

MASTEROPPGAVE

Emnekode: KRO5003

Navn: Stian Bakken Haugen

«... Jeg føler hele tiden at, jeg MÅ få det til ...»

- En studie av unge, hybelboende fotballspillers totalbelastning i videregående skole.

«... I always feel like i HAVE to make it ...»

- A study of young, dorm residing footballers total load at high school.

Dato: 15.05.2023

Totalt antall sider: 49



SAMMENDRAG

Bakgrunn og hensikt

Denne studien undersøker unge, hybelboende fotballspilleres beskrivelse av deres totalbelastning i hverdagen. Fotballspillerne har tatt et bevisst valg om å flytte bort fra foreldrene sine for å satse. Den fysiske belastningen unge fotballspillere blir utsatt for i hverdagen er veldig målbar, og vi har god teknologi for å vurdere hvor mye spillerne belastes. Det som ikke er like mye satt i søkelys, er spillernes subjektive mening om alle belastningene de blir utsatt for i hverdagen.

Metode

Det ble brukt en kvalitativ metode, med fenomenologisk inspirasjon. Metoden forsøker å søke mot fotballspillerens egen virkelighet. Det ble gjort semistrukturelle intervju med fem deltakere, fordelt på to skoler. Alle informantene er gutter og ble valgt ut av lærerne sine, grad av fotballnivå ble ikke ansett som viktig for oppgaven sett bort fra kriteriene som ble satt til informantene.

Resultat

Det første årene på hybelen er det vanskeligste, da er det vanlig å dra hjem nesten hver helg. Kosthold er en utfordring, der det å få i seg nok mat i en travel hverdag er vanskelig. Fritiden er minimal, der største part av døgnet går med til skole, trening, reising og søvn. Samarbeid mellom skole og klubb for å kontrollere belastningen, praktiseres veldig ulikt mellom skolene.

Konklusjon

I tillegg til de fysiske og mentale kravene som fotballen stiller, må borteboende ungdom forholde seg til utfordringer som boforhold, reisevei og savn etter familie og hjem. Å flytte inn med ukjente personer kan være vanskelig og energikrevende, samt at det å reise fra og til skole og trening kan legge til belastninger i hverdagen. Å flytte på hybel for å satse på fotball er naturligvis selvvalgt, men personer rundt spillerne kan ha stor betydning for trivselen og motivasjonen. De viktigste personene anses som foreldre, trenere, lærere og lagkamerater.

Abstract

Background and purpose

This study examines young, dormitory resident football players' description of their total load in everyday life. The footballers have made a conscious choice to move away from their parents to focus on football. The physical strain young footballers are exposed to in everyday life is very measurable, and we have good technology to assess how much the players are strained. What is not as much in the spotlight is the players' subjective opinion about all the loads they are exposed to in everyday life.

Method

A qualitative method was used, with a phenomenological inspiration. The method attempts to search for the footballer's own reality. Semi-structured interviews were used with five participants, divided into two schools. All the informants are boys and were selected by their teachers, degree of football level was not considered important for the task apart from the criteria set for the informants.

Result

The first years at the dormitory are the hardest, then it is usual to go home almost every weekend. Diet is a challenge, where getting enough food in a busy everyday life is difficult. Free time is minimal, with most of the day spent on school, training, traveling and sleeping. Cooperation between school and club to control the load is practiced very differently between schools.

Conclusion

In addition to the physical and mental demands that football makes, young people living away have to deal with challenges such as living conditions, travel routes and missing family and their home. Moving in with unknown people can be difficult and energy-consuming, and traveling to and from school and training can add strain to everyday life. Moving to a dormitory to focus on football is of course self-chosen, but the people around the players can have a great impact on well-being and motivation. The most important people are considered parents, coaches, teachers and teammates.

FORORD

Arbeidet med denne masteroppgaven har vært en lang prosess, men en fin og lærerik avslutning på studiet lektor i kroppsøving og idrettsfag. Jeg har studert i 5 år på Nord Universitet i Levanger, der jeg har vært i et fantastisk miljø med mange flotte personer. Jeg vil takke alle medstudenter som har gjort studietiden upåklagelig. I løpet av studietiden har jeg bodd i kollektiv med 5 av mine medstudenter, uten dem ville ikke studietiden vært like fantastisk.

Selve årsaken til problemstillingen i denne oppgaven kommer fra selvopplevde erfaringer med å flytte bort fra foreldrene mine, på hybel for å satse på fotballkarrieren. Det å flytte for seg selv når man er 16-17 år, har jeg selv opplevd kan være utfordrende. På grunn av dette hadde jeg et ønske om å få frem stemmen til de som er i samme situasjon i dag (Våren 2023). Derfor vil jeg også takke min nærmeste familie som gjorde det mulig for meg å satse på fotball på den tiden, og for hjelp og støtte gjennom 5 studieår.

Jeg vil benytte muligheten til å takke min veileder, Eivind Sæther for gode tilbakemeldinger, stort engasjement og tålmodighet for arbeidet og selve oppgaven. Jeg vil også takke informantene som stilte opp, for å gjøre denne masteroppgaven mulig.

Levanger, mai 2023

Stian Bakken Haugen

Innholdsfortegnelse

SAMMENDRAG	1
FORORD	3
INNLEDNING	6
TEORI	6
Individet	8
Ambisjoner	8
Bosituasjon	9
Kosthold	9
Søvn.....	9
Fritid.....	10
Miljøet	10
Foreldres påvirkning.....	10
Trenerens påvirkning.....	10
Lærerens påvirkning.....	11
Press fra lagkamerater	11
Samarbeid mellom skole og klubb	12
Idrett	12
Fysisk Belastning	12
Spilletid	13
Skader.....	13
METODE	14
Kvalitativ metode	14
Forskningsintervju.....	14
Fenomenologisk perspektiv.....	14
Utvalg og rekruttering av informanter.....	15
Intervjuguide	15
Innsamling av datamaterialet.....	16
Transkribering av datamaterialet.....	16
Dataanalyse	16

Etiske vurderinger og betraktninger	16
Forforståelse	17
Informantenes bakgrunn.....	17
RESULTATER	18
Individet	18
Ambisjoner	18
Bosituasjon	19
Kosthold	20
Søvn.....	21
Fritid	21
Miljøet	22
Foreldre	22
Trenerens påvirkning.....	23
Lærerens påvirkning.....	24
Press fra lagkamerater	24
Samarbeid mellom skole og klubb	25
Idrett	26
Fysisk belastning	26
Spilletid	27
Skader.....	28
DISKUSJON	29
Individet	30
Miljøet	32
Idrett	33
KONKLUSJON	35
Referanseliste:	36
Vedlegg 1	40
Vedlegg 2	42
Vedlegg 3	46

INNLEDNING

Å starte som elev i videregående skole er en utfordring for de fleste ungdommer for de fleste ungdommer (Amundsen, 2014; Bafondoko, 2016). Å kombinere idrettssatsing med videregående skole kan være en tilleggsbelastning. For elever som går toppidrett på videregående kan det være høye forventninger og høye krav til prestasjon. Det er viktig å vurdere om dette, sammen med blant andre fysiske krav kan føre til for høy totalbelastning, som igjen kan påvirke elevenes fysiske, mentale og sosiale helse. Formålet med denne oppgaven er å undersøke totalbelastningen til elever som går faget «toppidrett fotball» på videregående, og å vurdere om det finnes tiltak som kan bidra til å redusere belastningen. Når man tenker på belastning er det lett å tenke at, belastning bare er den fysiske belastningen som vi utsetter oss for. En belastning kan for eksempel være psykiske forhold, kosthold, søvn, helsetilstand eller skole (Gjerset, Nilsson, Helge, & Enoksen, 2019). Med andre ord er det alt som tar krefter fra oss eller som vi bruker tid på. Innenfor fysisk belastning er det forholdsvis lett å måle og finne ut hvor stor belastningen er, fordi det er målbart. Her er det varighet, intensitet og hyppighet på treningen viktige faktorer samt type øvelser, treningsform eller aktivitetsform (Gjerset et al., 2019). Fysisk belastning for idrettsutøvere er det forsket mye på, men totalbelastning der den mentale og sosiale helse blir sett på i sammenheng, er ikke noe stort forskningsfelt. Med bakgrunn i dette, er problemstillingen i denne masteroppgaven som følger; *Hvordan opplever elever som går toppidrett fotball på videregående den totale belastningen i hverdagen?*

TEORI

I teoridelen tar jeg for meg alle de temaene som synes viktige for totalbelastning, samt tema som anses som viktig for elevene/spillerne som denne masteroppgaven omhandler. Med bakgrunn i beskrivelsene av totalbelastning (Gjerset et al., 2019) ble det forsøkt å arbeide frem flere faktorer som påvirker den totale belastningen. Faktorene vil det bli beskrevet om i modellen nedenfor (Modell 1). Modellen er utarbeidet for å systematisere de ulike faktorene som kan påvirke belastningen til informantene.

Faget «Toppidrett» består av 5 timer per uke. På årsbasis tilsvarer dette 140 timer med faget. I læreplanen for toppidrett på Utdanningsdirektoratet sine nettsider beskrives toppidrett for elevene slik; *Toppidrett handler om systematisk og målrettet trening som skal bidra til å øke elevenes bevissthet rundt egen utvikling (Utdanningsdirektoratet, 2023)*. Elever som går

idrettsfag har også mulighet til å velge et 4.årig løp på idrettsfag, der de får redusert timetall i uka og heller fordeler det over 4 år.

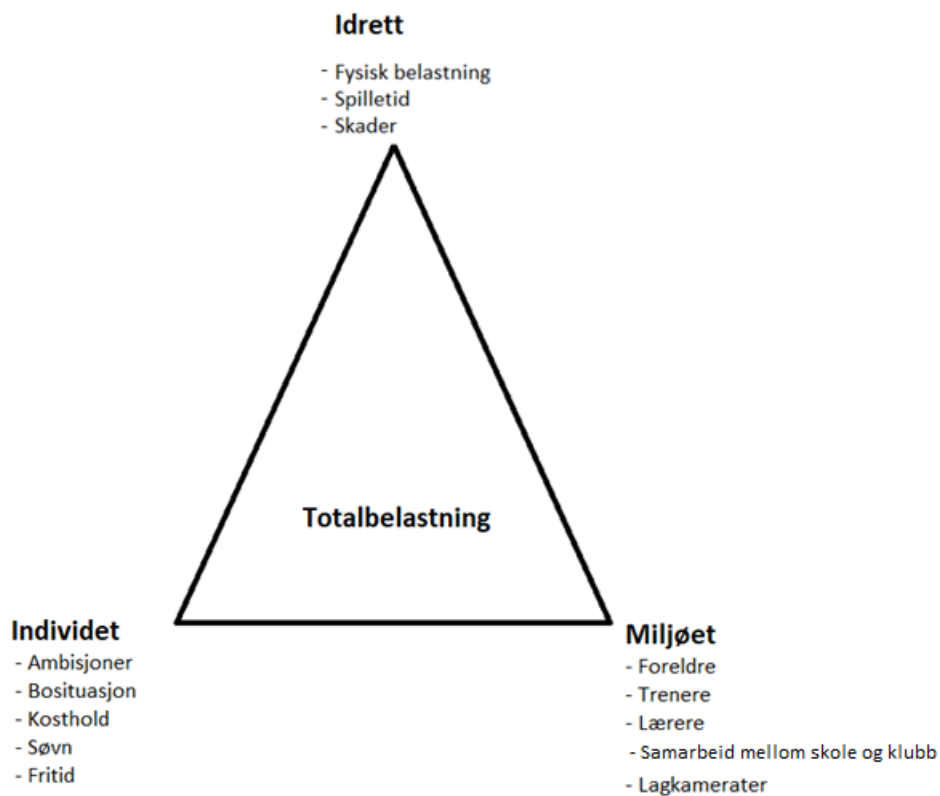
Overgangen mellom ungdomsskole til videregående skole har stor betydning og kan være essensielt for utviklingen til en ungdom i denne alderen 16-19 (Furlong, Cartmel, Biggart, Sweeting, & West, 2003). Trivsel, motivasjon for læring og tro på egne evner blir veldig viktig i en slik overgang (Wiborg, Arnesen, Grøgaard, Støren, & Opheim, 2011). Det å bytte skole innebærer ofte et miljøskifte der ungdom treffer nye folk og skal gå i klasse med andre personer. For noen er dette en ny og god start, mens det for andre kan være vanskelig å finne seg til rette på ny skole. Elever som flytter på hybel vil oppleve dette, der ikke bare miljøskiftet skjer på skolen. Det skjer også når man kommer hjem etter skole og trening, da man plutselig er helt alene.

I et skolemiljø ble det i 2017 gitt ut en rapport "Stress i skolen" (Lillejord, Børte, Ruud, & Morgan, 2017). Rapporten handler om stresset elevene føler i hverdagen på skolen og hjemme. Der konkluderer de med at skolen har et ansvar for å forberede elevene på å håndtere stress. De skiller mellom positivt og negativ stress der de beskriver at man må være litt stresset for å prestere. Men om stresset blir for mye og for høyt over for lang periode vil det ha en mer negativ effekt. Rapporten beskriver negativt stress slik: "Elever som stadig opplever å bli møtt med krav som overstiger de ressursene de har kan oppleve lange perioder med vedvarende negativt stress, som også gir somatiske utslag, og kan føre til utbrenthet og store helseplager" (Lillejord et al., 2017).

Ungdommer som ønsker å bli gode i en idrett har en forventning på seg om at de må ha en utdanning å falle tilbake på. Dette gjør at de må balansere det å gå på skole og håndtere de kravene og forventningene som blir satt i fotballhverdagen. I en studie fra Danmark (Christensen & Sørensen, 2009) ble 25 ungdommer intervjuet om det å kombinere fotballsatsningen med skole. I undersøkelsen antydes det at ungdommene i denne situasjonen sliter med stress, tidspress og at skole blir nedprioritert. I en studie ble det rapportert at elever nedprioriterer skole på grunn av stress, spesielt grunnet tidspress om å møte kravene i hverdagen og utmattelse (Cosh & Tully, 2015).

Ungdom som driver med toppidrett på videregående skole og bor på hybel, kan komme til å oppleve en belastning andre ungdommer ikke kjenner på. I modell 1 vises de faktorene som blir tatt opp i denne oppgaven. Modellen viser at idretten stiller krav som fysisk belastning, opplevd stress med spilletid og skader. Miljøet kan også påvirke individet gjennom foreldre,

trenerne, lærere og lagkamerater. Individet kan ha selvpålagte ambisjoner som i kombinasjon med bosituasjon, kosthold, søvn og utfordringer med fritiden til sammen kan påvirke totalbelastningen. Individet representerer i denne modellen gutter som er en hardt satsende fotballspiller, elev i videregående skole, ungdom i en brytningstid, hybelboer og i denne oppgaven informant.



(Modell 1)

Individet

Ambisjoner

Alle informantene i denne studien har som utgangspunkt at de er ungdom som satses eller har satses på en fotballkarriere. Ambisjoner informantene har kan oppleves som et premiss for at de skal bli gode fotballspillere. Forskning viser at det er ulikt hvor store ambisjoner unge fotballspillere har. Stig Arve Sæther har en studie som handler om unge fotballspilleres ambisjoner og studievalg (Sæther, 2013). Spillerne i intervusjonen var i 15 og 16 års alder, der de måtte ta et valg om hvor de skulle gå på videregående. Det var samtidig spillere som ble sett på som store talenter i sitt område. Sæther beskriver at «gjennomsnittspilleren» har ambisjoner om å spille på internasjonalt nivå, men at cirka en femtedel hadde ambisjoner om å spille på elitenivå eller 1-2. divisjon i Norge.

Bosituasjon

Hvor man bor, og hvem man bor med har noe å si i forhold til hvor godt man trives i hverdagen. Ungdom som driver med organisert trening, og de som ikke trener organisert, kan oppleve et stort skille i ungdomskulturen (Seippel, Strandbu, & Sletten, 2011). En rapport om borteboende elever på videregående i Finnmark viser at elever som bor borte fra foreldrene sine har en større sannsynlighet for å slutte på skolen enn de som bor hjemme (Markussen & Seland, 2012). Grunnene til at de slutter er dårlige boforhold, reiseutgifter for å komme seg hjem til foreldre og utfordringer med å skaffe seg nye venner. Samtidig beskrives det at de som slutter ofte har mangel på fritidsaktiviteter. Wannebo fant i sin doktorgradsavhandling i 2018 ut at den første tiden etter man flytter på hybel som en sårbar tid, der man kan kjenne på ensomhet og savn. Hybelboere som akkurat har flyttet hjemmefra sliter ofte med noen utfordringer som kan gi negative helsemessige utfall (Wannebo, 2018).

Kosthold

Helsenorge.no anbefaler at ungdommer spiser 4 måltid hver dag; frokost, lunsj, middag og kveldsmat. Det anbefales også at man spiser hver 3 eller 4 time (Helsedirektoratet, 2020). Når man flytter på hybel i 16-17 års alderen må man være i stand til å lage seg mat selv for å kunne ha et godt kosthold. Da er det ikke lengre foreldrene som lager middag og passer på at ungdommene får i seg nok og riktig mat. Det har vært blitt større oppmerksomhet blant gutters kropp og utseende, og det er økende grad av spiseforstyrrelser blant gutter (Strandbu & Bakken, 2007). Gutter i puberteten har ofte et veldig høyt energibehov, dette grunnet økt muskelmasse og forbrenning, særlig ved høy fysisk belastning (Croll et al., 2006). For mange kan det være en utfordring å dekke dette energibehovet, noe som muligens er enda vanskeligere om man bor for seg selv på hybel.

Søvn

Søvn er beskrevet å være det restitusjonstiltaket som er mest effektivt, der varighet og kvalitet på søvn er essensielt for å få en god restitusjon (Bird, 2013). I en studie (Hysing, Pallesen, Stormark, Lundervold, & Sivertsen, 2013) der over 10 000 ungdommer i alderen 16-19 år var med ble det rapportert at de hadde i gjennomsnitt 6,25 timer søvn hver natt i ukedagene, noe som er 2 timer under anbefalt søvn for ungdommer. Ungdommene ble også spurt om hvor mye søvn de føler de har behov for, her ble det rapportert 8,5 timer. I helgene blir døgnrytmen kraftig forskjøvet, med 4,5 timer. For ungdom er det anbefalt med mellom 8 og 10 timer med søvn og 7 til 8 timer søvn for unge voksne (Hirshkowitz et al., 2015).

Fritid

Desto flere forpliktelser man har, jo mindre fritid har man. Når vi snakker om fritid, menes tiden vi har til rådighet utenom arbeid, husarbeid og personlige behov som måltider og søvn (Vaage, 2012). Det er altså tid man kan bruke på andre aktiviteter. Dermed vil det si at det å spille fotball, vil være noe man bruker fritiden på følge definisjonen.

Noe som har kommet med tiden er nettopp dette med «gaming», ungdommer bruker stadig mer tid på å spille dataspill. Mye spilling for ungdom har en negativ sammenheng med skolekarakterer (Sletten, Strandbu, & Gilje, 2015). Artikkelen til Sletten viser samtidig til at om man er med i et idrettslag, er dårlige skolekarakterer knyttet til gaming ikke like sterkt. Gaming er dessuten mer aktuelt blant gutter enn blant jenter, og er derfor av interesse å undersøke i denne masteroppgaven.

Miljøet

Foreldres påvirkning

Foreldrene til en ung fotballspiller beskrives som de tidlige påvirkerne (Sæther, 2017). Det er forsket mye på foreldres påvirkning i forhold til at poden skal lykkes i fotball. Barn og ungdoms tilfredshet og emosjonell støtte fra foreldre, blir sett på som en svært viktig faktor for at utøveren skal lykkes (Wolfenden & Holt, 2005). Sæther, 2017 peker på at det ofte er foreldre som har det største engasjementet i forbindelse med barns deltakelse i idrett, og at tilbakemeldingene som blir gitt ofte er i overkant positive i forhold til prestasjonen.

Trenerens påvirkning

En trener kan påvirke karrieren til en fotballspiller i stor grad, en trener er den som tar ut laget og velger hvilken måte laget skal spille på. Trenere i barne og ungdomsfotballen blir sett på som premissleverandører for utviklingen til unge fotballspillere, på grunn av at de er involvert såpass tidlig i en fotballkarriere (Sæther, 2017). En trener vil ha all makt over en spiller, og spilleren kan på mange måter ses på som en brikke i spillet til treneren. Sæther påpeker også at det er en utfordring for trenere å oppnå god individualisering og progresjon for hver enkelt spiller. Individualisering og progresjon ses også på som viktige faktorer for ferdighetsutvikling for unge spillere (Sæther, 2017). Fra internasjonal fotball vet vi at kynismen er stor, og at for eksempel spillere som ikke passer inn med trenerens spillestil eller tanker ikke får spille. En spillers syn på trenere kan være veldig ulikt innad i en spillergruppe. I en artikkel fra VG (Opsahl, 2011) beskriver Zlatan Ibrahimovic sitt forhold til to av verdens mest anerkjente trenere, nemlig Pep Guardiola og Jose Mourinho. Om Mourinho beskriver

Zlatan følgende: «- Har du ikke noen som stimulerer deg, så vil du ikke kjempe for ham. Det er derfor man har trenere. Tiden med Mourinho var slik at jeg kunne drepe for ham - det var slik han motiverte meg og stimulerte meg. Med andre var det fotball, fotball... sier Zlatan og kommer med nok et spark til Guardiola». Zlatan kritiserte i samme artikkel Guardiola for å ha kjøpt han til Barcelona med tanke på at han måtte tilpasse seg spillestilen deres. Han mener at Guardiola ikke ville tilpasse spillestilen sin etter han selv, og dermed ikke spilte på styrkene hans.

Lærerens påvirkning

En lærer sin påvirkning på en elev vil variere veldig. Læringsmiljø der elevenes tilhørighet blir tilfredsstillt, er et læringsmiljø der elevene er motivert, engasjert og interessert i faget (Deci & Ryan, 2000). Samme studie peker også på hvor viktig det er for en person å føle seg forstått av og knyttet til andre personer rundt seg. En masteroppgave som tar for seg toppidrett på videregående skole (Askildsen, 2012), beskrives det av en informant at lærerne på toppidrett forstår elevene bedre når det handler om idrett, i motsetning til lærerne i andre fag. Dette forklares med at lærerne har en idrettslig bakgrunn, og dermed lettere setter seg inn i situasjonen til elevene.

Press fra lagkamerater

En faktor som har blitt forsket mye på blant ungdom er nettopp stress. Stress er noe vi aller kjenner oss igjen i ved at man for eksempel skal rekke noe eller at man er usikker på noe man skal gjøre. Det er normalt at elever opplever en del stress i en skolehverdag der det er ulike krav de skal oppfylle. Det handler for elevene om å håndtere det å ha forventninger på seg om at de må prestere noe i henhold til for eksempel læreplanen. En enkel definisjon på god psykisk helse er «evnen til å fordøye livets påkjenninger» (Berg, 2005), og dette samsvarer godt med uttrykket stressmestring. I en rapport (Samdal, 2009) ble det forsket på "Sammenhengen mellom psykisk helse, skolemiljø, skoletrivsel og skoleprestasjoner". I rapporten kommer det frem fra undersøkelsene at stressnivået øker med alderen, men at gutter er mindre stresset enn jenter.

Når man spiller på et lag må man forholde seg til x antall andre spillere, der alle har et ønske om å spille fast i førsteellevren. Det blir naturligvis noen som alltid må starte på benken. En stor belastning utøverne kan oppleve er press fra omgivelsene om at de skal prestere på banen. En interessant studie av (Sagar, Busch, & Jowett, 2010) testet press og frykt for å mislykkes, der 81 mannlige fotballspillere fra akademier i England ble undersøkt. Alle spillerne var

mellom 16 og 18 år. De som opplevde størst frykt til å prestere ble intervjuet. De viktigste funnene fra studien viste at; deres subjektive velvære endret seg, ved at dårlig søvn og dårlig humør i forbindelse med kamp og konkurranser. Prestasjonene på banen ble også veldig redusert ved høyt press, ved at de ble mer usikker på seg selv og ikke ønsket å ta så store sjanser som på trening.

Samarbeid mellom skole og klubb

Skolen og klubben er viktige faktorer for en ung fotballspiller. Tidspress blir sett på som en utfordring fra unge utøvere som går toppidrett. En mulighet som elevene i disse situasjonene ofte har er å dele opp studieløpet i 4 år i stedet for 3. Elevene som gjør det rapporterte om mindre stress, bedre tid til lekser og skolearbeid. Samtidig som de fikk bedre tid til venner og andre aktiviteter, i tillegg hadde de mindre bekymringer (Henriksen, Stambulova, & Roessler, 2010). Askildsen, 2012 skrev en masteroppgave der det kom frem at de som hadde samme trener på skolen og på fotballaget hadde en positiv virkning. Her kom det frem at de som hadde samme trener på både skole og klubb var mye mer fornøyd. Det forklares med at de lærerne som var trener også på klubb hadde større forståelse for den fysiske belastningen til spillerne (Askildsen, 2012). En studie som gikk over 25 år av Eystein Enoksen påpekes det at om det er dårlig koordinering mellom skole og klubb, kan være årsak til et stort frafall i idretten (Enoksen, 2011).

Idrett

Fysisk Belastning

Som beskrevet tidligere er faget «toppidrett» et fag med 5 skoletimer i uka. De fleste som går toppidrett fotball på videregående kan man anta at spiller fotball på en klubb i tillegg. Dermed vil den fysiske belastningen bli høy for elevene i denne situasjonen. I en studie av Sæther (2022) intervjuet elever og lærere på idrettsfag på to forskjellige skoler, der den ene hadde et tett samarbeid mellom klubben og skolen om spillernes fysiske belastning. Den andre skolen hadde ikke like mye samarbeid, men elevene styrte mer over sin egen belastning. Samtidig hadde elevene på begge skolene et positivt syn på hvordan praksisen er med samarbeidet mellom klubb og skolen (Sæther, Feddersen, Andresen, & Bjørndal, 2022).

Fotball er en idrett der man spiller kamp i tillegg til treninger, der kampen gjerne foregår på høyere intensitet enn treningene. En studie (Theting, 2014/2015) gjort i forbindelse med Norges fotballforbund beskrives belastningen i en fotballkamp slik;

«I den effektive spilletiden utfører spillerne hyppige akselasjoner, retardasjoner, retningsforandringer, hopp og taklinger og dette innebærer muskelarbeid av både konsentrisk og eksentrisk karakter med stor kraftutvikling. Spillerne blir også utsatt for fall og støt».

I en artikkel fra Aftenposten (Walfridson, 2014) med overskriften «Slik ødelegges de unge fotballtalentene» beskrives det at totalbelastningen for ungdomsspillere er tidvis ekstrem belastning, og at inkompetente trenere er grunnen til at det oppstår mye skader på unge spillere på grunn av at de ikke styrer den fysiske belastningen. Han beskriver at systemet med toppidrettsgymnas resulterer i tre ting: 1. Bare de sterkeste tåler den store mengden trening. 2. Spillerne blir tregere på grunn av at man aldri er uthvilt til å kjøre eksplosive fotballhandlinger. 3. Stort frafall grunnet overbelastning, utmattelse, skader eller at man ikke tilbys kontrakt (Walfridson, 2014). Dette er påstander som Walfridson selv står for.

Spilletid

Det er klart at når man flytter til en ny skole, så skifter man også sannsynligvis klubb. Gjerne er det laget man kommer til litt bedre enn det man spilte på tidligere, noe som kan gjøre det vanskeligere å få like mye spilletid som før. Der konkurrerer spillerne plutselig med noen som er på samme nivå eller enda bedre om en posisjon. Her er det selvfølgelig treneren som har mye å si for laguttaket når kampen kommer. Trenerens rolle kan ha stor betydning for spillerne, ved at hen kan både åpne og lukke dører for utviklingen til unge fotballspillere (Sæther, 2015). På grunn av spillernes ulike utviklingskurver, og i lys av spillerutvikling, kan nåsituasjonen endre seg drastisk over tid ved at spillere utvikler seg mye i ung alder (Sæther, 2017).

Skader

For de som ønsker å satse på en idrett, er det å bli langtidsskadet deres største mareritt. For elever som går toppidrett i Norge er det rapportert en høy forekomst av belastningskader (C. H. Moseid, Myklebust, Fagerland, Clarsen, & Bahr, 2018). Studier har vist at det å overstige 16 treningstimer i uken, uavhengig av antall idretter utøveren bedriver, gir økt risiko for skade (Myer et al., 2015). Denne artikkelen er ikke spesialisert inn mot fotball, men sier også at å presse unge til å trene mye og strukturert kan øke risikoen for skade, i motsetning til at de styrer belastningen gjennom fri lek.

Det sies at om man skal bli god i noe, så må man trene mer enn de andre for å ha mulighet. En studie (Ericsson, Krampe, & Tesch-Roemer, 1993) beskriver at om man skal bli proff i en

idrett, må man trene målrettet over en lengre periode på ferdighetene man ønsker å utvikle. Det beskrives også at hardt arbeid og trening har mye større betydning enn talent. Som tidligere nevnt i artikkelen til Walfridson, 2014 ble det beskrevet at det er stort frafall grunnet overbelastning, utmattelse og skader. Om man ikke tåler den store belastningen, kan det resultere i skader. Moseid (2020) gjennomførte en doktoravhandling på skader og sykdom tre toppidrettsgymnas og videregående skoler, der en studie på 26 uker viser at nesten halvparten av utøverne på toppidrettsgymnaset hadde skader eller sykdom i løpet en vanlig uke. En fjerdedel rapporterte helseproblemer dere som hadde stor påvirkning på prestasjon og treningsmengde de var i stand til å gjennomføre. Jenter hadde større forekomst av helseplager enn gutter (C. Moseid, 2020).

METODE

For å undersøke totalbelastningen til elever som går toppidrett fotball på videregående, har jeg valgt å bruke kvalitative intervjuer med elever som er aktive i toppidretten. Intervjuene ble gjennomført ved hjelp av et semistrukturert intervjuopplegg, med spørsmål om blant annet belastningen knyttet til trening, kamper og skolearbeid, samt hvordan elever og trenere håndterer belastningen.

Kvalitativ metode

Grunnlaget for valg av kvalitativ metode handler om at metoden passer bedre for å gå i dybden og få vite om elevenes egne erfaringer med fenomenet. En kvantitativ metode ville på den andre siden vist en beskrivelse av virkeligheten ut fra tall, tabeller og store/mange enheter (Ringdal, 2007). En kvalitativ metode kjennetegnes ved at det settes søkelys på mening og prosess, et nærmere forhold til informantene og et mindre utvalg. En kvalitativ metode passer godt når det forskes på områder der det ikke er forsket så mye fra før, og hvor det er nødvendig å være åpen og fleksibel (Thagaard, 2009). I denne undersøkelsen søker jeg mot fotballspillerens egen virkelighet.

Forskningsintervju

Proessen med å organisere et intervju er tidkrevende. Under skal jeg beskrive hvordan prosessen ble til.

Fenomenologisk perspektiv

I denne oppgave har jeg blitt inspirert av et fenomenologisk perspektiv, der målet med metoden er å sette søkelys på elevenes subjektive opplevelser, og forsøke å få en mer detaljert forståelse av deres livsverden. Målet ved å bruke denne metoden er å få en dypere forståelse

av hvordan elevene opplever belastningen i hverdagen sin, og hvordan det kan påvirke deres idrettsprestasjoner og livskvalitet. Den fenomenologiske retningen kommer opprinnelig fra filosofen Edmund Husserl (1859-1938) som jobbet med å forstå menneskers bevissthet. Husserl hadde en formening om at vi kun kan se verden gjennom menneskets bevissthet. Fenomenologien har som mål å bli fri fra teorier som virker dømmende, men heller forsøker å gi et bilde av meningene til de «fenomenene» som studeres (van Manen, 2007). Det såkalte fenomenet i denne studien er; hvordan opplever elever som går toppidrett fotball på videregående den totale belastningen i hverdagen.

Utvalg og rekruttering av informanter

Ifølge Dalen (2004) er utvalg av informanter noe som er svært viktig med tanke på å få det du ønsker ut av intervjuet. Det kan ikke være for mange informanter, men heller ikke for få, på grunn av en tidkrevende prosess med behandling og bearbeiding av data. Det er også viktig at informantene kan si noe om det de blir spurt om i intervjuet (Dalen, 2004).

Jeg hadde som intensjon om å intervju 6 deltakere, rekrutteringen viste seg å være vanskelig fordi flere meldte seg av, og det var vanskelig å finne nok personer som oppfylte kriteriene. Dermed endte jeg opp med 5 informanter. Rekrutteringen skjedde ved å kontakte lærere på to forskjellige videregående skoler i Trøndelag. Der jeg fikk to elever fra den ene og tre elever fra den andre skolen. Kriteriene til elevene som skulle være med, var som følger;

1. Bor på hybel, altså flyttet fra foreldrene for å satse på fotball.
2. Gutter
3. Videregående alder (16-19 år)
4. Går «toppidrett fotball» på Videregående skole

Det ble ikke utvalgt spillere som hadde lyktes bedre enn de andre i idretten. Kjønn var viktig fordi videregående skole er en viktig periode i overgangen fra ungdom til voksen og det er mer hensiktsmessig å bare ta hensyn til ett kjønn. Jenter vil trolig ha andre utfordringer enn gutter, dermed ble denne avgrensningen gjennomført.

Intervjuguide

Ved at valget falt på en kvalitativ metode var det naturlig å velge et semistrukturert intervju, dermed utarbeidet jeg en intervjuguide (Vedlegg 1). Det ble vurdert at denne metoden var mest passende til at elevene skulle ha mulighet til å reflektere over, og komme med mye informasjon om fenomenet å bo på hybel og satse fotball. Et slikt dybdeintervju er også den

mest brukte metoden for innsamling av data ved bruk av en fenomenologisk metode (Postholm, 2005). Metoden skulle ivareta at informantene ble stilt de samme innledende spørsmålene, samtidig som jeg hadde muligheten til å stille oppfølgingsspørsmål for å kunne utype eller avklare det som er uklart. Målet var å få en mest mulig dagligdags samtale, for å skape trygghet og tillit til informantene.

Innsamling av datamaterialet

Alle intervjuene ble gjennomført i løpet av våren 2023. Det ble brukt en diktafon til å ta opp en lydfil av intervjuene. Intervjuene ble gjort av at jeg personlig møtte opp på de respektive videregående skolene. Dermed fikk jeg låne et grupperom der det var fint å gjennomføre intervjuet. Jeg hilste på informantene og fortalte om hensikten med intervjuet. Jeg fortalte også at jeg hadde vært i samme situasjon som dem. Intervjuguiden ble fulgt på alle intervjuene, men ulike oppfølgingsspørsmål avhengig av hva som ble beskrevet av informanten. Alle informantene hadde mange beskrivelser av de ulike temaene, der det ble snakket nokså fritt. Alle intervjuene hadde en varighet på mellom 20 minutter og 30 minutter.

Transkribering av datamaterialet

Ordet «transkribere» betyr å endre noe fra en form til en annen (Kvale & Brinkmann, 2009). I dette tilfellet er det altså å skifte form fra lyd til tekst. Her ble ord for ord transkribert fra lydfilen inn i dataprogrammet «NVIVO». Videre valgte jeg å oversette den transkriberte teksten til bokmål i et nytt dokument, og sortere utsagnene til informantene i en tabell for større oversikt. I tabellen ble det sortert etter temaene som ble spurt om i intervjuguiden, med mål om å se mønster og sammenhenger i svarene som ble gitt.

Dataanalyse

Det er ikke en bestemt måte å gjøre en kvalitativ analyse på, det finnes med andre ord mange forskjellige måter å analysere datamaterialet på, og det er heller ingen fasit på hvordan det gjøres (Coffey & Atkinson, 1996). Etter datamaterialet var transkribert i NVIVO, ble datamaterialet kodet i de forskjellige temaene som det ble spurt om i intervjuguiden. Dermed kunne jeg bruke VIVO til å trykke på det temaet jeg ville ta for meg, og dermed få opp alt de forskjellige informantene hadde sagt om hvert enkelt tema. Metoden som blir brukt er derfor en tematisk analyse, der målet er å gå i dybden av hvert tema.

Etiske vurderinger og betraktninger

Prosjektet ble innmeldt til og godkjent av personvernombudet for forskning (Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste – NSD (Vedlegg 3). Før intervjuet ble informantene informert om formålet ved forskningen og at all informasjon om de ble behandlet

konfidensielt. Før selve intervjuet startet skrev informantene under på en samtykkeerklæring (Vedlegg 2). Der ble de informert om at det er frivillig deltakelse og at de kunne trekke seg til enhver tid om ønskelig. Det kan være en fordel å komme nær informantene i kvalitativ forskning, derfor fortalte jeg litt om meg selv ved starten av intervjuet. Informantene fikk vite at jeg har flyttet på hybel selv for å satse fotball, og dermed har vært i tilnærmet samme situasjon. Noe som muligens lettet litt på stemningen og gjorde det lettere for informantene å fortelle om seg selv.

Forforståelse

Forforståelse er noe som kan påvirke forskerens analyser av datamaterialet (Maxwell, 2009). Forskeren kan gjerne ha noen teorier, verdier og forståelser som kan påvirke fremstillingen av datamaterialet. Maxwell (2009) påpeker at forforståelsen kan påvirke forskningen negativt, og at man må ha et kritisk og et overvåkende blikk i analysen. Samtidig kan forforståelsen gi forskeren økt innsikt og et bedre grunnlag for å analysere dataene.

Forforståelsen min i forhold til denne forskningen, er at jeg har vært i tilnærmet samme situasjon som informantene jeg har valgt. Jeg har også flyttet bort fra foreldrene mine på hybel, for å satse fotball. Dermed har jeg en stor forforståelse for hvordan disse informantene har det i hverdagen. Derfor ble det valgt en fenomenologisk inspirert metode, der informantene får mulighet til å beskrive sine subjektive meninger og opplevelser av fenomenet. Samtidig var intervjuguiden utarbeidet for å unngå ledende spørsmål, der oppfølgingsspørsmålene ble forsøkt stilt som åpne spørsmål. Blant annet arbeidet med å lage intervjuguiden, kan ha blitt påvirket av forforståelse i samarbeid med tidligere forskning.

Informantenes bakgrunn

Informantene består av elever som går toppidrett fotball på videregående, alle elevene er gutter mellom 16 og 19 år. I studien er det intervjuet 5 informanter som i utgangspunktet er i samme situasjon. Alle har spilt 0.divisjon i juniordivisjonen, men en informant har slitt med en langtidsskade som har satt han ut av spill. Informantene rapporterer om ulik bosituasjon, noe som kan påvirke deres belastning på flere måter. Informantene er gitt fiktive navn, for at de skal være lettere å kjenne igjen nedover i resultat og diskusjonsdelen.

Informant	Klasse	Nivå	Bosituasjon
Knut	VG3	0.div junior, 4 og 3 div	Kollektiv med 2 ukjente
Mathias	VG1	0.div	Bor alene
Viktor	VG3	0.div	Bor med kompis som går idrettsfag
Simen	VG2	0.div	Bor med klassekamerat
Ulrik	VG3	Klubbløs, tidligere 0.div	Bor med 2 klassekamerater. Har kjente den ene klassekameraten siden barneskolen.

Tabell1: Oversikt over informantene.

VG1: 1. klasse på videregående, VG2: 2.klasse på videregående, VG3: 3.klasse på videregående

RESULTATER

I intervjuene ble det forsøkt å få et innblikk i informantenes syn på «fenomenet» som er å bo på hybel samtidig som man skal satse fotball og kombinere skole. Det ble spurt om ulike temaer som er vurdert til å kunne gi informantene mulighet til å drøfte og beskrive sine opplevelser ut ifra disse temaene. I tillegg ble informantene gitt mulighet til å komme med andre ting som kan være viktig i forhold til problemstillingen.

Individet

Ambisjoner

Her ble informantene spurt om hvilke ambisjoner de har på fotballbanen i år, og hvilke ambisjoner de har om 5 år.

«Nei, i år så skulle jeg gjerne spilt 3.div fotball. Jeg har trent mye med dem, men har ikke fått prøvd meg i kamp enda. Så jeg skulle gjerne gjort det, det er det kortsiktige målet da» (Knut).

Viktor beskriver sine ambisjoner på følgende måte;

«Mine ambisjoner, det er jo å være sagt siden jeg var liten. Det er å bli så god som jeg kan med mine forutsetninger, min treningsvilje og den driven jeg har da, så skal jeg bli så god som jeg kan. I år, så er det nok å komme inn på en startellev, der jeg spiller nå og eventuelt

bli med på et par treninger på høyere nivå. Om 5 år så håper jeg nesten at jeg spiller fast i en seniorstall i 3, 2 eller 1 div»

Viktor blir så spurt om han ønsker å satse hardt etter videregående er ferdig;

«Privatlivet kommer inn i bildet da, om man kan fortsette i forhold til militær. I forhold til jobb i forhold til at du skal ha et liv etter fotball, og mens jeg holder på med fotball da. Ja, så mye av personlig og privatliv som spiller inn i bildet, om hva som skjer om et par år. det er jo ikke noe vits å spille fotball så du bor på gata, tenkte jeg. [...] så planen er å bli stabil som sivil og eventuelt ta fotball derifra» (Viktor).

Bosituasjon

Når det handler om hvordan disse unge fotballspillerne bor, ble de spurt en rekke spørsmål for å finne ut hvordan hverdagen deres er når de kommer hjem fra skole og trening. Her ble de gitt mulighet til å beskrive hvordan bosituasjonen deres er på hybelen. Dermed ble de spurt om blant annet reisevei til trening, skole og hjem til sine foreldre. De ble også spurt om når og hvor ofte de reiser hjem, samt metode for reising og reisevei.

«Jeg bor i kollektiv med to som jeg ikke kjente fra før. Det går fint ja, men jeg synes ikke det er optimalt heller, fordi du må forholde deg til folk du ikke kjenner da. Det er litt rart å bo med noen du ikke kjenner grensene til da, og som ikke kjenner dine grenser og hvordan du liker å ha det. Du må ta veldig mye hensyn føler jeg, så det blir på en måte en ekstra faktor da enn når du bodde hjem» (Knut).

Viktor går på tredje året på videregående, dermed blir han spurt om han brukte å dra hjem oftere de første årene. Han svarer på følgende måte;

«Jeg reiste mer hjem før, for det er greit å vær hjem med foreldre og sånn. Men jo eldre jeg ble, og jo mer erfaring du har, jo mer har jeg egentlig vært på hybelen» (Viktor).

Mathias beskriver sin bosituasjon slik;

«Jeg er eneboer, på hybel. Jeg bor på 12 kvadrat med bad og et rom med kjøkken. Jeg bor cirka 20 minutter unna skolen og cirka 20 minutter unna laget jeg spiller på, og 30 min unna det andre laget jeg trener med. Jeg går både til skole og trening».

Kosthold

Her ble det spurt om hvem som lager måltidene på hybelen, og hvor mye og ofte informantene spiser i løpet av dagen. Med lite fritid og mye aktivitet i løpet av dagen er det viktig å få i seg nok og riktig mat. Det beskrives av alle informantene at de bruker å få med seg mat fra foreldrene sine, når de er hjemme. Flere av informantene rapporterte om utfordringer med å få i seg nok mat i løpet av dagen. Samtidig rapporterte alle om at det var kun de selv som lager mat på hybelen. En informant beskrev problemet på følgende måte;

«Jeg sliter mest med er at jeg føler ikke jeg får nok, selv om jeg har med et helt brød så føler jeg at jeg ikke får nok næring da» [...] «Jeg har metthetsfølelse, men når jeg kommer på trening så føler jeg meg tom. For at jeg bare har spist brødkive. Og alternativet.. eller det er få alternativ da føler jeg. For jeg har liksom ikke tid til å lage store lunsjer hver dag og sånn [...] Det er litt sånn... å kjøpe seg en liten tacowrap som jeg ikke blir mett av til 40 kroner, det er liksom ikke så artig det heller» (Knut).

Flere informanter mener de er bevisst på hva de spiser;

«Ja. Jeg tenker en del over hva spiser hvert fall rundt kampdag? Da er det ekstremt viktig for meg å spise det jeg skal, jeg har på en måte en rutine da. Hva man skal spise kvelden før og den dagen så, men det var ganske lett på hybelen da og skli ut på en måte da. For det er liksom ta det du vil liksom i hylla på Rema 1000 liksom, liksom bare ta noe enkelt. Men det handler om å lage seg det som det er næringen i og som varer da» (Viktor).

Til slutt i det ene intervjuet snakket en av informantene om utfordringen med å få i seg nok mat i løpet av skoledagen.

«Jaa, det er vel mest med maten at jeg synes at.. skolen tilrettelegger ikke akkurat noe for at hybelboerne skal få noe hjelp da. For at det er ikke noe bra tilbud der akkurat, det kunne jeg godt ha tenkt meg og hatt. Men med mat så kunne de iallfall ha hatt noe tilbud for de hybelboerne som er.. Jeg vet ikke om gratis, men i så iallfall noe bra mat da som ikke er så

dyrt. På slutten av dagen eller noe, så kunne vi ha spist her. Før trening eller noe, istedenfor å gå å spise brøds-kive og baconost hver dag. Så det er.. Jeg vet jo at jeg ikke får i meg nok. Men jeg får liksom ikke til å gjøre noe med det» (Knut).

Søvn

Som tidligere beskrevet er søvn den viktigste restitusjonsmetoden, dermed er det viktig at ungdommene i denne situasjonen får nok søvn. Her ble det spurt om hvor mange timer informantene sover i løpet av døgnet, når de legger seg og om de tar powernap i løpet av dagen. Som tidligere beskrevet av Hirshkowitz, 2015 er det beregnet at ungdom i denne alderen trenger mellom 8 og 10 timer for å fungere optimalt i hverdagen. Informantene i min studie rapporterte alle mellom 6 og 9 timer. 4 av 5 tar også en powernap midt på dagen om de har tid til det, og det passer med treningen senere på dagen.

«Nei, jeg vil si at jeg ligger på rundt 8 timer. Men på helgene er det ganske mye mer da. Men i ukedagene så blir det ikke så mye mer enn 8 nei. Det skulle gjerne vært det, men... jeg føler meg liksom trøtt og sliten likevel, selv om jeg får 8 timer søvn» (Knut).

På spørsmål om informanten bruker å legge seg og stå opp på et fast tidspunkt svarer han følgende;

«Nei, ingen faste tidspunkt, men jeg prøver å legge meg før kl. 12 da. Også spør det litt når jeg starter, for 2 dager starter jeg kl. 10. Da er det ikke så farlig, men jeg prøver å legge meg før 12 likevel da, gjør jeg» (Knut).

En annen informant forteller om sin søvn slik;

«Nei, sikkert 6-7 timer ca. Jeg legger meg i 11 tiden og sovner mellom 11 og 12. Og noen ganger sklir det ut til 00.30. Men det er som regel da» (Viktor).

Fritid

Som tidligere beskrevet av informantene, har de begrenset med fritid. Alle informantene har en full skolehverdag som ofte varer fra 8 til 4. Dermed skal de på fotballtrening nesten hver ukedag som varer 1,5 timer.

«Sånn i ukedagene og sånn går det i et kjøp ja. Sånn tre av dagene har jeg skole fra 8-4 også fotballtrening halv 5 da, så da er jeg ikke hjem før halv 7. Så da skal jeg dusje og lage middag, så da er det ikke mye igjen av dagen, så da får jeg ikke gjort så mye nei. For det er sånn at jeg gjerne skulle gjort skole da, men når jeg kommer hjem etter trening og skal vaske klær og lage middag og sånn også.. og så begynne med skole når det begynner å nærme seg kvelden, det er ganske tungt» (Knut).

Ulrik snakker om at han ikke har noen andre hobbyer å drive med utenom skole og fotball, og beskriver fritid i hverdagen på følgende vis;

«Jeg føler at utenom skole og trening så vil jeg ha tiden. Men for at jeg skal fokusere på både fotball og skole, så vil jeg helst ta og sette meg selv i en boble der jeg fokuserer på de 2 tingene, ikke distrahere meg sånn veldig mye med å drive med andre ting» (Mathias).

Et aspekt som det har blitt mer og mer av de siste årene er dette med å spille dataspill, populært kalt gaming. Det ble også spurt om hvor mye tid informantene bruker på gaming i løpet av en uke.

«Nei, vi har nettopp startet med noe «pro clubs» (FIFA 23) og «fotball manager» innenfor laget og vennegruppa, jeg driver med det jeg sånn innimellom, eller jeg prøver å bli med på det da, for det er så gøy. Men det er jo ikke alltid jeg orker, ikke etter fotballen etter fotballtrening eller et skolearbeid» (Mathias).

Miljøet

Foreldre

Foreldre har en stor del av utviklingen til barn og ungdom. Foreldres involvering i unge fotballspillers hverdag kan med andre ord være svært avgjørende for hvordan de håndterer utfordringene. Som vi har vært innom tidligere, kan hverdagen for unge fotballspillere være utfordrende og støtte fra foreldre kan være viktig. Økonomisk kan foreldre være avgjørende for at det i det hele tatt er mulig for elevene å flytte på hybel. Informantene ble spurt om hvor mye foreldrene deres har støttet dem i hverdagen og i fotballsatsningen. Det som går igjen for de litt eldre, er at foreldrene er viktigst det første året, og at det er da de drar hjem oftest.

«Mamma og pappa har alltid hatt lyst at jeg skal være aktiv, men det å satse fotball har ikke akkurat være første prioritet, men det å kunne være sammen med andre folk og samtidig som er fysisk aktiv, er det de har mest fokusert på» (Mathias).

«De betaler for at jeg bor i byen og betaler for der jeg bor, og hjelper meg med det jeg trenger om jeg trenger råd og sånn der da», «Men de lager mye mat og sånn som jeg har med på hybelen» (Knut).

Informantene rapporter alle at de har blitt støttet bra av foreldrene sine, der ingen har blitt noe særlig pushet til å satse på fotball.

«Nei, jeg synes de støtter meg veldig, i hverdagen, hvis jeg lurere. Om det er lekser i skolen eller ja, lag mat eller noe sånn da. På fotball, så spør den om de skal komme og se på eller om de skal kjøre. så ja, de støtter veldig» (Simen).

Trenerens påvirkning

Det er nok litt kontraster fra det proffspillerne opplever til juniorspillerne i Norge, men likevel kan man finne likheter. Informantene rapporterer om at trenerne har et stort søkelys på samspill og at det fokuseres alltid på laget fremfor enkeltspillere.

«Han hjelper meg på å vise meg på hva jeg skal trene på og hjelpe meg der da. Og komme med tips og sånt, å gjøre seg til at jeg skal bli bedre og sånn. Prøve å holde opp motivasjon, holder jeg opp den, så kan det være litt artigere trening og sånn som» (Ulrik).

På spørsmål om hvor viktig treneren har vært for satsningen svarte en informant følgende:

«Han er med på å motivere og liksom legger til rette, men i tillegg synes jeg det kanskje ikke har vært nok tilrettelegging da, at det ikke får bra nok muligheter oppover da på seniorfotballen. Det har kanskje mye med klubb å gjøre da, det er kanskje forskjellig fra klubb til klubb. Det er kanskje ikke han, men trenerne over som, jeg kanskje føle at du e godnok til å spille seniorfotball, men kanskje ikke får tilbudet for de satser mest på voksne, eller litt eldre spillere» (Knut).

Det er tydelig at treneren også for disse informantene har mye å si for utviklingen deres på fotballbanen. Der det å holde opp motivasjonen virker å være viktig for spillerne, selv om man kanskje ikke er i førstellevaren i hver kamp. Her kan treneren ha en stor påvirkning.

Lærerens påvirkning

Her ble informantene spurt om lærerens påvirkning i forhold til deres satsning på fotball. Det er veldig ulikt hvor mye de beskriver at læreren påvirker satsningen. Her er alle elevene forholdsvis fornøyd med hvordan læreren påvirker deres satsning, men det er også her store rom for forbedring påpekes det av informantene.

«Tjash, hva skal jeg si.. De sier jo at de liksom er god på tilrettelegging da, og er obs på det og at de prøver å være bevist på det. Men jeg synes de kan bli enda flinkere da, for vi har mange tester som skal gjennomføres på toppidrett. Så for eksempel om jeg føler meg syk da og at jeg kanskje ikke skulle gjort det, fordi jeg kan bli mere syk, og ikke kan spille fotball og sånn. Men da er det litt sånn.. bare gjennomfør nå [...] for de vil jo ikke ha sånn at vil må ta det igjen seinere. Ja, for da føler jeg det ikke blir så bra tilrettelegging liksom.» (Knut).

En annen informant beskriver læreren sin og deres påvirkning i forhold til satsningen slik;

«De lærerne her synes jeg var ekstremt god på det. Det å fortelle og motivere, for at de fleste trenerne her har jo selv vært ganske stor og vært på nesten toppen i Norge da, så de vet jo hva som skal til. Iallfall på sin tid, og hvordan det er å nå den toppen. Dem er veldig flink på sett mål og på en måte skape bilder i hodet vårt om at det er mulig også at vi gjør det vi må. Og dem er veldig flinke motivatorer på en måte da med å være veldig ... Det er lett å være rundt dem da, for at man kan koddde med dem, men også ha det artig, men også streng på en måte hvis de må det. Ja, så de er veldig trivelig å være med og veldig motiverende» (Viktor).

Press fra lagkamerater

Om man spiller på et lag eller er i et prestasjonsmiljø der det handler om å levere resultater vil det mest sannsynlig være en form for press på utøverne. Om presset blir for stort og tar overhånd, kan det ha negative konsekvenser. Her ble informantene spurt om de føler på press fra lagkamerater og omgivelsene for å prestere på fotballbanen.

«Vi har jo en sags forventning om at det skal være intensitet og nivå og sånn. Men jeg føler ikke noe press direkte nei. Jeg føler at jeg er en av de bedre spillerne iallfall på G19, som tar litt mer ansvar også så jeg føler ikke det er noe stort press på meg, nei» (Knut).

Ulrik får spørsmålet om det blir dårlig stemning om noen gjør noe dårlig på trening eller i kamp, han beskriver som følger;

«Det kan da bli litt sånn der og da, men det er jo bare fordi de vet du kan bedre, det kan jo komme noen stygge kommentarer, men sånn mener jeg du må forvente. Det gjør ikke noe med meg egentlig» (Ulrik).

Viktor får spørsmål om når han har opplevd et stort press der han må prestere, han beskriver som følger;

«Når jeg har spilt på høyere nivå, for eksempel, på cuper. Ja, når du skal kvalifisere deg for 0.div, liksom viktige kamper da, finaler for eksempel. Da har jeg ekstremt kjent på det med press og sånn. Trenger ikke være viktige kamper engang, det kan være treninger med seniorlaget jeg kjenner at jeg må prestere for å alt sånn der, og da blir jeg jo helt udugelig. Det er sånn at jeg river i min egen drakt når jeg gjør feil for jeg vet at jeg kan det. Det er bare at jeg får det ikke til når jeg føler hele tiden at jeg MÅ få det til, på en måte» (Viktor).

Samarbeid mellom skole og klubb

Når det gjelder samarbeid mellom skole og klubb er det stor variasjon i hva informantene beskriver. Her har de veldig ulike opplevelser på hva som blir gjort og hva som fungerer for dem. Dette er et interessant tema fordi det praktiseres veldig ulikt, samtidig som informantene er ganske tydelig på hva som fungerer best for dem. På spørsmål om hvordan samarbeidet er mellom klubben og skolen svarer den ene informanten slik;

«Nei det eksisterer ikke altså»

«Det er vi som må ta det, men det er ikke noe kommunikasjon mellom dem [...] Det funker sånn noenlunde greit, men det er sånn at når det er kamp seint en onsdagskveld og har toppidrett tidlig på torsdags morgen. Kunne jeg gjerne heller ikke hatt fotball, og heller sovet og fått nok søvn og restituert. Men det blir heller at vi drar på joggetur og vi heller gjør noe sånn» (Knut).

Her blir han spurt om det er trening som han føler er unødvendig, Knut svarer som følger;

Jeg føler at jeg kaster bort tida. Det er litt der at jeg tror de tenker at det er lett å utnytte det her da, slik at om de har kamp så slipp de og komme og sånn. Jeg synes det blir litt dårlig løsning egentlig. Den ekstra belastninga gjør det ikke noe bedre» (Knut).

Samtidig har en annen elev en helt annen opplevelse av dette fenomenet, disse elevene går på to forskjellige skoler. Han svarer som følger;

«Ja den er jo eksepsjonell her da, for at trenerne vi har på skolen her. Det er jo trenere i klubben. De er veldig flinke på å snakke sammen, i alle fall treneren vår da og andre om at vi har kamp den dagen så ikke kjøre på for hardt. Dem snakker jo om det selv, og at de prøver å legge til så bra som mulig da. Sånn at det blir best mulig ja, så det synes jeg de har fått til veldig bra» (Viktor).

Her er det elever fra to ulike skoler som har beskrevet sin opplevelse av hvordan samarbeidet er mellom skolene. Men en elev på den skolen med lite samarbeid uttaler følgende;

«Trenerne på både lag og på skolen er veldig flink til å høre på oss og stole på oss at vi vet hva vi snakker om, hva at vi vet hvor vår belastning ligger. I stedet for at en tredje person skal si hvor vår belastning ligger» (Mathias).

Eleven synes dermed at det fungerer godt at de selv sier ifra hvor stor belastningen er og at kommunikasjonen går fint mellom dem.

Idrett

Fysisk belastning

Alle informantene går på idrettsfag i tillegg til å ha toppidrett fotball som valgfag, noe som legger grunnlag for at de har stor fysisk belastning på skolen i løpet av uken. Dermed rapporterte alle om trening 4 dager i uken på skolen, der det to dager er toppfotball og to dager aktivitetslære/annet. Alle øktene er på 1,5 timer, der noe av tiden går med til dusj og

andre ting, så det er ca. 70 effektive minutter med trening. Her er en beskrivelse av treningen som fåregår på toppidrett og idrettsfag.

«Det varierer da, det er ikke alltid det er fysisk trening, for jeg går toppidrett og idrett. I toppidrett er det mye fotball, med cageball og styrke og sånn. Men i aktivitetslære er det litt variert tema med basket, volleyball, dans, discgolf og alt mulig» (Knut).

Med klubben er det noe ulikt hvor mye informantene trener, men alle som er aktive har mellom 4 og 5 treningsøkter i uken med laget. I tillegg kommer det kamper, der noen av spillerne er med på flere lag, type senior og juniorlag.

«Det har blir jo fort trening hver dag nesten da, men utenom torsdager. Så det blir fort 4 økter» (Simen).

Det rapporteres noe ulikt om de driver med en annen idrett eller annen type aktivitet, men styrketrening er en gjenganger.

«Jeg trener på 3T når jeg får tid og har krefter til det, for det er ikke alltid det passer. For noen ganger er det er bedre å slappe av og ladde batteriene enn å trene» (Knut).

Flere elever hadde et likt syn som denne informanten om at de ikke hadde overskudd til å trene styrke eller noe annet, fordi de var så sliten etter treningene på skolen og med laget.

Spilletid

Informantene ble her spurt om hvordan spilletiden er i kampene for laget sitt, hvor mye de spiller. De blir også spurt om de får noen lovnader om spilletid.

Viktor spiller på et juniorlag der trenerne må fordele spilletid på mange spillere;

«Nei det. Cirka 70 minutt da for at vi er en del spillere. Vi har kanskje opp mot 32 spillere kanskje, og det skal bli fordelt på 11 og når vi har 3 venstrebacker og 6 vinger, så må dem liksom fordele det og fordi at treneren vil jo vinne kamper, men de vil jo også se spillerne spille. I hvert fall når det er treningskamp og sånn da, så varierer det. Men ja, jeg får vel nok spilletid så jeg skal ikke klage på den» (Viktor).

Knut blir spurt om han har fått noen lovnader om spilletid fra trenerne på noen av lagene;

«Jeg spiller hovedsakelig gutter 19 med og 4. og 3. divisjon når det trengs [...] Sånn på G19 er det egentlig helt bankers, da at jeg spiller nesten hele tiden da. Jeg har fått lovnader om å prøve meg lengre opp da, men det har ikke blitt gjennomført i noen stor grad. Men det gjelder egentlig mange på laget da, det er ikke bare meg» (Knut).

Mathias blir spurt det samme spørsmålet, altså om han får noen lovnader om spilletid;

«Trener han hadde sagt veldig tydelig at de ser på trening, hvem som gir alt og hvem som presterer godt nok til å ha en plass på førstelaget. Og de sier ikke direkte til spillerne hvem som er garantert på førstelaget. De sier sånn; vi vet hvem som er på førstelaget, og vi vet hvem som gir alt på trening. Og selv om de vil ikke si hvem som er det, så presser det alle spillerne i gruppen til å presse seg selv hardere på trening enn det de hadde gjort, hvis de ikke visste hvem som var, eller hvem vet hvem som er garantert på førstelaget» (Mathias).

Skader

Å bli skadet som ung fotballspiller kan være kritisk for en fotballkarriere. Her ble informantene spurt om de har vært mye skadet igjennom karrieren og eventuelt hvilke skader de har hatt. Her rapporteres det om veldig ulike opplevelser med skader, alle informantene hadde opplevd flere skader som har satt dem ut av spill i perioder. Spesielt en informant har vært mer utsatt enn de andre. Dette er sitat fra en spiller som ikke har vært veldig mye plaget med skader;

«Ja, det var en periode da jeg var nettopp blitt skadet for fotballen, så det var veldig lite motivasjon. I løpet av en dag hadde han merket jeg at jeg spiste mye mindre, men da. Hva da var jeg litt sånn i bakhodet, så visste jeg at jeg måtte prøve å få i meg næring for at jeg kunne komme tilbake til fotballen så fort som mulig. Så etter et par legetimer sånn, så kommer tilbake motivasjon for å spise en trene og da var jo bare tilbake til normalen egentlig» (Mathias).

En informant har slitt betydelig mer med skader enn de andre, han har en langtidsskade som har satt han ute av spill i en lengre periode. Han beskriver tilværelsen på sidelinjen slik;

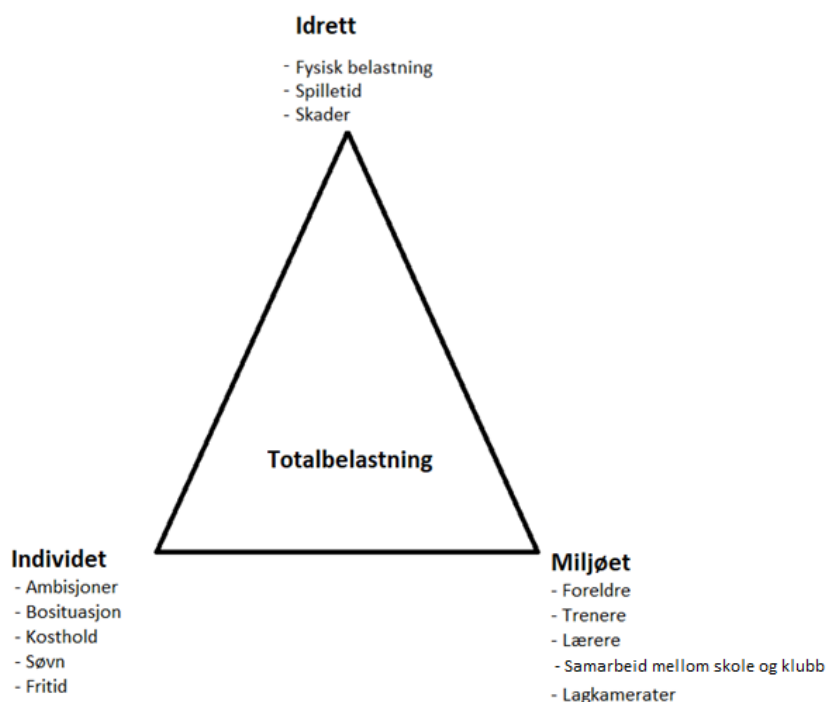
«Det er kjedelig da, du får ikke gjør det du ønsker. Du blir på en måte satt litt til siden» (Ulrik).

Dermed blir informanten spurt om hvordan oppfølgingen har vært fra skolen, og om han blir tatt vare på når han er skadet.

«Jeg kan ikke si at det har vært så veldig bra oppfølging, egentlig av skole. Nei, det er egentlig sånn at jeg føler de på en måte har satt meg litt til side. [...] de har sagt at jeg må komme meg tilbake på treningene for at de skal få vurdering i faget, og det blir jo litt vanskelig når ikke fått lov til å trene. Jeg synes de kunne på en måte ha prøvd og vurdert på hva jeg gjør på sida, om hvilken egentrening jeg har og sånt da for. [...] toppidrettsutøvere blir skadet de også. Man bør kunne vurderes på hvordan du trener deg opp og sånt da, og ikke bare fotball» (Ulrik).

DISKUSJON

I diskusjonsdelen vil oppbyggingen av temaene bli sammenslått. Derfor brukes hovedtemaene (individ, miljø og idrett) i modellen som grunnlag for diskusjon. Samtidig er det slik at alt påvirker alt for disse fotballspillerne, så det går ikke an å skille temaene helt fra hverandre.



(Modell 1)

Individet

Jeg har intervjuet fem forskjellige individer som alle har en ulik oppfatning og opplevelse av det å være borteboende ungdom som satser på en fotballkarriere. Når vi ser bort i fra det som handler om selve fotballen, så er det mange ting disse elevene/fotballspillerne må forholde seg til. Det som er felles for alle disse informantene er at de har hatt en ambisjon om å bli gode fotballspillere. Sæther, 2013 beskriver i sin studie at gjennomsnittsspilleren har ambisjoner om å spille på internasjonalt nivå, noe som ikke gjenspeiler seg hos informantene i denne studien. Dette kan ha en sammenheng med at de fleste av informantene ikke er på samme nivå som informantene i studien til Sæther. Samtidig var informantene i denne studien noen år eldre enn i studien til Sæther, og har muligens derfor innsett i større grad at det er hensiktsmessig med en utdanning å falle tilbake på ved siden av fotballen.

Informantene forteller om ulike boforhold, der fire av fem bor på hybel med andre folk. Bare en informant kjente personen han bor med før han flyttet på hybel, resten flyttet inn med ukjente personer det første året. Det at man flytter inn med noen helt ukjente kan være litt utfordrende for en 15-16 åring. Opplevelsene fra informantene er litt forskjellige her, men det beskrives at det er vanskelig å bo med noen man ikke kjenner grensene til. Knut beskriver opplevelsen med å flytte sammen med fremmede slik; *«Det er litt rart å bo med noen du ikke kjenner grensene til da, og som ikke kjenner dine grenser og hvordan du liker å ha det. Du må ta veldig mye hensyn føler jeg, så det blir på en måte en ekstra faktor da enn når du bodde hjem»*. Å bo med noen man ikke vet helt hvor man har, og som man er usikker på kan være en belastning i hverdagen, og noe som tar energi fra deg. Om man flytter inn med noen som har ulike interesser og verdier, kan det skape et stort skille mellom beboerne på hybelen. Seippel (2011) beskriver om et stort skille i ungdomskulturen, der de som driver med idrett og de som ikke driver med det opplever store ulikheter (Seippel et al., 2011).

Reiseveien til trening for disse informantene er ikke så veldig lang, men en informant bruker 20-30 minutter til trening med buss. Resten bruker mellom 5 minutter og 15 minutter til trening, når de går. Til skolen bruker de mellom 5 minutter og 20 minutter, dermed går det bort en del tid til reising i løpet av dagen. En annen belastning som informantene beskriver at de har kjent på, er det å reise hjem til foreldrene sine. Reiseveien hjem til foreldrene er for alle over 2 timer, der 3,5 timer er lengste reisevei. Det er litt ulikt hvor ofte de drar hjem, men det er alltid i helgene og i feriene informantene har tid til å dra hjem. En gjenganger virker å være

at ungdommene drar oftere hjem på det første året på videregående enn de to siste årene. For eksempel; «*Jeg reiste mer hjem før, for det er greit å vær hjem med foreldre og sånn. Men jo eldre jeg ble, og jo mer erfaring du har, jo mer har jeg egentlig vært på hybelen*» (Viktor). Wannebo fant ut i sin doktorgradsavhandling i 2018 at hybelboere som nylig har flyttet hjemmefra oftere får helsemessige utfordringer, og dermed sliter med savn og ensomhet. Nettopp dette kan gi en forklaring på at spesielt de som starter på førsteåret drar hjem oftere.

Flere av informantene snakker om at de får med seg mat hjemmefra når de drar tilbake til hybelen, og at de spiser det de første dagene etter de er tilbake på hybelen. «*Ja, jeg har en del mat som jeg har fått med hjemmefra som jeg har i fryseren da*» (Knut). Unge gutter i denne alderen har et stort behov for energi, da man utvikler mer muskler og har høy forbrenning (Croll et al., 2006). Disse guttene er i en høy fysisk belastning ofte i flere ganger i løpet av dagen, noe også informantene har kjent på kroppen; «*Jeg har metthetsfølelse, men når jeg kommer på trening så føler jeg meg tom*» (Knut). Mat er selvfølgelig viktig for menneskets eksistens, men for en idrettsutøver handler det ofte om å få i seg nok mat, og nok næring til å kunne prestere i hverdagen (Croll et al., 2006). Det å ikke få i seg nok mat, eller det å i det hele tatt å lage mat beskriver informantene som en belastning som er slitsom. Når man er vant til å komme hjem fra skolen til dekket middagsbord, så kan det være slitsomt å må lage mat før eller etter trening, når man heller bare vil slappe av. En informant beskriver opplevelsen med å lage mat på hybelen slik; «*Jeg vet jo at jeg ikke får i meg nok. Men jeg får liksom ikke til å gjøre noe med det*» (Knut). Knut mener at skolen ikke tilrettelegger noe for at hybelboere skal få noe hjelp med maten; «*For at det er ikke noe bra tilbud der akkurat, det kunne jeg godt ha tenkt meg og hatt*» [...] med mat så kunne de iallfall ha hatt noe tilbud for de hybelboerne som er.. *Jeg vet ikke om gratis, men i så iallfall noe bra mat da som ikke er så dyrt. På slutten av dagen eller noe, så kunne vi ha spist her. Før trening eller noe, istedenfor å gå å spise brødkive og baconost hver dag. Så det er.. Jeg vet jo at jeg ikke får i meg nok. Men jeg får liksom ikke til å gjøre noe med det*» (Knut).

Når det gjelder søvn rapporterte en informant om mellom 6 og 7 timer søvn, noe som er under anbefalingen på 8-10 timer (Hirshkowitz et al., 2015) for ungdom i alderen 16-19 år. De fire andre rapporterte om mellom 8 og 9 timer. Dermed er informantene generelt ganske flinke til å få nok søvn, samtidig er det populært med en powernap midt på dagen om de har tid til det. Det er derfor vanskelig å se at mangel på søvn skal være en veldig stor belastning for disse ungdommene. Dette kan muligens forklares med at man er så sliten etter en aktiv hverdag, at

det er lettere å sovne. Eventuelt så er informantene såpass bevisst på at søvn er viktig at de legger seg i rett tid.

Nettopp dette med søvn, mat og reisevei påvirker hvor mye fritid informantene har i løpet av en uke. Informantene beskriver om lite fritid generelt i ukedagene, da det snakkes om at pliktene (skole og fotball) tar mye tid. Knut beskriver hverdagene slik; «*Sånn i ukedagene og sånn går det i et kjøp ja. Sånn tre av dagene har jeg skole fra 8-4 også fotballtrening halv 5 da, så da er jeg ikke hjem før halv 7*». Informanten sier også at han ikke rekker å dra hjem før treningen, fordi fotballtreningen starter rett etter skolen. Skole og trening stiller mange krav som skal oppfylles i løpet av en dag. Informantene skal ha mange ulike fag i løpet av en dag, kanskje skal de ha en prøve eller en fremføring som de muligens har gruet seg til. Dette er noe som mulig belaster disse elevene både fysisk og mentalt, og dermed gjør at man kan bli ganske sliten.

Fritid beskrives av Vaage, 2012 som tiden vi har til rådighet utenom arbeid, husarbeid og personlige behov som måltider og søvn. Det er interessant å tenke på dette i forhold til en ung fotballspiller som har faste treninger 4-5 ganger i uken, når vi samtidig vet hvor store fysiske krav det er i fotballen. Ifølge definisjonen til Vaage er fotballtreningene og kampene noe som blir gjort på fritiden. Men når informantene beskriver hva de bruker fritiden på, så nevnes ikke det å spille fotball, fordi det ikke blir sett på som fritid for dem. Det kan muligens forklares med at de har såpass mange treninger og det er en såpass stor del av hverdagen, at det å dra på trening føles ut som en plikt i det daglige. Mathias beskriver om hverdagen sin på følgende måte; «*Men for at jeg skal fokusere på både fotball og skole, så vil jeg helst ta og sette meg selv i en boble der jeg fokuserer på de 2 tingene, ikke distrahere meg sånn veldig mye med å drive med andre ting*» (Mathias). Dette sitatet fra Mathias understreker på mange måter hvor mye tid og krefter som går med på skole og fotballtrening i løpet av dagen. Mathias bruker også mellom 20 og 30 minutter hver vei, til henholdsvis skole og trening.

Miljøet

For at man skal lykkes som fotballspiller kan det være helt avgjørende å ha personer i rundt seg som spiller deg god. Da er det ikke bare snakk om lagkamerater som skal spille deg alene med keeper. Det er også snakk om støttespillere som foreldre, lærere, trenere og venner. Foreldre har en stor betydning i en tidlig fase av livet, der foreldre blir sett på som de tidlige påvirkere (Sæther, 2017). Samtidig blir foreldre sett på som en avgjørende faktor for at utøverne skal lykkes (Wolfenden & Holt, 2005). Knut forteller litt av viktigheten av støttende

foreldre med følgende sitat; «*De betaler for at jeg bor i byen og betaler for der jeg bor, og hjelper meg med det jeg trenger om jeg trenger råd og sånn der da*», «*Men de lager mye mat og sånn som jeg har med på hybelen*» (Knut). Det at foreldrene hjelper Knut med å betale for hybelen, er det som i det hele tatt gjør at han hadde mulighet til å flytte til byen. Om foreldrene ikke hadde hatt såpass økonomiske ressurser er det ikke sikkert han hadde hatt den samme muligheten til å satse på fotball. Dette underbygger utsagnet til Wolfenden og Holt om at foreldrene er en avgjørende faktor. Samtidig sier Knut at han bruker å få med seg ferdig mat hjemmefra, noe som gjør at han bare kan varme opp middag i stedet for å lage selv. Dette vil redusere belastningen for informantene, ved at han sparer tid på å lage mat. Simen forklarer sine foreldres påvirkning i hverdagen slik; «*Nei, jeg synes de støtter meg veldig, i hverdagen, hvis jeg lurer. Om det er lekser i skolen eller ja, lag mat eller noe sånn da. På fotball, så spør den om de skal komme og se på eller om de skal kjøre. så ja, de støtter veldig*» (Simen). Han påpeker altså hvor viktig foreldrene er for å støtte han i hverdagen.

En annen person som kan være viktig i livet til en ung fotballspiller som bor på hybel kan være læreren i toppfotball. Det å føle seg forstått av en lærer er noe som pekes på som viktig (Deci & Ryan, 2000). Det at lærerne ofte har en idrettslig bakgrunn, gjør det lettere å sette seg inn i situasjonen til elevene (Askildsen, 2012). Viktor beskriver lærerne sine på toppidrett slik; «*De lærerne her synes jeg var ekstremt god på det. Det å fortelle og motivere, for at de fleste trenerne her har jo selv vært ganske stor og vært på nesten toppen i Norge da, så de vet jo hva som skal til [...] Det er lett å være rundt dem da, for at man kan koddde med dem, men også ha det artig, men også streng på en måte hvis dem må det. Ja, så dem er veldig trivelig å være med og veldig motiverende*». Utsagnet til Askildsen ser ut til å stemme i Viktor sitt tilfelle, der det virker som han ser litt opp til lærerne sine fordi de har høy kompetanse.

Idrett

Alle disse elevene/fotballspillerne har tatt et valg om å satse på fotball, og dermed flytte bort fra foreldrene sine for å prøve å utvikle nok til å oppnå drømmen. Et viktig poeng er at alle informantene flyttet hjemmefra i en 15-16 års alder, der de skal satse på både skole og fotball. Som det ble beskrevet av informantene i resultatdelen er belastningen ganske høy. Ofte har informantene nesten 3 timer fotball hver dag, hvor de har en økt på morgenen og en på ettermiddag/kvelden, i sesongen har de alle 1-2 kamper i uken. Ifølge Ericsson (1993) må man trene målrettet over en lengre periode for å bli virkelig god, om det omhandler idrett eller å lære seg å spille et instrument. For informantene i denne masteroppgaven, og for andre

elever på toppidrett vil den fysiske belastningen være høy. De er innforstått med at de må trene veldig mye, for at de skal ha mulighet til å komme igjennom det trange nåløyet for å bli proff. Theting, 2014/2015 beskriver den tøffe belastningen i selve fotballspillet, og Walfridson, 2014 sin beskrivelse av «Slik ødelegges de unge fotballtalentene». Dermed virker det som en hårfin balanse mellom å trene nok, eller for mye. Samtidig vet vi at det er individuelt hvor mye trening en spiller tåler, der skader er en vesentlig del av fotballen. Det beskrives om 4 økter aktivitet på idrettsfag i uken, og 4-5 økter med fotballaget i uken. I tillegg trenes det noe styrke fra informantene; «Jeg trener på 3T når jeg får tid og har krefter til det, for det er ikke alltid det passer. For noen ganger er det er bedre å slappe av og ladde batteriene enn å trene» (Knut). Flere informanter snakker om at de gjerne skulle trent mer styrke, men at de ikke har overskudd til det, fordi de er så sliten etter alle fotballtreningene.

Informantene i studien rapporterer i hovedsak om to ulike praksiser fra de respektive skolene. Informantene fra den ene skolen rapporterer om et tett samarbeid mellom skolen og klubben for å begrense informantenes fysiske belastning. Informantene fra den andre skolen rapporterte om at det ikke er noe samarbeid imellom skolen og klubbene, noe som skaper litt frustrasjon for en elev. Han mener det hadde vært mye bedre om trenerne i klubben og læreren i toppfotball hadde kommunisert om kamp og treningsbelastning. Elevene som opplever et godt samarbeid er også mer fornøyd med ordningen, en elev bruker også ordet «eksepsjonell» om samarbeidet. Informanten beskriver at læreren på toppfotball ikke er den samme på klubben, men at læreren på toppfotball trener et annet lag i klubben, derfor er samarbeidet så tett mener han. Askildsen, 2012 sin forskning støtter også utsagnet fra informantene i min forskning, der spillere som hadde samme trener og lærer var mer fornøyde, og at det hadde en positiv virkning på spillerne. Det er som vi har sett, ulike syn på hvordan samarbeidet fungerer og hvordan det er for informantene, men ett annet synspunkt kommer fra en informant som opplever ingen samarbeid mellom skole og klubb. Han mener at trenerne og lærerne er veldig flinke til å høre på han, og at han derfor er i stand styre belastningen sin best selv.

Flere av informantene har slitt en del med skader, skadene som informantene beskriver at de har hatt de siste årene er mange: ryggskade, strekk i hamstring/lår og lyske, vridning i hofte og overtråkk. Dette støtter opp om Moseid, 2020 sin doktorgradsavhandling som viste stor grad av skader og helseproblemer for ungdommer som ønsker å satse på en idrett. Når skaden først inntreffer og man skal komme hjem alene på hybelen, kan det være tøft for en ung

fotballspiller. Informantene i denne undersøkelsen beskriver det å være skadet som veldig tungt. Her er noen ord som beskriver det å være skadet som ung fotballspiller; «*Jævlig kjedelig*», «*Det var veldig lite motivasjon. I løpet av en dag hadde han merket jeg at jeg spiste mye mindre*». Det som generelt beskrives av informantene fra skadeperiodene er at motivasjonen synker, og de mister litt av det sosiale med å være med lagkameratene i garderoben. Ulrik beskriver at han på en måte har blitt satt til siden av spesielt skolen, der han ikke har blitt fulgt opp slik som han føler han burde; «*...de har sagt at jeg må komme meg tilbake på treningene for at de skal få vurdering i faget, og det blir jo litt vanskelig når ikke fått lov til å trene. Jeg synes de kunne på en måte ha prøvd og vurdert på hva jeg gjør på sida, om hvilken egentrening jeg har og sånt da for. [...] toppidrettsutøvere blir skadet de også. Man bør kunne vurderes på hvordan du trener deg opp og sånt da, og ikke bare fotball*» (Ulrik). Det er tydelig at Ulrik er misfornøyd med behandlingen han har fått av skolen, der han føler han blir satt til side. Han har fått beskjed av legen om at han ikke får lov til å trene fotball før han er skadefri, og kan derfor ikke gjøre noe annet enn å trene alternativt.

KONKLUSJON

I denne masteroppgaven har jeg forsøkt å sette søkelys på unge fotballspillere som har flyttet for seg selv på hybel. Gjennom en kvalitativ tilnærming har jeg forsøkt å få frem de unge fotballspillernes opplevelser om hvordan det er å kombinere skole og fotball, uten den daglige støtten fra foreldrene som de tidligere er vant med. Vi kan på lang vei konkludere med at det å satse på en karriere innen idrett er en krevende livsstil. I tillegg til de fysiske og mentale kravene som fotballen stiller, må borteboende ungdom forholde seg til utfordringer som boforhold, reisevei og savn etter familie og hjem. Å flytte inn med ukjente personer kan være vanskelig og energikrevende, samt at det å reise fra og til skole og trening kan legge til belastninger i hverdagen. Kosthold er viktig for unge idrettsutøvere som skal prestere, likevel er det å få i seg nok mat og det å ta seg tid til å lage mat, en utfordring for informantene.

Veien videre

For videre forskning kan en overgang til hybelliv, økt satsning på fotball og skole være tema som undersøkes. Det ser ut til å være stor forskjell på førsteklasinger og tredjeklasinger med tanke på å tilpasse seg ny skole, og håndtere overgangen med å flytte bort fra foreldre.

Referanseliste:

- Amundsen, M.-L. (2014). Ungdoms opplevelse av spesialscole og overgang til videregående skole. *Spesialpedagogikk*, 38-46.
- Askildsen, C.-E. M. (2012). «På hvilken måte bidrar toppidrettslinjer på videregående skole til å skape en arena som fremmer elevenes erfaring av skolehverdagen som helhetlig og sammenhengende?». *Fakultet for lærerutdanning og internasjonale studier. Høgskolen i Oslo og Akershus*, 130.
- Bafondoko, L. (2016, 12.08.2016). «Jeg startet på Tiller videregående og var overmannet av nervøsitet». *Adressavisen*. Retrieved from <https://www.adressa.no/midtnorskdebatt/i/w82MoP/for-meg-var-det-en-stor-utfordring-a-tilpasse-meg-videregaende-skole>
- Berg, N. B. J. (2005). Elev og menneske. Psykisk helse i skolen. *Oslo: Gyldendal akademisk*.
- Bird, S. (2013). Sleep, Recovery, and Athletic Performance: A Brief Review and Recommendations. *Strength and Conditioning Journal*, 35, 43-47.
- Christensen, M., & Sørensen, J. (2009). Sport or school? Dreams and dilemmas for talented young Danish footballers. *European Physical Education Review - EUR PHYS EDUC REV*, 15, 115-133. doi:10.1177/1356336X09105214
- Coffey, A., & Atkinson, P. (1996). *Making sense of qualitative data: Complementary research strategies*. Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc.
- Cosh, S., & Tully, P. (2015). Stressors, Coping and Support Mechanisms for Student-Athletes Combining Elite Sport and Tertiary Education: Implications for Practice. *Sport Psychologist*, 19, 120-133. doi:10.1123/tsp.2014-0102
- Croll, J. K., Neumark-Sztainer, D., Story, M., Wall, M., Perry, C., & Harnack, L. (2006). Adolescents involved in weight-related and power team sports have better eating patterns and nutrient intakes than non-sport-involved adolescents. *J Am Diet Assoc*, 106(5), 709-717. doi:10.1016/j.jada.2006.02.010
- Dalen, M. (2004). *Intervju som forskningsmetode: en kvalitativ tilnærming*: Universitetsforl.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. doi:10.1207/S15327965PLI1104_01
- Enoksen, E. (2011). *Drop-out rate and drop-out reasons among promising Norwegian track and field athletes: a 25 year study*.

- Ericsson, K., Krampe, R., & Tesch-Roemer, C. (1993). The Role of Deliberate Practice in the Acquisition of Expert Performance. *Psychological Review*, *100*, 363-406.
doi:10.1037//0033-295X.100.3.363
- Furlong, A., Cartmel, F., Biggart, A. S., Sweeting, H., & West, P. B. (2003). *YOUTH TRANSITIONS: PATTERNS OF VULNERABILITY AND PROCESSES OF SOCIAL INCLUSION*.
- Gjerset, A., Nilsson, J., Helge, J. W., & Enoksen, E. (2019). *Idrettens Treningslære*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Helsedirektoratet. (2020, 11.12.2020). Kosthold for ungdom. *Helsenorge*. Retrieved from <https://www.helsenorge.no/kosthold-og-ernaring/kosthold-for-barn-og-unge/kosthold-for-ungdom/>
- Henriksen, K., Stambulova, N., & Roessler, K. (2010). Holistic approach to athletic talent development environments: A successful sailing milieu. *Psychology of Sport and Exercise*, *11*, 212-222. doi:10.1016/j.psychsport.2009.10.005
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., . . . Adams Hillard, P. J. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. *Sleep Health*, *1*(1), 40-43.
doi:10.1016/j.sleh.2014.12.010
- Hysing, M., Pallesen, S., Stormark, K., Lundervold, A., & Sivertsen, B. (2013). Sleep patterns and insomnia among adolescents: A population-based study. *Journal of sleep research*, *22*. doi:10.1111/jsr.12055
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). Det kvalitative forskningsintervju 2. utgave, 1. opplag. Oslo: Gyldendal Norske Forlag AS.
- Lillejord, S., Børte, K., Ruud, E., & Morgan, K. (2017). Stress i skolen—en systematisk kunnskapsoversikt. Oslo: Kunnskapssenter for utdanning.
- Markussen, E., & Seland, I. (2012). Å redusere bortvalg-bare skolenes ansvar. *En undersøkelse av bortvalg ved de videregående skolene i Akershus fylkeskommune skoleåret 2010Á2011 [To reduce dropout Á only the responsibility of the school*.
- Maxwell, J. (2009). Designing a qualitative study. I L. Bickman & DJ Rog (red.). *Handbook of applied social research methods*.
- Moseid, C. (2020). Injury and illness in youth elite athletes. *Institute of Clinical Medicine, The Faculty of Medicine, University of Oslo*
- Moseid, C. H., Myklebust, G., Fagerland, M. W., Clarsen, B., & Bahr, R. (2018). The prevalence and severity of health problems in youth elite sports: A 6-month

- prospective cohort study of 320 athletes. *Scand J Med Sci Sports*, 28(4), 1412-1423.
doi:10.1111/sms.13047
- Myer, G. D., Jayanthi, N., Difiori, J. P., Faigenbaum, A. D., Kiefer, A. W., Logerstedt, D., & Micheli, L. J. (2015). Sport Specialization, Part I: Does Early Sports Specialization Increase Negative Outcomes and Reduce the Opportunity for Success in Young Athletes? *Sports Health*, 7(5), 437-442. doi:10.1177/1941738115598747
- Opsahl, P. (2011, 25.02.2011). ZLATAN: – KUNNE DREPE FOR JOSE MOURINHO. VG. Retrieved from <https://www.vg.no/sport/fotball/i/Wwgx2/zlatan-kunne-drepe-for-jose-mourinho>
- Postholm, M. B. (2005). En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier. In: Oslo: universitetsforlaget.
- Ringdal, K. (2007). *Enhet og mangfold: Samfunnsvitenskaplig forskning og kvantitativ metode*: Fagbokforlaget.
- Sagar, S., Busch, B., & Jowett, S. (2010). Success and Failure, Fear of Failure, and Coping Responses of Adolescent Academy Football Players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2, 213-230. doi:10.1080/10413201003664962
- Samdal, O. (2009). Sammenhengen mellom psykisk helse, skolemiljø, skoletrivsel og skoleprestasjoner. *HEMIL-senteret, Universitetet i Bergen*
- Seippel, Ø., Strandbu, Å., & Sletten, M. A. (2011). Ungdom og trening. *Endring over tid og sosiale skillelinjer*, 3.
- Sletten, M. A., Strandbu, Å., & Gilje, Ø. (2015). Idrett, dataspilling og skole - konkurrerende eller «på lag»? *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 99(5), 334-350. doi:10.18261/ISSN1504-2987-2015-05-03
- Strandbu, å., & Bakken, A. (2007). *Aktiv Oslo-ungdom: en studie av idrett, minoritetsbakgrunn og kjønn*.
- Sæther, S. (2013). Høye ambisjoner og riktig studievalg – eneste vei til en fotballkarriere? *Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, Trondheim*.
- Sæther, S. (2015). *Trenerroller*. Oslo: Fagbokforlaget.
- Sæther, S. (2017). *De norske fotballtalentene - hvem lykkes og hvorfor?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Sæther, S., Feddersen, N., Andresen, E., & Bjørndal, C. (2022). Balancing sport and academic development: Perceptions of football players and coaches in two types of Norwegian school-based dual career development environments. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 17. doi:10.1177/17479541221111462

- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode* (Vol. 3): Fagbokforlaget Bergen.
- Theting, S. (2014/2015). «Fotballspillet egenart i forhold til belastning, tretthet og restitusjon» & «Treningsuke-syklus i toppklubb i Norge og Europa i kampsesongen». *NORGES FOTBALLFORBUND (NFF)*, 67.
- Utdanningsdirektoratet. (2023). Toppidrett (IDR05-02), Fagenes relevans og sentrale verdier. Retrieved from <https://www.udir.no/lk20/idr05-02/om-faget/fagets-relevans-og-verdier>
- van Manen, M. (2007). Phenomenology of Practice. *Phenomenology & Practice*, 1, 11-30. doi:10.29173/pandpr19803
- Vaage, O. F. (2012). Tidene skifter. Tidsbruk 1971-2010. In *Tidene skifter* (pp. 226). Oslo/Kongsvinger: Statistisk sentralbyrå.
- Walfridson, M. (2014). Slik ødelegges de unge fotballtalentene. Retrieved from <https://www.aftenposten.no/meninger/i/Ozb3/slik-oedelegges-de-unge-fotballtalentene>
- Wannebo, W. (2018). *Om ungdom og psykisk helse : ung på hybel, sårbarhet og helsefremming*. (nr. 25-2018). Nord universitet, Fakultet for sykepleie og helsevitenskap, Bodø.
- Wiborg, Ø., Arnesen, C. Å., Grøgaard, J. B., Støren, L. A., & Opheim, V. (2011). *Elevers prestasjonsutvikling - hvor mye betyr skolen og familien? Andre delrapport fra prosjektet 'Ressurser og resultater'*.
- Wolfenden, L., & Holt, N. (2005). Talent Development in Elite Junior Tennis: Perceptions of Players, Parents, and Coaches. *Journal of Applied Sport Psychology - J APPL SPORT PSYCHOL*, 17, 108-126. doi:10.1080/10413200590932416

Vedlegg 1

Intervjuguide Masteroppgave

Semistrukturert forskningsintervju

Introduksjon

Takk for at du stilte opp, formålet med intervjuet er å høre dere elevers beskrivelse av totalbelastningen i en hverdag med skole og fotball osv.

Intervjuer forteller litt om seg selv, uformell prat om for eksempel norsk og internasjonal fotball.

Innledende spørsmål:

Hei, kan du fortelle litt om deg selv?

Hvilket årskull er du?

Hvilket nivå spiller du fotball på?

Bosituasjon

Hvordan er bosituasjonen for deg i øyeblikket? Bor du med kjentfolk? Ukjente? Alene?

Hvor lang er reiseveien trening?

Hvor lang er reiseveien til skole?

Hvor lang er reiseveien hjem til dine foreldre?

Reiser du hjem i helgene? Hvor ofte? Reisevei og metode for reising?

Fysisk belastning

Hvor ofte trener du på skolen i løpet av en uke? (timer)

Hvor ofte trener du på fotballaget i løpet av en uke? (timer)

Hvor ofte bedriver du andre aktiviteter, eks. styrketrening, andre idretter eller annen fysisk aktivitet?

Treneren og lærerens påvirkning

Hvordan påvirker treneren deg mot din satsning på fotball?

Hvordan påvirker læreren (i toppidrett) deg mot din satsning på fotball?

Hvordan er samarbeidet mellom klubben og skolen for å passe på den fysiske belastningen for deg?

Foreldre

Hvordan støtter foreldrene dine deg i hverdagen?

Hvordan støtter foreldrene dine deg med fotballsatsingen?

Press fra lagkamerater

Føler du på press fra lagkamerater for å prestere på trening og i kamp? Isåfall hva gjør det med deg og dine prestasjoner på banen?

Ambisjoner på fotballbanen

Hva er dine ambisjoner på fotballbanen? (i år/ om 5 år)

Hva er treneren din sine ambisjoner for deg?

Fritid, hvor mye fritid (kjæreste), gaming

Føler du at du har tid til å gjøre det du ønsker utenom trening og skole?

Hvor mye tid bruker du på gaming i løpet av en vanlig dag?

Spilletid

Hvordan er spilletiden din på fotballaget?

Hvilke lag og nivå spiller du mest på? Evt. lovnader om spilletid?

Mat

Hvem er det som lager maten din på hybelen?

Hvor ofte spiser du i løpet av en dag?

Søvn

Hvor mange timer søvn får du i løpet av en dag?

Når legger du deg?

Tar du powernap på ettermiddagen?

Skader

Har du slitt mye med skader i karrieren?

Avsluttende spørsmål

Liten oppsummering av det som er sagt så langt.

Er det noe du ikke har fått sagt som du føler jeg ikke har spurt om?

Tusen takk for at du stilte opp! :)

Vedlegg 2

Vil du delta i forskningsprosjektet

Totalbelastning for unge fotballspillere

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å *finne ut hvordan elever som går toppidrett fotball opplever den totale belastningen i hverdagen*. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Formålet med denne masteroppgaven er å finne ut hvordan den totale belastningen på elever som bor på hybel og går toppidrett fotball på videregående er. Her får eleven mulighet til å beskrive sine selvopplevde erfaringer. Formålet med prosjektet å finne ut noe som kan forbedre hverdagen for borteboende elever på videregående.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Stian B. Haugen fra Nord Universitet er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du blir spurt om dette fordi du er elev som går toppidrett fotball og bor på hybel (borte fra foreldre), samtidig som du spiller fotball aktivt på fritiden.

Hva innebærer det for deg å delta?

Ved deltakelse blir det et kvalitativt intervju, der du blir spurt om noen spørsmål som omhandler hverdagen din. Intervjuet vil bli gjort som en vanlig samtale med spørsmål som er forholdsvis enkle å svare på. Samtalen blir tatt opp med lydopptaker, der lydopptaket blir slettet etter prosjektet.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Kun meg ([Stian Bakken Haugen](#)) vil ha tilgang til lydopptaket i ettertid,

Kun meg ([Stian Bakken Haugen](#)) vil ha tilgang til lydopptaket i ettertid, og navn og personopplysninger vil evt. bli erstattet med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data.

Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?

Prosjektet vil etter planen avsluttes [15.05.2023](#).

Etter prosjektslutt vil datamaterialet med dine personopplysninger anonymiseres.

Anonymiserte opplysninger vil ikke slettes, men kunne gjenbrukes til for eksempel forskning.

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 Stian B Haugen, stian.b.haugen@student.nord.no, TLF: 97957356*
- *Veileder: Eivind Sæther, eivind.sather@nord.no, TLF: 47606539*
- *Vårt personvernombud: Torill Irene Kringen, personvernombud@nord.no, TLF: 74 02 27 50*

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

Stian B Haugen

Student

Eivind Sæther

Veileder

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *Totalbelastning for unge fotballspillere* og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i *intervjuet*

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

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg 3

13.05.2023, 18:36

Meldeskjema for behandling av personopplysninger



[Meldeskjema](#) / [Totalbelastning for unge fotballspillere](#) / Eksport

Meldeskjema

Referansenummer

149445

Hvilke personopplysninger skal du behandle?

- Lydopptak av personer

Prosjektinformasjon

Prosjekttittel

Totalbelastning for unge fotballspillere

Prosjektbeskrivelse

Problemstilling: Hvordan opplever elever som går toppidrett fotball på videregående den totale belastningen i hverdagen? Dette er et kvalitativt forskningsdesign som har som formål å finne ut om det er noe om elevenes syn på den totale belastningen de blir utsatt for i hverdagen. Der jeg ønsker å finne ut hva evt. lærere og trenere kan gjøre for dem.

Begrunn hvorfor det er nødvendig å behandle personopplysningene

Det vil ikke bli spurt om personopplysninger i intervjuet som kan spores tilbake.

Prosjektbeskrivelse

[intervjuguide master.docx](#)

Ekstern finansiering

Ikke utfyllt

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Stian Bakken Haugen, stian.b.haugen@student.nord.no, tlf: 97957356

Behandlingsansvar

Behandlingsansvarlig institusjon

Nord Universitet / Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag / Kroppsøving, idrett og friluftsliv

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Eivind Sæther, eivind.sather@nord.no, tlf: 47606539

Skal behandlingsansvaret deles med andre institusjoner (felles behandlingsansvarlige)?

Nei

Utvalg 1

Beskriv utvalget

Elever på videregående skole

Beskriv hvordan rekruttering eller trekking av utvalget skjer

Rekruttering skjer ved kontaktlærerens utvelgelse som følger av kriteriene:
- Bor på hybel (borte fra foreldre)

- Videregående alder (16-19 år)
- Satser fotball (ønske om å bli god i fotball)
- Gutter

På grunn av begrenset utvalg elever som fyller kriteriene, vil utvelgelse skje ved de første 6 elevene som er tilgjengelige.

Alder

16 - 19

Personopplysninger for utvalg 1

- Lydopptak av personer

Hvordan samler du inn data fra utvalg 1?

Personlig intervju

Vedlegg

[intervjuguide master.docx](#)

Grunnlag for å behandle alminnelige kategorier av personopplysninger

Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Hvem samtykker for ungdom 16 og 17 år?

Ungdom

Informasjon for utvalg 1

Informerer du utvalget om behandlingen av personopplysningene?

Ja

Hvordan?

Skriftlig informasjon (papir eller elektronisk)

Informasjonsskriv

[Samtykkeskjema master.docx](#)

Tredjepersoner

Skal du behandle personopplysninger om tredjepersoner?

Nei

Dokumentasjon

Hvordan dokumenteres samtykkene?

- Manuelt (papir)

Hvordan kan samtykket trekkes tilbake?

I samtykkeskjemaet står både telefonnummer til meg og veileder. Så jeg kan lett kontaktes, i tillegg kan de gå gjennom læreren sin for å kontakte meg

Hvordan kan de registrerte få innsyn, rettet eller slettet personopplysninger om seg selv?

Alle personopplysninger er anonymiserte, der det bevist blir unngått å spørre om ting som kan spores tilbake til personen i intervjuet. Ellers kan elevene ta kontakt med meg

Totalt antall registrerte i prosjektet

1-99

Tillatelser

Skal du innhente følgende godkjenninger eller tillatelser for prosjektet?

Ikke utfyllt

Behandling

Hvor behandles personopplysningene?

- Mobile enheter tilhørende behandlingsansvarlig institusjon

Hvem behandler/har tilgang til personopplysningene?

- Student (studentprosjekt)
- Interne medarbeidere

Tilgjengeliggjøres personopplysningene utenfor EU/EØS til en tredjestat eller internasjonal organisasjon?

Nei

Sikkerhet

Oppbevares personopplysningene atskilt fra øvrige data (koblingsnøkkel)?

Ja

Hvilke tekniske og fysiske tiltak sikrer personopplysningene?

- Personopplysningene anonymiseres fortløpende

Varighet

Prosjektperiode

25.01.2023 - 15.05.2023

Hva skjer med dataene ved prosjektslutt?

Data anonymiseres (sletter/omskriver personopplysningene)

Hvilke anonymiseringstiltak vil bli foretatt?

- Personidentifiserbare opplysninger fjernes, omskrives eller grovkategoriseres
- Lyd- eller bildeopptak slettes

Vil de registrerte kunne identifiseres (direkte eller indirekte) i oppgave/avhandling/øvrige publikasjoner fra prosjektet?

Nei

Tilleggsopplysninger
