

Kamraters och tränares stöd för elever i idrottsklass

Fredrik Häggblom & Henri Pasanen

Magisteravhandling i pedagogik
Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier
Åbo Akademi
Vasa, 2024

Abstrakt

Författare: Fredrik Häggblom & Henri Pasanen	Årtal: 2024
Arbetets titel: Hur upplever idrottsklass elever relationen till kamrater och tränare	
Opublicerad avhandling för magisterexamen i pedagogik Vasa: Åbo Akademi. Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier	Sidantal (tot.) 59 (63)
<p>Referat</p> <p>Det treåriga projektet idrottshögstadiet försöket som pågick åren 2017–2020 strävade efter att underlätta vardagen för idrottande högstadiel elever. Projektet erbjöd ett utvecklat stödnätverk för idrottande högstadiel eleverna. Syftet med denna avhandling är att undersöka hur elever i pilotprojektet idrottshögstadiet försöket har upplevt kamratstödet i skolan och i idrottsföreningen samt tränarnas stöd under projektets gång. Utgående från detta har följande forskningsfrågor utformats.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hur utvecklas kamratstödet hos elever i idrottsklass i åk 7 – 9? 2. Hur upplever elever i idrottsklass kamratstöd i årskurs 7 – 9? 3. Hur utvecklas tränarstödet hos elever i idrottsklass i åk 7 – 9? 4. Hur upplever elever i idrottsklass tränarstöd i årskurs 7 – 9? <p>För att kunna samla in data i en större omfattning och kunna få mer objektiva resultat består avhandlingens forskningsansats av både kvantitativa och kvalitativa metoder för att besvara forskningsfrågorna. I avhandlingen presenteras den dubbelkarriärs modell som används i Finland för att kombinera idrott och skola. Dubbelkarriärens stödnätverk samt des olika parter tas upp och varje parts delaktighet beskrivs grundligt. Även idrottshögstadiet försöket presenteras och beskrivs grundligt för att tydliggöra dess funktion i finländska utbildningssystemet.</p> <p>Det som denna undersökning kommit fram till är att tränare och kamrater är viktiga delar av idrottarens stödnätverk. Resultaten i avhandlingen tyder på att eleverna som antagits och därefter deltagit i idrottshögstadiet försöket har upplevt att stödet som erbjudits dem både i form av tränarstöd och kamratstöd har varit på en relativt god nivå. Det som även framkom som positivt i resultaten var att genom intervjuerna med idrottarna kunde vi se att en del av tränarna även kunnat erbjuda stöd till idrottarna i situationer som inte direkt var kopplade med idrotten, även om det finns utrymme för förbättring. Det som denna undersökning bidrar med är en insikt i hur tränares och kamraters sociala stöd upplevs av elever i idrottsklass i grundskolans årskurs 7–9.</p>	
<p>Sökord / indexord</p> <p>idrottshögstadiet försöket, urheiluläkoulukokeilu, dubbelkarriär, dual career, socialt stöd, tränare, kamrater, elitidrottare, idrottsakademi, samarbete</p>	

Innehåll

Abstrakt.....	2
1. Inledning	6
1.1. Bakgrund	6
1.2. Syfte och forskningsfrågor.....	7
1.3. Disposition.....	8
2. Idrott och skolan.....	9
2.1. Dubbelkarriär.....	9
2.2. Nationella stödprogram för dubbelkarriär i Finland.....	10
2.3. Dubbelkarriär i Finland	11
2.4. Idrottshögstadiet	13
2.6. Sammanfattning.....	18
3. Socialt stöd	20
3.1. Definition av begreppet socialt stöd.....	20
3.2. Idrottarens stödnätverk.....	20
3.3. Tränarstödet för idrottaren	23
3.4. Kamraters stöd för idrottaren.....	25
3.5. Föräldrastöd för idrottaren.....	25
4. Metod.....	27
4.1. Syfte och forskningsfrågor.....	27
4.2. Val av forskningsansats	27
4.3. Enkät som datainsamlingsmetod	29
4.4. intervju som datainsamlingsmetod	30
4.5. Undersökningens genomförande	31
4.6. Mätinstrument och intervjufrågor	31
4.7. Analys och bearbetning av data	32
4.7.1. Analys av kvantitativ data	32
4.7.2. Analys av intervjudata	35

4.8. Validitet, reliabilitet och etik	36
5. Resultat.....	40
5.1. Kamratstödet utveckling hos idrottsklass elever i åk 7 – 9?	40
5.2. Elever i idrottsklass upplevelser av kamratstöd i årskurs 7 – 9?	41
5.2.1. Olika kamrater för olika stöd.....	43
5.2.2 Övrigt	44
5.3. Tränarstödet utveckling hos elever i idrottsklass i åk 7 – 9?.....	44
5.4. Elever i idrottsklass upplevelser av tränarstöd i årskurs 7 – 9?	45
5.4.1. Attityder till idrott och skola	46
5.4.2. Fokus på idrott	47
6. Diskussion	48
6.1. Resultatdiskussion	48
6.1.1 Kamratstödet utveckling i årskurserna 7–9	48
6.1.2. Idrottselevernans upplevelser av kamratstödet	49
6.1.3. tränarstödet utveckling i årskurserna 7–9	50
6.1.4. idrottselevernans upplevelser av tränarstödet	51
6.1.5. Sammanfattande resultatdiskussion	53
6.2. Metoddiskussion	54
6.3. Konklusion och praktiska implikationer	55
6.4. Förslag på vidare forskning	56
Referenser	58

Tabeller

Tabell 1 Deskriptiva värden för summavariablerna före och efter hantering av bortfall.	34
Tabell 2 Visualisering av de intervjuade deltagarna, samt vilken gren de utövar.	36
Tabell 3 Chronbachs alfa (α) samt korrelationer mellan variablerna under samtliga årskurser	38

Figurer

Figur 1 Modellen för finländska dubbelkarriären (Ryba m.fl., 2016; Määttä 2021, övers.)...	12
Figur 2 Modellen för innehållsrekommendationerna i ”växa som idrottare” helheten (Nieminen m.fl.,2020).....	15
Figur 3 Modellen för urvalsprov i idrottshögstadiet (Nieminen m.fl., 2019).....	16
Figur 4 Visualisering av stödnätverket för en idrottare som utför en dubbelkarriär (Dorsch m.fl., 2020).....	22
Figur 5 Påståenden ur enkäten använd för denna avhandling	32
Figur 6 Medeltal på hur det sociala stödet från skolkamrater utvecklas från åk 7–9.....	41
Figur 7 Medeltal på hur det sociala stödet från lagkamrater utvecklas från åk 7–9.....	41
Figur 8 Idrottskullelevernars syn på hur de upplever skolkamraternas stöd i åk 7–9.....	42
Figur 9 Idrottskullelevernars syn på hur de upplever lagkamraternas stöd i åk 7–9	42
Figur 10 Medeltal på hur det sociala stödet från tränare utvecklas från åk 7–9.....	45
Figur 11 Idrottskullelevernars upplevda sociala stöd från tränare i åk 7–9.....	46

1. Inledning

I detta kapitel beskrivs en bakgrund till undersökningen samt orsakerna till valet av forskningstema. Vidare presenteras avhandlingens syfte och forskningsfrågor, som avslutning presenteras avhandlingens disposition.

1.1. Bakgrund

I Finland stöter flera unga idrottare på samma utmaning under sin idrottskarriär. Flera ungdomar kan ha svårt att få tiden och räkna till för att kunna gå i skolan och samtidigt utöva en idrottsgren på hög nivå. En speciellt viktig och avgörande tid för unga idrottare är under årskurserna 7–9. Det har visat sig att just denna tid kan vara en utmanande period för flera unga idrottare, vilket i sin tur kan leda till att de unga idrottarna tappar motivationen för idrotten (Utbildningsstyrelsen, 2021). För att lösa detta problem har det i Finland bildats ett idrottsakademiprogram som har som mål att erbjuda idrottande ungdomar stöd inom idrottskarriären och möjligheten att kombinera idrott och skola redan i årskurserna 7–9. Idrottsakademiverksamheten är uppbyggd så att den förenar skolorna med idrottsföreningar samt idrottsförbund och bildar således ett nätverk mellan dessa alla parter. Idrottsakademiverksamheten som används i nuläget är formad i samarbete med Finlands Olympiska kommitté samt Undervisnings- och kulturministeriet. (Nieminen m.fl., 2018). Enligt undersökningar gjorda i Finland av Nieminen m.fl., (2018) så lyfts bland annat elevernas egna engagemang för idrottsakademiverksamheten upp som en utmaning för skolelever som kombinerar skolan och en idrottskarriär. I undersökningens resultat framkom det även att elevernas egna engagemang för dubbelkarriären i en viss mån har varit en utmaning.

För att en idrottare skall lyckas utvecklas både ur idrottens och utbildningens perspektiv betonar Wylleman och Lavalley (2004) att både psykiska och sociala utvecklingen hos en idrottare är mycket relevanta faktorer. Den sociala miljön är en viktig faktor i idrottarens karriär och relationerna med tränare, lagkamrater, skolan och familjen spelar en stor roll för idrottarens motivation och engagemang genom hela idrottskarriären. Med tanke på hur mycket idrottarens sociala nätverk egentligen påverkar idrottaren så är det viktigt att detta även är något som kan erbjudas åt idrottare som samtidigt kombinerar skola och idrott.

Vi har båda idrottat som yngre och har bra erfarenheter kring vad det krävs att kunna samtidigt satsa på både idrott och skola. För Henris del var högstadietiden en mycket hektisk tid med att träna på toppnivå i två olika idrottsgrenar. Det var konstant bråttom till följande plats. Skoldagarna var långa och således blev det mindre tid för att förbereda sig till träningarna.

Detta ledde till att det ofta blev att äta samtidigt som förflyttningen till träningsanläggningen skedde. Dessutom kunde skolan inte erbjuda någon form av stöd eller underlättade krav på läxorna för att stöda och gynna idrottskarriären även fast det handlade om idrott på FM nivå. Samtidigt så var det inte möjligt att idrottsföreningen skulle ha kommunicerat med skolan för att planera tränings tidtabellen så att den skulle passat bättre in i schemat.

I Henris fall blev det så att energin inte alltid räckte till att få ut den fulla kapaciteten av träningarna. Samtidigt blev det också mycket att organisera på egen hand vilket inte är optimalt i högstadieåldern även om jag klarade av det relativt bra. Det krävde också en stor satsning av föräldrarna för att stöda min idrottskarriär. Min satsning på idrotten tog slut strax efter övergången till gymnasiet. Ifall jag skulle haft möjligheten att få delta i någon form av en idrottsklass skulle min vardag varit i högstadiet gymnasiet varit betydligt mycket lättare. Utöver att studietiden i både högstadiet och gymnasiet skulle varit enklare så skulle även övergången från högstadiet till gymnasiet orsakat betydligt mycket mindre stress och ångest gällande skolprestationer. Dessutom skulle jag garanterat ha utvecklats snabbare under min idrottskarriär med hjälp av stöd som erbjuds i dagens läge med hjälp av idrottshögstadiesförsökets modell. Därför har vi också valt att undersöka hur stödet av kamrater och tränare påverkar idrottande elevers upplevelser inom idrottsklasser. För Fredriks del var upplevelserna liknande till Henris. I högstadiet började träningstiderna vara senare på kvällen och ibland matcher på vardagskvällar, vilket ledde till många trötta morgnar i högstadiet och gymnasiet. Inför tredje året i gymnasiet kände jag inte heller längre var säker på att jag skulle klara av både idrotten och prestera bra under sista året i gymnasiet med studentskrivningar och annat, vilket ledde till att jag lade av med idrotten.

Wylleman och Lavalée (2004) menar även att det är flera ungdomar som står inför samma utmaning under övergången till gymnasiet. För att kunna bli en elitidrottare krävs det i 15 till 19 års ålder en betydligt intensivare insats på träningen för att åstadkomma toppresultat. I gymnasiet är det inte enbart den fysiska aktiviteten som påfrestar utan även pressen på att uppnå goda resultat i skolan. Det är här som idrottsklasserna kommer in i bilden som stödform.

1.2. Syfte och forskningsfrågor

Det treåriga projektet idrottshögstadiesförsöket som pågick åren 2017–2020 strävade efter att underlätta vardagen för idrottande högstadieelever. Projektet erbjöd ett utvecklat stödnätverk för idrottande högstadieeleverna. Syftet med denna avhandling är att undersöka hur elever i pilotprojektet idrottshögstadiesförsöket har upplevt kamratstödet i skolan och i

idrottsföreningen samt tränarnas stöd under projektets gång. Utgående från detta har följande forskningsfrågor utformats.

1. Hur utvecklas kamratstödet hos elever i idrottsklass i åk 7 – 9?
2. Hur upplever elever i idrottsklass kamratstöd i årskurs 7 – 9?
3. Hur utvecklas tränarstödet hos elever i idrottsklass i åk 7 – 9?
4. Hur upplever elever i idrottsklass tränarstöd i årskurs 7 – 9?

1.3. Disposition

Denna avhandling består av totalt sex kapitel. I det första kapitlet presenteras avhandlingens bakgrund och därefter avhandlingens syfte och forskningsfrågor. Teorin i avhandlingen fördelas i två kapitel. I det första teorikapitlet (kap. 2), *Idrott och skolan*, behandlas kombinerandet av idrott och skola i form av dubbelkarriär. Det andra teorikapitlet (kap. 3), *Socialt stöd*, tydliggörs vilka olika sociala faktorer som påverkar för att åstadkomma en lyckad idrottskarriär. I kapitel fyra presenteras avhandlingens metod. I kapitlet specificeras valet av både syftet och forskningsfrågorna samt forskningsansatsen. I det femte kapitlet redogörs undersökningens resultat utgående från forskningsfrågorna. I det sjätte och avslutande kapitlet diskuteras avhandlingens resultat samt metod.

2. Idrott och skolan

I detta kapitel redogörs för vad en dubbelkarriär innebär samt hur dubbelkarriären har utvecklats i Finland. Vidare presenteras projektet idrottshögstadiet försöket samt dess innehåll. Avslutningsvis förklaras även hur idrottarens stödnätverk inom dubbelkarriärer fungerar och vilka personer som hör till idrottarens stödnätverk.

2.1. Dubbelkarriär

I Europeiska unionens riktlinjer beskrivs att en dubbelkarriär innebär att en idrottare kombinerar sin idrottskarriär med studier eller arbete (EU-kommissionen, 2012). En lyckad dubbelkarriär har enligt Ryba m.fl. (2016) och Nikander m.fl. (2021) som mål att erbjuda idrottaren möjlighet till att uppnå den fulla potentialen inom idrott och utbildning. Detta sker i form av att idrottaren i lugn och ro kan fokusera på skolgången och idrottskarriären och har lättare med karriärövergångar till exempel i slutet av idrottskarriären. Dubbelkarriären möjliggör för idrottarna att få en utbildning vilket underlättar idrottarens möjlighet att övergå till arbetslivet då idrottskarriären är över. Aquilina och Henry (2010) påpekar också att i andra länder i Europa har utbildnings- och idrottsmiljön traditionellt sett varit åtskilda från varandra. Nikander m.fl. (2021) lyfter fram att detta även har varit ett problem i Finland. Ansvar för att skapa en miljö som utvecklar idrottaren i idrottssammanhang har tidigare starkt legat på idrottsföreningarna medan skolan enbart tagit ansvaret över elevens utveckling av målen inom utbildningen. Det strukturella stödet som erbjuds i Finland för idrottande skolelever som utför en dubbelkarriär följer EU kommissionens riktlinjer. EU kommissionens riktlinjer har som mål att involvera statliga aktörer inom idrott och utbildning i idrottarens dubbelkarriär. Till dessa aktörer hör bland annat regeringar, idrottsförbund och utbildningsstyrelser runtom i Europa. I riktlinjerna betonas att idrottare som utför en dubbelkarriär bör ha ett mångsidigt stödnätverk omkring sig. Stödnätverket byggs upp av flera organisationer som samarbetar med varandra. Dessa organisationer är idrottsförbund, idrottsföreningar, grenförbund och skolor. Riktlinjerna har även som mål att säkerställa att unga idrottare får en akademisk utbildning eller yrkesutbildning vid sidan av idrotten och således säkerställs deras sysselsättning och anpassning till arbetslivet efter elitidrotten. (EU-kommissionen, 2012)

2.2. Nationella stödprogram för dubbelkarriär i Finland

Grunden till idrottsakademiprogrammet som ligger som stöd för dubbelkarriärerna i Finland lades redan under 1980-talet. Tossavainen (1998) beskriver att då den nationella idrottsakademiverksamheten startade deltog endast ett fåtal skolor i det som under 1980-talet var idrottsakademiprogrammet. De involverade skolorna i idrottsakademiprogrammet startade sin idrottsverksamhet med att använda sig av skolornas klubb- och eftermiddagsverksamhet för utövandet av idrott. Verksamheten började i grundskolans årskurser 7–9. För att en elev skulle få delta i verksamheten så fanns det några olika urvalsmetoder. Ifall det var flera som ville delta i idrottsverksamheten så kunde även vitsordet i gymnastik och uppförande ha en betydelse för vem som fick delta. År 1989 började idrottsinstitutet runtom i Finland utveckla sin tränarverksamhet med avsikt att forma om verksamheten för idrottsakademien (Finlands olympiska kommitté, 2020). Vid samma tidpunkt beviljade Utbildningsministeriet ett officiellt undantagslov för Salpausselkä högstadieskola som möjliggjorde att skolan kunde bilda idrottsklasser. Som ett resultat av detta pilotprojekt skapades den första modellen av idrottsklasser i Finland. Dessa idrottsklasser innefattade elever i årskurs 8 och 9, eleverna som deltog kunde välja gymnastik som tillvalsämne och således ökade inte idrotten elevernas belastning i skolan (Tossavainen, 1998.)

Den första grunden för idrottsklasser i grundskolans årskurser 7–9 på nationell nivå lades i slutet av 1990. Detta i form av ett seminarium som ordnades i Helsingfors (Tossavainen, 1998). Detta seminarium fick idén om idrottshögstadiet att sprida sig runtom i Finland. Nieminen m.fl. (2018) lyfter fram den nya läroplanen år 1994 som en av de viktiga händelserna i utvecklingen av idrottsprofilerade högstadier. Tossavainen (1998) påpekar att läroplanen 1994 erbjöd skolorna i Finland möjligheten att utöka undervisningen med valfri gymnastik och således möjliggjordes även bildandet av idrottsklasser. Utvecklingen av dubbelkarriärer tog ett kliv framåt med hjälp av Nuori Suomi ry. Nuori Suomi ry var en organisation vars uppdrag var att främja barn och ungas välmående med hjälp av motion och idrott. Nuori Suomi ry bildade år 2006 en arbetsgrupp vars mål var att utveckla idrottsverksamheten i högstadier. (Härkönen, 2009.)

Utvecklingsprocessen tog ett stort kliv framåt år 2009 då Finlands olympiska kommitté godkände ett utvecklingsprogram för 2010–2013 vars mål var att utveckla de nationella idrottsakademierna. Utvecklingsprogrammet innehöll mål och åtgärder för utvecklingen av idrottsakademiverksamheten (Nieminen m.fl., 2018). Denna förbättring resulterade i att det lades betydligt mycket mer fokus på den finländska dubbelkarriären. Bland

annat så startade Finlands olympiska kommitté i sin elitidrottsenhet utvecklingen av dubbelkarriärmöjligheterna i idrottsakademiprogrammet. (Rouvali m.fl., 2020) År 2015 introducerades tre olika typer av idrottsskolor och idrottsklasser. Dessa är idrottshögstadium, idrottsbetonad närskola och idrottsprofilerad skola. Rouvali m.fl. (2020) betonar att kombinationen av idrott och skola blev 2015 ett aktuellt tema för den grundläggande utbildningen i årskurserna 7–9. Utöver de tre nya varianterna grundades även en fjärde modell där eleverna som deltar i en idrottsklass erbjuds träningsläger via idrottsförbund eller vid idrottsinstitut. Det ordnades ett nationellt seminarium och en nationell arbetsgrupp grundades. För att utveckla modellen som fokuserade på idrottshögstadium grundades en arbetsgrupp år 2015. År 2017 startade ett projekt med namnet idrottshögstadieförsöket (finska urheiluyläkoulukokeilu). Detta projekt varade fram till våren 2020. (Nieminen m.fl., 2019; 2020; Rouvali m.fl., 2020.) Efter pilotprojektet idrottshögstadieförsöket införde Finlands olympiska kommitté år 2020 idrottshögstadiet som en del av idrottsakademiprogrammet. I denna avhandling fokuserar vi på elever i idrottshögstadium.

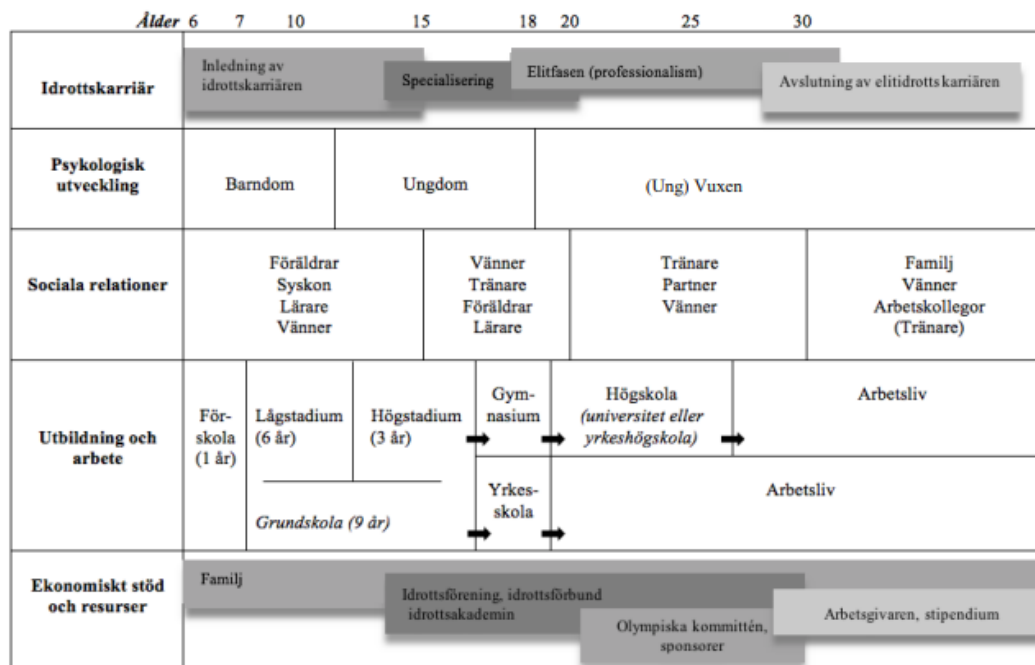
2.3. Dubbelkarriär i Finland

Finlands olympiska kommitté (2020) beskriver målen med den finländska dubbelkarriären är att idrottande eleven först växer som idrottare och sedan utvecklas till en elitidrottare för att därefter bli en framgångsrik idrottare. För att idrottaren skall kunna nå denna utveckling har finländska idrottsakademiprogram utvecklat tre övergripande faser under karriären. De övergripande faserna för idrottskarriären är, att utvecklas som en idrottare, uppnå resultat som en idrottare och en säkerställa kontrollerad karriärsövergång efter elitkarriären. De tre övergripande faserna bildar den grund som dubbelkarriären byggs upp på. (Olympiakomitea, 2020.) Den nationella modellen för anordnandet av dubbelkarriär i Finland bygger på Wylleman och Lavalles (2004) forskningsbaserade holistiska modell kring idrottarens utveckling under olika faser av karriären. Wylleman och Lavalles (2004) har byggt upp en tabell som tydliggör modellen för en dubbelkarriär. Senare har Ryba m.fl. (2016) anpassat denna modell till den finländska dubbelkarriär kontexten. I modellen karakteriseras den finländska dubbelkarriären av olika faser och övergångar under dubbelkarriären. Tabellen klargör idrottskarriären redan från den tidiga barndomen. Den första fasen av dubbelkarriären som visualiseras i modellen av Ryba m.fl. (2016) innefattar val av idrottsgren och utgör således ett startskott för idrottskarriären. Officiellt inleds själva dubbelkarriären i Finland under årskurs

7 i grundskolan och fortsätter ända fram tills elitidrottskarriären avslutas. Karriären avslutas i form av en karriärsövergång till pensionering eller en fortsatt arbetskarriär.

Figur 1

Modellen för finländska dubbelkarriären



(*Ryba m.fl., 2016; Määttä 2021, övers.*)

Dubbelkarriären delas in i fyra faser, inledningen av idrottskarriären, specialiseringen, elitfasen och avslutningen av idrottskarriären. För att förtydliga faserna delas de in enligt ålder. Nieminen m.fl. (2018) förtydligar med att beskriva dessa så att specialiseringsfasen infaller i 12 – 15 års ålder och betonar att då ligger fokuset på helheten att växa som idrottare. Inom denna fas inföll även projektet idrottshögstadietförsöket som utfördes åren 2017 – 2020, projektet utfördes för att utveckla dubbelkarriären i grundskolan (Olympiakomitea, 2020). Sedan följer övergången till andra stadiet i 16 – 20 års ålder som utgör den senare delen av specialiseringsfasen, där idrottaren bedriver sin karriär i idrottsgymnasium och yrkesakademier med idrottslinjer. Den tredje fasen under dubbelkarriären är elitskedet, idrottarna inleder denna fas vid ungefär 20 års ålder. Kännetecknande för denna fas är en övergång från junioridrott till senioridrott, och därmed blir idrotten ett yrke för en del av idrottarna och en del gör en professionell karriär inom idrott. Även Försvarsmaktens idrottsskola ingår som en del av denna fas. Olympiska kommittén delar in de två första faserna och använder benämningen valskedet som gemensam term för dessa faser. Valskedet innefattar de två första faserna, det vill säga tiden från grundskolan fram till slutet av andrastadiet. Här

grundar sig innehållet på att fördjupa idrotten till en passion och mångsidiga idrottsfärdigheterna utvecklas till grenspecifika kunskaper. (Nieminen m.fl., 2018.) Övergångarna i karriären kan vara utmanande och stressande för idrottaren och därför är det även viktigt att det erbjuds stöd från flera olika sociala aktörer, såsom vänner, föräldrar och tränare. Dessa aktörer kan påverka idrottarnas prestationer i en lyckad dubbelkarriär så att idrottaren kan nå goda resultat både i skolan och idrotten. (Ryba m.fl., 2016.) I denna avhandling fokuserar vi på grundskolans årskurser 7–9 och specialiseringsfasen.

2.4. Idrottshögstadiet försöket

Tidigare har det funnits ett starkt behov av en mer organiserad modell som skulle erbjuda bättre möjligheter för idrottande elever att kombinera skola och idrott (Nieminen, 2018). Stambulova m.fl., (2015) har undersökt hur stort behovet för att utföra en dubbelkarriär är hos unga idrottare. Resultaten visar att eleverna vill prestera bra både inom idrott och skola. Det visade sig att idrottare som utför en dubbelkarriär har en tendens att se sig som idrottare i första hand. Detta orsakar i sin tur att den andra karriären, det vill säga skolan blir sekundär så länge idrottaren håller i gång den aktiva satsningen på idrotten (Nikander m.fl., 2020; Ryba, Aunola, Kalaja, m.fl., 2016). I en aktuell undersökning gjord av Ryba m.fl. (2021) visade det sig att flera idrottande ungdomar dessutom avslutar sin dubbelkarriär då de går ut gymnasiet. Detta tyder på att bland annat stödet för dubbelkarriär måste utvecklas för att elever i grundskolans årskurser 7–9 skall uppleva att dubbelkarriären inte måste avslutas efter gymnasiet.

Under 2017 lanserades ett treårigt pilotprojekt av undervisnings- och kulturministeriet med namnet idrottshögstadiet försöket. Idrottshögstadiet försöket är en del av den olympiska kommitténs idrottsakademihelhet vars uppdrag är att skapa en nationell modell som förenklar dubbelkarriären, det vill säga kombinationen av idrott och skola. Idrottshögstadiet försöket är en utbildningsmodell, eftersom modellen möjliggör att eleverna får träna i sin valda idrottsgren och samtidigt avlägga en grundskole- eller gymnasieutbildning. Syftet med idrottshögstadiet försökets modell är att erbjuda unga en väg till en professionell idrottskarriär samt möjliggöra kombinationen av professionell träning och utbildning i ett tidigt skede av idrottskarriären då grunden för en framtida elitidrottskarriär etableras. Försöket är avsett för elever som är ambitiösa idrottare och vill utvecklas i sin idrott samtidigt som de studerar. (Nieminen m.fl., 2018.)

Projektets huvudmål är att stöda elevernas utveckling som idrottare och förbättra toppidrottarnas möjligheter att lyckas internationellt. I detta projekt deltog totalt 25 skolor från 14 olika kommuner. Programmet inleddes i augusti 2017 och varade fram till våren 2020. (Nieminen m.fl., 2019.) Totalt deltog över 2 000 elever i programmet under 2017 och 2020. I sin helhet består projektet av ett urvalsprov och tre kärninnehållshelheter. För att antas till idrottshögstadiet försöket så bör eleverna uppfylla vissa krav i form av ett urvalsprov. (Rouvali m.fl., 2020.)

Projektets första centrala innehåll är att kunna erbjuda eleverna 10 timmar fysisk aktivitet under skolveckan mellan klockan 08.00 och 16.00. Detta sker i form av en inkluderande modell som inte orsakar mer skoljobb för eleverna utan istället ersätter vissa lektioner med fysisk aktivitet. För att detta innehåll skulle fungera så förverkligas detta i samarbete med idrottsföreningar. Det andra av de centrala innehållen i idrottshögstadiet försöket är Växa som idrottare helheten. Detta är även det större centrala innehållet i idrottshögstadiet försöket. Växa som idrottare helheten och innehållets huvuduppgift är att utveckla elevernas fysiska kondition. Detta är dock inte enda som helheten innehåller, den består även av andra viktiga delar i en idrottares vardag, såsom vila och goda matvanor. Denna helhet har blivit till av en grupp experter samlade från olika organisationer som jobbar med bland annat elitidrott och dubbelkarriärer. Gruppen har byggt ihop en modell med innehållsrekommendationer för helheten (se figur 2). Rekommendationerna är de samma för alla grundskolor som deltar i idrottsakademiprogrammet. Målet med innehållsrekommendationerna är att fungera som en läroplan för verksamhet som stöder idrottarens tillväxt. Syftet med själva innehållet är att främja idrottarnas utveckling av en fungerande vardag och grundar sig på expertarbete som är utformat för dubbelkarriärer. Det är i denna helhet som intresset för idrotten formas till en slags passion, de mångsidiga idrottsfärdigheterna förstärks och utvecklas i form av grenspecifika färdigheter. Som stödmaterial för att bygga upp anvisningarna har expertgruppen även använt sig av bakgrundsmaterial från Utbildningsstyrelsens läroplan för grundläggande utbildning 2014. I rekommendationerna har det strävats efter att fördjupa innehållet i läroplanen och anpassa den för idrott, hälsokunskap, hushållskunskap och elevhandledning ur idrottens perspektiv (Nieminen m.fl., 2020.)

Enligt Mononen m.fl. (2014) så bör en ung idrottare träna minst 20 timmar i veckan varav 10 timmar fysisk aktivitet inklusive skolidrott och vardagsmotion för att bli en framgångsrik elitidrottare. Dessa riktlinjer har påverkat hur rekommendationerna för ”växa som

idrottare” helheten har byggts upp. Innehållsrekommendationerna för ”växa som idrottare” helheten består av fem huvudkategorier som sedan är underkategoriserade för årskurserna 7–9. Huvudkategorierna är Motoriska grundfärdigheterna, Fysiska egenskaperna, mentala färdigheterna, grenspecifika utvecklingen samt levnadsvanorna. Av dessa fem kategorier ansvarar idrottsföreningarna för den grenspecifika utvecklingen skolorna för resterande fyra kategorierna. Under varje huvudkategori lyfts det fram innehåll där det betonas ett av innehållen med en större roll under de olika årskurserna. I figuren framkommer vilka innehåll som betonas inom huvudkategorierna under grundskolans årskurser 7–9. Innehållet varierar en aning mellan årskurserna i form av att huvudfokus på innehållet skiljer sig mellan årskurserna, men innehåll från alla delområden tas ändå upp under varje årskurs. (Nieminen m.fl., 2020.)

Figur 2

Modellen för innehållsrekommendationerna i ämnesshelheten ”växa som idrottare”

	Motoriska grundfärdigheter	Fysiska egenskaper	Mentala färdigheter	Levnadsvanor	Grenspecifika utvecklingen
Åk 7.	Rörelsefärdigheter Balansfärdigheter Redskapshantering	Snabbhet Rörlighet Övrigt	Glädje och inträse Starkt självförtroende Självregleringsförmåga	Rent spel Livshantering Välmående: <i>kost, sömn och fysisk aktivitet</i> En frisk idrottare	Rekommendationerna för grenspecifika innehållet går enligt förbundens anvisningar
Åk 8.	Redskapshantering Balansfärdigheter Rörelsefärdigheter	Uthållighet Snabbhet Övrigt	Glädje och inträse Starkt självförtroende Självregleringsförmåga	En frisk idrottare Välmående: <i>kost, sömn och fysisk aktivitet</i> Livshantering Rent spel	
Åk 9.	Balansfärdigheter Rörelsefärdigheter Redskapshantering	Styrka Rörlighet Övrigt	Starkt självförtroende Självregleringsförmåga Glädje, inträse och passion	En frisk idrottare Välmående: <i>kost, sömn och fysisk aktivitet</i> Livshantering Rent spel	

(Nieminen m.fl., 2020)

Det sista centrala innehållet för projektet innehåller möjligheten att integrera digitala verktyg i undervisningen för att möjliggöra en flexiblere skolvardag för idrottande elever. Med detta kan eleverna ta igen missade skolevenemang och uppgifter och dessutom erbjuds eleverna möjlighet till distansundervisning. För att bli antagen till idrottshögstadiet försöket måste eleverna utföra ett urvalsprov i slutet av årskurs 6. Urvalsprovet

är det första som eleverna bemöter i projektet idrottshögstadiet. Urvalsprov har länge använts i flera olika samband med idrotts betona utbildningar. Idén med ett nationellt urvalsprov är att jämlikt kunna säkerställa att alla deltagande har uppfyllt samma krav för att delta i idrottshögstadiet. (Nieminen m.fl., 2019., Rouvali m.fl., 2020.)

Urvalsprovet byggs av två olika delar (se figur 3). I den första delen av urvalsprovet utför alla elever samma test medan den andra delen byggs upp av grenspecifika test. De grenspecifika testen beror på vilken skola som den sökande söker in i samt vilken idrottsgren som eleven utövar. Första delen av idrottshögstadietets lämplighetsprov består av 48 poäng. Första delen som är densamma för alla sökande delas upp i sex olika delmoment där eleverna kan få maximalt åtta poäng för varje delmoment. Dessutom finns det ett valfritt sjunde delmoment där skolorna har möjligheten att välja ett valfritt extra moment som kan bestå av ett grenspecifikt test. Ifall skolan väljer att ha med det valfria sjunde momentet så inräknas inte den sökande elevens sämsta delmoment med i poängsättningen av den första delen. Den andra delen i urvalsprovet utförs inte av alla elever utan bara av vissa elever som utövar vissa specifika idrottsgrenar. Den andra består av ett skolspecifikt tilläggstest där eleverna kan få tolv poäng vilket betyder att urvalsproven som innehåller båda delarna består totalt av 60 poäng. (Nieminen m.fl., 2019.)

Figur 3

Modellen för urvalsprov i idrottshögstadiet



(Nieminen m.fl., 2019)

2.5. Möjligheter och utmaningar med dubbelkarriär

Rossi och Hallmann (2021) beskriver några olika faktorer som påverkar dubbelkarriärens gång på olika nivåer. De delar in faktorerna i tre kategorier. Kategorierna är intrapersonella, mellanmännsliga och strukturella. De intrapersonella utmaningarna och möjligheterna är de som styrs av idrottarens inre motivation. Utmaningarna är att idrottaren upplever stress, ångest eller depression medan fördelarna är att dubbelkarriären ökar idrottarens motivation och driver denne mot bättre resultat. I den mellanmännsliga kategorin lyfts fram de faktorer som styr den yttre motivationen. Utmaningarna inom denna kategori är att idrottaren inte får tillräckligt med stöd av till exempel kamraterna, medstudenter, tränarna eller lärarna. Medan möjligheterna med den mellanmännsliga kategorin är att idrottaren har kontaktpersoner både inom idrotten och utbildningen. Under den strukturella kategorin lyfts tidsbrist, ekonomiska problem, långa avstånd mellan förflyttningar och olämpliga eller bristfälliga redskap och inrättningar fram som utmaningar. Fördelarna för den strukturella kategorin däremot är stöd från yttre organisationer som olympiska kommittén i form av ekonomiskt stöd. (Rossi & Hallmann, 2021).

Aquilina (2009) påpekar även att de höga kraven på eleverna som utför en dubbelkarriär, lägger eleverna i en livssituation som kan jämföras med personer som har en hög chefsposition i yrkesvärlden. En av de största utmaningar med dubbelkarriärer i Finland är att kontrollera belastningen så idrottarna inte bränns ut på grund av den progressivt stigande belastningen inom idrott och skolgång. Även om träningarna integreras med skolundervisningen så finns det en risk att eleven har till exempel två träningar under samma dag. Träningarna kan påfresta idrottaren för mycket, och som följd till detta kan det i sin tur leda till en ökad risk av skador. Utöver fysiska skador så finns det även en stor risk för att dubbelkarriärens press orsakar för eleverna psykiska problem såsom ångest, depression eller utmattning (Schinke m.fl., 2018).

En dubbelkarriär inom idrott medför flera möjligheter och gynnar både idrottaren och samhället. Att satsa allt på en idrottskarriär kan vara osäkert ur ett långsiktigt perspektiv, då karriären kan ta slut på ett ögonblick. Om karriären får en oväntad vändning och inte går som förväntat, är det bra att ha en utbildning som säkerställer en trygg framtid. Detta gynnar således samhället med minskad risk för att idrottaren exkluderas i samhället efter sin karriär och säkrar att idrottaren istället kan fortsätta sin karriär inom arbetslivet. Med detta undviks att idrottaren inte övergår till att bli en extra kostnad för samhället i form av idrottaren måste försörjas av samhället. Idrottaren gynnas däremot eftersom hen kan fokusera på den nuvarande karriären och behöver inte således fundera över vad som sker efter karriären. (Ryba m.fl., 2015.)

Nyligen utförda studier från Danmark visar att elever som utför en dubbelkarriär presterar bättre i skolan, och klarar bättre av skoluppgifterna jämfört med elever som är utanför idrottsakademiprogrammen. (Storm & Eske, 2022). Stambulova m.fl. (2009) lyfter fram att utan ett stödnätverk som stöder dubbelkarriär finns det en högre risk för att idrottare drabbas av ångest och stress. Resultaten av Nikander m.fl. (2021) studie understöder detta och betonar samtidigt även att idrottare som utför en dubbelkarriär har ett mer balanserat liv, mindre stress och ökat välbefinnande i jämförelse med idrottare utan strukturellt stöd för dubbelkarriär. Nikander (2021) presenterar fem fördelar som dubbelkarriären för med sig. En av dessa fördelar är att dubbelkarriären både kan utveckla eleven som toppidrottare och samtidigt främja elevens framgång i skolan. De fördelar som Nikander ytterligare nämner är de hälsorelaterade och sociala fördelarna som dubbelkarriären för med sig. De hälsorelaterade fördelarna med en dubbelkarriär är att eleverna har ett ökat välmående i och med att eleverna har en bättre balans i vardagen och samtidigt är de mer stresståliga. De sociala faktorerna som bidrar till en bättre utveckling är att idrottarna får ett större socialt stödnätverk och bättre relationer. Utöver utmaningarna med överbelastningen så finns även en annan stor utmaning som är kommunikationen mellan idrottsföreningarna denna utmaning orsakas ofta på grund av mängden olika föreningar som är involverade i stödprocessen (Nikander, 2021).

2.6. Sammanfattning

Den nationella modellen som ska stödja idrottarens dubbelkarriär i Finland har i stort sett utvecklats mycket bra och strukturen har fått en god grund. Projektet idrottshögstadiesförsöket har möjliggjort ett stort kliv framåt i utvecklingen och samtidigt kunna effektivt utveckla dubbelkarriären. Om vi jämför oss med Sverige som är ett av de första länder i Europa med att utveckla egna riktlinjer för dubbelkarriärer så kan vi tydligt se att riktlinjerna motsvarar mycket varandra och Finlands utveckling har tagit stora steg närmare Sverige. Bland annat så utgår både Finland och Sverige ur samma modell av Wyllemans och Lavalles (2004) i deras dubbelkarriär Bankel m.fl (2018). Det som underlättar och möjliggör den snabba utvecklingen av dubbelkarriären är att vi känner till de största utmaningarna med dubbelkarriären och samtidigt har det gjorts väldigt många och grundliga undersökningar just kring idrottshögstadiesförsöket i Finland. Med hjälp av undersökningarna känner vi till hur alla involverade parter i dubbelkarriären upplever att det fungerar. Och därefter kan de bestämmande organen utveckla verksamheten på basis av undersökningsresultaten.

Även denna avhandling grundar sig på datamaterial som är insamlat av just elever som tillhör projektet idrottshögstadiet. I vår avhandling fokuserar vi på elevernas relationer till kamrater och tränare samt hur de har upplevt att stödet som eleverna fått via tränare och kamrater. Detta är ett tema som det inte tidigare fanns undersökning i så även resultaten av denna avhandling kan användas för att utveckla dubbelkarriären i Finland.

3. Socialt stöd

I detta kapitel presenteras vad begreppet stöd innebär samt hur stödnätverket i dubbelkarriärer är uppbyggt. Därefter diskuteras även hur tränarna och kamraternas stöd påverkar elever som utför en dubbelkarriär.

3.1. Definition av begreppet socialt stöd

Ordet stöd kan avse många olika saker och det finns flertal olika former av stöd. Nationalencyklopedin definierar begreppet stödja att ge intellektuellt eller moraliskt stöd. I denna avhandling använder vi ordet stöd för att avse socialt stöd. Socialt stöd definieras av American Psychological Association (u.å.) som olika former av hjälp som ges till andra för att hjälpa dem handskas med biologiska, psykologiska och sociala stressframkallande faktorer. Socialt stöd kan förekomma i många olika former, det kan vara materiellt eller monetärt, praktiskt eller emotionellt (Schwarzer & Buchwald, 2004). Materiellt och monetärt stöd innebär att stödgivaren erbjuder konkret hjälp genom att hjälpa till finansiellt eller anskaffning av utrustning. Praktisk hjälp kan bestå av olika tjänster, exempelvis hjälp att städa, skjutsar eller ge råd inför beslut. Emotionellt stöd är baserat på att personen som får stöd känner sig uppskattad och tillhörighet. (American Psychological Association, u.å.; Schwarzer & Buchwald, 2004)

3.2. Idrottarens stödnätverk

Idrott hör till de vanligaste fritidssysselsättningarna som finns bland barn och unga. För att lyckas krävs det att idrottaren får stöd av olika slag av olika personer runt idrottaren (Dorsch m.fl., 2022). Tidigare forskning kring dubbelkarriärers stöd har visat att för att en idrottare skall kunna uppleva glädje och intresse för idrotten så bör idrottaren ha en motiverande omgivning. Flera studier betonar familjens, kamraternas och tränarnas stöd som den mest betydelsefulla faktorn som stöd i dubbelkarriärer. Samma grupp av stödfaktorer är även de som kan påverka bäst på hur en idrottare väljer att fortsätta eller avsluta sin dubbelkarriär. Föräldrarnas och tränarnas ledarstil, uppförande samt sättet att reagera på idrottarens känslor har en tydlig påverkan på hur idrottarens motivation utvecklas. (Ryba m.fl., 2016) En framgångsfaktor som finns i den finländska dubbelkarriärs modell är den så kallade stödgruppen. Stödgruppen består

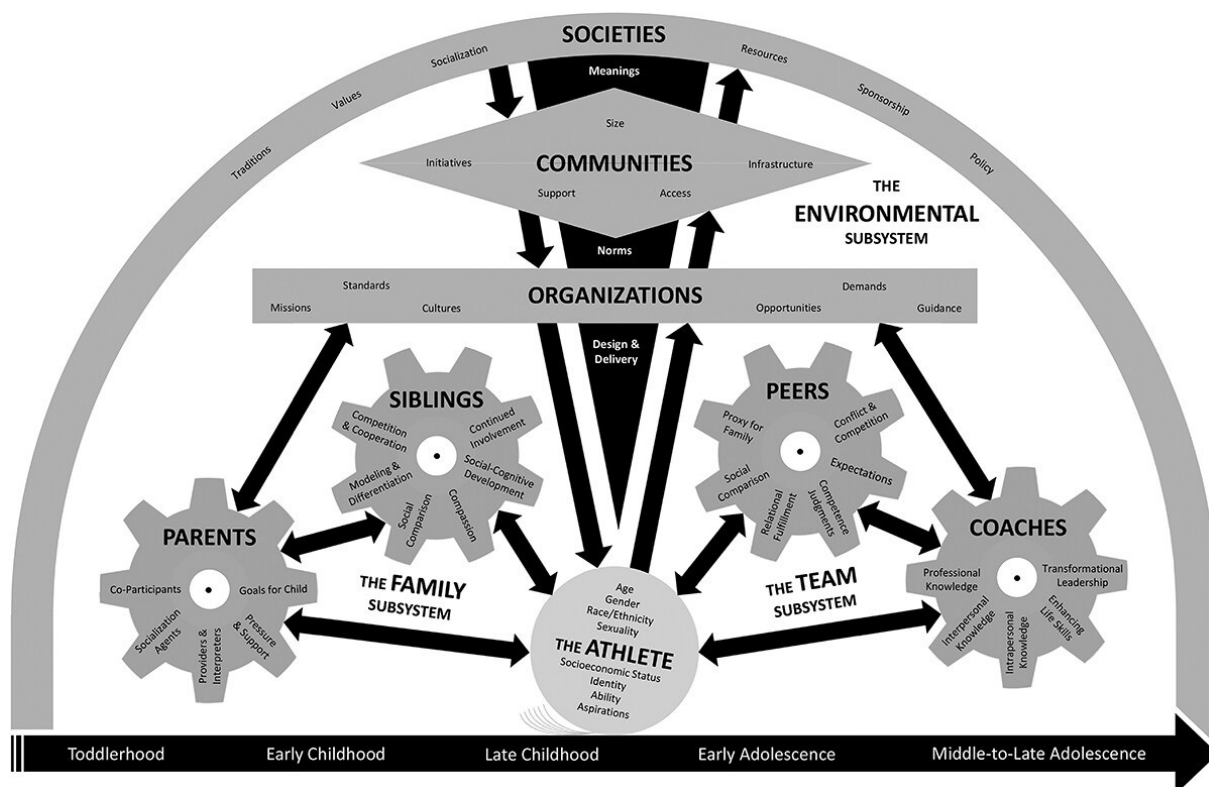
av bland annat lärare, rektorer tränare och fysioterapeuter. Dessa bildar en tillsammans en expertgrupp som fokuserar på att utveckla idrottarens möjligheter att utföra en dubbelkarriär på ett lyckat sätt. Stödgruppen skiljer sig från stödpersonerna däremot som består av familjen och idrottskamraterna har som huvudmål att utveckla idrottarens välmående och motivation under dubbelkarriären medan expertgruppen har den expertis som krävs för att stöda elevens utveckling i skolan och idrotten. (Nikander m.fl., 2021)

Ett fungerande stödnätverk är en av faktorerna som Sorkkila m.fl. (2020) finner att minskar risken för både idrottslig och skolrelaterad utbrändhet bland unga idrottare. Rosenfeld m.fl. (1989) har i sin undersökning om hurdan socialt stöd en idrottare behöver och vem som kan ge stödet. Författarna lyfter fram att fyra av delområdena kan ges av vilken person som helst runt idrottaren, medan det finns två delområden som endast kan ges av personer med tillräcklig teknisk kompetens kring grenen som idrottaren utövar. Kategorierna vilken person som helst kan ge en idrottare är: att lyssna på idrottaren, emotionellt stöd, emotionell uppmuntran samt delad social verklighet. De två kategorierna Rosenfeld m.fl. (1989) menar att endast en person med tillräcklig grenspecifik kunskap kan ge en idrottare är teknisk uppskattning, samt teknisk uppmuntran.

Tidigare forskning kring olika stödformer för idrottare har oftast fokuserat på någon individuell person eller grupp runt idrottaren. Dorsch m.fl. (2022) menar att forskningen kring unga idrottare för tillfället är isolerad i olika sektioner utan överblick hur de olika stödgrupperna kring unga idrottare samverkar sinsemellan. För att hjälpa fortsatt forskning kring stöd för idrottare skapa förståelse hur de olika stödgrupperna samverkar har Dorsch m.fl. (2022) utvecklat en heuristisk visualisering av stödnätverket runt unga idrottare. Den visualiserade modellen är presenterad i figur och är indelad i tre undersystem, familjen, föreningen eller laget, samt miljönätverket. Dessa tre undersystem både stöder och inverkar på idrottarens karriär. Utöver detta stöder systemen även varandra på olika sätt.

Figur 4

Stödnätverket för en dubbelkarriär



Visualisering av stödnätverket för en idrottare som utför en dubbelkarriär (Dorsch m.fl., 2020)

Familjens stödnätverk består av föräldrar eller vårdnadshavare samt sociala relationer med syskon. Dorsch m.fl. (2022) betonar att en part inom idrottarens stödnätverk är betydligt mer viktig än de andra och lyfter fram familjens stöd och särskilt föräldrarnas stöd som det närmaste, och ofta viktigaste stödet för många unga idrottare. Sheridan m.fl. (2014) finner i sin metaundersökning att föräldrar har en viktig roll i den idrottsliga utvecklingen av unga idrottare. Flera tidigare undersökningar har kommit fram till att föräldrar hjälper till att forma miljön runt idrottaren tillsammans med tränare och lagkamrater och bidrar med emotionellt stöd i olika former (Dorsch m.fl., 2022; Keegan m.fl., 2014; Sheridan m.fl., 2014).

Lagkamrater och tränare bygger upp det stödnätverk som föreningen erbjuder. Dorsch m.fl. (2022) lyfter fram hur föreningens stödnätverk blir allt viktigare i tonåren och tar över en del av stödet idrottaren får från familjen i tidigare ålder. Då ökar bland annat föreningens ansvar för att idrottarens progressiva idrottsliga utveckling. Tränaren bidrar med sin expertis för att utveckla och hjälpa idrottaren att nå sina mål. Föreningens stöd innebär även att lagkamraterna kan stötta idrottaren emotionellt och motivera till bättre framgång.

I modellen presenteras även miljön och omgivningen som en övergripande nivå i stödnätverket. Miljönätverket består av olika samhälleliga nivåer, exempelvis grenförbund, idrottsakademier, närsamhället samt övriga samhället som alla inverkar på idrottare genom värderingar, infrastruktur för idrottsutövande, samt politik kring idrott. Olympiakomitea (2020 b) lyfter fram olika stödpersoner som kan kategoriseras just i denna övergripande nivå. Bland annat akademikoordinator, fysioterapeut, idrottsläkare, idrottspsykolog, näringsterapeut och fysiolog. Dessa stödpersoner ligger bakom en resursfråga och alla idrottare har inte automatiskt möjligheter till dessa.

Modellen är menad som en visualisering av aktörerna runt en ung idrottare, men återspeglar inte hur de olika aktörerna interagerar med varandra, Dorsch m.fl. (2022) menar att deras modell för idrottarens stödnätverk är menad för att underlätta forskningen kring hur växelverkan mellan aktörer kring idrottare fungerar. Enligt Davis m.fl. (2019) består ett fungerande stödnätverk av ett samarbete av hög kvalitet där alla parter respekterar och uppskattar varandra. För att en idrottande skolelev skall lyckas med sin dubbelkarriär bör stödnätverket inkludera de egenskaperna som visualiseras i modellen av Dorsch m.fl (2022). Då dessa egenskaper uppfylls har vi ett fungerande stödnätverk som i sin tur formar en trygg känsla för idrottaren att utvecklas under sin dubbelkarriär. Studier visar att stödnätverk har en direkt påverkan på idrottarens välbefinnande, idrottare med fungerande stödnätverk upplever således höga nivåer av välbefinnande och trygghet som i sin tur leder till en ökad motivation.

Davis m.fl. (2019) påpekar även att kommunikationen mellan de olika stödfaktorerna och idrottaren har en stor påverkan hos idrottaren. En god kommunikation är också en viktig del för ett fungerande stödnätverk. En god kommunikation ökar på relationernas kvalitet. Bättre relationer mellan de olika stödparterna utvecklar bland annat stödets kvalitet. Studier visar även att idrottare med bättre stöd oftast är bättre på att hantera konflikter än idrottare med icke fungerande stödnätverk. De relationer som vi fokuserar specifikt på i denna avhandling är stödet som tränarna, lagkamraterna samt skolkamraterna erbjuder för idrottaren.

3.3. Tränarstödet för idrottaren

I en dubbelkarriär har idrottarens omgivning en mycket stor betydelse. Som ovan nämnt bidrar flera personer i idrottarens omgivning med en egen roll. Alla i omgivningen bidrar med en egen roll i att idrottaren kan utvecklas till en framgångsrik elitidrottare. I figur 4 tydliggörs vilka stödpersoner som ligger närmast idrottaren ur en idrottskarriärs perspektiv. Tränaren hör till en

av de närmaste stödpersonerna en idrottare har, vilket kan ses som naturligt då en idrottare med ambitioner att satsa på idrotten spenderar mycket tid med tränaren under träning och tävlingar. Således har tränaren även ett stort inflytande över hur idrottaren ser sig själv och fortsättningen av karriären. I detta underkapitel behandlas på vilka sätt tränarens beteende inverkar på idrottaren. (Caglar m.fl., 2017)

Genom en studie var både idrottare och tränare intervjuats har Rhind och Jowett (2010) tagit fram en modell för vad som kännetecknar en god relation mellan idrottare och tränare. Modellen består av sju huvudkategorier: Konflikt hantering, öppenhet, motivation, positivitet, rådgivning, stöd, samt socialt nätverk. Wekesser m.fl. (2021) har undersökt tränarens beteende som inverkar på unga idrottares grundläggande psykologiska behov, och således kan inverka på idrottarens motivation att fortsätta med idrott. I likhet med Wekesser m.fl. antyder Saarinen m.fl. (2020) i sin artikel att det finns ett samband mellan att de grundläggande psykologiska behoven tillfredsställs och fler autonoma mål ställs och ett ökat positivt engagemang. Tidigare forskning har funnit att tränaren även har en viktig roll. Studier har även visat att kvaliteten på tränarens och idrottarens relation är direkt kopplad till resultaten i idrottsprestationerna samt idrottarens välbefinnande och intresse för idrotten. Dessutom har forskning inom färdighetsutveckling betonat att öppen och ärlig kommunikation är en viktig funktion mellan tränarens och idrottarens relation. Den möjliggör för tränare och idrottare att dela information som till exempel mål och individuella planer samt bygger förtroende (Davis m.fl., 2019)

Wekesser m.fl. (2021) delar in tränarnas beteenden i sex olika kategorier, autonomistödjande, kompetensstödjande, tillhörighetsstödjande, samt autonomihindrande, kompetenshindrande och tillhörighetshindrande. Kategorierna är baserade på Ryan och Decis (2000) självbestämmandeteori och utgår från att allting tränaren gör påverkar idrottarens motivation. Saarinen m.fl. (2020) lyfter fram att de flesta idrottarna som deltagit i deras studie upplevt kontrollerande, eller hindrande beteenden, samt att tränarna endast bryr sig om idrottarens utveckling inom idrott, medan den akademiska utvecklingen inte verkar intressera de flesta tränare. Som kontrollerande eller hindrande beteenden kan bland annat ses genom att tränaren inte är intresserad av idrottarens liv utanför idrotten, endast vissa beteenden och träningsmönster ses som acceptabla. Men även att tränaren favoriserar de bästa idrottarna, samt skapar en tävlingskultur inom laget och att det läggs stor vikt på tävlingsresultat.

3.4. Kamraters stöd för idrottaren

Jämfört med vårdnadshavares och tränares betydelse för idrottare finns det mindre forskning över hur kamrater inverkar på idrottaren. Den tidigare forskning vi hittat om ämnet är även begränsad på så sätt att den tenderar fokusera på relationen idrottare emellan, eller jämför idrottare med icke-idrottare, men inte relationen mellan idrottare och icke-idrottare. Mossman m.fl. (2021) har i sin undersökning av unga idrottare funnit att motivationsklimatet skapat av kamrater har en väldigt stor inverkan på hur väl unga idrottare utvecklar livskompetenser i samband med idrotten. Kamraternas inverkan på livskompetensernas utveckling är större än både tränarens och föräldrars inverkan. De livskompetenser som Mossman m.fl. (2021) lyfter fram att stöds är samarbete, att sätta mål, sociala och emotionella färdigheter, problemlösning och beslutsfattande, tidsplanering, samt kommunikation mellan människor. Utöver livskunskaperna har kamraterna även en stor betydelse för utvecklandet av självförtroendet, engagemang, inre motivation, samt positiv karaktär.

Även om det är lagkamraterna som har störst betydelse för att idrottaren utvecklar dessa färdigheter så har även tränaren en viktig roll. Både Mossman m.fl. (2021) och Cronin m.fl. (2022) menar att det är genom tränarens beteende som miljön var idrottarna kan utvecklas skapas. Alltså är det upp till tränaren att skapa relationer till hans idrottare för att de sedan skall skapa miljön var de stöder varandra. Även Agans m.fl. (2018) har undersökt hur motivationsklimatet inom ungdomsidrott utvecklats och kommit fram till liknande slutsatser. De lyfter fram miljön som den viktigaste faktorn för hurdan utveckling idrottarna kommer uppleva. Då miljön inom laget är uppgiftsorienterad så upplever idrottare flest positiva resultat, medan idrottare i prestationsinriktade miljöer upplever sämst resultat, speciellt om miljön har mycket tävling inom laget. Både Keegan m.fl. (2014) och Çağlar m.fl. (2017) betonar vikten av kamraternas stöd som emotionellt viktigt. Kamraternas stöd är viktig faktor för idrottarens inre motivation och goda relationer mellan kamraterna får idrottaren att känna sig som en del av gemenskapen, samtidigt kan eleven lättare hantera sina känslor och känner sig tillfredsställd i sin position.

3.5. Föräldrastöd för idrottaren

Tränarens och lagkamraternas stöd är precis lika viktiga för idrottaren. Men de som ligger närmast i idrottarens omgivning är familjen och vännerna, dessa personer påverkar mest idrottarens utveckling utanför idrotten men också inom idrotten. (Olympiakomitea, 2020 b) Travis m.fl. (2020) menar att familjen är den mest närliggande stödfaktorn som främst påverkar

idrottarens beteenden, attityder och upplevelser. Även tränaren hör till kärnan av stödnätverket som kan påverka på idrottarens beteende, attityder och upplevelser. Men tränaren har ett större ansvar för att utveckla idrottarens självförtroende, motivation, färdigheter såsom styrka och uthållighet samt se till att idrottarens intresse för grenen uppehålls.

Wylleman och Lavallee (2004) påpekar att Idrottarens sociala nätverk i allmänhet inte endast består av tränare utan även föräldrar och kamrater, alla dessa spelar också en viktig roll genom olika stadier av idrottskarriären. Ryba m.fl. (2016) har tydliggjort i sin modell som karakteriserar den finländska dubbelkarriären samt des olika stödfaktorer som medföljer den idrottande elevens karriär. (se tabell 1) Dessutom lyfts också de viktigaste sociala relationerna. Tabellen av Ryba m.fl. (2016) tydliggör hur bland annat stödnätverket och de närmaste sociala relationerna utvecklas under karriären. Samtidigt karakteriseras vilka som är de faktorer som krävs i de olika livsskedena för en fungerande dubbelkarriär. Föräldrarnas främsta roll är att uppmuntra och motivera den idrottande eleven. Föräldrarnas roll ändras då idrottaren kommer in i vuxenåldern och ändras till att acceptera och stödja idrottarens egna beslut under idrottskarriären. Det är även viktigt att anpassa stödet enligt idrottarens ålder. Föräldrarnas roll i det sociala stödet är inte enbart den att de stöder idrottaren i de emotionella utmaningarna, utan föräldrarnas ekonomiska stöd i barndomen och ungdomen spelar en omfattande roll i idrottarens karriär (Keegan m.fl. 2014).

4. Metod

I detta kapitel presenteras avhandlingens syfte samt forskningsfrågor. Därefter presenteras valet av forskningsansatsen. Senare i kapitlet diskuteras både enkät och intervju som datainsamlingsmetod. Avslutningsvis diskuteras även valet av respondenter samt reliabilitet, validitet och etik.

4.1. Syfte och forskningsfrågor

Det treåriga projektet idrottshögstadiet försöket som pågick åren 2017–2020 strävade efter att underlätta vardagen för idrottande högstadieelever. Projektet erbjöd ett utvecklat stödnätverk för idrottande högstadieeleverna. Syftet med denna avhandling är att undersöka hur elever i pilotprojektet idrottshögstadiet försöket har upplevt kamratstödet i skolan och i idrottsföreningen samt tränarnas stöd under projektets gång. Utgående från detta har följande forskningsfrågor utformats.

1. Hur utvecklas kamratstödet hos elever i idrottsklass i åk 7 – 9?
2. Hur upplever elever i idrottsklass kamratstöd i årskurs 7 – 9?
3. Hur utvecklas tränarstödet hos elever i idrottsklass i åk 7 – 9?
4. Hur upplever elever i idrottsklass tränarstöd i årskurs 7 – 9?

4.2. Val av forskningsansats

Då en undersökning inleds utgår den från en problemformulering. Utgående från problemformuleringen bör forskaren välja den lämpligaste forskningsansatsen för att svara på forskningsfrågorna. Kvantitativ metod använder sig typiskt av siffror som analysenhet, medan kvalitativ metod använder sig av ord, bilder eller observationer. Oftast är kvantitativa undersökningar större än kvalitativa och söker generaliserbara svar på forskningsfrågorna, medan kvalitativa undersökningar oftast har färre respondenter och försöker förstå olika fenomen på en djupare nivå (Denscombe, 2018.)

Men förutom att välja endera kvantitativ eller kvalitativ forskningsansats så kan forskaren även välja att kombinera ihop dessa till något som kallas metodkombination (engelska, mixed-method) (Denscombe, 2018). Enligt Denscombe (2018) finns det vissa fördelar med att använda metodkombination för en undersökning. En fördel är att forskaren kan jämföra undersökningens fynd mellan de olika forskningsmetoderna och kontrollera om de

stämmer överens. Användandet av metodkombination kan även förbättra en undersökning genom att kombinerandet av olika forskningsmetoder ger en mer fullständig bild av fenomenet som undersöks. Som sista fördel Denscombe (2018) lyfter fram är utveckling av analysen. Genom användningen av flera forskningsmetoder kan forskaren använda en metod för att skaffa information åt en annan.

När en undersökning som använder metodkombination inleds bör forskaren ta i beaktande hur hen utformar undersökningen. Det är viktigt att fundera över vilka metoder som används i undersökningen och hur de kan kombineras på bästa sätt för att skapa en logisk grund till användningen av flera metoder. Metoderna kan kombineras ihop på flera olika sätt. Undersökningen kan utföras sekventiellt, det vill säga att den går från kvantitativ till kvalitativ eller vice versa. Men metoderna kan även användas parallellt vilket blir en simultan studie (Denscombe, 2018.)

I denna undersökning använder vi oss av både kvantitativa och kvalitativa metoder i en kvantitativ till kvalitativ sekventiell ordning för att undersöka forskningsfrågorna. Detta eftersom syftet är att samla in data i större omfattning och ge mer objektiva resultat samt att fördjupa sig mera på orsakerna till resultaten. I och med att kvantitativ forskning inte inkluderar människors känslor och uppfattningar då den endast fokuserar på mätbara data, så får vi genom att använda både kvantitativa och kvalitativa metoderna, framför allt betydligt mer och djupare data att besvara forskningsfrågorna. (Heikkilä, 2014)

Genom kvantitativ forskning kommer data att presenteras i form av siffror och procentandelar. Därför kräver kvantitativ analys en stor och representativ respondentgrupp. Datainsamling i kvantitativ forskning genomförs genom enkäter med färdiga svarsalternativ. Resultaten beskrivs med numeriska värden och används även för att identifiera samband mellan olika objekt och övergripande förändringar i de fenomen som undersöks. Kvantitativ forskning hjälper till att förstå den nuvarande situationen men kan inte riktigt klargöra orsakerna till förändringar eller sambanden emellan dem. (Heikkilä, 2014.)

Enligt Denscombe (2018) skall kvalitativ forskning användas då forskaren försöker mer komplexa fenomen. Vad som menas med mer komplexa fenomen är att forskaren vill undersöka saker som inte kan bedömas med siffror, exempelvis människors upplevelser eller erfarenheter om olika fenomen. Datainsamling för kvalitativa forskningsmetoder kan ske på många sätt, till de vanligaste sätten hör intervjuer och observationer. Där kvantitativa forskningsmetoder ger möjligheter att förstå den nuvarande situationen på ett grundligt plan,

strävar kvalitativa forskningsmetoder istället till att gräva djupare och hitta orsaker till uppfattningar och upplevelser av situationer. (Olsson & Sörensen, 2011; Trost, 2010.)

4.3. Enkät som datainsamlingsmetod

Heikkilä (2014) lyfter fram vanliga metoder för datainsamling vid kvantitativ forskning. Dessa är till exempel enkäter, internetundersökningar och strukturerade intervjuer. Som datainsamlingsmetod för denna forskning valdes enkät. En enkät ger forskaren en snabb och enkel metod för att samla in data inom en kort tidsperiod. Vid behov möjliggör enkäten för respondenterna att vara anonyma, vilket i sin tur skapar en möjlighet att ställa både mer personliga och känsliga frågor.

Då en enkätstudie utförs är det mycket viktigt att ta i beaktande olika aspekter i processen. En sak som är viktig att tänka på är att det kan ta mycket tid att bygga ihop en enkät. Då enkät sedan är färdig, är det viktigt att kunna formulera syftet med studien och hålla sig inom ramarna för temat i studien. Frågorna i enkäten bör även vara rätt formulerade och motsvara syftet och målet som strävas efter i studien. Andra viktiga aspekter som ytterligare bör tas i beaktande då enkäter struktureras är språket som används i frågorna. Språket är en viktig faktor för att kunna erbjuda en förståelig enkät för respondenterna så det inte uppstår missuppfattningar. (Trost & Hultåker, 2010.)

För att kunna få ut så mycket som möjligt av enkäterna så påpekar Heikkilä (2014) hur viktigt det är att bygga upp en bra forskningsenkät. För att fånga upp intresset av respondenterna så är det mycket viktigt att enkäten är snygg, tydlig och att layouten är attraktiv. Instruktionerna för svaren bör vara tydliga och entydiga så det inte förekommer missuppfattningar. Då forskaren formulerar frågorna finns det flera saker att tänka på för att enkäten skall bli bra. I frågorna bör endast en sak efterfrågas åt gången, frågorna skall följa en logisk ordning. Om det är flera frågor som berör samma ämne så bör dessa vara grupperade som helheter för att underlätta svarandet. Dessutom är det viktigt att frågorna är numrerade i följd. I enkäter är det bra att använda en progressiv utveckling så de första frågorna som ställs är enkla. Det kan vara bra att ha några kontrollfrågor för att säkerställa tillförlitligheten och fördjupa svaren. Det är dock viktigt att ta i beaktande att enkäten inte får vara för lång. Respondenterna skall få en känsla av enkäten att svarandet på enkäten är viktigt och har en betydelse. Heikkilä (2014) påminner också att inte göra arbetsbördan för stor med att tänka på att svaren också skall vara lätta att bearbetas.

Datamaterialet som använts i denna avhandling är en del av longitudinell datainsamling bestående av bland annat enkäter som gjordes under varje år av projektet. Vårt data är från en större enkät, men det data som vi använt är baserat på nio frågor, tre om varje tema, skolkamrater, lagkamrater, samt tränare. Alla påståenden är listade i figur 5, men exempelvis för skolkamraterna var ett påstående: andra elever stöder mig vid behov. Samma fråga fanns för lagkamrater med ändringen mina lagkamrater stöder mig vid behov. För tränare var frågorna aningen annorlunda med ett exempelpåstående: föreningens tränare bryr sig om idrottarna. Svaren är på en femstegs Likertskala med svars påståendena stämmer inte, stämmer delvis, stämmer något, stämmer ganska bra, stämmer fullständigt.

4.4. intervju som datainsamlingsmetod

Kvalitativ forskning och intervjuer som datainsamlingsmetod hjälper till att förstå respondenterna bättre samt orsakerna till deras beslut och beteende. Då kvalitativ forskning används så begränsas vanligtvis respondenterna till ett mindre antal. Målet med denna datainsamlingsmetod är att få en djupare förståelse och inte att få numeriska svar. Informationen samlas ofta in genom djupintervjuer (Heikkilä, 2014).

Vid kvalitativ forskning är intervju en av populäraste datainsamlingsmetoderna. Intervju lämpar sig väl när forskaren försöker förstå komplexa fenomen eller hitta mönster i dessa (Trost, 2010). Intervjuer kan genomföras på olika sätt, det finns ostrukturerade och strukturerade intervjuer, samt olika mellanting. Ostrukturerade intervjuer kännetecknas av att intervjuaren introducerar ett tema, för att den eller de intervjuade sedan fritt får utveckla sina tankar kring temat medan forskaren ingriper så lite som möjligt vilket leder till att olika intervjuer kan se väldigt olika ut. Strukturerade intervjuer utförs genom att intervjuaren har en lista med frågor som skall besvaras, med inget eller väldigt lite utrymme för flexibilitet i intervjuprocessen vilket innebär att olika intervjuer blir väldigt lika till sin struktur, men kan lämna nyttig information undandömd då inte grävs vidare utanför frågelistan. Slutligen finns det en form av intervju som kallas semistrukturerad intervju som kännetecknas av att intervjuaren har en lista med frågor att utgå ifrån, men kan ställa följdfrågor för att gräva djupare efter nyttig information samt att frågorna inte behöver ställas i samma ordning mellan intervjuer (Denscombe, 2018).

Då en forskare avser använda intervju som datainsamlingsmetod är valet av respondenter väldigt viktigt. Enligt Kvale och Brinkmann (2009) bör forskaren intervjuas så många personer som behövs för att samla in tillräckligt med data för undersökningen, alltså

beror mängden intervjupersoner på undersökningens syfte. Vidare menar Trost (2010) även att den intervjuade gruppen skall vara så heterogen som möjligt. Det intervjumaterial vi tagit del av för denna avhandling har samlats in genom semistrukturerade intervjuer och består av transkriberade avsnitt från intervjuer med 16 elever på idrottsklass från våren på årskurs 9. I intervjugruppen är både flickor och pojkar representerade, 9 flickor och 7 pojkar. Samt lag- och individuella idrottsgrenar finns representerade med 10 lagidrottare och 6 individuella idrottare.

4.5. Undersökningens genomförande

Det data vi använt för den kvantitativa analysen i denna avhandling kommer från Finlands olympiska kommittés pilotprojekt idrottshögstadiet försöket som utfördes läsåren 2017–2020. Det Enkätdata vi har använt är insamlat på våren varje läsår alltså är det använda enkätdata från 2018–2020, medan det intervjudata vi har tagit del av är från våren 2020. På enkätfrågorna hade 260 personer svarat på årskurs 7, 111 flickor, 147 pojkar, 2 annat kön. På årskurs 8 svarade 219 personer, 106 flickor, 111 pojkar, 2 annat kön. Slutligen på årskurs 9 svarade 254 personer, 110 flickor, 138 pojkar, 3 annat kön, samt 3 som lämnat frågan om kön obesvarad. Intervjudeltagarna var 16 stycken, varav 9 flickor och 7 pojkar. Respondenterna till enkäten kommer från 16 olika skolor runt om i Finland, medan det intervjudata vi tagit del av är insamlat från 5 skolor i Helsingforsregionen och Österbotten.

4.6. Mätinstrument och intervjufrågor

Påståendena från enkäten använd för denna undersökning kommer från mätinstrumenten Student Engagement Index (SEI), samt Sports Engagement index (SpEI). SEI är ett mätinstrument som utvecklades för att mäta elevers kognitiva och emotionella engagemang i skolan. För att mäta engagemanget besvaras frågor om föräldrars, lärares, samt kompisars stöd för skolgången i enkätform med svarsalternativ på en likertskala. (Appleton m.fl., 2006.)

SpEI är en vidareutveckling av SEI var Kuokkanen m.fl. (2022) försökt tillämpa SEI till en idrottskontext som en del av idrottshögstadiet försöket. Påståendena i SpEI är liknande till påståendena i SEI, men med skillnaden att istället för att fokusera på skolgång så fokuserar påståendena på idrottsutövning, samt att istället för lärare så handlar en del av påståendena om tränaren istället. Nedan i figur 5 är de påståenden som vi använt oss av i denna undersökning listade.

Figur 5

Påståenden ur enkäten använd för denna avhandling

Påståenden ur enkäten som mäter upplevt stöd från kamrater och tränare (översatt från finska)

Andra elever uppskattar mig som jag är
 Andra elever i skolan stöder mig vid behov
 Andra elever värderar vad jag har att säga
 Mina lagkamrater uppskattar mig som jag är
 Mina lagkamrater stöder mig vid behov
 Mina lagkamrater värderar vad jag har att säga
 Allt som allt är mina tränare ärliga och öppna mot mig
 Allt som allt behandlar vuxna i föreningen idrottarna rättvist
 Föreningens tränare bryr sig om idrottarna

Då intervjuerna vi tagit del av har varit semistrukturerade så är inte alla intervjuer helt lika varandra, men det finns ändå vissa grundfrågor som varje intervju utgått ifrån och beroende på svaren har olika följdfrågor ställts. Några exempel på hurdana frågor intervjuaren ställt är; har du kompisar i skolan? Hurdan är andan på [idrotts]klassen? Får du hjälp med skolan? Hur ställer sig tränaren till din skolgång? Talar ni om annat än idrott med tränaren? Får du vara borta från träningar på grund av skolan?

4.7. Analys och bearbetning av data

4.7.1. Analys av kvantitativ data

Analysarbetet inleddes med att de tre datafiler vi fick fördes in i IBM Spss var det sammanslogs till ett dataset var vi hade alla relevanta enkätsvar från årskurserna 7–9. Innan några analyser gjordes städade vi data inför bearbetningen. Eftersom vi vill undersöka om det finns skillnader mellan könen så uteslöt vi respondenter som angivit annat på frågan om kön, samt sådana respondenter som inte angivit kön, varav tre stycken som angav annat som kön, samt tre stycken som lämnade frågan obesvarad under enkätinsamlingen i årskurs 8. Enkäterna hade tre frågor gällande varje kategori och för att utföra mätningar hur respondenterna attityder till tränare och kompisar utvecklas under årskurs 7–9 så skapade vi summavariabler för skolkamrater, lagkamrater, samt tränare. Varje summavariabel räknades ut som medeltalet av respondenternas

svar för varje kategori, alltså fick vi tre summavariabler att arbeta med som är indelade på en skala från 1–5.

Till näst gjorde vi en deskriptiv analys för att bekanta oss med datamaterialet. Från den deskriptiva analysen kunde vi utläsa att varje summavariabel har negativ snedhet, med endast variabeln tränare åk 8 med en snedhet över -1 (-,97), medan resten låg mellan -1,06 och -2,16. Toppigheten varierade mellan ,43 och 6,85. Snedheten och toppigheten pekar på att det data vi har att arbeta med inte är normalfördelat. Vilka tester man kan göra beror på om data är normalfördelat eller inte. Upprepad variansanalys utgår från att data är normalfördelat, dock är det ett test som inte är särskilt känsligt för att data är normalfördelat, speciellt inte vid större sampel likt det vi har tillgång till för denna avhandling (Blanca m.fl., 2023). Utöver Snedheten och toppigheten så fick vi även ut medelvärde och standardavvikelse från den deskriptiva analysen. Medelvärdet låg mellan 4,07 och 4,53 med standardavvikelse mellan ,59 och ,83. Standardavvikelsen berättar hur stor spridningen är bland respondenterna. En liten avvikelse betyder att respondentgruppen är samstämmig, medan en stor standardavvikelse innebär att respondenterna har mer varierande uppfattning kring frågan.

För att undersöka variansen mellan grupperna utförde vi Levene's test då lika varians är ett av antagandena för att göra en variansanalys. Resultatet från Levene's test pekar på att det endast är summavariabeln för stödet från lagkamrater i åk 7 som inte uppfyller nollhypotesen, men summavariablerna för stödet från skolkamrater och lagkamrater i åk 8 är båda väldigt nära med ,08 och ,06 ($p < ,05$). Dock borde inte resultatet medföra några problem för undersökningen då variansanalys inte är särskilt känsligt för olika varians och så länge skillnaden mellan minsta och största standardavvikelsen är mindre än 2, vilket alla våra variabler uppfyller. Från den deskriptiva analysen får vi även reda på att vi har en del bortfall vi måste ta i beaktande. Ingen summavariabel var komplett, och bortfallet låg mellan 1,2 och 25,6 procent.

Det finns flera sätt att hantera bortfall. Det enklaste sättet är att helt enkelt ta bort svar som saknar en eller flera datapunkter. Nackdelen med denna metod är att information går förlorad då svar utesluts, vilket riskerar minska noggrannheten i undersökningen. Vad vi valt att göra är imputation. Imputation är då de saknade värdena i data fylls i och det finns flera sätt hur detta kan göras med olika för- och nackdelar (Allison, 2002). Vi har valt att använda Expectation-Maximization algoritmen i Spss för att hantera bortfallet av data. Innan imputeringen analyserades de saknade värdena med Little's MCAR test som är ett test för att kontrollera om data saknas slumpmässigt eller inte. Resultatet visade att vårt data saknades

slumpmässigt (χ^2 . 162.082, DF = 89, $p = .26$) vilket betyder att imputationen inte borde riskera ändra karaktären av det kompletta datasetet.

Tabell 1

Deskriptiva värden för summavariablerna före och efter hantering av bortfall.

	N	N Bortfall (%)	M (sd)	S	T	p(K)	N efter imput- ering	M(SD) Efter imputering
Skolkamrater åk 7	255	3 (1,2)	4.14(0,70)	-1.11	1,77	0,97	258	4.14 (0,70)
Skolkamrater åk 8	214	44 (17,1)	4.07 (0,83)	-1,06	1,08	0,08	258	4.07 (0,83)
Skolkamrater åk 9	237	21 (8,1)	4.16 (0,80)	-1,35	2,24	0,44	258	4.16 (0,79)
Lagkamrater åk 7	253	5 (1,9)	4.50(0,66)	-2,16	6,85	<,001	258	4.50 (0,66)
Lagkamrater åk 8	192	66 (25,6)	4.53(0,65)	-1,50	2,03	0,06	258	4.53 (0,65)
Lagkamrater åk 9	216	42 (16,3)	4.52 (0,59)	-1,19	1,13	0,57	258	4.52 (0,59)
Tränare åk 7	255	3 (1,2)	4.50 (0,61)	-1,77	4,8	0,3	258	4.50 (0,61)
Tränare åk8	193	65 (25,2)	4.28 (0,76)	-0,97	0,43	0,7	258	4.28 (0,76)
Tränare åk 9	217	39 (15,1)	4.36(0,68)	-1,34	2,39	0,15	258	4.36 (0,68)

S = snedhet, T = toppighet, p (k) = signifikansvärdet för Levene s test (kön)

För att svara på vår första och andra forskningsfråga, om hur kamrat- och tränarstödet utvecklas från årskurs 7–9 utfördes upprepad variansanalys (engelska, *Repeated measures ANOVA*). För upprepad variansanalys är ett av antagandena för att tolka resultatet att data är sfäriskt, alltså att variansen är lika mellan alla variabler (Huck, 2012). Om data inte är sfäriskt måste någon form av korrigering av resultatet göras, så för att undersöka sfäriskheten utfördes *Mauchly's test of sphericity*. För att bekräfta nollhypotesen bör resultatet vara ($p < .05$). Resultatet för Summavariablerna för skolkamrater åk 7–9 var ,49, och för tränare åk 7–9 var ,28 vilket betyder att dessa summavaribler uppfyller kravet om sfäriskhet. Dock var resultatet för summavariabeln för lagkamrater ,03 vilket betyder att denna summavariabel bryter mot kravet på sfäriskhet. Då vårt data inte uppfyller kravet om sfäriskhet måste korrigeringar av resultaten göras för att undvika typ 1 fel. Då vi tolkat resultaten och upptäckt att det fanns statistiskt signifikanta

skillnader mellan vissa grupper så måste vi ta reda på var dessa skillnader finns. För att göra detta så utförs post-hoc tester. För att undvika typ 1 fel, alltså att nollhypotesen förkastas då den är sann (Olsson & Sörensen, 2011) gjordes en Bonferronikorrigerings av post-hoc testerna. Bonferronikorrigeringen görs för att flera olika variabler jämförs med varandra, vilket medför problemet att sannolikheten för fel resultat ökar med antalet tester som görs (Huck, 2012). För forskningsfråga två och fyra gjordes korstabuleringar för att undersöka skillnader mellan grupperna.

4.7.2. Analys av intervjudata

För att svara på vår tredje och fjärde forskningsfråga så har vi använt oss av intervjudata från deltagare i idrottshögstadiet. För att undersöka intervjudata bestämde vi oss för att använda en induktiv analysmetod. Enligt Kvale och Brinkmann (2009) innebär det att forskaren analyserar data utan att på förhand bestämt vilka kategorier som skall skapas. För att strukturera analysarbetet valde vi att ta stöd av Dahlgren och Johanssons (2015) modell för fenomenografisk analys av kvalitativ data. Processen inleddes med att läsa igenom de transkriberade intervjuerna ett antal gånger för att bekanta oss med materialet. Sedan började en omgång var alla svar vi ansåg relevanta för våra forskningsfrågor markerades. Efter allting relevant plockats ut från de transkriberade intervjuerna sorterade vi svaren utgående från vilken forskningsfråga vi ansåg de svarade på. Slutligen letade vi efter mönster i svaren för att skapa kategorier av svar.

I tabellen nedan presenteras intervjudeltagarna, samt vilken idrottsgren de uppgett att de utövar. Namnen är fingerade och används endast för att underlätta presentationen av resultaten för intervjuerna. I kolumnen övriga är sådana deltagare som inte delade idrottsgren med någon annan deltagare, med grenar som till exempel motocross, långdistanslöpning och truggymnastik representerade.

Tabell 2

Visualisering av de intervjuade deltagarna, samt vilken gren de utövar.

Fotboll	Simning	Innebandy	Ishockey	Övriga
Nea	Anna	Adam	Isak	Bianca
Tanja	Felicia	Christoffer	Lars	Daniel
Sander	Henna			Edith
Jonas				Isabella
				Märtha

4.8. Validitet, reliabilitet och etik

För att uppnå en tillförlitlig undersökning så bör undersökningen ha en hög validitet och reliabilitet. Med validitet menas hur bra en studie verkligen mäter det som är avsätt att mätas eller undersöks. Validitet utgår ifrån att bedöma om resultaten och slutsatserna som dras från en studie är korrekta och tillförlitliga. En studie anses vara valid då den mäter det som den är avsedd att mäta samt då resultaten är giltiga för den målgrupp eller fenomen som undersöks. Validiteten i en undersökning kan säkerställas med hjälp av att använda sig av lämpliga mätinstrument, noggrann planering och genom att säkerställa att datainsamlingen är representativ och tillförlitlig (Eliasson, 2013). För att kunna främja forskningens tillförlitlighet så listar Heikkilä (2014) upp följande aspekter som hjälper forskaren. Dessa aspekter är att använda sig av tydligt och noggrant avgränsat forskningsproblem, tydligt definierade respondenter, en bra forskningsplan och påpekar vikten av att använda en bra enkät. Vad en bra enkät innebär har vi lyft fram i kapitel 4.3. För att tillförlitligheten säkerställs så krävs en noggrann planering.

Validiteten i undersökningen är viktig att säkerställa. Heikkilä (2014) lyfter fram följande aspekter som är typiska för en valid studie. En valid studie mäter det som var avsikten och innehåller inga systematiska fel. Studien bör ge i genomsnitt korrekta resultat. Studiens validitet måste säkerställas genom noggrann planering och väl genomtänkt datainsamling. För att kunna förverkliga detta bör det finnas frågor som mäter rätt saker, är entydiga och täcker hela forskningstemat. Undersökningen bör bestå av ett representativt urval av respondenter och en hög svarsfrekvens. Det kvantitativa data vi använt oss av i denna studie använder sig av delar från två mätinstrument. De mätinstrument som använts är delar av Student Engagement

Instrument (SEI), samt Sports Engagement Instrument (SpEI). SEI är ett mätinstrument som mäter hur engagerade elever är till olika faktorer i skolan och har validerats av Appleton m.fl. (2006). Senare har även en förkortad version validerats av Virtanen m.fl. (2018) SpEI är baserat på SEI, och är framtaget för idrottshögstadiet. En första validering av SpEI har tillämpats av Kuokkanen m.fl. (2022). De enkätpåståenden som använts för denna undersökning kommer från både SEI och SpEI. De tre påståendena om skolkamrater är tagna ur SEI, medan de tre påståendena om lagkamrater och tränare är tagna ur SpEI.

Reliabilitet och validitet går hand i hand och därför lyfter Eliasson (2013) fram att då validiteten är högre så är också förutsättningarna bättre för en hög reliabilitet. Reliabilitet och validitet är två faktorer som är viktiga för att undersökningens resultat skall kunna betraktas som trovärdigt (Larsen m.fl., 2009.) En reliabel undersökning är enligt Heikkilä (2014) en undersökning som ger exakta och icke-slumpmässiga resultat. Undersökningens resultat kan upprepas med motsvarande resultat. För att få tillförlitliga resultat i undersökningen så måste bland annat följande aspekter säkerställas, urvalet av respondenterna bör vara tillräckligt stort och representativt. I processen bör datainsamling, datainmatning och datahantering utföras noggrant och utan fel.

Cronbachs alfa-test är en av de vanligaste testen för att mäta reliabiliteten av kvantitativa studier, och lämpar sig väl för att granska reliabiliteten av påståenden i form av svar på en likertskala. Testet mäter den inre korrelationen mellan variablerna, alltså att om en person svarat högt eller lågt på ett påstående så har hen antagligen svarat liknande på övriga påståenden kring samma tema. För att mäta reliabiliteten har vi utfört två test med Chronbachs alfa, först har vi räknat ut ett alfa-värde för alla 9 påståenden ur enkäten, med alla deltagare. För de tre påståendena om skolkamrater uppmättes ett alfavärde .87. För de tre påståendena om lagkamrater uppmättes ett alfavärde .90, samt för de tre påståendena om tränare uppmättes ett alfavärde .87. Alfavärdet för alla påståenden är .88 vilket tyder på att enkäten varit väl utformad då alfavärden över .7 anses visa en hög reliabilitet. Utöver att vi räknat ut alfa för enkätfrågorna så har vi även räknat ut alfa-värden för våra summavariabler mellan årskurserna. Alfavärdena för summavariablerna ligger mellan .82 och .92 vilket pekar på att även summavariablerna har en hög reliabilitet.

Tabell 3*Chronbachs alfa (α) samt korrelationer mellan variablerna under samtliga årskurser*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	α
1. Skolkamrat åk7	1	.56**	.67**	.38**	.19**	.21**	.49**	.25**	.41**	,84
2. Skolkamrat åk8		1	.71**	.22**	.41**	.24**	.28**	.50**	.30**	,86
3. Skolkamrat åk9			1	.22**	.33**	.29**	.35**	.31**	.55**	,89
4. Tränare åk7				1	.09	.01	.49**	.11	.15**	,82
5. Tränare åk8					1	.11	.13	.61**	.06	,89
6. Tränare åk9						1	.07	.08	.57**	,88
7. Lagkamrat åk 7							1	.22**	.15*	,87
8. Lagkamrat åk8								1	.02	,93
9. Lagkamrat åk9									1	,91

Validitet och reliabilitet är lika viktigt då det gäller kvalitativa data, till exempel intervjuer. När det gäller kvalitativa metoder talar man oftast om trovärdighet och tillförlitlighet istället för validitet och reliabilitet. Eftersom det inte går att göra statistiska tester på kvalitativa data kan man inte använda samma metoder som för kvantitativa data för att avgöra om undersökningen uppnår en god trovärdighet och tillförlitlighet. Med trovärdighet menas alltså att undersökningen svara på det som den är menad att göra. Med intervjuer kan det vara svårt att avgöra om det förekommer en god trovärdighet då intervjuaren har svårt att avgöra om intervjupersonen talar sanning (Denscombe, 2018). Det forskare kan göra för att säkerställa en god trovärdighet är exempelvis att kontrollera uttalanden med andra källor, intervjua fler personer för att göra det möjligt att hitta teman i intervjuerna, och genom att försöka göra intervjusituationen så lik som möjligt mellan olika intervjuer för att minska slumpens inflytande i intervjusituationen (Troost, 2010).

Enligt Trost (2010) går det inte att jämföra tillförlitlighet med reliabilitet. Då kvalitativa undersökningar är menade för att undersöka förändringar och komplexa fenomen går det inte att förvänta sig att samma resultat skall uppnås om studien görs på nytt. Denscombe (2018) menar att för att tillförlitligheten skall vara god, Är ett krav att forskaren noggrant redovisar för val och metoder använda i undersökningen. Detta för att andra forskare skall kunna avgöra om resultaten blivit liknande om någon annan forskare skulle gjort den

Utöver validitet och reliabilitet är de forskningsetiska aspekterna de absolut viktigaste frågorna en forskare bör ta ställning till när hen utför en undersökning. Olsson och

Sörensen (2007) betonar vikten av att ta i beaktan etiska aspekter, samt att forskaren alltid tar kritisk ställning kring etiken i undersökningen. De forskningsetiska aspekterna delas ofta in i fyra delar och bör tas i beaktande i samtliga faser av undersökningen. De består av konfidentialitetskravet, informationskravet, samtyckeskravet, samt begriplighetskravet. Konfidentialitetskravet innebär att deltagarna i en studie har rätt att vara anonyma. För att säkerställa att deltagarna förblir anonyma så bör forskaren se till att inte sprida sådan information som kan användas av utomstående för att identifiera deltagare i studien. Det data som används för studien bör förvaras och behandlas på ett sådant sätt att utomstående inte kan få tag på det, samt bör data avidentifieras så att deltagarna inte kan identifieras utgående från det. Informations-, begriplighets- och samtyckeskravet baserar sig på att deltagarna i studien får tillräckligt med information för att fatta beslut om att delta i studien eller inte, och samtyckeskravet innebär att deltagaren har rätt att dra sig ur undersökningen under vilket skede som helst, det vill säga att även fast datainsamlingen är avklarad så har en deltagare rätt att dra tillbaka sin medverkan i studien och då får inte hans data användas för studien. Begriplighetskravet innebär att informationen deltagarna får skall vara tydlig och på en sådan nivå att de kan förstå den. Begriplighetskravet är viktigt för att deltagarna skall kunna förstå allt de behöver veta för att avgöra om de vill delta i studien.

Det datamaterial som använts i vår undersökning är ursprungligen insamlat för det nationella forskningsprojektet kring idrottshögstadiet. Detta betyder att datamaterialet är insamlat av erfarna forskare som har säkerställt etiska aspekterna i insamlingsprocessen. Respondenterna som deltog i undersökningen har svarat anonymt och dessutom har respondenternas föräldrar även undertecknat en samtyckesblankett för att låta eleverna få delta i undersökningen. I denna undersökning har även alla respondenter svarat frivilligt på enkäterna.

5. Resultat

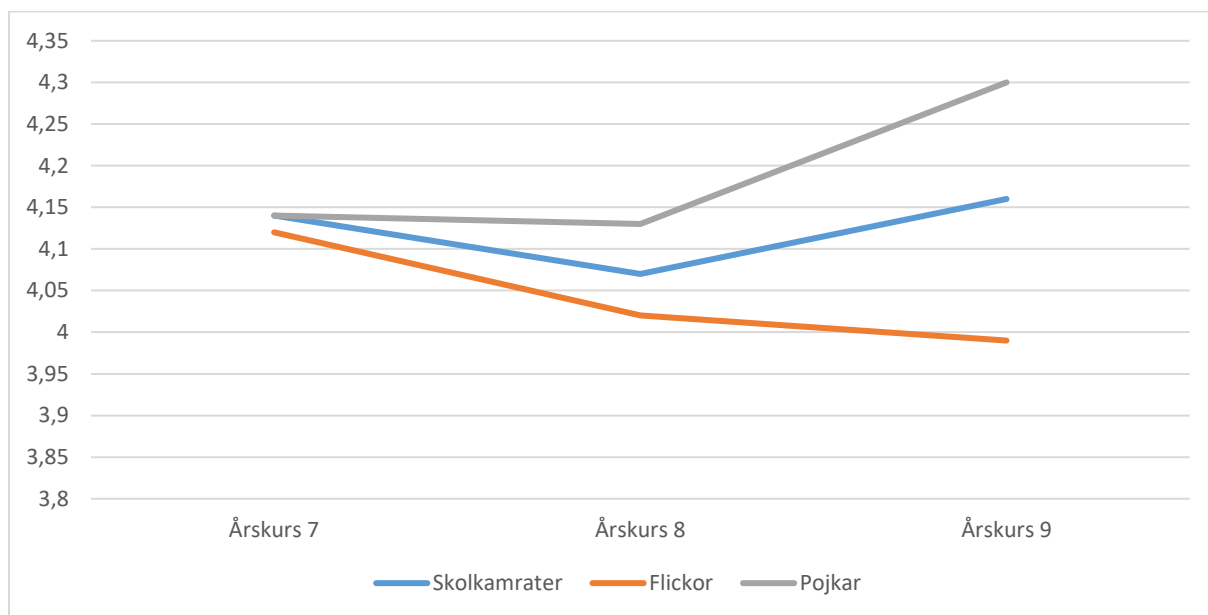
I resultatkapitlet redovisas resultaten från undersökningen. Resultaten presenteras i fyra delar enligt forskningsfrågorna i avhandlingen. I dessa fyra delar presenteras forskningsfrågornas resultat med figurer och citat som visar hur eleverna svarat på undersökningens enkäter och intervjuer.

5.1. Kamratstödet utveckling hos idrottsklasseläver i åk 7 – 9?

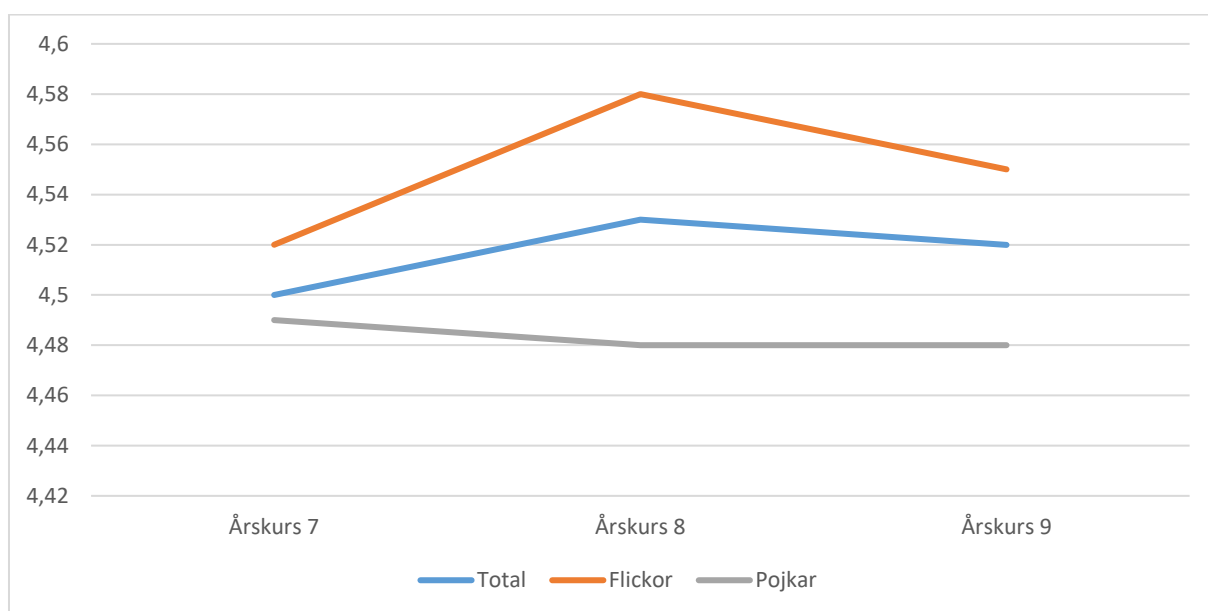
Inledningsvis presenterar vi resultaten av analyserna för vår första forskningsfråga, Hur utvecklas kamratstödet hos idrottsklasseläver i åk 7 – 9? För att besvara forskningsfrågan har vi valt att använda oss av kvantitativa metoder. Analysmetoden vi valt att använda är upprepad variansanalys (Repeated Measures ANOVA). För frågorna om skolkamraters stöd för idrottaren så uppmättes inte en statistiskt signifikant skillnad mellan årskurserna ($p = .46$), dock pekar testet på att det finns en svag statistisk skillnad mellan könen ($F(2, 512) = 3.04$ $p = .49$ $\eta^2 = .012$). För frågorna om lagkamraternas sociala stöd för idrottarna så fanns det ingen statistiskt signifikant skillnad mellan varken årskurserna ($p = .784$) eller könen ($p = .882$). För att ta reda på i vilka årskurser det fanns skillnader mellan könen i skolkamraternas sociala stöd för idrottaren utfördes en Post-hoc analys med Bonferroni-korrigerig. Analysen visade att det fanns en skillnad mellan flickor och pojkar i årskurs 9 ($F(-,32)$ 95% CI, [, -508, -.136] $p < .001$). Resultatet från post hoc analysen pekar på att för pojkars del utvecklas skolkamraternas sociala stöd positivt från årskurs 7–9, medan för flickor finns det en svag negativ trend. Medeltalen låg på 3,99 för flickor och 4,31 för pojkar i årskurs 9 då skillnaden mellan könen blir statistiskt signifikant.

Figur 6

Medeltal på hur det sociala stödet från skolkamrater utvecklas från åk 7–9.

**Figur 7**

Medeltal på hur det sociala stödet från lagkamrater utvecklas från åk 7–9.



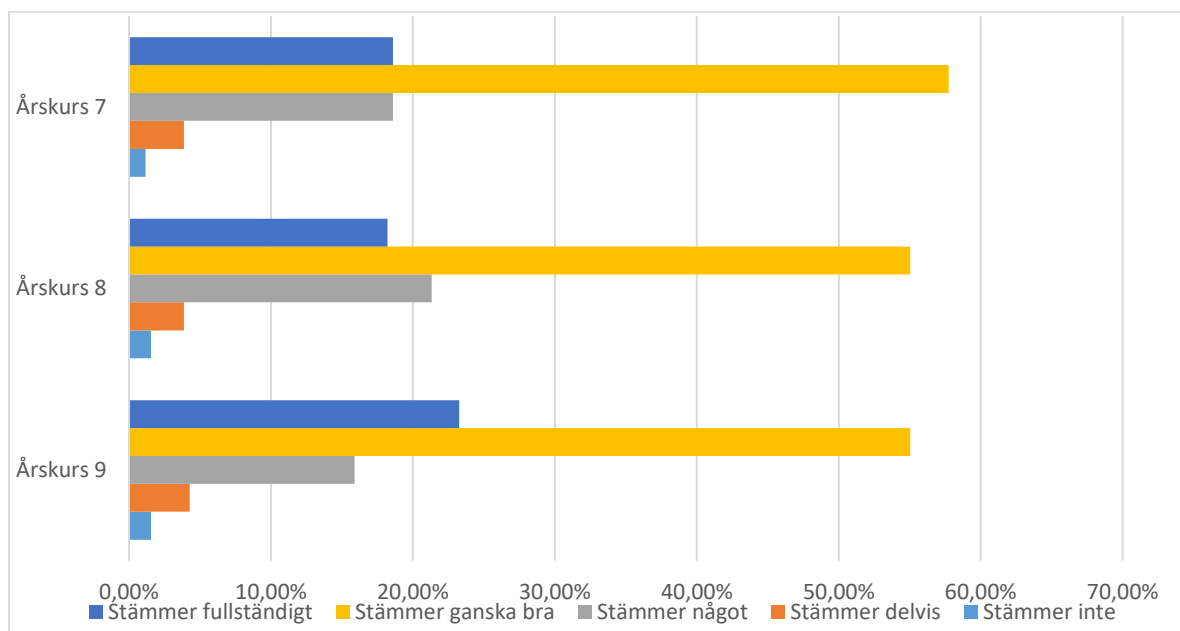
5.2. Elever i idrottsklass upplever av kamratstöd i årskurs 7 – 9?

För att svara på avhandlingens andra forskningsfråga har vi valt att använda både kvantitativa och kvalitativa metoder. För att undersöka hur eleverna upplever kamratstödet i olika årskurser så inleder vi med korstabuleringar och sedan analyser av intervjudata. En majoritet av respondenterna har under varje årskurs svarat på frågorna om skol- och lagkamrater med

Stämmer fullständigt (5) eller stämmer ganska bra (4). För det upplevda stödet av skolkamrater handlar det om 76 %, 73 %, samt 78 % för årskurs 7, 8 och 9, medan för det sociala stödet från lagkamrater är det 91 %, 91 % och 92 %. I figur 8 och 9 visualiseras medelvärdena för respondenterna i stapeldiagram.

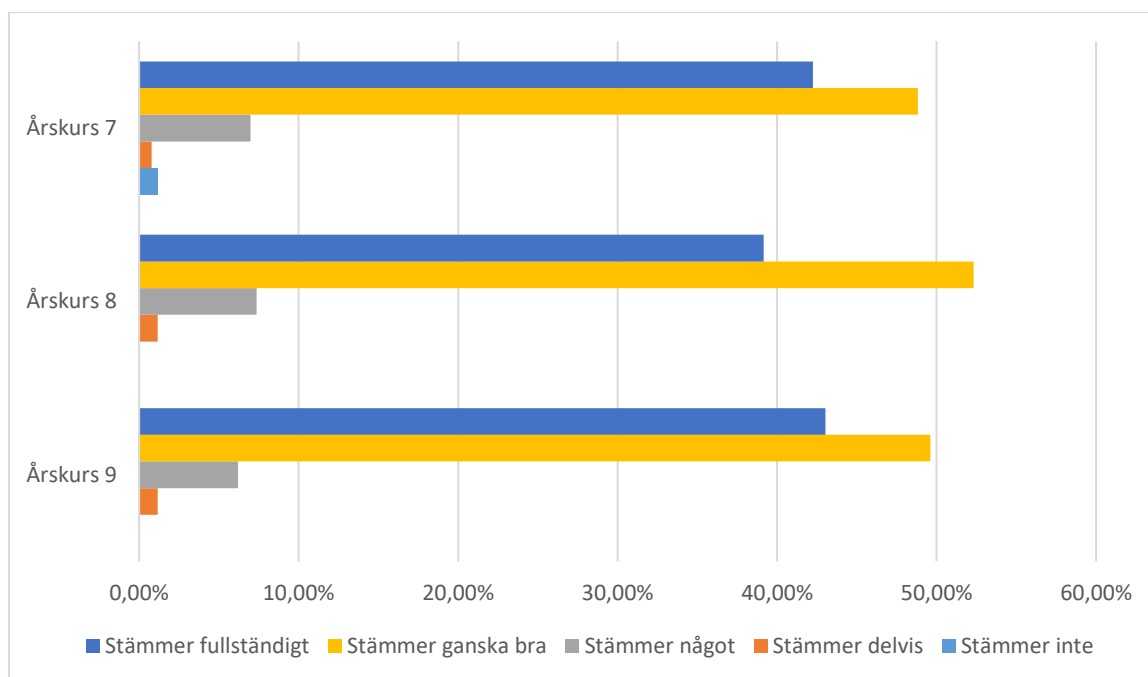
Figur 8

Idrottsklass elevernas syn på hur de upplever skolkamraternas stöd i åk 7–9



Figur 9

Idrottsklass elevernas syn på hur de upplever lagkamraternas stöd i åk 7–9



Förutom korstabulering har vi även analyserat transkriberingar från 16 intervjuer gjorda under årskurs 9. Nedan presenteras resultaten vi kom fram till från den innehållsanalysen. Från innehållsanalysen identifierade två kategorier; olika kamrater för olika stöd, samt övrigt. Under övrigt kategorin har vi lagt till sådant som flera intervjudeltagare lyft fram, men vi inte anser är stora nog att finnas som skilda kategorier. Kategorierna beskrivs och exemplieras med hjälp av citat som karakteriserar kategorierna. Citaten som används har vi översatt till svenska från finska.

5.2.1. Olika kamrater för olika stöd

Alla intervjuade idrottare uppgav att de hade kamrater som ger dem socialt stöd i olika former. De flesta av de intervjuade ansåg att relationen till lagkamraterna var närmare än den till skolkamraterna. Men lagkamrater och skolkamrater fyllde olika stödfunktioner för de flesta av idrottarna. Skolkamraterna agerade stöd gällande skolan och för många fyllde lagkamraterna stödbehovet i idrotten och utanför skolan.

Majoriteten uppgav att de hade kamrater i skolan, vanligen från idrottsklassen, men även från vanliga klasser. Inom idrottsklasserna ansåg alla deltagare i intervjuerna att de hade en god klassanda även om klasserna som gruppmiljö skiljde sig från varandra. I de flesta idrottsklasser ansåg deltagarna att det bildades skilda grupper, i vissa klasser beroende på gren, medan i andra klasser baserat på kön. Då intervjuaren frågat deltagarna om och hur stöd de får från skolkamraterna reflekterar de flesta över att de får stöd för skolarbete. Lars berättar: ”nog får jag oftast ganska mycket hjälp att behövs egentligen inte besvara läraren då jag får all hjälp av kamraterna”. Sander lyfter fram: ”Nog får jag all möjlig skolrelaterad hjälp . . .”.

Även om några av deltagarna ansåg att de hade närmare kamratrelationen till skolkamraterna. Ansåg ändå de flesta att de hade närmare kamratrelationer till lagkamraterna, och de flesta fick stöd för idrotten och privatlivet från lagkamraterna. Exempelvis Isak berättar: ”Nå sällan pratas det om skolan där, att nå helt sådär samtalsämnen varierar ganska mycket, det beror på dagen”. Tanja är inne på samma linje: ” Där just ganska mycket, där talas lite om allt möjligt [inom laget]”. Edith anser att lagkamraterna stöder både med skola och idrott ” Oftast endast om träning men sen ibland även om skolan, och nåja kanske mer sällan men om människorelationer också”.

5.2.2 Övrigt

Intervjuerna använda i denna avhandling är utförda 2020 på våren under den tiden som skolan gick på distans och det fanns restriktioner på fritidsverksamhet i Finland. I några intervjuer lyfts det fram hur idrottarna upplevde denna tidsperiod och dessa kommentarer har vi samlat i denna kategori. För Daniels del kunde träningen ordnas normalt förutom styrketräningen, men vad han lyfter fram är att han haft mer tid att spendera med kompisar: ”. . .Och sedan när vi haft den här distanstiden så har det gått bättre att gå med kompisarna och kasta och spela fotboll. Det kan komma upp till fyra timmar sådan här idrott.” Henna och Bianca tyckte att Pandemin inverkade på deras kamratrelationer. Henna ansåg att klassandan sjunkit en aning, medan Bianca lyfter fram: Jag har saknat mina kompisar väldigt mycket, det är först nu som jag insett, att hur mycket kompisarna faktiskt betyder... att vara på isen har jag inte saknat så mycket, kanske lite”

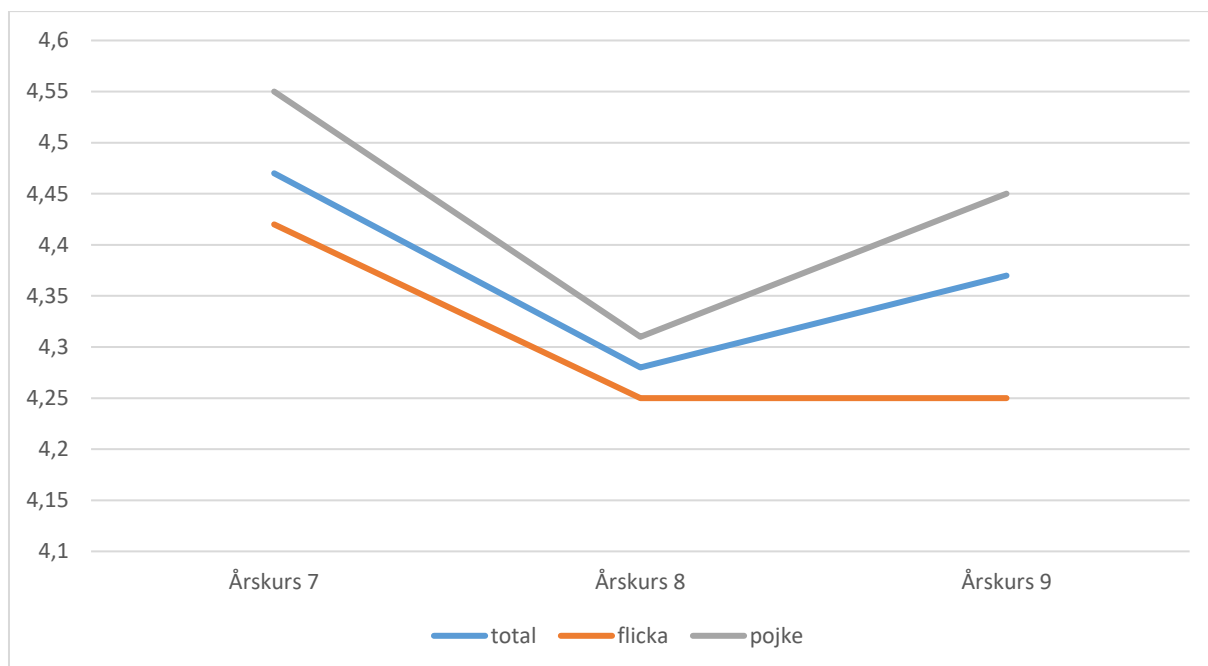
Även fast det endast var några av deltagarna som lyfte fram det i intervjun, så kom det fram för vissa var lagkamraterna en av de drivande faktorerna bakom att fortsätta med idrott. Nea lyfter fram ”Klart det är viktigt för mig [fotbollen], och jag har många kompisar där så jag vill absolut inte sluta, men jag är nog beredd att trappa ner med det [fotbollen] om jag inte på riktigt hinner” och

5.3. Tränarstödet utveckling hos elever i idrottsklass i åk 7 – 9?

För att undersöka vår tredje forskningsfråga, Hur utvecklas tränarstödet hos idrottsklass elever i åk 7 – 9? valde vi att göra en upprepad variansanalys. För frågorna om tränares sociala stöd för idrottaren fanns det en svag statistiskt signifikant skillnad mellan årskurserna ($F(2, 512) = 7,65$ $p < ,001$ $\eta^2 = ,029$). Variansanalysen fann inte statistiskt signifikanta skillnader mellan könen ($p = .615$). För att ta reda på var skillnaderna mellan årskurserna finns utfördes en post-hoc analys med Bonferroni-korrigerig. Resultatet från Post-hoc analysen visade att den statistisk signifikanta skillnaden fann mellan årskurs 7 och 8 ($F(0,21)$, 95% CI, [,08, ,348], $p < ,001$), samt årskurs 7 och 9 ($F(0,13)$, 95% CI, [<0,1, ,258] $p = .03$). Medelvärdena för årskurserna var 4,50, 4,28, samt 4,37. Resultatet visar på att idrottarna upplever starkare stöd av tränare i årskurs 7 jämfört med årskurserna 8 och 9.

Figur 10

Medeltal på hur det sociala stödet från tränare utvecklas från åk 7–9

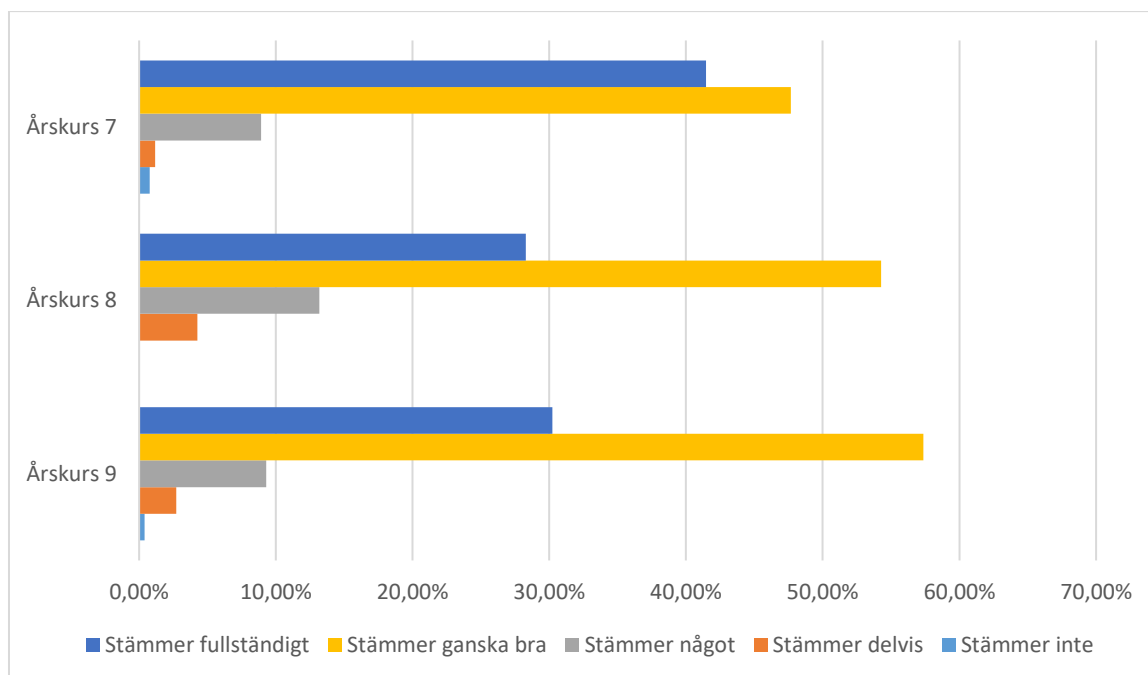


5.4. Elever i idrottsklass upplevelser av tränarstöd i årskurs 7 – 9?

För att Undersöka vår fjärde forskningsfråga har vi börjat med korstabuleringar för att undersöka det upplevda sociala stödet från tränare i årskureserna 7–9. På frågorna om hur idrottarna ser på sina tränare har en majoritet svarat Stämmer fullständigt (5) eller stämmer ganska bra (4). I årskurs 7 hade 89 % av respondenterna svarat så högt, medan i årskurs 8 hade det sjunkit något till 82 % för att i årskurs 9 ha stigit en bit tillbaka till 87 % som kan anses vara nöjda med tränarstödet. En sak som framkommer ur tabellen är att även om andelen respondenter som svarat stämmer ganska bra ökar för varje årskurs så sker det främst på bekostnad av andelen som svarat stämmer fullständigt.

Figur 11

Idrottsklass elevernas upplevda sociala stöd från tränare i åk 7–9.



Förutom korstabulering har vi även analyserat intervjuer från deltagare i årskurs nio. Nedan presenteras resultaten vi kom fram till från innehållsanalysen. Vi identifierade två huvudkategorier; attityder till idrott och skola, samt fokus på idrott. Kategorierna beskrivs och citat som karakteriserar kategorierna används som exempel. Citaten som används har vi översatt till svenska från finska.

5.4.1. Attityder till idrott och skola

Det förekommer en hel del olikheter mellan hur tränaren inställer sig till idrottarens skolgång i intervjuerna. Flera idrottare menar att tränaren ställer sig positivt till skolan och vill att den skall tas på allvar av idrottarna, men idrotten och skolan blandas inte sinsemellan för de flesta, och skolframgången skall inte dra ner på idrotten. Som exempel berättar Henna: ”jag vet inte. Enligt mig är deras huvudmål att vi ska ha framgång i idrotten. De tycker nog att det är bra om vi ser skolan som viktig, men det är mer idrotten där och skolan kopplas bort . . .”. Även Bianca upplever att hennes tränare tycker att idrotten ska gå före: ”Nog förhålls det till skolan att, jo den är viktig, men ändå så borde det alltid hinna vara på träningar. ...Men, där [tränarna] skulle de vilja att skrinningen är nummer ett”.

Några av idrottarna upplever att deras tränare tar belastningen från skolan i beaktande då det kommer till idrotten. Felicia berättar:

Nog tycker jag de jo på så vis . . . att om det varit tungt i skolan så är de så att om man vill ta det lite lugnare så just stöder sådär att ger möjlighet att ta det lite lugnare på träning.

Nea funderar ” Nå hen förstår om jag kommer sent till träningen om jag har skola eller lämnar en träning emellan eller så... och sedan på alla spelresor om det måste läsas till prov så förstår de nog”.

5.4.2. Fokus på idrott

Det är naturligt att tränarens roll är hjälpa idrottaren bli bättre inom sin gren, men en sak som framkom i intervjuerna är att många tränare begränsar sitt stöd till idrotten, även fast ett av målen för idrottshögstadiesförsöket var ett samarbete mellan skolan, föreningen och hemmet. Lars berättar att deras tränare vill att alla i laget söker in till idrottslinje på andra stadiets utbildning, men motiveringen är för att det skall vara lättare att planera träningstider. Sander tycker inte att han diskuterar annat än fotbollsrelaterade saker med sin tränare. Och exempelvis Daniel berättar:

Med hen blir det nog mest [diskussion] om idrott och hobbyer, men nog talar vi ibland om annat. Förstås frågar hen om hur det går och hur kroppen känns och sådant, men det är kopplat till idrotten. Inte diskuterar vi hemskt mycket om andra saker än idrott, ibland.

Det fanns dock några deltagare som tyckte att tränaren även bryr sig om dem utanför idrotten, exempelvis Felicia berättar ”Jo, vi pratar nog mycket om fritiden och allt annat också”.

6. Diskussion

I detta kapitel diskuteras till en början undersökningens resultat och därefter undersökningens metod. I resultatdiskussionen diskuteras undersökningens resultat i relation till tidigare forskning och artiklar angående ämnet. Avslutningsvis ges förslag på fortsatt forskning inom temat.

6.1. Resultatdiskussion

Projektet idrottshögstadiet försöket som pågick under åren 2017–2020 hade som avsikt att främja möjligheterna med dubbelkarriärer i grundskolans årskurser 7–9 (Nieminen m.fl., 2018.). Idrottshögstadiet försöket erbjöd ett utvecklat och mångsidigt stödnätverk med olika stödfunktioner för idrottande högstadieeleverna som antagits till idrottsklasser genom urvalsprov. Syftet med denna avhandling var att undersöka hur elever som deltog i pilotprojektet idrottshögstadiet försöket har upplevt kamratstödet i skolan och i idrottsföreningen samt tränarnas stöd under årskurserna 7–9. I följande fyra kapitel kommer vi att enskilt diskutera varje forskningsfråga. Avslutningsvis diskuteras resultaten i en sammanfattande resultatdiskussion (6.1.5).

6.1.1 Kamratstödet utveckling i årskurserna 7–9

Den första forskningsfrågan i avhandlingen var att undersöka hur kamratstödet för idrott och skolgång utvecklas under årskurserna 7–9. Över lag var respondenterna nöjda med stödet från kamrater både i skola och laget. De övergripande resultaten antydde att den enda statistiskt signifikanta skillnaden som uppkom i stödet av skolkamrater för skolgång mellan flickor och pojkar i årskurs 9.

Enligt undersökning av både Keegan m.fl. (2014) och Çağlar m.fl. (2017) är kamraters stöd en viktig aspekt för att stöda en idrottares karriär. Denna undersökning stöder de tidigare forskningarna då respondenterna över lag var nöjda med stödet de upplever från kamraterna. Även i intervjuerna framkom det att kamrater är viktiga i idrottssammanhang. En del av de intervjuade eleverna betonade att gemenskapen med lagkamraterna är en av huvudorsakerna de orkar fortsätta med idrotten.

Enligt en undersökning Çağlar m.fl. (2017) påverkar kamraternas stöd idrottarens inre motivation som direkt kan kopplas till ökade prestationer inom idrotten. Dessutom påpekar Çağlar m.fl. (2017) också att idrottare med starkt kamratnätverk känner sig även mer

tillfredsställda med sina egna resultat i idrotten. Ett fungerande kamratstödsnätverk både främjar och underlättar idrottarens upplevelser och känslor av att vara en del av gruppen eller laget. Detta i sin tur stärker lagandan och atmosfären i laget eller gruppen. Keegan m.fl (2014) påpekar även att föräldrarnas och vännernas stöd under en idrottarens karriär är mycket viktig. Föräldrarna och kamraterna erbjuder emotionellt stöd genom hela karriären vilket har en betydelsefull roll i relation till idrottarens motivation. Emotionella stödet innebär att vännerna och föräldrarna finns till då de behövs och erbjuder tröst och bekräftelse. Till skillnad från föräldrar och tränare utgör kamraterna en motivationsfaktor för idrottaren som varken föräldrarna eller tränaren kan erbjuda. Kamraterna kan med sin närvaro utmana idrottaren att prestera på en högre nivå med att jämföra sig själv i jämförelse med kamraterna. Detta kan även bidra med negativa resultat ifall jämförandet skulle skapa prestationsångest för idrottaren. (Dorsch m.fl., 2022) Med resultaten i vår undersökning kan vi se att det inte finns någon större orsak av att vara oroliga att stödet som kamraterna erbjuder skulle ligga på en svag nivå. Vi kan se att kamraterna har varit till nytta inom Idrottshögstadiet. Rouvali m.fl. (2020) betonar vikten av kamraterna under årskurserna 7–9 som en av de viktigaste stödfaktorerna i just detta livsskede.

6.1.2. Idrotts elevernas upplevelser av kamratstödet

För att svara på den andra forskningsfrågan så valde vi att kombinera korstabuleringar från årskurserna 7–9, med att analysera intervjudata. Korstabuleringarna visade att idrottarna var nöjda med stödet de fick från både skol- och lagkamrater. Även om resultaten kan tolkas som att idrottare värderar sina lagkamrater något högre än skolkamraterna så målar intervjuerna bilden av att båda behövs. Ur intervjuerna framgår nämligen att de flesta använder skol- och lagkamraterna för olika former av stöd. Skolkamraterna främst för saker som berör skolgången och lagkamraterna för idrott och övriga teman utanför skolan. Att lagkamraterna i allmänhet närmare kamrater kan ha grund i Keegan m.fl., (2010) Bland annat fann att bra kamratrelationer ökar idrottarens kunskap att ge och ta emot feedback. Även egenskaper som beslutfattande kring att välja att endera hjälpa eller låta bli att hjälpa en vän utvecklas eller att välja att vara eller inte vara tävlingsinriktad mot vännerna påverkas av kamratrelationerna. Om en idrottare spenderar mer tid, delar liknande målsättningar och upplevelser så är det förståeligt att hen tycker att lagkamraterna är viktigare.

Dorsch m.fl. (2022) påpekar att kamrater fungerar som en viktig roll för idrottande eleverna då de tillbringar långa perioder tillsammans. samtidigt är de till stor nytta gällande

olika relationsfunktioner. Idrottaren och kamraterna kan jämföras ha lika viktig roll för varandra som med föräldrar, tränare och andra vuxna. Utgående från resultaten kan vi se att eleverna har i vissa fall en mindre tröskel att fråga hjälp eller tala med kamraterna än med de vuxna stödpersonerna. Detta betonar vikten av stödet som kamraterna kan erbjuda.

Mossman m.fl. (2021) betonar att utöver tränare och föräldrar så spelar även kamrater en nyckelroll för att påverka motivationsklimatet inom idrotten. Viktiga drag av ett av fungerande klimat som skapas av kamrater grundar sig på en betoning av självutveckling, ansträngning och stöd i relationer. Ett utmärkt klimat skapat av kamrater kan kopplas till positiva resultat såsom förhöjd självkänsla, inre motivation och positiva karaktäristiska drag. Det som Mossman m.fl. (2021) också betonar är att om klimatet som skapas av kamrater inte höjer klimatet utan däremot sänker klimatet kan detta leda till negativa resultat som utbrändhet, antisocialt beteende och av hopp av idrottskarriären. Detta betyder att kamraternas roll i en dubbelkarriär inte bör underskattas.

6.1.3. tränarstödet utveckling i årskurserna 7–9

Tränarens stöd har en stor inverkan på idrottarens motivation. Positiv feedback av tränaren har en tydlig inverkan på idrottarens motivation medan negativ feedback reducerar motivationen. Keegan m.fl. (2010) påpekar även att tränare och föräldrar kan påverka idrottarens motivation genom beteendemässig förstärkning i form av verbala belöningar och bestraffningar. Med att belönandet av goda resultat och prestationer har positiv inverkan på motivationen och förhållandet till föräldrar och tränaren.

Den upprepade variansanalysen som gjordes för att svara på avhandlingens tredje forskningsfråga visade att det inte fanns några statistiskt signifikanta skillnader mellan könen, men att det fanns skillnader mellan årskurserna. I årskurs sju var medeltalet för summavariablerna högre än i årskurs åtta och nio, vilket tyder på att respondenterna upplevde relationen till tränarna som bäst i årskurs 7. Ingen definitiv orsak till denna utveckling kan tolkas från enkätsvaren, men en möjlig förklaring kan eventuellt vara att tränarna med tiden börjar ställa högre prestationsmål och klimatet inom laget blir mer tävlingsinriktat likt vad Saarinen (2020) fann i sin undersökning, vilket kan inverka negativt på idrottarens uppfattning om tränaren och idrottandet över lag. Något som dock ändå bör noteras är att även om trenden är negativ från årskurs sju till nio så är medeltalen ändå höga med ett lägsta medeltal på 4,25 bland flickor i årskurs åtta och nio på en skala av 1–5, vilket pekar på att deltagarna i studien över lag är nöjda med relationen till tränarna, men med en något nedåtgående trend.

Bankel m.fl. (2018) lyfter fram att en av den viktigaste relationen i dubbelkarriärer just är relationen mellan idrottande eleven och tränaren. Det är därmed viktigt att tränaren uppträder som en förebild för idrottaren och engagerar sig med ett positivt förhållningssätt till kombinationen av skola och idrott. Därmed kan tränaren med sin ledarstil och attityd för dubbelkarriärer starkt påverka elevernas motivation med att signalera för eleverna att det är meningsfullt och viktigt att studera parallellt med idrottssatsningen.

Orsaken till att just detta är ett viktigt temaområde i idrottarens vardag är att relationen mellan tränaren och idrottaren bör vara högkvalitativ och ömsesidig. Detta är enligt Davis och Jowett (2014) en förutsättning för en idrottare skall kunna prestera på en optimal nivå samt utvecklas effektivt under idrottskarriären. Tidigare undersökningar har visat att precis som föräldrar och lärare kan även tränare representera en starkare och visare anknytningsfigur för idrottaren. De mest effektiva tränare är de som är intresserade av idrottaren som person samt medvetna om dess behov, ger råd och vägledning samt stödjer idrottarens ambitioner. Davis och Jowett presenterar även de tre grundläggande anknytningsfunktionerna som är enligt dem ett mål för närhet, en trygg hamn och en säker bas. Tränare som klarar av att uppmuntra idrottaren till nya färdigheter och utmaningar även då idrottaren går i igenom svårare perioder är kapabla att uppfylla de tre grundläggande anknytningsfunktionerna då idrottaren är i behov dem.

6.1.4. idrottselevernas upplevelser av tränarstödet

Wylleman och Lavallee (2004) betonar att även om stödet av vänner och lagkamrater spelar en betydande roll för idrottarens karriär så är även på kvalitén på relationen mellan idrottaren och tränaren betydande för karriären. Precis som Davis och Jowett (2014) påpekar även Wylleman och Lavallee att en god relation mellan idrottaren och tränaren är en grundläggande förutsättning för att idrottaren skall kunna lyckas med en progressiv utveckling under sin idrottskarriär..

Likt för den andra forskningsfrågan har vi kombinerat kvantitativa och kvalitativa metoder för att svara på den fjärde forskningsfrågan. Ur korstabuleringen framkom att över lag var idrottarna nöjda med stödet från tränaren under hela projektet. Det är något knepigt att definiera var gränsen för att klassas som nöjd går, då vi kan ha tolkat det annorlunda än respondenterna gjort, men vi anser att vi dragit en relativt trygg gräns med att klassa de två högsta poängen, stämmer fullständigt, och stämmer ganska bra, som definitionen av att respondenterna är nöjda med relationen.

I intervjuerna framkom att flera av intervjudeltagarna upplevde att de flesta tränare anser att skolan är viktig och bör skötas väl, men det var få tränare som gav stöd utöver idrotten. De flesta deltagarna upplevde att dubbelkarriären bör skötas på idrottens villkor, och det akademiska arbetet inte skall ta tid från idrotten. Resultatet stämmer således överens med Saarinen (2020) fann i sin studie om tränares åsikter om dubbelkarriären. Det stöd som idrottarna upplever att tränarna ger eller låter bli att ge för den akademiska halvan av dubbelkarriären kan eventuellt spela en roll i varför relationen till tränaren i den tredje forskningsfrågan sjunker något från årskurs 7 till 9.

För att citera Davis m.fl. (2019) "the most effective coaching strategy for building and sustaining quality coach-athlete relationship is communication" Det vill säga att den mest effektiva tränarstrategin för att bygga upp samt kontinuerligt upprätthålla en god relation till idrottaren är kommunikation. Vidare kan vi dra den slutsatsen till undersökningens resultat kring tränarstödet att vi kan se att kommunikationen inom tränarstödet i undersökningen har varit på en god nivå.

Det goda resultatet kring tränarens stöd i vår undersökning kunde kopplas till den utvecklade organiseringen av tränarverksamheten i Finland. År 2013 grundades en tränarstig vars mål har varit att främja tränarnas förståelse för idrottarens utveckling i olika skeden av idrottskarriären. Lika som modellen för den finländska dubbelkarriären så finns det en motsvarande modell för tränarstigen i Finland. Målet med modellen är att progressivt kunna utveckla tränarnas kunskaper mångsidigt så att tränarens kunskaper möter idrottarens krav. (Suomen valmentajat, 2022) En medverkare i utvecklingen av tränarverksamheten i Finland är Kirsi Hämäläinen (2008) som i sin doktorsavhandling lyfter fram tre centrala färdigheter som anses vara viktiga inom tränarens roll. Dessa färdigheter är tränarens effektivitet, expertis och ledarskap. Enligt Hämäläinen ger en effektiv tränare ofta verbala instruktioner samt positiv feedback och förväntas interagera kontinuerligt med idrottarna. Hämäläinen beskriver även tränaren som en effektiv instruktör då hen ger i stor omfattning instruktioner och feedback. Trots att vi fått reda på detta genom undersökningar så påpekar Hämäläinen att flera tränare tenderar att fokusera mer på idrottsliga innehållet än på utvecklingen av idrottarna, trots att tränarna ser sig själva som uppfostrare. Det vi kan få reda på med hjälp av intervjuerna i vår undersökning är att en del av deltagande idrottarna upplever att tränarna bryr sig om dem även utanför idrotten vilket kan vara en bidragande orsak till de goda resultaten.

6.1.5. Sammanfattande resultatdiskussion

Målet med denna avhandling är att kunna tydliggöra och utveckla stödet inom dubbelkarriärer i årskurserna 7–9. För att vi i Finland skall kunna uppnå både toppresultat inom idrott och utbildning så krävs det en fungerande dubbelkarriärsmodell som verkligen ger resultat. Därför är resultaten av denna avhandling värdefulla. Resultaten från denna undersökning stämmer överens med den tidigare forskningen kring temat vi tagit del av. Både kamrater och tränare är viktiga delar av stödnätverket runt en idrottare, och denna undersökning stärker tidigare forsknings uppfattning. Nieminen m.fl. (2019) lyfter fram tre viktiga drag i relationerna av dubbelkarriärer. Dessa faktorer är förtroende, öppenhet och gemensamma värderingar. På dessa grundläggande faktorer baserar sig ett framgångsrikt samarbete för dubbelkarriärer.

För det goda resultatet i hur kamratstödet upplevs under årskurserna 7–9 kan vi konstatera att idrottshögstadiet försökets växa som idrottare helheten bidrar till detta. Helheten har som ett övergripande mål att utveckla idrottarnas livsfärdigheter. Under detta övergripande mål hittar vi temat ”fair play” det vill säga rent spel. Detta tema bidrar till att idrottarna utövar färdigheter som rättvisa mot andra idrottaren oavsett om det är en konkurrent eller en lagkamrat till idrottaren. Temat Rent spel är ett av innehållen i det övergripande målet livsfärdigheter och upprepas under varje årskurs från årskurs 7–9. Temat betonas under årskurs sju som det viktigaste temat inom livsfärdigheter. Under årskurserna åtta och nio minskar vikten men finns ändå med som ett tema i helheten. (Nieminen m.fl., 2020)

En orsak till det fungerande tränarstödet och de i huvudsak goda upplevelserna kan vara att de tränare som är en del av idrottshögstadiet försöket till största delen är anställda tränaren. (Nieminen m.fl., 2018) Detta i sin tur kan bidra till att de flesta tränarna som är delaktiga i idrottshögstadiet försöket även har en bra utbildning inom tränarskap. Tränaren kan således upptäcka svåra situationer bättre och agera enligt situationens behov. Undersökningar visar att en bra tränare kan ses av sina idrottare som en person som sannolikt kommer att erbjuda en tröst och säkerhet under tider av behov och en person som sannolikt kommer att erbjuda en stabil grund för att idrottaren kan uppnå sina ambitioner. Dessutom ansågs en bra tränare också som en person som sannolikt kommer att skapa en känsla av närhet mellan sig själva och sina idrottare och därmed möjliggöra för idrottare att söka stöd och tröst hos sina tränare om de stöter på svårigheter med idrotten eller till och med något annat område i sitt liv som till exempel i skola, arbete och familj. Utifrån dessa bevis på att tränaren är kapabel att uppfylla rollen som en anknytningsfigur påverkar detta direkt på kvaliteten av idrottskarriären om tränaren även uppfyller rollen. Davis och Jowett lyfter fram att tränarens anknytningsstilar även reflekterar till

relationskvaliteten mellan idrottaren och tränaren samt idrottarens välbefinnande. Även fast resultaten för tränarnas sociala stöd över lag var mycket gott finns det antydningar på att tränarna inte ännu tagit till sig dubbelkarriären som helhet, utan de fokuserar främst på idrottarens karriär inom idrotten. (Davis & Jowett, 2014.)

6.2. Metoddiskussion

Syftet med denna avhandling var att undersöka hur idrottande elever som deltagit i pilotprojektet idrottshögstadiet försöket upplever det sociala stödet de får från tränare och kamrater. Enlig Denscombe (2018) är det utgående från forskningsfrågorna som forskaren bör välja den forskningsansats som passar bäst för att svara på forskningsfrågorna. Vi valde att använda oss av metodkombination då vi ansåg att våra forskningsfrågor besvarades bäst med både kvantitativa samt kvalitativa metoder. Med kvantitativa data från enkäter har vi kunnat analysera en stor mängd svar om hur kamrat- och tränarrelationerna utvecklats under projektets gång, men från enkäterna framgår inte hur deltagarna upplever dessa relationer. För att få en generell bild av hur deltagarna upplever relationerna till kamrater och tränare har vi kunnat använda enkätsvaren, men för att söka djupare förståelse om relationerna har intervjuerna tillåtit oss att få en insikt i deltagarnas uppfattningar, om än något begränsat.

Datamaterialet som använts i denna avhandling har varit färdigt insamlat inom pilotprojektet idrottshögstadiet försöket som gick åren 2017–2020. Att använda färdigt insamlat data kan diskuteras om det vore lämpligare att själv samla in data för undersökningen så att enkäterna och intervjuerna kan skraddarsys för att passa till forskningsfrågorna för avhandlingen. En fördel med att använda färdigt insamlat data är att vi tagit del av 16 intervjuer och 260 enkätresponder. I årskurs 7 var det fulla 260 som besvarade enkäterna, i årskurs 8 svarade 219, och i årskurs 9 besvarade 254 enkäten. Det stora samplet borde inverka positivt på undersökningens reliabilitet. Enkätdata är insamlat från enkäter baserade på två mätinstrument. SEI, som har en verifierat god reliabilitet, samt SpEI. SpEI är ett för idrott anpassat mätinstrument baserat på SEI, och Kuokkanen m.fl. (2022) undersökning för att validera SpEI visade på lovande resultat. Enkäten hade en god reliabilitet med ett Chronbach's alfa på ,88 vilket stärker reliabiliteten av denna studie. Även våra summavariabler hade goda alfavärden mellan årskurserna med värden mellan ,82–,92 vilket tyder på god reliabilitet. Gällande intervjuer så skall en forskare intervjua så många personer som behövs för att svara på forskningsfrågorna, Om intervjuerna var djupare och endast fokuserade på kamraters och tränares stöd skulle det säkert räckt med färre intervjuer, men då vi fick tillgång till intervjudata

från en större intervjuhelhet är det nyttigt med något fler intervjuobjekt då det möjliggör att hitta mönster i intervjuerna.

Hur en forskare bör hantera bortfall i enkäter är något som alltid bör noggrant övervägas då data städas inför statistiska tester, och aktuellt även för oss då det under den longitudinella studien förekom en del bortfall i deltagare och enkätsvar på påståendena. Att ta bort alla ofullständiga svar är på så vis en bra metod att forskaren inte riskerar få felaktiga resultat på grund av att imputeringen orsakar snedvridning av datamaterialet. Den största nackdelen med att ta bort ofullständiga svar är att det riskerar påverka resultatens precision negativt, samt grupperna riskerar bli ojämna vilket ytterligare kan inverka på resultaten som fås från de statistiska testerna. En väl utförd imputering bör inte påverka validiteten av undersökningen. Efter att ha övervägt för- och nackdelarna med hanteringen av bortfall, har vi i denna avhandling valt att använda oss av imputering enligt expectation maximization algoritmen.

För analysen av intervjumaterialet valde vi att använda innehållsanalys. I och med att vi inte själva utfört intervjuerna ansåg vi att detta var lämpligaste sättet att analysera materialet då vi endast haft tillgång till transkriberade intervjuer och således inte kan ta ställning till annat än svaren i textform. För resultatens del hade det varit bra om intervjuerna varit längre med fler frågor och mer följdfrågor om kamrat- och tränarstödet.

6.3. Konklusion och praktiska implikationer

Det som denna undersökning kommit fram till är att tränare och kamrater är viktiga delar av idrottarens stödnätverk. Resultatet är inte överraskande i sig då det är i linje med den tidigare forskningen vi tagit del av kring detta tema. Från den kvantitativa delen av denna undersökning fann vi att deltagarna i idrottshögstadiesförsöket över lag var nöjda med det stöd de fick från tränare och kamrater, med höga medeltal för samtliga uppmätta variabler. Den kvalitativa delen av denna undersökning var till för att söka djupare förståelse för hur eleverna i idrottsklass upplever stödet från tränare och kamrater. De främsta kvalitativa resultaten vi fann var att intervjupersonerna använde skol- och lagkamraterna för olika socialt stöd, med en majoritet som upplevde att lagkamraterna användes till fler stödområden, och skolkamraterna främst till stöd för saker gällande skolan. Då det kommer till tränarnas stöd var det som kom fram tydligast i intervjuerna att tränarna hade olika attityder till idrottarnas dubbelkarriär. Även om vissa av idrottarna uppgav att tränarna såg skolan som viktig så fanns det även de som uppgav att

tränarna inte brydde sig om deras skolgång. Fokusen på idrotten var ett genomgående tema för majoriteten av tränare, även bland de som såg skolan som viktig. Med detta menas att idrotten är det viktigaste för tränarna och om skolan går bra är det positivt, men tränarna ansåg dock att skolan inte skall ta ifrån tiden som behövs för idrotten.

Det som denna undersökning bidrar med är en insikt i hur tränares och kamraters sociala stöd upplevs av elever i idrottsklass i grundskolans årskurs 7–9. Inom finsk kontext har det inte tidigare publicerats mycket forskning om tränarnas och kamraternas stöd för idrottare, särskilt i den åldersgrupp vi undersökt. Denna undersökning bidrar till en större helhet av undersökningar som gjorts om idrotthögstadiet, och kan användas som en grund för att vidareutveckla arbetet och forskningen kring idrottsklasser i grundskolan nu efter det avslutade pilotprojektet tagit steget till att bli en del av det finska skolväsendet. Även om denna undersökning visar på att eleverna på idrottsklass är nöjda med det sociala stöd de får från tränare och kamrater så visar studien på att tränare över lag ännu har svårt att anamma idrottarens dubbelkarriär som helhet, och istället ser på dubbelkarriären som en nyttig sak så länge den inte inkräktar på idrotten. Detta kan vara nyttigt för Finlands olympiska kommitté och de regionala idrottsakademierna att ta i beaktande inom framtida utvecklingsarbetet med idrottsklasser. Hur tränare kan och bör stödas samt uppmuntras att bli en sann del av samarbetet kring idrottarens dubbelkarriärer.

6.4. Förslag på vidare forskning

Som förslag på vidare forskning skulle det vara intressant att undersöka om det finns skillnader i stödbehov och upplevt stöd mellan individuella och lagidrottare som grupper. Utöver det skulle det även vara intressant att undersöka om idrottarens tävlingsnivå inverkar på vem de riktar sig till för stöd, samt stödbehovet.

I den fjärde forskningsfrågan om hur idrottarna upplever tränarstödet framkom det att många tränare inte bryr sig särskilt mycket om den akademiska sidan av dubbelkarriären. Ett förslag på forskning skulle vara att undersöka dubbelkarriären från tränarens perspektiv. Vad ligger bakom tränarnas mentalitet kring dubbelkarriären och vad skulle kunna göras för att få tränarna mer involverade i dubbelkarriären, inte endast det idrottsliga.

De vi kan lägga märke till då vi läst flera artiklar i samband med vår avhandling så kan vi tydligt se att de flesta tidigare undersökningarna som utforskar sociala relationer inom idrott har fokuserat på relationen mellan idrottaren och tränaren samt idrottaren och föräldrar har det inte gjorts lika brett undersökningar som fokuserar på relationer med kamrater. Det finns

mycket potential i att undersöka kamrater inom ungdomsidrott eftersom, då ungdomar går vidare till en mer intensiv fas i idrottskarriären under tonåren, får relationer med kamraterna en betydligt viktigare roll. Detta är även något som Davis och Jowett (2014) även lagt märke till.

Då det har skapats en modell för att utveckla och utbilda tränare i Finland skulle det vara skäl att även få en bredare synvinkel på detta och undersöka hur tränarna upplever att denna modell eller hur de utbildningarna som finns i Finland fungerar. Även Hämäläinen (2008) uppmärksammar att det inte finns undersökningar på hur tränarna upplever att deras karriär stöds och hur de upplever utvecklingsmodellen vars mål är att utveckla tränarna till elittränaren. Det finns mycket av undersökningar på hurdan en bra tränare är men däremot så finns det inte på hur processen för att bli en bra tränare fungerar.

Referenser

- Agans, J. P., Su, S., & Ettekal, A. V. (2018). Peer motivational climate and character development: Testing a practitioner-developed youth sport model. *Journal of Adolescence*, 62(1), 108–115. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.11.008>
- Allison, P. (2002). *Missing Data*. SAGE Publications, Inc.
<https://doi.org/10.4135/9781412985079>
- American Psychological Association. (u.å.). *Social Support*. Hämtad 15 mars 2023, från <https://dictionary.apa.org/social-support>
- Appleton, J. J., Christenson, S. L., Kim, D., & Reschly, A. L. (2006). Measuring cognitive and psychological engagement: Validation of the Student Engagement Instrument. *Journal of School Psychology*, 44(5), 427–445.
<https://doi.org/10.1016/j.jsp.2006.04.002>
- Bankel, J., Eriksson, P., Hallqvist, P., Lindahl, K., Stambulova, N., Svenfeldt, K., Uebel, M., & Wiorek, D. (2018). *Nationella riktlinjer för elitidrottarens dubbla karriärer*. Riksidrottsförbundet.
<https://www.rf.se/download/18.5bb7fead184086b59111d2b/1666620469783/nationella-riktlinjer-dubbla-karriarer.pdf>
- Blanca, M., Arnau, J., García-Castro, F. J., Alarcón, R., & Bono, R. (2023). Non-normal Data in Repeated Measures ANOVA: Impact on Type I Error and Power. *Psicothema*, 35, 21–29. <https://doi.org/10.7334/psicothema2022.292>
- Çağlar, E., Aşçi, F. H., & Uygurtaş, M. (2017). Roles of Perceived Motivational Climates Created by Coach, Peer, and Parent on Dispositional Flow in Young Athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 124(2), 462–476.
<https://doi.org/10.1177/0031512516689404>

- Cronin, L., Ellison, P., Allen, J., Huntley, E., Johnson, L., Kosteli, M. C., Hollis, A., & Marchant, D. (2022). A self-determination theory based investigation of life skills development in youth sport. *Journal of Sports Sciences*, *40*(8), 886–898.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2022.2028507>
- Dahlgren, L.-O., & Johansson, K. (2015). Fenomenografi. I A. Fejes (Red.), *Handbok i kvalitativ analys: Vol. S. 162-175*. Liber AB.
- Davis, L., & Jowett, S. (2014). Coach–athlete attachment and the quality of the coach–athlete relationship: Implications for athlete’s well-being. *Journal of Sports Sciences*, 1–11.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2014.898183>
- Davis, L., Jowett, S., & Tafvelin, S. (2019). Communication Strategies: The Fuel for Quality Coach-Athlete Relationships and Athlete Satisfaction. *Frontiers in Psychology*, *10*.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02156>
- Denscombe, M. (2018). *Forskningshandboken: För småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Studentlitteratur AB.
- Dorsch, T. E., Smith, A. L., Blazo, J. A., Coakley, J., Côté, J., Wagstaff, C. R. D., Warner, S., & King, M. Q. (2022). Toward an Integrated Understanding of the Youth Sport System. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *93*(1), 105–119.
<https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1810847>
- Eliasson, A. (2013). *Kvantitativ metod från början* (tredje upplagan). Studentlitteratur.
- EU kommissionen. (2012). EU guidelines on dual careers of athletes: Recommended policy actions in support of dual careers in High-Performance Sport: Approved by the EU Expert Group "Education & Training in Sport" at its meeting in Poznań on 28 September 2012. I *EU guidelines on dual careers of athletes: Recommended policy actions in support of dual careers in High-Performance Sport: Approved by the EU*

Expert Group "Education & Training in Sport" at its meeting in Poznań on 28 September 2012. EUR-OP.

Finlands olympiska kommitté. (2020). *Urheiluakatemia- ja valmennuskeskustoiminnan ohjeisto*. <https://www.olympiakomitea.fi/uploads/2020/03/dfe500dc-toimintaymparistojen-ohjeisto-2.0.pdf>

Huck, S. W. (2012). *Reading statistics and research* (6th ed). Pearson.

Hämäläinen, K. (2008). *Urheilija ja valmentaja urheilun maailmassa: Eetokset, ihanteet ja kasvatus urheilijoiden tarinoissa* [PhD Thesis, Väitöskirja :].
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18557/9789513930981.pdf?sequence>

Härkönen, A. (Red.). (2009). *Urheilevien lasten ja nuorten fyysis-motorinen harjoittelu: Selvitysraportti*. Nuori Suomi.

Keegan, R. J., Spray, C. M., Harwood, C. G., & Lavallee, D. E. (2014). A qualitative synthesis of research into social motivational influences across the athletic career span. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 6(4), 537–567.
<https://doi.org/10.1080/2159676X.2013.857710>

Keegan, R., Spray, C., Harwood, C., & Lavallee, D. (2014). A qualitative investigation of the motivational climate in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 15, 97–107.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.006>

Kuokkanen, J., Virtanen, T., Hirvensalo, M., & Romar, J.-E. (2022). The reliability and validity of the sport engagement instrument in the Finnish dual career context. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20(5), 1345–1367.
<https://doi.org/10.1080/1612197X.2021.1979074>

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Studentlitteratur.

- Mossman, G. J., Robertson, C., Williamson, B., & Cronin, L. (2021). Coaches, parents, or peers: Who has the greatest influence on sports participants' life skills development? *Journal of Sports Sciences*, 39(21), 2475–2484.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2021.1939980>
- Nieminen, M., Aarresola, O., Mononen, K., & Pusa, S. (2018). *Urheiluläkoulukokeilun arviointi lukuvuosi 2017-2018*. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU.
- Nieminen, M., Mononen, K., & Aarresola, O. (2020). *Urheiluläkoulukokeilun 2017-2020 loppuarviointi*. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU.
- Nikander, A. (2021). *Kaksoisura korkeakouluissa – kansainvälinen tutkimuskatsaus*. Finland's Olympiska kommitté.
- Olsson, H., & Sörensen, S. (2011). *Forskningsprocessen: Kvalitativa och kvantitativa perspektiv*. Liber.
- Rhind, D. J. A., & Jowett, S. (2010). Relationship maintenance strategies in the coach-athlete relationship: The development of the COMPASS model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22(1), 106–121. <https://doi.org/10.1080/10413200903474472>
- Rosenfeld, L. B., Richman, J. M., & Hardy, C. J. (1989). Examining Social Support Networks among Athletes: Description and Relationship to Stress. *The Sport Psychologist*, 3(1), 23–33. <https://doi.org/10.1123/tsp.3.1.23>
- Rossi, L., & Hallmann, K. (2021). Constraints and facilitators in elite athletes' dual careers – A mixed methods approach. *International Journal of Sport Policy*.
<https://doi.org/10.1080/19406940.2021.1993304>
- Rouvali, T., Mononen, K., Nieminen, M., & Aarresola Outi. (2020). *Sujuuko arki? Nuorten kokemuksia urheiluläkoulusta*.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Ryba, T. V., Aunola, K., Kalaja, S., Selänne, H., Ronkainen, N. J., & Nurmi, J. E. (2016). A new perspective on adolescent athletes' transition into upper secondary school: A longitudinal mixed methods study protocol. *Cogent Psychology*, 3(1).
<https://doi.org/10.1080/23311908.2016.1142412>
- Ryba, T. V., Aunola, K., Ronkainen, N. J., Selänne, H., & Kalaja, S. (2016). Urheilijoiden kaksoisuraan liittyvän tutkimuksen tämänhetkinen tilanne Suomessa. *Liikunta ja tiede*, 53(2–3), 88–95.
- Ryba, T. V., Ronkainen, N. J., Douglas, K., & Aunola, K. (2021). Implications of the identity position for dual career construction: Gendering the pathways to (Dis)continuation. *Psychology of Sport and Exercise*, 53, 101844.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101844>
- Saarinen, M., Ryba, T. V., Ronkainen, N. J., Rintala, H., & Aunola, K. (2020). 'I was excited to train, so I didn't have problems with the coach': Dual career athletes' experiences of (dis)empowering motivational climates. *Sport in Society*, 23(4), 629–644.
<https://doi.org/10.1080/17430437.2019.1669322>
- Schinke, R. J., Stambulova, N. B., Si, G., & Moore, Z. (2018). International society of sport psychology position stand: Athletes' mental health, performance, and development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(6), 622–639.
<https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1295557>
- Schwarzer, C., & Buchwald, P. (2004). Social Support. I C. D. Spielberger (Red.), *Encyclopedia of Applied Psychology* (s. 435–441). Elsevier.
<https://doi.org/10.1016/B0-12-657410-3/00414-1>

- Sheridan, D., Coffee, P., & Lavalley, D. (2014). A systematic review of social support in youth sport. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 198–228. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.931999>
- Sorkkila, M., Ryba, T. V., Selänne, H., & Aunola, K. (2020). Development of school and sport burnout in adolescent student-athletes: A longitudinal mixed-methods study. *Journal of Research on Adolescence*, 30(S1), 115–133. <https://doi.org/10.1111/jora.12453>
- Storm, R. K., & Eske, M. (2022). Dual careers and academic achievements: Does elite sport make a difference? *Sport, Education and Society*, 27(6), 747–760. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1919070>
- Suomen valmentajat. (2022, februari 10). *Valmentajan polku 2022*. Valmentajan polku 2022. <https://www.suomenvalmentajat.fi/uutiset/valmentajan-polku-2022/>
- Trost, J. (2010). *Kvalitativa intervjuer* [Book]. Studentlitteratur.
- Utbildningsstyrelsen. (2021, mars 24). *För att de unga ska fortsätta med en aktiv livsstil*. <https://www.oph.fi/sv/nyheter/2021/att-de-unga-ska-fortsatta-med-en-aktiv-livsstil>
- Virtanen, T. E., Moreira, P., Ulvseth, H., Andersson, H., Tetler, S., & Kuorelahti, M. (2018). Analyzing Measurement Invariance of the Students' Engagement Instrument Brief Version: The Cases of Denmark, Finland, and Portugal. *Canadian Journal of School Psychology*, 33(4), 297–313. <https://doi.org/10.1177/0829573517699333>
- Wekesser, M. M., Harris, B. S., Langdon, J., & Charles H Wilson, J. (2021). Coaches' impact on youth athletes' intentions to continue sport participation: The mediational influence of the coach–athlete relationship. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 16(3), 490–499. <https://doi.org/10.1177/1747954121991817>

Wylleman, P., & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. I M. R. Weiss (Red.), *Developmental sport and exercise psychology* (s. 503–524). Fitness Information Technology.