden & Holt, 2005). Informantene beskrev at det var familien som påvirket til fotballdeltagelsen i barneskolealder, som er i tråd med det faktum at det er foreldre som vanligvis introduserer barnet for idretten (Wolfenden & Holt, 2005). Jentene i studien forklarte at de vokste opp i fotballfamilier med interesserte foreldre og eldre søsken som spilte selv, hvor det var naturlig å begynne på fotball. Idrettsfamilier og søsken som drev med idrett er vist gjennom de 18 mestvinnende idrettsutøverne å være svært betydningsfullt for en utøvers deltagelse og utvikling i idrett (Gilberg & Breivik, 1998).

Informantene fortalte at de hadde venner på barneskolen som var like interesserte i fotball som dem selv, samt at lagvenninnene i klubb ble ansett som gode venninner. Stine beskrev settingen 'å være en del av et lag' i barne- og ungdomsalder som betydningsfullt, da hun kunne møte venninnene sine hele tiden. Dette er i samsvar med Fastings (2003) undersøkelse som understreker at den største prediktoren for jentenes deltagelse i fotball er den sosiale verdien av lagspill gjennom vennskap og samhold. I tillegg til at det å ha gode venner i fotballmiljøet er en motivasjonsfaktor for videre deltagelse i fotballen (Patrick et al., 1999). Hanna fortalte at hun hadde spilt uansett om hun ikke hadde hatt venner i fotballmiljøet, noe som samsvarer med hva de 18 mestvinnende idrettsutøverne sier om sin motivasjon for idrettslig deltagelse (Gilberg & Breivik, 1998).

Felles for informantenes fortellinger angående deres oppvekst er foreldrestøtte, aktive søsken, interessert familie og venner/lagvenninner i fotballmiljøet. Tidligere forskning har vist at hvis miljøet og kulturen utøveren vokser opp i er fordelaktig med tanke på foreldrestøtte, søsken og venner i idrettsmiljøet, kan utøverens oppvekst være en forklarende variabel for prestasjonsutvikling (Gagné, 2004). Oppsummert kan det tolkes at utøvernes oppvekst har vært gunstig i lys av det som allerede er nevnt, og vil være sentralt for deres utvikling.

Informantene beskrev at trenerne de hadde i barne- og ungdomsfotballen var sentrale bidragsytere for deres utvikling, i likhet med utsagnene angående treneres betydning til de mestvinnende idrettsutøverne i Norge (Gilberg & Breivik, 1998). De beskrev at trenerne ga

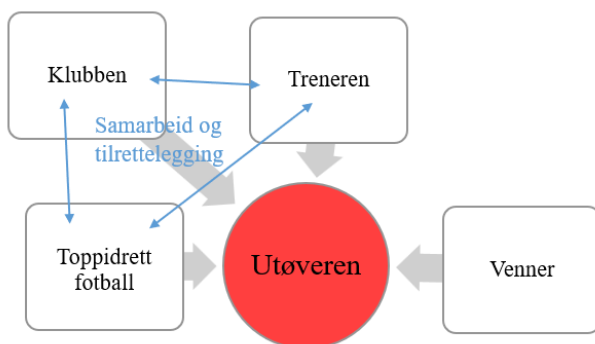
tett oppfølging og veiledning, samt at utøverne hadde en god trener-utøver relasjon og opplevde seg sett og anerkjent. Dette er i samsvar med tidligere forskning som forklarer at en god trener-utøver relasjon (Jowett & Cockerill, 2002), i tillegg til oppmerksomhet og veiledning (Ericsson & Harwell, 2019; Sæther, 2017), er sentrale faktorer for en utøvers prestasjonsutvikling i barne- og ungdomsalder. I tillegg til at det er vist at unge kvinnelige fotballspillere trenger en større mengde tilbakemeldinger og annerkjennelse av trenerne sine (Lagergren & Fundberg, 2015), som de informantene opplevde at de fikk.



Figur 2: En fremstilling av utøvernes mikromiljø i barne- og ungdomsalder.

6.2.2 Betydningen av mikromiljøet på toppidrett fotball på videregående skole (15-19 år)

Når utøverne blir eldre og skal begynne på videregående skole, vil utviklingsmiljøet og ikke minst mikromiljøet endre seg. Informantene som tok del i studien, gikk på videregående skole med studieretningen idrettsfag og toppidrett fotball. Det kom frem gjennom informantenes fortellinger at det var andre relasjoner som ble mer betydningsfull for utøvernes idrettslige utvikling under videregående skole, som illustrert i figur 3. Familie og foreldre er fortsatt viktige bidragsyttere for utøverne, men rolles deres endres fra «ledere» til tilskuere og tilretteleggere i denne alderen (Bloom & Sosniak, 1985; Côté, 1999). Når jentene blir 15-16 år og begynner på videregående skole, er det vist at det er treneren, medspillere og venner som spiller størst rolle i utøvernes investering og utvikling i idretten (Bloom & Sosniak, 1985; Côté, 1999; Williams & Reilly, 2000).



Figur 3: En fremstilling av utøvernes mikromiljø på toppidrett fotball på videregående skole.

Det mest sentrale som kom frem gjennom informantenes fortellinger er endringen i mikromiljøet, hvor samarbeidet og tilretteleggingen mellom klubben, toppidrett fotball og treneren var av stor betydning. Et slikt samarbeid og tilrettelegging er vist å være avgjørende for kvinnelige fotballspillers utvikling (Westermarck, 2016), noe informantene understreker i forhold til deres utvikling. Programfaget toppidrett fotball skal tilby elevene en tilrettelagt skolehverdag gjennom et godt treningstilbud på skolen (Utdanningsdirektoratet, 2020a). Informantene forklarte at fotballtreneren de hadde i klubb også var treneren deres på toppidrett fotball, noe som har vist seg å være fordelaktig for at den tilrettelagte skolehverdagen skal fungere best i praksis (Ringereide & Sæther, 2016). Maria beskrev samarbeidet mellom klubb og skole, og forklarte at i klubben var det laget som skulle utvikles, mens på toppidrett skulle utøverne trene på det hver enkelt utøver må forbedre for å heve prestasjonen i klubb. Dessuten beskrev Lene at de trente på det samme i klubb som de gjorde på toppidrett fotball. Dette opplevde jentene som positivt da de erfarte at de ble ekstra gode på det de trente på. Maria og Lenes utsagn er i tråd med kompetansemålene til faget toppidrett som innebærer at man skal videreutvikle ferdigheter som kan forbedre prestasjonen i konkurransesituasjonen (Utdanningsdirektoratet, 2020d). Gjennom informantenes fortellinger kom det frem at treneren planla et helhetlig opplegg hvor utøverne utviklet seg individuelt som fotballspillere på toppidrett, som var fordelaktig i forhold til klubbhverdagen. Jentene forklarte at treneren de hadde var en fotballfaglig flink trener som tilrettela for deres utvikling. Når man er i 15-19 års alderen, det vil si den alderen man er i på videregående skole, er fotballspillere avhengig av en trener med høy ekspertise (Côté, 1999). En trener skal i denne fasen av fotballspillers utvikling legge til rette for at en utøver skal kunne utvikle sitt potensial (Sæther, 2015), som gjenspeiler tilretteleggingen informantene beskrev i sine fortellinger. Informantene understreket den gode relasjonen de hadde til treneren sin, tilsvarende tidligere forskning som har vist at utøvere som har samme trener på klubb og i skole hadde en bedre relasjon og kommunikasjon med treneren sin (Askildsen, 2012).

I tillegg til skole-klubb samarbeidet fremhevet informantene det sosiale miljøet på toppidrett fotball. Jentene som går på toppidrett fotball på denne videregående skolen tilbringer mesteparten av tiden sammen, enten det er på skolen eller i klubben og er dermed en naturlig del av utøvernes mikromiljø i denne alderen. De beskriver hverandre som gode venner og et miljø basert på samhold og vennskap, som er inkluderende og støttende. Det å ha gode venner i et idrettsmiljø blir beskrevet som en prediktor for utøvers investering og utvikling i idretten (Bloom & Sosniak, 1985; Côté, 1999; Williams & Reilly, 2000), samt at gode venner

i idrettsmiljøet er en motivasjonsfaktor for deltagelse i idretten (Patrick et al., 1999). Lene fortalte at «*jeg synes i år er et av de beste årene hvor det har vært best miljø, så det er veldig artig*». Henriksen (2010) påpekte viktigheten av trygge og støttende relasjoner i treningsgruppen og et støttende miljø til idrettssatsing, som kan bidra til at utøvere oppnår en positiv prestasjonsutvikling. Slik informantene opplever miljøet vil det konstateres at miljøet innehar gode relasjoner og et støttende miljø i form av venninner på toppidrett fotball.

6.3 En illustrasjon av utøvernes utviklingsmiljø på toppidrett fotball på videregående skole

Under dette kapittelet vil det komme en beskrivelse av utøvernes utviklingsmiljø på toppidrett fotball, med utgangspunkt i informantenes fortellinger. Grunnlaget for beskrivelsen av utviklingsmiljøet tar utgangspunkt i Henriksens (2010) åtte faktorer for hva som kjennetegnet er suksessfullt utviklingsmiljø, som ble presentert i sin helhet i kapittel 2.1.

Tabell 1: Beskrivelse av miljøet på toppidrett og dens grad av suksessfull prestasjonsutvikling.

Faktorer	Beskrivelse av utviklingsmiljøet basert på opplevelser og erfaringer
Trygge og støttende relasjoner i treningsgruppen	Informantene opplevde miljøet som støttende og inkluderende, samt at miljøet er preget av gode vennskap og samhold. De beskrev hverandre som venner og at det er godt å alltid ha noen å prate med.
Nære rollemodeller	Treningsgruppen inneholder tre ulike aldersgrupper: VG1, VG2 og VG3. Dette gir mulighet til at de yngre utøvere kan strekke seg etter de eldre utøvere i gruppen. Samt at kontakten med eldre utøvere i klubb er nær, hvor de beskriver at de ønsker å bli like gode som de eldre utøvere i klubben.
Støttende miljø til idrettssatsing	Informantene opplever god støtte fra både skole, trener, familie og venner til deres idrettslige deltagelse og utvikling. Klubben og skolens samarbeid, familiestøtte og venninner i miljøet ble beskrevet som betydningsfullt.
Utvikling av psykologiske ferdigheter	Toppidrett fotball la opp til at utøvere skal utvikle egenskapen som en tar med seg videre i livet. Blant annet selvstendighet gjennom å planlegge og gjennomføre trening og reflekterte utøvere i forhold til bevisstgjøring.
Allsidighet i treningen	Informantene beskrev en variert og allsidig idrettsbakgrunn, som de verdsetter og understreker som positivt med tanke på idrettslige utvikling.
Langsiktig utviklings-fokus	Skolen og toppidrett fotball legger opp til gode treningsuker og planer med individuelle tilpasninger basert på utviklingsmål og belastning. Hvor hovedfokuset er en langsiktig utvikling opp mot klubb og å ivareta belastningen.
En sterk organisasjons-kultur	Treningsgruppens felles verdier består av å ville hjelpe andre i utviklingen, i tillegg til at man selv vil utvikle seg. Informantene beskrev at de ble påvirket av hverandre og at det måtte være en kollektiv innsats på treningene.
Samordning av innsats	Informantene opplever et samhandlet miljø gjennom en god koordinering og et godt samarbeid mellom skole og klubb, som bidrar til utvikling. Mye på grunn av at treneren både er trener for utøvernes klubb og på skolen på toppidrett fotball.

6.4 Unge kvinnelige fotballspilleres opplevelse av mulighetene for prestasjonsutvikling på toppidrett fotball på videregående skole

De unge kvinnelige fotballspillerne akkumulerte store mengder fotballrelatert trening i løpet av en uke. Og hvis man ser på treningsmengde i lys av Ericsson et al. (1993) og teorien om deliberate practice, vil de beste spillerne også ha flest timer med deliberate practice.

Forskning har vist at det trengs mye trening over tid, for å oppnå prestasjonsutvikling i idretten sin (Newell & Rosenbloom, 1981), samt at det er argumentert for et lineært forhold mellom trening gjennomført og utøverens prestasjonsnivå (Ericsson et al., 1993). Dermed kan de unge kvinnelige fotballspillernes treningsmengde være en forklarende variabel for prestasjonsutvikling, med bakgrunn i tidligere forskning og motorisk utvikling som forklarer at man blir god på det man trener på (Magill, 2001).

Unge fotballspilleres treningsmengde må derimot kontrolleres og reguleres av fotballtreneren for å optimalisere treningseffekten og restitusjon, i tråd med prestasjonsutvikling. Dette opplevde informantene som tok del i studien som uproblematisk, da de beskrev fordelene med å ha samme trener i klubb og på skole som alltid kontrollerte treningsbelastningen, hvor de fikk fri fra toppidrett etter lange bortekamper eller mulighet til å trene alternativt. Det er vist gjennom tidligere forskning at det eksisterer en uoverensstemmelse mellom utøvernes opplevde og trenerens planlagte treningsbelastning (Brink et al., 2014), noe som strider mot denne studiens funn. En ideell treningsbelastning for unge kvinnelige fotballspillere i utvikling er en god balanse mellom «overload» og «underload», for å unngå skadeproblematikk (Malone, 2014).

Informantenes fortellinger forklarte at de hadde store mengder med isolert teknisk trening på skoletreningene gjennom toppidrett fotball. Informantene berettiget at treningen opplevdes som kjedelig, og uttrykte at de savnet spillsentrert og kamplik trening. Jentenes opplevelse av å ønske mer spill aktivitet på trening er i tråd med at spillsentrert trening fremmer utøvers trivsel på trening (Los Arcos et al., 2015). Dette kan tyde på at de unge kvinnelige utøverne på toppidrett fotball spiller fotball for å ha det gøy, og sannsynligvis ikke for å nå et profesjonelt nivå. Samtidig uttrykte de ville foretrukket mer spillsentrert trening for å kunne utvikle sine tekniske og taktiske ferdigheter i kampsituasjoner. Disse argumentene fra jentene er også i tråd med forskning på utvikling av ferdigheter i fotball (Gabbett et al., 2009; Headrick et al., 2015; Jones & Ronglan, 2018). I samsvar med informantenes utsagn vil spillsentrert trening resultere i trivsel og motivasjon, mens konsekvensen kan være for høy treningsbelastning (Malone, 2014). Da må treneren regulere belastning i tråd med forskning

som viser at variasjon i banestørrelse, antall spillere og formasjoner påvirker spillernes treningsbelastning (Dalen et al., 2021).

Tidligere forskning har vist til betydning av treneres veiledning og oppmerksomhet for utøvernes prestasjonsutvikling (Ericsson & Harwell, 2019; Sæther, 2017). Resultatene poengterte at de unge kvinnelige fotballspillerne opplevde varierende annerkjennelse fra egen trener over tid. Dette kan indikere at fotballspillernes prestasjonsutvikling vil variere i samsvar med trenerens annerkjennelse. Spillernes prestasjonsutvikling kan også sies å variere over tid, med bakgrunn i at spillernes opplevde veiledning og annerkjennelse varierte over tid. Prosjektets kvinnelige fotballspillere formidlet videre en opplevelse av heterogen annerkjennelse mellom spillerne. I tråd med forskning som formidler at unge kvinnelige fotballspillere trenger større mengde veiledning og oppmerksomhet (Lagergren & Fundberg, 2015), kan det tyde på at enkelte spillere har en større fordel sammenlignet med spillerne som opplevde minimal annerkjennelse av treneren sin.

I tillegg til at informantene opplevde varierende annerkjennelse fra egen trener, har enkelte utøvere erfart at de blir lovet mer spilletid på kamp enn de i realiteten fikk, for førstelaget i klubben. Selve kampen er en viktig utviklingsarena, spesielt med tanke på at det er vist at kampsituasjonen blir vurdert som den mest relevante aktiviteten for læring og prestasjonsutvikling (Helsen et al., 1998). Å bli lovt spilletid i forkant av kampen hvor det resulterer seg at selve spilletiden er betydelig mindre enn lovet, kan forklares av det faktum at ungdomsfotballspillere opplevde at kun de beste spillerne på laget fikk spilletid (Sæther, 2017). Trenerens valg av spilletid i klubb viser seg å gå på bekostning av utøvernes selvtillit og motivasjon. Derimot viser resultatene at det er enkelte utøvere som ikke opplever denne spilletid-problematikken. Sett i lys av forskning som forklarer at kampsituasjonen er betydningsfullt i tråd med prestasjonsutvikling (Helsen et al., 1998), vil trenerens valg av spilletid til hver enkelt utøver forsterke eller begrense spillernes utviklingsmuligheter. Det kan dermed tyde på at enkelte spillere har en større fordel sammenlignet med spillerne som ble lovet spilletid, men fikk minimalt.

Som en del av utøvernes oppfølging og veiledning for å kunne heve prestasjonen i fotball, kom det tydelig frem gjennom resultatene at det er spesielt tre former for tilrettelegging som ble brukt på toppidrett fotball: 1) utviklingsmål, 2) videofeedback og 3) differensiering. Informantene beskrev utviklingsmål som ferdigheter de skal forbedre og trene på, for å kunne heve prestasjonen i klubb. Bruk av utviklingsmål på toppidrett fotball er i samsvar med

kompetansemålene for faget innebærer at en skal utvikle og videreutvikle ferdigheter for å forbedre prestasjonen i konkurransesituasjonen (Utdanningsdirektoratet, 2020d). Med bakgrunn i at et høyt nivå i tekniske ferdigheter anses å være den største variabelen til prestasjonen i kamp (Ali, 2011; Rampinini et al., 2009), vil bruk av utviklingsmål på tekniske momenter fungere hensiktsmessig i tråd med prestasjonsutvikling. Gjennom resultatene kom det frem at kamper i klubben ble filmet og brukt som et analyseverktøy, hvor utøverne skulle analysere og gjøre seg bevisst på egne prestasjoner i kamp. Harmonerende med forskning som formidler at bruk av videofeedback gjennom selvobservasjon er vist å gi en signifikant forbedring av tekniske ferdigheter (Eriksen, 2017), kan det bekreftes at analysering av seg selv i kampsituasjonen vil kunne påvirke ferdighetene og prestasjonen i konkurransesituasjonen positivt. Tidligere forskning har vist til betydningen av differensiering som et virkemiddel for prestasjonsutvikling (Sæther, 2017). I resultatene kom det frem at enkelte spillere ble tatt opp til guttegruppen på toppidrett fotball, og at dette var trenerens vurdering ut ifra utøverens ferdighetsnivå. Når jentene med et høyere ferdighetsnivå fikk være en del av guttegruppen, kan det tyde på at de vil kunne oppnå et høyere ferdighetsnivå som resulterer i at man vil kunne utvikle nivået som trengs over tid (Baker & Copley, 2009; Sæther, 2017).

Resultatene poengterer tydelig at de unge kvinnelige fotballspillernes ambisjoner innenfor fotballen var fraværende. De uttrykte ingen fremtidsplaner, mål eller drømmer for fotballen, annet enn at de likte seg på nivået de var på. Sett i lys av forskning som formidler at fotball aldri vil bli mer enn en hobby for jenter (Skrubbeltrang, 2018) og jenters mangel på ambisjoner (Eriksen et al., 2021), kan det tyde på det samme gjelder for studiens unge kvinnelige utøvere.

7.0 Konklusjon

Gjennom informantenes fortellinger kom det tydelig frem at utøvernes utviklingsmiljø har vært gunstig, i tråd med Henriksens (2010) beskrivelse av et utviklingsmiljø som legger til rette for prestasjonsutvikling. Informantenes oppvekst besto av et fordelaktig miljø i form av foreldrestøtte, søsken og venner i fotballmiljøet. I tillegg til at utøvernes utviklingsmiljø på toppidrett fotball blir vurdert som hensiktsmessig for prestasjonsutvikling, sett i lys av Henriksen (2010). Rent konkret betyr det at tilretteleggingen og samarbeidet mellom klubb og skole fungerte på en god måte. Miljøet var preget av trivsel og utvikling.

I grove trekk kan det konkluderes med at utviklingsmiljøet rundt utøverne har vært gunstig, og dermed at det har vært godt tilrettelagt for at de kunne bli så gode som mulig. Det vil si at de unge kvinnelige fotballspillernes prestasjonsutvikling og muligheter for å bli så god som mulig hviler på deres ambisjoner, mål og drømmer.

Et av studiens funn var at utøverne opplevde noe av den isolerte tekniske treningen på skolen som kjedelig. For å bli så god som mulig kreves det store treningsmengder også på tekniske momenter (Ericsson et al., 1993; Newell & Rosenbloom, 1981). Dersom jentene i dette prosjektet hadde hatt ambisjoner om å spille på Rosenborg, så ville de antageligvis vært mer positive til isolert teknisk trening. Derimot viste resultatene at jentenes motivasjon for fotballdeltagelse er den sosiale gevinsten av lagspill og muligheten til å være med venner. Dette funnet er i tråd med andre undersøkelser som har dokumentert at jenters viktigste motivasjon for deltagelse i fotball er vennskap og samhold (Fasting, 2003). Det kan være flere grunner til at de unge kvinnelige fotballspillerne i denne studien manglet ambisjoner i fotball, men uten ambisjonene og drivkraften for å ville bli så god som mulig, er det mye som skal til for å nå et profesjonelt nivå.

7.1 Praktiske implikasjoner

I tråd med studiens resultater vil det være viktig blant lærere på toppidrett fotball for jenter, å være klar over at det er en stor mulighet for at flesteparten av jentene ikke har høye ambisjoner. Jentenes motivasjon for fotballdeltagelse er oftest vennskap og samhold, og for å øke trivselen er det viktig å ha så mye spill aktiviteter som mulig.

Litteraturliste

- Ali, A. (2011). Measuring soccer skill performance: a review. *Scand J Med Sci Sports*, 21(2), 170-183. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01256.x>
- Ashworth, J. & Heyndels, B. (2007). Selection Bias and Peer Effects in Team Sports: The Effect of Age Grouping on Earnings of German Soccer Players. *Journal of Sports Economics*, 8(4), 355-377. <https://doi.org/10.1177/1527002506287695>
- Askildsen, C.-E. M. (2012). *Toppidrett på videregående skole: På hvilken måte bidrar toppidrettslinjer på videregående skole til å skape en arena som fremmer elevenes erfaring av skolehverdagen som helhetlig og sammenhengende?* [Masteroppgave, Høgskolen i Oslo og Akershus].
- Baker, J. & Cobley, S. (2009). What do we know about early sport specialization? Not much! *High Ability Studies - HIGH ABIL STUD*, 20, 77-89. <https://doi.org/10.1080/13598130902860507>
- Barth, M., Güllich, A., Macnamara, B. N. & Hambrick, D. Z. (2022). Predictors of Junior Versus Senior Elite Performance are Opposite: A Systematic Review and Meta-Analysis of Participation Patterns. *Sports Med*, 52(6), 1399-1416. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01625-4>
- Bergkamp, T. L. G., den Hartigh, R. J. R., Frencken, W. G. P., Niessen, A. S. M. & Meijer, R. R. (2020). The validity of small-sided games in predicting 11-vs-11 soccer game performance. *PLOS ONE*, 15(9), e0239448. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239448>
- Bergo, A., Johansen, P. A., Larsen, Ø. & Morisbak, A. (2002). *Ferdighetsutvikling i fotball : handlingsvalg og handling*. Norges Fotballforbund.
- Bloom, B. S. & Sosniak, L. A. (1985). *Developing talent in young people*. Ballantine Books.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brink, M. S., Frencken, W. G., Jordet, G. & Lemmink, K. A. (2014). Coaches' and players' perceptions of training dose: not a perfect match. *Int J Sports Physiol Perform*, 9(3), 497-502. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2013-0009>
- Brinkmann, S. & Tanggaard, L. (2012). *Kvalitative metoder. Empiri og teoriutvikling* (1. utg.). Gyldendal Akademisk.
- Clark, S. E. & Ste-Marie, D. M. (2007). The impact of self-as-a-model interventions on children's self-regulation of learning and swimming performance. *J Sports Sci*, 25(5), 577-586. <https://doi.org/10.1080/02640410600947090>

- Côté, J. (1999). The Influence of the Family in the Development of Talent in Sport. *The Sport Psychologist*, 13(4), 395-417. <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.395>
- Côté, J., Baker, J. & Abernethy, B. (2007). Practice and play in the development of sport expertise. I *Handbook of sport psychology*, 3rd ed. (s. 184-202). John Wiley & Sons, Inc.
- Côté, J. & Erickson, K. (2015). Diversification and deliberate play during the sampling years. In J. Baker & D. Farrow (Eds.), *The Routledge Handbook of Sport Expertise* (pp. 305-316). New York: Routledge. I (s. 305-316).
- Côté, J. & Fraser-Thomas, J. (2007). Play, practice, and athlete development. I D. Farrow, J. Baker & C. MacMahon (Red.), *Developing Sport Expertise* (s. 240). Routledge, London.
- Côté, J., Lidor, R. & Hackfort, D. (2009). ISSP position stand: To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7, 7-17. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2009.9671889>
- Dalen, T., Sandmæl, S., Stevens, T. G. A., Hjelde, G. H., Kjøsnes, T. N. & Wisløff, U. (2021). Differences in Acceleration and High-Intensity Activities Between Small-Sided Games and Peak Periods of Official Matches in Elite Soccer Players. *J Strength Cond Res*, 35(7), 2018-2024. <https://doi.org/10.1519/jsc.0000000000003081>
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving for studenter* (5. utg.). Gyldendal Akademisk.
- Drew, K., Morris, R., Tod, D. & Eubank, M. (2019). A meta-study of qualitative research on the junior-to-senior transition in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 101556. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101556>
- Egge, J. H., Solbu, E. L. & Børstad, J. (2022, 10. juni 2022). *Spilte alltid med gutta, men kunne aldri drømme de samme drømmene*. NRK. <https://www.nrk.no/trondelag/cesilie-spilte-fotball-med-gutta-under-hele-oppveksten--men-turte-aldri-a-dromme-de-samme-drommene-1.15985418>
- Ericsson, K. A. & Harwell, K. W. (2019). Deliberate Practice and Proposed Limits on the Effects of Practice on the Acquisition of Expert Performance: Why the Original Definition Matters and Recommendations for Future Research. *Front Psychol*, 10, 2396. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02396>
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T. & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *100*, 363-406. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0033-295X.100.3.363>

- Ericsson, K. A. & Lehmann, A. C. (1996). Expert and exceptional performance: Evidence of maximal adaptation to task constraints. *Annual Review of Psychology*, 47, 273-305. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.47.1.273>
- Eriksen, C. S. H. (2017). *Læringsmetoder i kroppsøving, toppidrett- og idrettsfag* [Masteroppgave, Høgskulen på Vestlandet].
- Eriksen, I., Stefansen, K. & Ødegård, G. (2021). Fire typer ungdomsliv: Ressurser, relasjoner og stedets betydning. I G. Ødegård & W. Pedersen (Red.), *Ungdommen* (s. 63-86). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/noasp.142.ch3>
- Erikstad, M. K., Høigaard, R., Johansen, B. T., Kandala, N. B. & Haugen, T. (2018). Childhood football play and practice in relation to self-regulation and national team selection; a study of Norwegian elite youth players. *J Sports Sci*, 36(20), 2304-2310. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1449563>
- Fasting, K. (2003). Women and sport in Norway. *Sport and Woman Social Issues in International Perspective*, 1, 15-34.
- FIFA. (2007, 31.05.2007). *FIFA Big Count: 270 million people active in football*. FIFA. <https://digitalhub.fifa.com/m/55621f9fdc8ea7b4/original/mzid0qmguixkcmruvema-pdf.pdf>
- FIFA. (2019, 01.05.2019). *Women's Football: Member Associations Survey Report*. FIFA. <https://img.fifa.com/image/upload/nq3ensohyxpuxovcovj0.pdf>
- FIFA. (2023, 23.03.2023). *Women's Ranking*. FIFA. https://www.fifa.com/fifa-world-ranking/women?dateId=ranking_20230324
- Ford, P., Ward, P., Hodges, N. & Williams, A. (2009). The role of deliberate practice and play in career progression in sport: The early engagement hypothesis. *High Ability Studies - HIGH ABIL STUD*, 20, 65-75. <https://doi.org/10.1080/13598130902860721>
- Gabbett, T., Jenkins, D. & Abernethy, B. (2009). Game-Based Training for Improving Skill and Physical Fitness in Team Sport Athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4. <https://doi.org/10.1260/174795409788549553>
- Gagné, F. (2004). Transforming gifts into talents: The DMGT as a developmental theory. *High Ability Studies*, 15, 119-147. <https://doi.org/10.1080/1359813042000314682>
- Gilberg, R. & Breivik, G. (1998). *Hvorfor ble de beste best? : barndom, oppvekst og idrettslig utvikling hos 18 av Norges mestvinnende idrettsutøvere*. Olympiatoppen ; Norges idrettshøgskole.
- Halvorsen, K. (2008). *Å forske på samfunnet. En innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. (5. utg.). Cappelen Akademisk Forlag.

- Hambrick, D. Z., Oswald, F. L., Altmann, E. M., Meinz, E. J., Gobet, F. & Campitelli, G. (2014). Deliberate practice: Is that all it takes to become an expert? *Intelligence*, 45, 34-45. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.intell.2013.04.001>
- Haugaasen, M. (2015). *Retracing the steps towards professional football : practice engagement characteristics and performance attainment among Norwegian elite youth and senior players* [Doktorgradsavhandling, Norwegian School of Sport Sciences]. Oslo.
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.02.007>
- Headrick, J., Renshaw, I., Davids, K., Pinder, R. A. & Araújo, D. (2015). The dynamics of expertise acquisition in sport: The role of affective learning design. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 83-90. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.006>
- Helsen, W. F., Starkes, J. L. & Hodges, N. J. (1998). Team sports and the theory of deliberate practice. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20, 12-34. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jsep.20.1.12>
- Hendry, D., Williams, A., Ford, P. & Hodges, N. (2019). Developmental activities and perceptions of challenge for National and Varsity women soccer players in Canada. *Psychology of Sport and Exercise*, 43. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.02.008>
- Henriksen, K. (2010). *The ecology of talent development in sport: A multiple case study of successful athletic talent development environments in Scandinavia* [Doktorgradsavhandling, University of Southern Denmark].
- Hjelm, J. (2011). The bad female football player: women's football in Sweden. *Soccer & Society*, 12(2), 143-158. <https://doi.org/10.1080/14660970.2011.548352>
- Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Sehn, Z. L. & Wall, M. P. (2008). Parental involvement in competitive youth sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 663-685. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.001>
- Johannessen, A., Tufte, P. A. & Christoffersen, L. (2021). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (6. utg.). Abstrakt Forlag.
- Jones, R. L. & Ronglan, L. T. (2018). What do coaches orchestrate? Unravelling the 'quiddity' of practice. *Sport, education and society*, 23(9), 905-915. <https://doi.org/10.1080/13573322.2017.1282451>

- Jowett, S. & Cockerill, I. (2002). Incompatibility in the coach-athlete relationship. I I. Cockerill (Red.), *Solutions in Sport Psychology* (s. 16-31). Cengage Learning EMEA.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal Akademisk.
- Kårhus, S. (2016). What limits of legitimate discourse? The case of elite sport as 'thinkable' official knowledge in the Norwegian national curriculum. *Sport, education and society*, 21(6), 811-827. <https://doi.org/10.1080/13573322.2014.975112>
- Kårhus, S. (2019). Pedagogization of elite sport in the school system: vested interests and dominant discourses. *Sport, education and society*, 24(1), 13-24. <https://doi.org/10.1080/13573322.2017.1292233>
- Lagergren, L. & Fundberg, J. (2015). På väg mot eliten: Vad kan förväntas av kvinnliga idrottare? *Idrottsforum.org*.
- Larsen, A. (2021, 7. august 2021). 21 spillere i utlandet: Dette er utenlandsproffene. NFKvinner. <https://nfkvinner.no/2021/08/21-spillere-i-utlandet-dette-er-utenlandsproffene/>
- Lippe, G. v. d. (1982). *Kvinner og idrett - fra myte til realitet*. Gyldendal Forlag.
- Los Arcos, A., Vázquez, J. S., Martín, J., Lerga, J., Sánchez, F., Villagra, F. & Zulueta, J. J. (2015). Effects of Small-Sided Games vs. Interval Training in Aerobic Fitness and Physical Enjoyment in Young Elite Soccer Players. *PLOS ONE*, 10(9), e0137224. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0137224>
- Magill, R. A. (2001). *Motor learning : concepts and applications* (6th. utg.). McGraw-Hill.
- Malone, J. J. (2014). *An examination of the training loads withing elite professional football*. [Doktorgradsavhandling, Liverpool John Moores University].
- Markula, P. & Silk, M. L. (2011). *Qualitative research for physical culture*. Springer.
- Martens, R. (2012). *Successful coaching* (4th. utg.). Human Kinetics.
- Martindale, R., Collins, D. & Daubney, J. (2005). Talent Development: A Guide for Practice and Research Within Sport. *Quest*, 57, 353-375. <https://doi.org/10.1080/00336297.2005.10491862>
- Myrhol, B. & Øiestad, E. (2019, 17. august 2019). Tidlig spesialisering får en stadig mer naturlig plass i barneidretten. Det er ødeleggende. *Aftenposten*. <https://www.aftenposten.no/meninger/kronikk/i/mRy1El/tidlig-spesialisering-faar-en-stadig-mer-naturlig-plass-i-barneidretten-det-er-oedeleggende-bjarte-myrhol-og-eirik-oeiestad>

- NESH. (2021, 16. desember 2021). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap og humaniora*. De nasjonale forskningsetiske komiteene.
<https://www.forskningsetikk.no/retningslinjer/hum-sam/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-og-humaniora/>
- Newell, A. & Rosenbloom, P. S. (1981). Mechanisms of skill acquisition and the law of practice. *Cognitive Skills and Their Acquisition*, 1(1981), 1-55.
- Patrick, H., Ryan, A. M., Alfeld-Liro, C., Fredricks, J. A., Huda, L. Z. & Eccles, J. S. (1999). Adolescents' Commitment to Developing Talent: The Role of Peers in Continuing Motivation for Sports and the Arts. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(6), 741-763.
<https://doi.org/10.1023/A:1021643718575>
- Pedersen, O. P. & Holm, J. (2023, 23. januar 2023). *Norges Fotballforbund*. Store Norske Leksikon. https://snl.no/Norges_Fotballforbund
- Phillips, E., Davids, K., Renshaw, I. & Portus, M. (2010). Expert performance in sport and the dynamics of talent development. *Sports Med*, 40(4), 271-283.
<https://doi.org/10.2165/11319430-000000000-00000>
- Rampinini, E., Impellizzeri, F. M., Castagna, C., Coutts, A. J. & Wisløff, U. (2009). Technical performance during soccer matches of the Italian Serie A league: effect of fatigue and competitive level. *J Sci Med Sport*, 12(1), 227-233.
<https://doi.org/10.1016/j.jsams.2007.10.002>
- RBK-Kvinner. (2022, 03. juni 2022). *Bli med og sett en banebrytende publikumsrekord - for like muligheter!* Rosenborg BK Kvinner. <https://rbk-kvinner.no/nyheter/bli-med-og-sett-en-banebrytende-publikumsrekord-for-like-muligheter/>
- Rees, T., Hardy, L., Güllich, A., Abernethy, B., Côté, J., Woodman, T., Montgomery, H., Laing, S. & Warr, C. (2016). The Great British Medalists Project: A Review of Current Knowledge on the Development of the World's Best Sporting Talent. *Sports Med*, 46(8), 1041-1058. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0476-2>
- Reppesgård, M. (2016). *Fra internasjonal fotballstorhet til parantes: en kvalitativ undersøkelse om organiseringen av talentutviklingen i norske fotballkretser og fotballklubber* [Masteroppgave, Norges Idrettshøgskole].
- Ringereide, R. & Sæther, S. (2016). The Talent Development Environment in a Norwegian top-level football club. *Sport Science Review*, 25, 159-182. <https://doi.org/10.1515/ssr-2016-0009>
- Rubin, H. J. & Rubin, I. S. (2012). *Qualitative Interviewing: The Art of Hearing Data* (3. utg.).

- Raastad, O., Aune, T. K. & Tillaar, R. (2015). Effect of Practicing Soccer Juggling With Different Sized Balls Upon Performance, Retention and Transfer to Ball Reception. *Motor control*, 20. <https://doi.org/10.1123/mc.2015-0026>
- Sarmento, H., Clemente, F. M., Harper, L. D., Costa, I. T. d., Owen, A. & Figueiredo, A. J. (2018). Small sided games in soccer – a systematic review. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 18(5), 693-749. <https://doi.org/10.1080/24748668.2018.1517288>
- Schmidt, R. A. & Lee, T. D. (2005). *Motor control and learning: A behavioral emphasis*, 4th ed. Human Kinetics.
- Skirstad, B. (2011). Barneidrett som politikk og praksis. I D. V. Hanstad (Red.), *Norsk idrett - indre spenning og ytre press* (s. 33-51). Akilles.
- Skogvang, B. (2014). "Herrefotballnormen" gir ulik status for kvinner og menn som spiller fotball på elitenivå. I G. v. d. Lippe & H. K. Hognestad (Red.), *Kjønnsrett i idrett og friluftsliv* (s. 155-180). Novus Forlag.
- Skrubbeltrang, L. (2018). Marginalized gender, marginalized sports – an ethnographic study of SportsClass students' future aspirations in elite sports. *Sport in Society*, 22, 1-18. <https://doi.org/10.1080/17430437.2018.1545760>
- Solstad, B. E. (2017, 02. mars 2017). *Slik kan trenere forhindre frafall i barneidretten*. Forskning.no. Norges Idrettshøgskole. <https://forskning.no/barn-og-ungdom-fotball-norges-idrettshogskole/slik-kan-trenere-forhindre-fracfall-i-barneidretten/361935>
- Ste-Marie, D. M., Vertes, K., Rymal, A. M. & Martini, R. (2011). Feedforward self-modeling enhances skill acquisition in children learning trampoline skills. *Front Psychol*, 2, 155-155. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2011.00155>
- Stølen, T., Chamari, K., Castagna, C. & Wisløff, U. (2005). Physiology of Soccer. *Sports Medicine*, 35(6), 501-536. <https://doi.org/10.2165/00007256-200535060-00004>
- Sæle, O. O. & Hallås, B. O. (2020). *Kroppøving i femårig lærerutdanning - skolefag, profesjonsutvikling, forskning*. Gyldendal.
- Sæther, S. A. (2015). *Trenerroller*. Fagbokforl.
- Sæther, S. A. (2017). *De norske fotballtalentene - hvem lykkes og hvorfor?* Universitetsforlaget.
- Sørensen, A., Haugen, E. & Tillaar, R. (2022). Is There a Sex Difference in Technical Skills among Youth Soccer Players in Norway? *Sports*, 10. <https://doi.org/10.3390/sports10040050>

- Sørensen, A., Sørensen, V. & Dalen, T. (2021). A Novel Approach for Comparison of Reception Performance in a Technique Test and Small-Sided Games. *Sports (Basel, Switzerland)*, 9(5), 66. <https://doi.org/10.3390/sports9050066>
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforlaget.
- Thurén, T. (2022). *Vitenskapsteori for nybegynnere* (3. utg.). Gyldendal.
- Tjora, A. (2021). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (4. utg.). Gyldendal Akademisk.
- UEFA. (2017, 10. november 2017). *UEFA report: registerd female footballers on the rise*. UEFA. <https://www.uefa.com/insideuefa/football-development/news/023f-0e16ac5e4a35-00f7439a948e-1000--uefa-report-registered-female-footballers-on-the-rise/>
- Utdanningsdirektoratet. (2020a). *Kjerneelementer*. <https://www.udir.no/lk20/idr05-02/om-faget/kjerneelementer>
- Utdanningsdirektoratet. (2020b). *Kompetansemål og vurdering - Kompetansemål etter toppidrett 1*. <https://www.udir.no/lk20/idr05-02/kompetansemaal-og-vurdering/kv283>
- Utdanningsdirektoratet. (2020c). *Kompetansemål og vurdering - Kompetansemål etter toppidrett 2*. <https://www.udir.no/lk20/idr05-02/kompetansemaal-og-vurdering/kv284>
- Utdanningsdirektoratet. (2020d). *Kompetansemål og vurdering - Kompetansemål etter toppidrett 3*. <https://www.udir.no/lk20/idr05-02/kompetansemaal-og-vurdering/kv285>
- Westermarck, M. (2016). *Talent Development in Female Football : What characterizes a successful environment?* [Masteroppgave, Umeå Universitetet].
- Williams, A. M. & Reilly, T. (2000). Talent identification and development in soccer. *J Sports Sci*, 18(9), 657-667. <https://doi.org/10.1080/02640410050120041>
- Wolfenden, L. E. & Holt, N. L. (2005). Talent Development in Elite Junior Tennis: Perceptions of Players, Parents, and Coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 108-126. <https://doi.org/10.1080/10413200590932416>
- Waagard, M. S. (2017, 23. april 2017). *Idrettens barnerettigheter og bestemmelser*. Norges Fotballforbund. <https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/verdier-og-virkemidler/idrettens-barnerettigheter-og-bestemmelser3/idrettens-barnerettigheter-og-bestemmelser/>

Vedlegg 1: Spørreskjema

Bakgrunnsinformasjon		
Bakgrunn	Elevers bakgrunn	Kan du fortelle litt om deg selv? → Alder, hjemsted
	Fotballkarriere	Kan du fortelle litt om din fotballkarriere? → Klubb og divisjon → Alder ved overgang til senior → Alder og begrunnelse for valg av satsing
	«Early engagement theory»	Hvor gammel var du når du begynte å spille fotball? → Hvorfor begynte du å spille fotball? (venner, familie, eget ønske om det) → Hvor mye fotball spilte du i barndommen? (friminutt, med venner, bingen og løkka)
	Videregående utdanning	Hvilken videregående skole går du på? → Hvorfor valgte du denne skolen? → Hvilket trinn går du på?
Læreplan og toppidrett		
Generelt om valg av toppidrett	Elevers begrunnelse for valg av toppidrett	Hvorfor valgte du å gå toppidrett?
	Elevers opplevelse av å gå på toppidrett	Hvordan opplever du å gå på toppidrett?
	Læring i toppidrett	Hva lærer dere om på toppidrett?
Overgangen fra ungdomsskole til videregående skole	Elevers opplevelse av denne overgangen	Kan du fortelle om hvordan du opplevde overgangen fra ungdomsskole til videregående skole? → Var det forskjeller?
Kompetansemål i læreplanen	Tilrettelegging for å oppnå kompetansemål	Beskriv hvordan du «viser og videreutvikler» ferdigheter på toppidrett fotball
Kjerneelement for faget toppidrett: «legge til rette for utvikling»	Tilrettelegging for utvikling	Har toppidrett hjulpet deg til å utvikle deg som fotballspiller? → Ja: Hvordan? → Nei: Hva mener du skulle blitt gjort annerledes?
Treningsuke	Belyse elevens opplevelse av en typisk treningsuke på toppidrett	Kan du beskrive en typisk treningsuke på toppidrett fotball? → Hva synes du om dette?
Treningsbelastning	Elevers opplevelse rundt regulering av treningsmengde og intensitet	Hvordan tilpasser skolen treningsmengde og intensitet i forhold til din hverdag som fotballspiller?

Ferdighetsutvikling /spillerutvikling		
Generelt om ferdighetsutvikling	Opplevelse av egen ferdighetsutvikling	Kan du forklare din fotballkarriere og hvordan du har utviklet deg som fotballspiller? Hvilke ferdigheter har du jobbet med, og hvorfor akkurat de?
Forbilder	Elevers forbilder og betydning av dette	Hadde du noen forbilder som barn/ungdom/nå? → Hva har dette utgjort for deg? (trener, familie, eldre spillere, eliten)
Treningsmengde	Elevers treningsmengde	Hvor mange timer i uken bruker du på fotballrelatert trening? → Totalt, skole, klubb og egentrening
Isolert teknikktraining vs. spill sentrert trening	Elevers opplevelse av hva som er mest hensiktsmessig av spill eller isolert teknikktraining	Hvordan er treningene på toppidrett? - Mest spill? Hva synes du om dette? - Mest deløvelser/teknikktraining? Hva synes du om dette? Hva liker du best at dere gjør på trening? Hva mener du er best for din utvikling?
Samarbeid	Elevers opplevelse av samarbeidet mellom skole og klubb	Hvordan er samarbeidet mellom klubb og skole? → Med tanke på din ferdighetsutvikling? → Kan du beskrive i detalj hvordan dette foregår? → Hva synes du om det å ha samme trener på toppidrett og i klubb? Utdyp
Tidlig spesialisering vs. Allsidighet	Elevers beskrivelse av dette fenomenet	Hvilke idretter har du drevet med? → Fortsatt eller sluttet? Når? → Hvorfor sluttet du/ikke sluttet?
Faktorer for utvikling	Forbilder Venner Familie Lag Trener	Hadde du noen forbilder som barn/ungdom? Eller nå? → Hva gjorde disse til forbilder? Har du venner som spiller fotball? → Hva betyr det for deg at vennene dine også spiller fotball? Hvordan har familien din støttet deg og dine valg som fotballspiller? → Hvilken betydning har det hatt? Hvordan opplever du klubbhverdagen din? Hvordan opplever du treneren din?

	Annet	Er det noe annet du vil dra fram som har vært viktig i din fotballkarriere og utvikling?
Utviklingsmiljø		
Generelt om utviklingsmiljøet på toppidrett fotball	Elevens opplevelse av utviklingsmiljøet	Hvordan opplever du å være en del av miljøet på toppidrett fotball på VGS? → Kan du beskrive miljøet? → Støttende relasjoner, vennskap, samarbeid vs. konkurranse
Faktorer for et godt utviklingsmiljø	Elevens opplevelse av hva som skal til for å ha et godt utviklingsmiljø	Hvilke faktorer mener du er viktig for å skape et godt utviklingsmiljø for deg?
Treneren	Elevens opplevelse av treneren sin	Hvordan vil du beskrive trenerne dine på toppidrett fotball? → Hvordan er forholdet ditt til trenerne? → Hva er deres roller og oppgaver som din trener? → Føler du deg sett av lærerne dine? → Hvordan opplever du å få tilbakemeldinger fra han/henne → Hvordan opplever du at treneren din er med de andre elever? Forskjellsbehandlinger?
Utvikling av unge kvinnelige fotballspillere?	Elevens oppfatning av om toppidrett fotball utvikler spillere bra nok eller	Hvordan opplever du at skolen, toppidrett og lærerne tilrettelegger for at alle elevene skal utvikle seg? → Fungerer det bra? → Hva burde blitt gjort annerledes?
Avslutning		
Toppidrett, spillerutvikling og utviklingsmiljø	For å sjekke om eleven har fått sagt sitt angående de tre hovedtemaene	Er det andre ting du vil føye til? Som handler om det å gå på toppidrett, din ferdighetsutvikling og hvordan det er å være en del av miljøet på toppidrett?
Satsing	Opplevelse av satsing og hva som skal til	Hva ville du gjort annerledes om du kunne satset på nytt? → Er det noe du angrer på at du ikke gjorde? Hva?
Spillerutvikling	Viktige faktorer for spillerutvikling	Hva vil du løfte frem som har bidratt til at du er der du er i dag som fotballspiller? → samarbeid skole/klubb, familie, venner, et ønske om å nå opp

Vedlegg 2: Samtykkeskjema

Vil du delta i forskningsprosjektet

«En analyse av sentrale faktorer for prestasjonsutvikling blant jenter som har valgt toppidrett på VGS»?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke faktorer for ferdighetsutvikling blant jenter på toppidrett VGS. I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Mitt navn er Emma Christine Haugen og jeg er masterstudent i kroppsøving og idrettsfag ved Nord Universitet, avdeling Levanger. Masterstudien formål er å undersøke sentrale faktorer for prestasjonsutvikling blant jenter som har valgt toppidrett på VGS. Hvordan legger toppidrett fotball på VGS til rette for at jenter i alderen 16-19 år skal oppleve prestasjonsutvikling i et godt utviklingsmiljø, sett i lys av læreplanen for faget. Formålet med prosjektet er å få mer kunnskap om hvordan man som toppidrettslærer kan tilrettelegge for at unge jenter skal oppleve prestasjonsutvikling. Jeg vil undersøke læreplanen, ferdighetsutvikling og miljøet jentene er en del av. Jeg ønsker å intervju spillere/elever på toppidrettslinjen på en skole i Norge, hvor jeg trenger 4-6 elever. Opplysningene som blir samlet inn skal brukes til å skrive min masteroppgave.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Jeg, Emma Christine Haugen, er student ved Nord Universitet på Levanger, fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag. Det er førstelektor, Arne Sørensen, som er veileder og ansvarlig for prosjektet. Han er ansatt ved Nord Universitet på Levanger, fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

For min masteroppgave har jeg noen utvalgsriterier for elevene jeg vil intervju; jente, mellom 16-19 år og har valgt toppidrett fotball på VGS. På bakgrunn av at du faller inn under mine utvalgsriterier får du spørsmål om å delta i forskningsprosjektet. Jeg ville satt stor pris på om du tok deg tid til å delta.

Hva innebærer det for deg å delta?

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at du stiller til et intervju som varer maksimalt 40 minutter. Intervjuet vil bli gjort på din skole/arbeidsplass, eller et annet sted som passer for deg. Spørsmålene som vil bli stilt under intervjuet omhandler dine erfaringer, opplevelser og tanker omkring temaet og formålet nevnt ovenfor. Det vil bli gjort lydopptak under intervjuet. Hvis du ønsker å se intervjuguiden (spørsmålene) på forhånd av intervjuet kan denne sendes ut i forkant.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrevet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det er kun jeg og veileder Arne Sørensen, førstelektor ved Nord Universitet som vil ha tilgang til dataen som kommer fra intervjuet. Navn og kontaktopplysninger om skole, elever og lærere vil bli erstattet med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data. Deltakere for dette forskningsprosjektet vil ikke gjenkjennes i publikasjonen. Det vil komme frem hvilket nivå elevene spiller fotball på og hvilket trinn de går på.

Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?

Prosjektet vil etter planen avsluttes 31.06.2023. Da vil innsamlet data og personopplysninger slettes.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Nord Universitet har Sikt – Kunnskapssektorens tjenesteleverandør vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine rettigheter

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

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å vite mer om eller benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Nord Universitet ved Arne Sørensen, [mail](mailto:arne.sorensen@nord.no): arne.sorensen@nord.no, telefon 9589861
- Masterstudent Emma Christine Haugen, [mail](mailto:emma_c_h@hotmail.com): emma_c_h@hotmail.com, 91637681
- Vårt personvernombud: Toril Irene Kringen, [mail](mailto:personvernombud@nord.no): personvernombud@nord.no, telefon 74022750

Hvis du har spørsmål knyttet til vurderingen som er gjort av personverntjenestene fra Sikt, kan du ta kontakt via:

- Epost: personverntjenester@sikt.no eller telefon: 73 98 40 40.

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig
(Forsker/veileder)

Student

Arne Sørensen

Emma Christine Haugen

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «*En analyse av sentrale faktorer for prestasjonsutvikling blant jenter som har valgt toppidrett på VGS*», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju
- at intervjuet blir tatt opp på lydopptak
- at sitater fra intervjuet brukes i masteroppgaven

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)