

Ishockeytränares ledarskap och relation till spelare:

samband med inre och yttre motivation

Patric Björk Andersson

IDROTTSHÖGSKOLAN
I STOCKHOLM
Examensarbete 63:2005
Tränarutbildningen: 2003 – 2006
Handledare: Johan Fallby

Ishockeycoaches' leadership and coach-athlete relationship:

relation between intrinsic and extrinsic motivation

Patric Björk Andersson

STOCKHOLM UNIVERSITY COLLEGE OF
PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

Graduate essay 63:2005

Coaches program: 2003 -2006

Supervisor: Johan Fallby

Sammanfattning (Abstract)

Syfte & frågeställning

Syftet med undersökningen var att undersöka hur tränares ledarskap och relation till spelare, påverkar spelares motivation. Det föreslogs att ledarskapet och relationen som en del av det, är två faktorer som påverkar hur en idrottare presterar, genom att bland annat påverka idrottarens motivation. Fyra frågeställningar skulle besvaras. (1) Om tränare upplevs som de önskar och tror att de upplevs. (2) Hur beskriver tränare och spelare sin tränare-spelare relation. (3) I vilken utsträckning påverkar relationen i ledarskapet spelares motivation. (4) Finns det ett samband mellan ledarskapsstilar och spelares motivation.

Metod

Undersökningen inkluderade två ishockeylag på A-juniorelitnivå i Sverige (J20). Totalt var det två huvudtränare och 40 spelare (n=23, n=17) som deltog. Undersökningen genomfördes med formulär ställda till tränarna och spelarna, uppbyggda av tre olika idrottspsykologiska instrument. Dessa var Leadership Scale for Sports¹, Coach-Athlete Relationship Test-Questionnaire², och Sports Motivation Scale³. Undersökningen ägde rum i slutet av pågående säsong och inkluderade endast respektive lags huvudtränare och spelare. Kravet som ställdes på spelarna för att kunna delta i undersökningen, var att de varit aktiva under tränaren i minst sex månader. Detta för att försäkra att tränaren och spelarna hade arbetat en längre tid tillsammans.

Resultat

Resultaten visade på att spelarna föredrog en tränare med medelauktoritära inslag, som ofta gav positiv feedback och instruktioner angående spelets detaljer. Spelarna och tränarna uppfattade inte relationen dem emellan som fulländad. Spelarna var i genomsnitt mer pessimistiskt inställda till tränare-spelare relationen än vad tränarna var. Nivåerna av inre motivation visade sig högre än nivåerna för yttre motivation och amotivation.

Diskussion

Ledarskapet tenderade att påverka spelares motivation. Däremot så hittades inga resultat som tydligt pekade på att tränare-spelare relationen haft någon påverkan på spelares motivation. Spelarna i studien uppvisade högre nivåer för amotivation, än vad tidigare studier på svenska individuella elitidrottare visat. Det föreslås att en bidragande faktor som kan ha påverkat amotivationen, är tränarens auktoritära inslag i ledarskapet och avsaknaden av självbestämmande (autonomi) hos de aktiva. Auktoritära och kontrollerande beteenden tenderar att minska den inre motivationen och öka yttre motivation och amotivation, medan beteenden som främjar självbestämmande tenderar att öka den inre motivationen hos idrottare. Hur man initierar till att höja nivåerna av inre motivation hos idrottare, bör ingå i tränarutbildningsprogram och liknande.

Nyckelord: Ledarskap, Tränare-spelare Relation, Motivation, Ishockey, Autonomi.

¹ Chelladurai, P. & Saleh, S. D. Dimensions of leader behaviour in sports: Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2 (1980), 34-45

² Jowett, S. & Ntoumanis, N. The Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q): development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sport*, 14 (2004), 245-257

³ Vallerand, R. J., Fortier, M. S., Pelletier, L. G., Tuson, K. M., Brière, N. M. & Blais, M. R. Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17 (1995), 35-53.

Abstract

Aim & Research Objectives

The main objective of this survey was to investigate how coaches leadership and relation to athletes, influence the athletes motivation. It was suggested that the leadership and the coach-athlete relationship (as part of the leadership), are two factors that influence athletes' performance. Four questions were to be answered. (1) How are coaches leadership perceived by the players in comparison to their own view of their leadership? (2) How is the coach-athlete relationship described by leaders and team members? (3) Is the coach-athlete relationship influencing athletes' motivation? (4) Is there a relation between leadership styles and athletes motivation?

Methodology

The survey included two ice-hockey teams on A-junior elite level in Sweden (J20). The participants were two head coaches and forty players (n=23, n=17 respectively). The survey was carried out with questionnaires, aimed at both coaches and players. The questionnaires were Leadership Scale of Sports⁴, Coach Athlete Relationship Test – Questionnaire⁵, and Sport Motivation Scale⁶. The survey was completed in the end of the season, and did only include the head coach and his players. Subjects in the investigation were required to have played at least six month under their head coach to ensure that coach and players had worked for some time together.

Results

The results showed that players preferred a coach to be fairly authoritarian in his leadership, and to often give positive feedback and instructions about game details to the players. The players did not perceive their coach-athlete relationship as perfect. The players' average result for the coach-athlete relationship showed that they were more pessimistic to the relationship, than were their coach. The level of intrinsic motivation appeared to be higher than the level of external motivation and amotivation, among the players.

Discussion

The leadership tends to influence players' motivation. No results indicated that the coach-athlete relationship had had similar effect on the players' motivation. The subjects showed higher level of amotivation than previous studies on motivation among Swedish individual elite-athletes have shown. It is therefore proposed that a contributing cause that might have had an affect on the players' amotivation is the authoritarian elements of the coach leadership and low self-determination among the players. Authoritarian and controlling behaviours tend to diminish the intrinsic motivation and increase the external motivation and amotivation, whereas behaviours that facilitate for players to use self-determination tend to increase the intrinsic motivation. How you initiate to increase the players intrinsic motivation should be a part of coaches' education programs and similar.

Keywords: Ice hockey, Leadership, Coach – Athlete relationship, Motivation, Autonomy.

⁴ Chelladurai & Saleh, 1980

⁵ Jowett & Ntoumanis, 2004

⁶ Vallerand, Fortier, Pelletier, Tuson, Brière, & Blais, 1995

Innehållsförteckning	Sida
Introduktion	6
Motivation	6
Ledarskap	11
Relation	13
Syfte	14
Metod	15
Instrument.	16
Procedur	17
Resultat	18
Diskussion	20
Referenser	24
Bilagor	
Bilaga 1 – Käll och litteratursökning	27

Introduktion

Ledarskapet är avgörande för idrottares prestation och välmående.⁷ Den här undersökningen kommer att utvärdera hur ledarskapet påverkar ishockeyspelare i A-juniorlag, som inom ett par år ska spela hockey på elitseniornivå i Sverige (Elitserien). A-junioråldern, det sista steget innan spelare tar klivet in i A-laget, ställer krav på spelarens kunskaper och personliga egenskaper. Därför ställs också krav på det ledarskap spelarna kommer i kontakt med.

I ledarskapet har bland annat relationen mellan tränare och spelare betydelse.^{8 9} Relationen påverkar en idrottares motivation och därigenom hur de presterar.¹⁰ En av flera faktorer i relationen är att idrottare upplever att deras tränare är intresserad av dem som person och inte bara som idrottare. I det ingår att betrakta dem som kompetenta och med respekt, vilket kan ge effekter på deras prestation och utveckling.^{11 12} En annan faktor är den att spelare inte känner sig kontrollerade, så att de själva kan styra och påverka beslut utan att bli påverkade av till exempel tränaren.¹³

Personer som känner att de litar på varandra och står varandra nära, upplever troligtvis att de har en bra och stark relation. Dessa har då lättare för att berätta personliga saker för varandra, än de som inte står varandra lika nära.¹⁴ Sociala faktorer förväntas också påverka idrottares psykiska tillstånd. Det har till exempel visat sig i sportsammanhang, att tränarens beteende kan ha inverkan på idrottares motivation¹⁵, och därigenom påverka prestationsförmågan.

Motivation

I idrotten definieras motivation som sinnestillstånd, sociala faktorer och tankar, vilka påverkar en person då denne tar sig an en uppgift. Man kan sammanfattningsvis påstå att motivation rör anledningen till aktiveringen i aktiviteten, och att det är en central psykologisk faktor^{16 17} som bygger på en persons egenskaper, till exempel hur personen tänker¹⁸.

Self-Determination Theory¹⁹ är en teori om motivation och personlighet, som utvecklats under de senaste tre seklen. Den tar upp hur motivation påverkar personers

⁷ Chelladurai, P. Leadership. In R. N. Singer, Murphy & Tennant (eds.), *Handbook of research on sport psychology* (pp. 647-671), (New York: Macmillan, 1993).

⁸ Wylleman P. Interpersonal relationships in sport: uncharted territory in sport psychology research. *International Journal of Sport Psychology*, 31 (2000), 555-572

⁹ Jowett, S. & Cockerill, I. M. Olympic medallists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4 (2002), 313-331

¹⁰ Mageau G. A. & Vallerand R. J. The coach-athlete relationship: a motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21 (2003), 883-904

¹¹ Vallerand et al., 1995

¹² Jowett & Cockerill, 2002

¹³ Vallerand et al., 1995

¹⁴ Jowett & Cockerill, 2002

¹⁵ Sarrazin, D., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L.G., & Cury, F. Motivation and dropouts in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Sports Psychology*, 32 (2002), 395-418

¹⁶ Ryan, R. M., & Deci, E. L. Intrinsic and extrinsic motivations: classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25 (2000a), 54-67

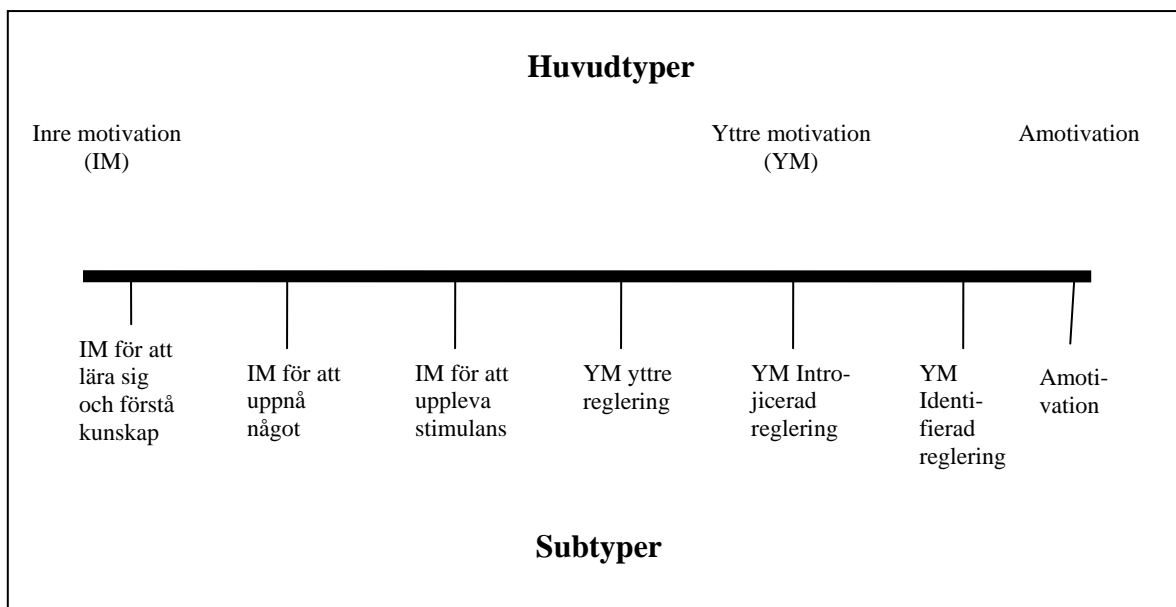
¹⁷ Ryan, R. M., & Deci, E. L. Self-Determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55 (2000b), 68-78

¹⁸ Roberts, G. C. *Advances in motivation in sports & exercise*. (Champaign, IL: Human Kinetics, 2001).

¹⁹ Ryan, R. M., & Deci, E. L. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. (New York: Plenum 1985).

utveckling, hur personer fungerar i sociala sammanhang och belyser att behovet av kompetens, självständighet, och tillhörighet är betydelsefullt.^{20 21 22} Teorin berör sociala sammanhangs påverkan på inre motivation, utvecklingen av yttre motivation, personers individuella skillnader i inställning till ett självstyrt och självbestämmande beteende, samt de behov som en människa har och dess relation och påverkan på psykologisk hälsa och välbefinnande.

Motivation kan delas upp i tre huvudbegrepp, *inre motivation*, *yttre motivation* och *amotivation*. Inre motivation påverkar en person att agera eller utföra något för själva nöjet och tillfredsställelsen som utförandet ger, snarare än genom externa stimulanser, krav eller belöningar.^{23 24 25 26} Yttre motivation påverkar personen då han eller hon deltar i aktiviteter på grund av yttre påverkan eller belöning.²⁷ Amotivation återfinns hos en person som har svårt att inse sambandet mellan sina åtaganden och resultaten av dessa²⁸ Det märks hos personen som brist på intention med aktiviteten, något som ibland beskrivs som på gränsen till inlärd hjälplöshet.²⁹



Figur 1. Visar de tre huvudtyperna av motivation (inre motivation, yttre motivation och amotivation), och de subtyper som de är uppbyggda av.

Inre motivation föreslås bestå av tre subtyper, *inre motivation för att lära sig och förstå kunskap*, *inre motivation för att uppnå något*, och *inre motivation för att uppleva stimulans*. Den yttre motivationen föreslås också vara uppbyggd av tre subtyper. Dessa är *yttre reglering*, som handlar om beteenden som motiveras och regleras av yttre medel, till

²⁰ Vallerand, R. J. A Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport and Exercise. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise* (pp. 263-319). (Champaign, IL: Human Kinetics, 2001).

²¹ Sarrazin, et al., 2002

²² Hollebeak, J. & Amorose, A. J. Perceived coaching behaviors and college athletes' intrinsic motivation: A test of self-determination theory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17 (2005), 20-36

²³ Ryan & Deci, 2000a

²⁴ Ryan & Deci, 2000b

²⁵ Mageau & Vallerand, 2003

²⁶ Hollebeak & Amorose, 2005

²⁷ Vallerand, 2001

²⁸ Pelletier et al., 2001

²⁹ Vallerand, 2001

exempel belöningar och restriktioner. *Introjerad reglering*, som sker när en person börjar internalisera skälen för sina handlingar, till exempel deltar därför att han eller hon annars skulle få skuld känslor. Slutligen finns *Identifierad reglering*, där en person använder sig av självvalda handlingar, som utförs trots att det inte medför någon känsla av nöje eller tillfredsställelse, men där personen inser fördelarna med aktiviteten. Amotivation betraktas som en endimensionell typ av motivation, men har även föreslagits bestå av fyra olika subtyper.³⁰

En person anses generellt sett bli positivt påverkad av inre motivation, medan yttre motivation och amotivation mestadels har en negativ påverkan.^{31 32 33} Det har påvisats att idrottare som drivs av yttre motivation, fortsätter sitt idrottande så länge som de blir externt belönade. När materiella eller sociala belöningar avtar, händer det att den aktive slutar med sitt idrottande. Det har också konstaterats att varje typ av förväntad belöning som funnits i samband med en aktivitet, både minskat och försvårat för den inre motivationen, samt ibland uppfattats som kontrollerande från den aktive. Kontrollerande beteenden anses i sin tur påverka motivation negativt.^{34 35 36} Inre motivation däremot, som driver idrottaren till att känna njutning för det som utförs, blir på så vis ännu viktigare i ett längre perspektiv.³⁷

Generellt sett blir en persons motivation mer och mer självbestämmande, desto mer denne drivs av inre motivation.³⁸ Ryan och Deci har hävdats att för att nå en hög nivå av inre motivation, så behöver individer uppleva tillfredsställelse av sina behov, både för kompetens, egna val och inflytande.^{39 40} Därför är det viktigt att förse en idrottare med möjlighet till just egna val och inflytande, vilket bland annat görs när en person i en auktoritetsposition (till exempel tränaren), intar idrottarens perspektiv. Med det menas att idrottarens känslor uppmärksammas, och att denne förse med bra information för att fatta egna beslut och göra egna val, samtidigt som krav och press minimeras.⁴¹

Tabell 1. SMS resultat (genomsnittsvärden) för individuella idrottare i SOK:s OS-satsning (källa SOK-material).⁴²

SMS Medelvärden	IM för att lära sig & nå kunskap	IM för att uppleva stimulans	IM för att uppnå något	YM identifierad reglering	YM introjerad reglering	YM yttre reglering	Amotivation
Individuella Idrottare	5,3	6	5,8	4	3,9	2,4	1,1

I Tabell 1 återfinns resultaten från en undersökning med Sports Motivation Scale⁴³ på 176 stycken svenska individuella elitidrottare, där cirka 60 % av deltagarna varit med på att

³⁰ Vallerand, 2001

³¹ Ryan & Deci, 2000a

³² Ryan & Deci, 2000b

³³ Vallerand, 2001

³⁴ Ryan & Deci, 2000b

³⁵ Pelletier et al., 2001

³⁶ Mageau & Vallerand, 2003

³⁷ Vallerand, 2001

³⁸ Vallerand, 2001

³⁹ Ryan & Deci, 2000a

⁴⁰ Ryan & Deci, 2000b

⁴¹ Mageau & Vallerand, 2003

⁴² Fallby, J., & Hassmén, P. Self-determination as related to the effectiveness of coping skills in elite athletes.

(Manuskript under bearbetning, 2005).

⁴³ Vallerand et al, 1995

eller flera OS.⁴⁴ Tabellen visar de individuella idrottarnas motivationsnivåer för de sju olika subtyperna av motivation (Likertskala: 1 = stämmer inte alls, 7 = stämmer helt).

Olika typer av yttre motivation behöver inte ha negativ inverkan på idrottare. Ibland förekommer undantag när den yttre motivationen blir självbestämd, vilket kan ske vid bland annat identifierad reglering.⁴⁵ Yttre självbestämd motivation kan till exempel driva en idrottare som tränar styrketräning. Trots att denne tycker att styrketräning är det tråkigaste som finns, så inser denne fördelarna som träningen medför och förstår att det är en viktig del i den fortsatta utvecklingen. På så vis är valet att syssla med styrketräningen, trots det faktum att det är tråkigt, självvalt. Det är alltså påverkat av yttre självbestämd motivation, vilken har en positiv effekt på idrottaren.⁴⁶ Idrottare som inte ser fördelarna med styrketräningen, kanske deltar i träningen för att de inte har något annat val och inte vill hamna i konfrontation med sin tränare. Sådana idrottare riskerar att inte ta till sig tränarens instruktioner och budskap på rätt sätt, vilket kan bli fallet om idrottare inte har tillgång till eget inflytande och egna val i sitt idrottande.⁴⁷

Självbestämd yttre motivation i motsats till icke-självbestämd, relateras till positiva psykologiska effekter och konsekvenser i beteendet, liksom de som associeras med inre motivation. Det har också påvisats att inre motivation och självbestämda typer av yttre motivation, är nödvändiga för att idrottare ska prestera optimalt. På grund av att involveringen i idrott innebär mycket träning, disciplin och liknande som inte alltid är roligt, kan inte idrottare bara förlita sig på inre motivation utan måste även använda sig av yttre former av motivation för att driva sin träning. Om den nödvändiga yttre motivationen kan införas och skapas hos individer (märks genom ökad känsla av personligt engagemang), kan det få földeffekter som bättre självuppfattning och bättre kvalitet i ens engagemang. Det betyder därför inte att den yttre motivation som införas, blir till inre motivation hos individerna.⁴⁸

När lärare, föräldrar, tränare och liknade använder ett förhållningssätt som stödjer självvalda beteenden, underlättar det för personer i kontakt med dem att använda sig av självvalda former av reglering (inre och identifierad reglering). Det betyder att personerna drivs av inre motivation och självbestämd yttre motivation, och minskar användningen och drivkraften från icke-självbestämda typer, som yttre reglering, introjicerad reglering, och amotivation.

Mageau och Vallerand har utvecklat en modell för hur motivation mellan tränare och idrottare interagerar (se figur 2). Den visar att tränarens främjande av självvalda beteenden hos sina aktiva, påverkas av hans eller hennes omgivning, värderingar, och uppfattning av sina idrottares beteende och motivation. Idrottarna påverkas dessutom av tränarens strukturering och involvering, vilket återspeglas i idrottarens uppfattning av kompetens, självständighet och tillhörighet. Det välbehag och den njutning som den aktive upplever och

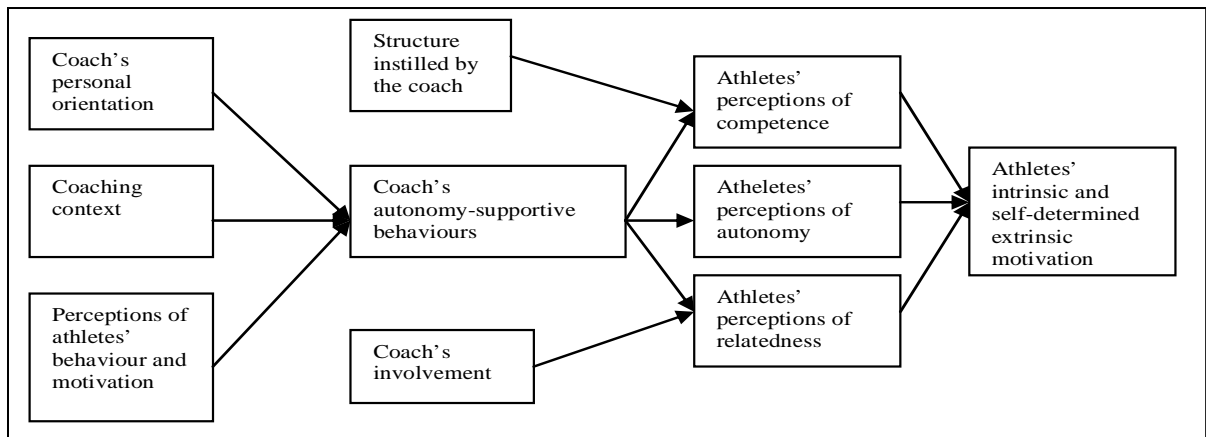
⁴⁴ Fallby & Hassmén, 2005

⁴⁵ Ryan & Deci, 2000a

⁴⁶ Mageau & Vallerand, 2003

⁴⁷ Mageau & Vallerand, 2003

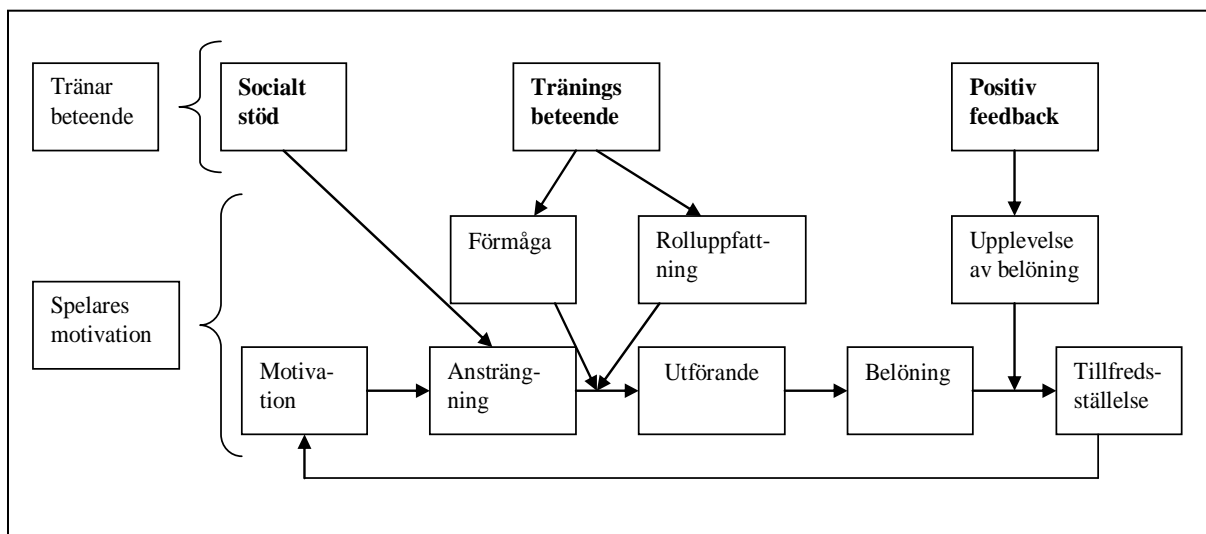
⁴⁸ Mageau & Vallerand, 2003



Figur 2. The motivational model of the coach-athlete relationship,⁴⁹ visar bland annat hur främjande av självvalda beteenden hos idrottare påverkar idrottarna.

som utmynnar ifrån dessa tre psykologiska behov, bestämmer nivån av inre och självbestämd yttre motivation hos idrottaren.⁵⁰

I figur 3 kan man se hur tränarens beteende påverkar spelares motivation, genom tre olika beteenden. De tre är socialt stöd, träningsbeteende och positiv feedback. Pilarna i figuren visar vilka av spelarens motivationsfaktorer som påverkas av de olika tränarebeteendena.⁵¹ Forskning har visat att feedback verkligen har betydelse för en individs motivation. Idrottare som får positiv verbal feedback, uppvisar högre nivå av inre motivation och upplever högre nivåer av kompetens och skicklighet, än idrottare som inte får det, oavsett mängden på den givna positiva verbala feedbacken.⁵²



Figur 3. Modell för hur motivationsprocessen fungerar (Chelladurai, 1981 refererad i Isberg, 1997).⁵³ Så påverkar tränarens beteende de aktivas motivation.

⁴⁹ Mageau & Vallerand, 2003

⁵⁰ Mageau & Vallerand, 2003

⁵¹ Chelladurai, 1993

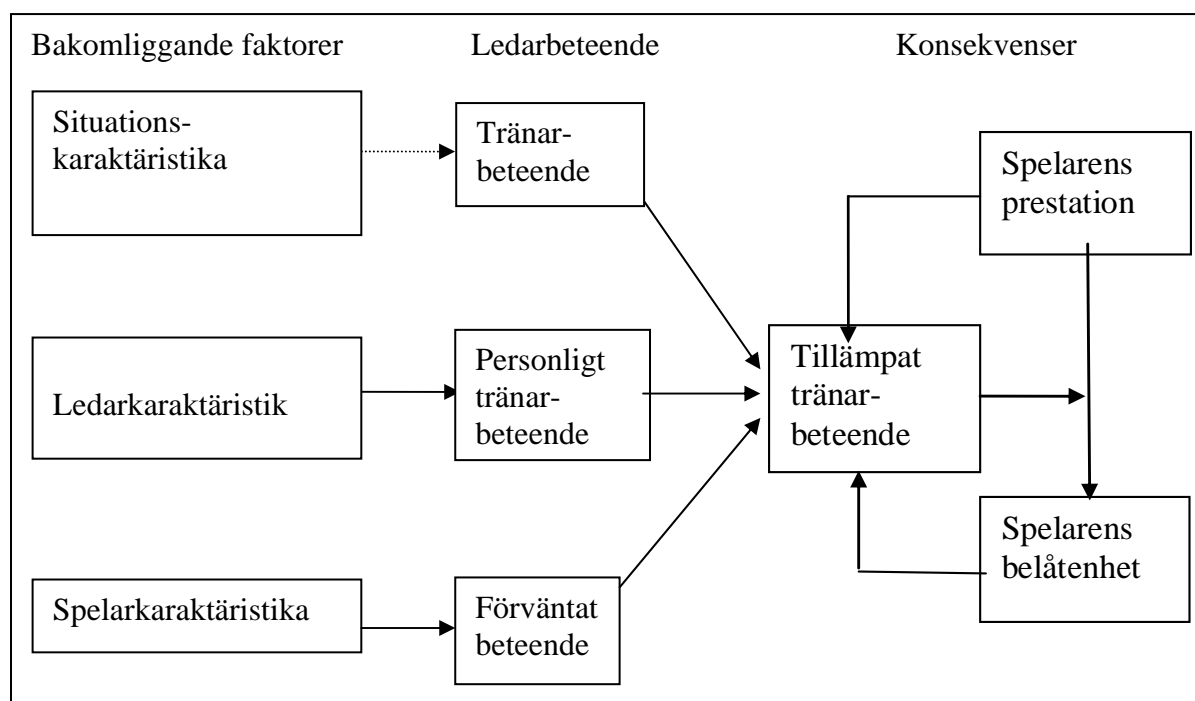
⁵² Vallerand, R. J. The effect of differential amounts of positive verbal feedback on the intrinsic motivation of male hockey players. *Journal of Sport Psychology*, 5 (1983), 100-107.

⁵³ Isberg, L. Väsentligheter eller floskler, coachingens innehåll och betydelse i lagspel: referat av forskningsprojekt. (Örebro: Stadstryck AB, 1997).

Ledarskap

Ledarskap har definierats som ”processen som påverkar aktiviteterna för en organiserad grupp mot målsättning och måluppfyllelse”, och gör ledarskap till en avgörande faktor för hur grupper och organisationer, lever och utvecklas.⁵⁴ Vilket ledarbeteende eller vilken typ av ledarskap som en tränare använder, påverkas delvis av situationerna och de individer man kommer i kontakt med, utifrån deras karaktärsdrag.⁵⁵ Ledarbeteendet kan i sin tur ha en betydelsefull effekt på prestationen och den psykologiska hälsan hos en idrottare.⁵⁶

Enligt modellen för ledarskap inom idrotten (se figur 4), bedöms en spelares prestation och belåtenhet med densamma vara en funktion av det tillämpade tränarbeteendet. Det ses i sin tur som en produkt av det personliga, föreskrivna, och förväntade tränarbeteendet. Bakomliggande faktorer för dessa tre typer av beteenden är karaktäristika för situationen, för tränaren som person och för idrottarna. Det föreskrivna tränarbeteendet styrs av situationsfaktorer, som till exempel sätter gränser för vad i den aktuella föreningen som anses vara lämpligt tränarbeteende.⁵⁷



Figur 4. Multidimensionell modell för ledarskap inom idrotten (Chelladurai 1978 till 1990 med tillägg av Isberg, 1997).⁵⁸

Beslutsfattandet är en viktig del i ledarskapet, och definieras som den process som rör beslutandet av vilket alternativ man ska välja, för att uppnå det uppskattade målet. Hur duktig du är som ledare är starkt beroende av hur du klarar av den processen, och hur dina beslut accepteras och utförs av dina aktiva. En beslutsfattare bör ha en bra kunskaps- och erfarenhetsbas inom sitt arbetsområde, vara påhittig, kreativ och ha bra innovationsförmåga. Denne bör också kunna hålla diskussioner fokuserade, ge alla medlemmar lika möjligheter

⁵⁴ Chelladurai, P. & Quek, C. B. Decision style choices of high school basketball coaches; the effects of situational and coach characteristics. *Journal of Sport Behavior*, 18 (1995), 91.

⁵⁵ Chelladurai, 1993

⁵⁶ Sherman, C. A., Fulle, R. & Speed, H. D. Gender comparison of preferred coaching behaviors in australien sports. *Journal of Sports Behavior*, 23, 4 (2000), 389.

⁵⁷ Chelladurai, 1993

⁵⁸ Isberg, 1997

till att visa vad de tänker och tycker, och kanske viktigast av allt, minska och minimera effekterna från ledarens eller tränarens position och status angående det som sker i gruppen.⁵⁹

Det finns en social aspekt i beslutsfattandet, i vilken ledaren tillåter sina understående att delta i beslutsfattandet. Att aktiva har förståelse för innebörden i ett beslut underlättas genom att de deltar i beslutsprocessen, vilket medför att beslutet utförs mer effektivt än om de inte varit delaktiga. De känner att det är deras beslut. Sådana känslor av ägandeskap leder till större acceptans för beslutet och ett mer effektivt utförande. Kanske viktigast av allt är att en individs känsla av självbestämmande, ökar genom deltagande i beslut som reglerar mål och stadgar för utförande och prestation, och förhöjer individens inre motivation.⁶⁰

Att aktiva får delta i beslutsfattandet kan endast genomföras i grupper som karaktäriseras av bra relationer och få konflikter. Om grupper inte uppfyller det kravet, riskerar främst två negativa konsekvenser att uppstå. Den ena uppstår i en ny grupp, där de involverade intar ett inställsamt beteende för att skapa ett interaktionsmönster mellan medlemmarna. Det leder oftast till kompromissbeslut. Den andra möjligheten är att gruppen karaktäriseras av rivalitet och interna konflikter. Om så skulle vara fallet, så får gruppmedlemmarnas deltagande i beslutsprocessen sällan ett optimalt utfall. Snarare är risken stor att stämningen mellan gruppens medlemmar försämras.⁶¹

Ledarbeteenden som uppfattas av aktiva som kontrollerande, har en negativ inverkan på deras inre motivation, och ökar yttre motivation och amotivation. Liknande samband har upptäckts för tränare som inte använder sig av en ledarstil som stimulerar till självbestämmande hos de aktiva.⁶² Kontrollerande beteenden, behöver inte nödvändigtvis upplevas som obehagliga för personen som innehar eller utövar beteendet, trots att det är skadligt för dem som kommer i kontakt med det. Människor uppfattar inte alltid, eller lägger inte alltid märke till att deras beteende är och uppfattas som kontrollerande. De personerna som är mest känsliga för de skadliga effekterna av kontrollerande beteenden, är också de som oftast frambringar den typen av beteende.⁶³

Motsatsen till kontrollerande beteenden är beteenden som stödjer självbestämmande och eget val. Att uppmuntra till självbestämmande hos idrottaren innebär att man möjliggör och uppmuntrar initiativ och egna val från idrottaren, och delar dennes perspektiv när man löser problem, tar beslut eller ger råd.⁶⁴ Det demokratiska tränarbeteendet som främjar självbestämmande hos idrottarna, har tillsammans med socialt stöd och positiv feedback visat sig betydelsefullt för idrottarens tillfredsställelse med ledarskapet. Ju högre nivåer en tränare når inom dessa områden, desto högre tillfredsställelse upplever de aktiva idrottarna med ledarskapet. Bland annat visar en tidigare genomförd studie på friidrottare att upplevt demokratiskt beteende och socialt stöd, generellt relaterar positivt till tillfredsställelse med ledarskap.⁶⁵

Det som bestämmer vilken inverkan sociala faktorer får på motivationstillståndet hos en individ, avgörs av individens uppfattning om och känsla av kompetens, självstyre och tillhörighet. Ledarstilar som stödjer ett självstyrande beteende hos de aktiva, underlättar för aktiva att känna sig dugliga, delaktiga och intresserade i aktiviteten.⁶⁶ Effektiv kommunikation, som till exempel feedback och generell information, kan bland annat ge idrottare en ökad känsla av kompetens. Ökade mängder av kommunikation ökar också

⁵⁹ Chelladurai, 1993

⁶⁰ Chelladurai, 1993

⁶¹ Chelladurai, 1993

⁶² Vallerand, 2001

⁶³ Mageau & Vallerand, 2003

⁶⁴ Ryan & Bargmann, 2003

⁶⁵ Chelladurai, 1993

⁶⁶ Vallerand, 2001

samstämmigheten. Öppna kommunikationskanaler som informella och formella konversationer, ”snack” och målsättningsmöten, bidrar till utvecklandet av samstämmighet mellan tränaren och idrottaren, och underlättar för båda parter att påverka varandra. Effektiv kommunikation mellan tränare och deras idrottare är en faktor som bidrar till lagets framgång.⁶⁷

Relation

”Tränare misslyckas sällan för att de saknar kunskap i tekniska eller taktiska färdigheter inom sin sport. De misslyckas oftare på grund av att de saknar färdigheter rörande hur man behandlar och handskas med relationer. Det finns bland annat fyra interpersonella färdigheter som är avgörande för att få relationerna att fungera. Dessa fyra färdigheter är att (a) känna och lita på sig själv och andra, (b) lösa konflikter, (c) kommunicera effektivt och (d) acceptera, backa upp och stödja andra. Tränarskap är ett yrke som handlar om att hjälpa andra. Det gäller att se värdet i människor och bry sig om dem, för att kunna påverka och lära dem saker och ting. Människor omkring dig behöver känna sig nära dig. Precis som de behöver mat, vatten och husrum för att kunna överleva, behöver de också känslomässig uppfostran och stöd i form av uppmuntran, respekt, en känsla av säkerhet och erkännande. När du ger detta till dem som du arbetar med, fostrar du dem.”⁶⁸

Inom idrotten förekommer många olika relationer. Aktiva idrottare har relationer med tränare, föräldrar, lagledare, fans med flera, och situationen är likadan för tränare. Relationerna har visat sig spela roll genom idrottarens hela idrottskarriär.⁶⁹ En effektiv tränare-spelare relation är en av flera faktorer som kan påverka idrottarens motivation, tillfredsställelse och förbättrad prestation. Tränare-spelare relationen i sig är en växelverkande process, där tränare och spelare påverkar varandra,⁷⁰ och för att den relationen ska bli effektiv och utvecklas positivt, har känslor av respekt, tilltro och engagemang visat sig vara viktiga.⁷¹

Tränare-idrottare relationen har inverkan på idrottarens utveckling, både som idrottare och som person. Den är grundläggande i ledarskapsprocessen, för att den högst troligt har en väsentlig del i idrottarens känsla av tillfredsställelse, självkänsla, och prestation.⁷² Poczwadowski, Barott och Henschen har funnit att relationen mellan tränare och idrottare bygger på respekt, tilltro på, kunskap om, och medverkan i andras mål, behov och önskemål. Speciellt elementen ”att bry sig om” och ”intressera sig för” från coachens sida, ansågs nödvändigt i relationen.⁷³

Ibland tar relationen mellan tränare och aktiva formen av mentorskap från tränarens sida. För idrottare är det tränare som varit de viktigaste förekommande mentorerna, historiskt sett. Idrottare som haft mentorer som agerat som rådgivare och positiva förebilder, har uppvisat en högre grad av trygghet och känt sig mer bekväma för att uttrycka känslor och

⁶⁷ Jowett & Cockerill, 2002

⁶⁸ Martens, R. *Successful Coaching (3rd ed.)*, (Champaign, IL: Human Kinetics, 2004).

⁶⁹ Wylleman, 2000

⁷⁰ Mageau & Vallerand, 2003

⁷¹ Jowett & Cockerill, 2002

⁷² Jowett & Cockerill, 2002

⁷³ Poczwadowski, A., Barott, J. E., & Henschen, K. P. *The influence of team dynamics on the interpersonal relationships of female gymnasts and their coaches: a qualitative perspective*. Poster presented at AAASP 15th Annual Convention, Nashville, TN, (2000).

ingå i relationer, än de utan mentorer. Formella och strukturerade mentorsprogram tyckte idrottarna var de absolut viktigaste faktorerna i deras utveckling.⁷⁴

En idrottares relationer varierar under hela karriären, och påverkar starkt det sätt som idrottaren möter framgång och nivåer av tillfredsställelse. Undersökningar på unga idrottare har visat hur viktigt det är med goda relationer till sina föräldrar och tränare. Relationerna visade sig också spela en betydande roll för huruvida efter en femårs period, idrottarna nådde nationell elitnivå eller inte. Liknande drag har upptäckts bland elit-judo idrottare, före detta olympiska idrottare och unga idrottare tränade av sina egna föräldrar.⁷⁵

Just relationsfaktorn i ens sociala omgivning, anses ha inverkan på motivationen hos personer, både inom och utanför idrotten. Tränare kan driva upp idrottares nivåer av inre motivation och självbestämd yttre motivation, genom att involvera sig i dem och stödja självständigt tänkande och handlande.⁷⁶ Relationer som mest bygger på kontrollerande beteenden, förstör långsamt känslan av självbestämmande och känslan av frihet. Tvärtom så underlättar ett sätt som främjar och stödjer ett självbestämmande beteende för den aktive att känna sig bekväm och självstyrande.⁷⁶

Social uppmärksamhet är en av flera relationsfaktorer som har visat sig påverka idrottares självkänsla. Självkänslan påverkar i sin tur både idrottarens motivation och affekter.⁷⁷ Tränare som visar att de är involverade och intresserar sig för sina aktivas välmående, har också visat sig ha inverkan på idrottarnas förmåga att ta till sig kunskap och relatera till den. Utan tränarens stöd och involvering, finns risk för att idrottaren inte upplever något samband mellan sig och tränaren.⁷⁸ För att skapa bra och effektiva relationer behövs kvalitéer som respekt, uppskattning, förståelse och acceptering. Sådana relationer skapar ansvarstagande och trygga individer, och stimulerar till kreativa handlingar, underlättar problemlösning, ökar samarbetsviljan och gör individerna mindre oroliga och ängsliga. Det har därför föreslagits att tränare som siktar mot att ge sina idrottare den service och hjälp som de är värda, inte bara borde koncentrera sig på att utveckla idrottaren som idrottare, utan också som person.⁷⁹

Syfte

Syftet med studien var att undersöka ledarskapet och relationen mellan tränare och spelare, och dess påverkan på spelares motivation inom ishockey på herrjuniorer i Sverige (Aj). Detta genomfördes genom ett frågeformulär ställt till respektive undersökt lags huvudtränare och ett till spelarna, där ledarskapet och relationen mellan huvudtränaren och spelarna utvärderades från både spelarnas och tränarnas perspektiv. Dessutom utvärderade spelarformuläret spelarnas motivationstillstånd. Fyra frågeställningar skulle besvaras. (1) Om tränare upplevs som de vill och tror att de upplevs. (2) Hur tränare och spelare beskriver sin tränare-spelare relation. (3) I vilken utsträckning relationen i ledarskapet påverkar spelares motivation. (4) Om det finns ett samband mellan olika ledarskapsstilar och spelares motivation.

⁷⁴ Bloom, G. A., Durand-Bush, N., Schinke, R. J., & Salmela, J. H. The importance of mentoring in the development of coaches and athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 29 (1998), 267-281

⁷⁵ Wylleman, 2000

⁷⁶ Mageau & Vallerand, 2003

⁷⁶ Pelletier et al., 2001

⁷⁷ Wylleman, 2000

⁷⁸ Mageau & Vallerand, 2003

⁷⁹ Poczwadowski, Barott, & Henschen, 2000

Metod

Studien inriktade sig mot huvudtränare, lag och spelare på nationell herr-elitjuniornivå (AJ/J-20) i ishockey i Sverige. I J-20-serier kan 3 överåriga, 5 förstaårsseniorer och en överårig målvakt delta (Svenska Ishockey Förbundet, 2004/2005). Det finns ingen undre åldersgräns. Undersökningen kom att inkludera två lag, namngivna lag A respektive lag B. De som ombads delta i undersökningen var vardera lagens huvudtränare och spelare. Kravet för att spelare skulle få delta i undersökningen var att de tränat och spelat under nuvarande huvudtränaren i minst 6 månader. Detta för att säkerhetsställa att reflektionen av huvudtränaren blev rättvisande. För lag A, ställde 23 spelare upp i undersökningen. Truppen bestod av 24 spelare. För Lag B ställde 17 spelare upp av totalt 19 spelare.

Undersökningen omfattade enkäter, uppbyggda av vetenskapligt framtagna psykologiska frågeformulär för undersökande av ledarskap, relation och motivation inom idrott. Tanken var att kunna matcha huvudtränarnas och spelarnas svar mot varandras, för att på så vis se skillnader och korrelationer mellan dem.

Huvudtränarnas formulär bestod av sju sidor. Sida ett var en introduktion till undersökningen, som berättade hur formuläret skulle besvaras, och hur tränaren skulle gå till väga om han träffade på något svårförståligt i formuläret. Sida två omfattade fyra korta grunduppgiftsfrågor, med syfte att skaffa bakgrundsfakta till tränarens bedömning av sitt ledarskap och sin relation till sina aktiva. Sidorna tre och fyra var uppbyggda av det idrottspsykologiska instrumentet LSS⁸⁰ (Leadership Scale for Sports), vilket utvärderade tränarens uppfattning och syn på sitt eget ledarskap. Instrumentet CART-Q Tränarversion⁸¹ (Coach-Athlete Relationship Test-Questionnaire), tog upp sidorna fem och sex, vilket utvärderade tränarens upplevda relation till sina spelare. Sista sidan var avsatt för egna reflektioner, tankar och åsikter.

Spelarformuläret var uppbyggt för att kunna matchas mot huvudtränarens. I stort var formuläret uppbyggt efter samma struktur, men med den skillnaden att spelarformuläret bestod av elva sidor, och inkluderade tre idrottspsykologiska instrument. Första sidan var en introduktionssida, precis som i huvudtränarens formulär. Sedan följde en sida med grundinformation som ålder, år under nuvarande huvudtränare (sett över hela karriären), säsonger i laget och totala antalet huvudtränare som man haft i sin karriär. Sidorna tre och fyra bestod av "LSS Drömtränarversion",⁸² där spelarna fick visa vilket ledarskap de föredrar hos en huvudtränare. Drömtränarversionen följdes upp med "LSS Nuvarande tränarversion",⁸³ på sidorna fem och sex, där spelarna utvärderade ledarskapet hos sin nuvarande huvudtränare. Sidorna sju och åtta bestod av "CART-Q Spelarversionen",⁸⁴ som utvärderade spelarnas upplevda relation till huvudtränaren. Efter det följde motivationsinstrumentet SMS⁸⁵ på sidorna nio och tio i formuläret, vilket utvärderade spelarnas nuvarande motivationstillstånd. Sista sidan avsattes för egen reflektion över de berörda områdena.

Undersökningen genomfördes i slutet av respektive lags säsong.

⁸⁰ Chelladurai & Saleh, 1980

⁸¹ Jowett & Ntoumanis, 2004

⁸² Chelladurai & Saleh, 1980

⁸³ Chelladurai & Saleh, 1980

⁸⁴ Jowett & Ntoumanis, 2004

⁸⁵ Vallerand et al., 1995

Instrument

*LSS – Leadership Scale for Sports*⁸⁶ (beskrivning ur Ostrow, 1996⁸⁷)

LSS utvärderar ledarskap hos ledare eller tränare. Det används för att undersöka (a) vilka preferenser och vilket beteende som en idrottare föredrar hos sin tränare (Drömtränarversionen), (b) för att undersöka idrottarens verkliga uppfattning av sin tränares ledarstil och ledarbeteende (Nuvarande tränarversionen), och (c) för att undersöka tränarens eller ledarens uppfattning och medvetenhet om sitt eget ledarskap och sitt ledarbeteende (Tränarversionen). Instrumentet består av 40 frågor som är framtagna för att beskriva fem olika dimensioner i en tränare ledarskap. De fem dimensionerna är Träning och instruktion, Demokratiskt beteende, Autokratiskt (enväldigt) beteende, Socialt stöd, och Positiv feedback. De 40 frågorna kompletteras (i den svenska versionen) av en skattningsskala, bestående av följande alternativ, Alltid, Ofta, Då och då, Sällan, Aldrig. Faktorn Träning och instruktion utvärderas genom 13 frågor, Demokratiskt beteende 9 frågor, Autokratiskt beteende 5 frågor, Socialt stöd 8 frågor och Positiv feedback 5 frågor. LSS bygger i grunden på antagandet, att en ledare påverkar och har inflytande på sina aktiva genom att aktivera deras själv- och egenintresse i aktiviteten, på engelska kallat för ”transactional leadership”.⁸⁸ Instrumentet har visat adekvat reliabilitet och validitet i tidigare undersökningar på ledarskap i idrott.^{89 90 91 92}

*CART-Q – Coach-Athlete Relationship – Questionnaire*⁹³

CART-Q har tagits fram för att utvärdera tränare-spelare relationen. Instrumentet är uppbyggt efter de tre C-na: *Commitment*, *Closeness* och *Complementarity*. Commitment betyder engagemang och definieras som tränarens och spelarens intentioner att bibehålla deras tränare-spelare relation, och ger en bild av hur relationen kommer att utvecklas i framtiden. Det kan sammanfattas röra uppfattningsförmågan hos tränare och spelare. Closeness refererar till att känna sig känslomässigt nära varandra i sin tränare-spelare relation, och rör känslorna mellan tränare och spelare. Complementarity refererar till tränarens och spelarens förmåga att samarbeta, arbeta tillsammans och komplettera varandra, och rör deras beteende.^{94 95}

Instrumentet består av elva frågor i grupp plus två fristående kompletteringsfrågor. Frågorna 1-3 rör Commitment, 4-7 Closeness och 8-11 Complementarity. De två kompletteringsfrågorna utvärderar hur nöjd tränaren respektive spelarna är med deras relation för tillfället, och i vilken utsträckning de tror att den andra parten känner sig nöjd med relationen. Första kompletteringsfrågan är; Känner du dig generellt sett nöjd med rådande relation mellan huvudtränare och spelare? Andra frågan är; Tror du att din huvudtränare/dina spelare generellt sett är nöjd/nöjda med rådande relation mellan huvudtränare och spelare? Svarsskalan består av en Likert skala från 1 till 7 (1=Håller inte

⁸⁶ Chelladurai & Saleh, 1980

⁸⁷ Ostrow A. C. *Directory of psychological tests in the sport and exercise sciences (2nd ed.)* (Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 1996)

⁸⁸ Chelladurai, 1993

⁸⁹ Chelladurai & Saleh, 1980

⁹⁰ Shields, D. L. L., Gardner, D. E., Bredemeier, B. J. L., & Bostro, A. The relationship between leadership behaviors and group cohesion in team sports. *The Journal of Psychology*, 13 (1997), 196-210

⁹¹ Martin, S. B., Jackson, A. W., Richardson, P. A., & Weiller, K. H. Coaching preferences of adolescent youths and their parents. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11 (1999), 247-262

⁹² Sullivan, P. J., & Kent, A. Coaching efficacy as a predictor of leadership style in intercollegiate athletics. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15 (2003), 1-11

⁹³ Jowett & Ntoumanis, 2004

⁹⁴ Jowett & Cockerill, 2002

⁹⁵ Jowett & Ntoumanis, 2004

alls med, 7=Håller fullständigt med, och 4=Både och). Testet har visat adekvat reliabilitet och validitet vid tidigare undersökningar av tränare-spelare relationen.⁹⁶

*SMS – Sports Motivation Scale*⁹⁷

SMS är ett instrument, som undersöker vilken typ av motivation en idrottare påverkas och drivs av i sitt idrottande. Instrumentet består av sju subskalor, vilka mäter tre typer av inre motivation (IM att lära sig & nå kunskap, IM för att uppleva stimulans, och IM för att uppnå något), tre typer av yttre motivation (Identifierad, Introjicerad och Yttre reglering), och amotivation. Mätningen görs genom att spelarna får gradera varje fråga på en Likert skala från 1 till 7 (1=stämmer inte alls, 7=stämmer helt). Instrumentet har visat adekvat reliabilitet och validitet i tidigare undersökningar på motivation i idrott.^{98 99 100}

Procedur

Ett bekvämlighetsurval gjordes bland juniorelitklubbarna i Sverige. Det utmynnade i att tre klubbar kontaktades via respektive sportchef. Efter att ha visat intresse för undersökningen kontaktades huvudtränarna för juniorlagen. Först gjordes en intresseförfrågan. Två av tränarna var positivt inställda, medan den tredje var mer neutral, bland annat på grund av ett stressigt schema. Tränare tre gav ändå sitt medgivande. En träff anordnades med respektive huvudtränare, och i samband med den bestämdes en passande tid för ifyllandet av formulären. Allt fungerade bra för lag A och B, men det uppstod problem med tillgängligheten för lag C. Det utmynnade i att lag C uteslöts ur undersökningen.

Huvudtränarna fick vid det första mötet ett Start PM med information om syftet med studien, information om genomförandet, uppföljning, samt kontakt information. Vid varje undersökningstillfälle fanns sedan en undersökningsledare på plats för att presentera studien för spelarna och huvudtränaren. Denne arbetade efter en framtagen mall som rörde förutsättningarna, presentationen och genomförandet av undersökningen. Dessutom fanns undersökningsledaren till hands ifall det dök upp oklarheter angående formulären. En förklaringsmall hade på förhand gjorts i ordning, innehållande bland annat förtydningar till ett par frågor. Ingen tränare närvarade när spelarna fyllde i sina formulär, och vice versa. När spelarna var klara stoppades formulären i kuvert som klistrades igen och lämnades in. Dessa blandades sedan om för att säkerhetsställa att kravet på anonymitet uppfylldes.

Undersökningstillfället med lag A genomfördes i ett teorirum i klubbens ishall. 23 av 24 spelare deltog. Undersökningen togs emot seriöst och tog cirka 55 minuter att genomföra. Tilläggas bör att en spelare satt i 55 minuter, medan övriga spelare var klara inom en halvtimme. Ett par frågor i LSS instrumentet vållade frågor, och förtydligades enligt förklaringsmallen. Huvudtränarens undersökning tog cirka 20 minuter, och genomfördes i samma teorirum som spelarnas undersökning. Vissa frågor i LSS instrumentet tyckte han var otydligt framställda, vilket gjorde det svårt att veta om frågorna skulle tolkas röra hela laget som grupp eller spelarna individuellt.

Undersökningen med lag B, genomfördes vid två undersökningstillfällen, eftersom så många som möjligt ur truppen skulle kunna delta. 14 av 19 spelare närvarade vid det första

⁹⁶ Jowett & Ntoumanis, 2004

⁹⁷ Vallerand et al., 1995

⁹⁸ Vallerand et al., 1995

⁹⁹ Vallerand, R. J., Fortier, M. S., Briere, N. M., & Provencher, P. J. Competitive and recreational sport structures and gender: a test of their relationship with sport motivation. *International Journal of Sport Psychology*, 26 (1995), 24-39

¹⁰⁰ Martens, M. P. & Webber, S. N. Psychometric properties of the sport motivation scale: an evaluation with college varsity athletes from the U.S. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24 (2002), 254

tillfället som ägde rum i ett teorirum i klubbens träningsanläggning. Spelarna var positiva till undersökningen och agerade koncentrerat. Andra undersökningstillfället, ägde rum med tre spelare i klubbens A-lagsomklädningsrum. Båda tillfällena tog cirka 30 minuter vardera att genomföra. Inga yttre omständigheter påverkade något av teststillfällena. Tränarundersökningen genomfördes i klubbens tränarum och tog cirka 25 minuter. Tränaren fick arbeta ostört under hela genomförandet. Några frågor dök upp och förtydligades enligt förklaringsmallen.

Resultat

Undersökningens interna bortfall minskades genom att en undersökningsledare närvarade vid undersökningstillfället. Dessutom användes en förklaringsmall för att göra eventuella förtydliganden standardiserade. Sammantaget så var det interna bortfallet relativt litet. Ett och ett halvt SMS-instrument fylldes inte i, och en spelare rörde ihop de båda LSS-versionerna och de värdena togs därför bort. Utöver det bestod det interna bortfallet av ett antal obesvarade frågor.

Vid sammanställning av resultatet, räknades ett uppskattat värde ut då spelare valt att lämna obesvarade frågor i sina formulär. Det gjordes genom att man först räknade samman alla spelarens svar på frågor inom en viss dimension i ett frågeformulär. Genomsnittsvärdet för spelaren i den dimensionen, användes sedan som värde i den obesvarade frågan. Exempel: en spelare har svarat på 12 av 13 frågor i LSS instrumentets Träning och instruktions dimension. Genomsnittsvärdet för de tolv besvarade frågorna blir då spelarens uppskattade värde i den obesvarade 13:e frågan. Om en spelare inte svarat på åtminstone hälften av en dimensions frågor, ströks spelarens svar för den dimensionen.

Det externa bortfallet utgjordes av de tre spelarna som inte deltog i undersökningen.

Tabell 2. Diagrammet visar resultaten för lag A och B, samt medelvärden i SMS (Likert skala: 1=stämmer inte alls, 7=stämmer helt).

SMS	IM för att lära sig & nå kunskap	IM för att uppleva stimulans	IM för att uppnå något	YM identifierad reglering	YM introjicerad reglering	YM yttre reglering	Amotivation
lag A	5,3	5,6	4,6	3,7	4,4	3,5	2,3
lag B	4,9	6,2	5,2	3,2	3,7	2,5	2,0
Medel	5,1	5,9	4,9	3,5	4,1	3,0	2,2

Resultaten för spelarnas motivationstillstånd i SMS instrumentet presenteras med Likert-skalor från 1 till 7, i tabell 2. Det sammanlagda resultatet för de båda lagen, visar att de tre typerna av inre motivation (IM för att lära sig och nå kunskap, IM för att uppleva stimulans, och IM för att uppnå något), ligger något högre än nivåerna för yttre motivation. Amotivation ligger ganska klart under resultaten för de andra sex parametrarna. Högst nivåer av inre motivation hittar vi för IM för att uppleva stimulans. De två andra typerna av inre motivation (IM för att lära sig och förstå kunskap och IM för att uppnå något) har lägre skattningar, men är ungefär likvärdiga. Högst skattning av yttre motivation uppvisar YM introjicerad reglering.

Korrelationer i Pearson visade inga signifikanta korrelationer mellan värdena för SMS och de två andra instrumenten. Däremot förekom ett par signifikanta korrelationer inom

SMS. För att en korrelation skulle vara signifikant, krävdes att den var högre än 0,5 för lag A (23 spelare), och högre än 0,6 för lag B (17 spelare).¹⁰¹

Tabell 3. Diagram över respektive lags skattningar för Positiv Feedback och Auktoritärt Beteende i LSS.

LSS – Lag A	Positiv Feedback	Auktoritärt Beteende
Spelarnas drömtränare	3,9	2,7
Spelarna om nuvarande tränaren	2,9	3,1
Tränaren om sitt ledarbeteende	3,8	2,4
LSS – Lag B	Positiv Feedback	Auktoritärt Beteende
Spelarnas drömtränare	4,1	2,8
Spelarna om nuvarande tränaren	2,5	3,5
Tränaren om sitt ledarbeteende	3,2	3,4

LSS instrumentets resultat, visar att lagens spelare vill att deras ”Drömtränare” ofta ska ge positiv feedback (se tabell 3). Resultaten visar också att båda huvudtränarna ligger en bit under det skattade beteendet (ledarskapet), som spelarna efterfrågar. Tränarna själva upplever sig använda positiv feedback oftare i sitt ledarskap, än vad spelarna uppfattar. Spelarnas skattningar visar på att de efterfrågar en medelnivå av auktoritärt beteende i sin tränares ledarskap. Tränare A uppfattar att inslag av auktoritärt beteende förekommer sällan eller då och då i hans ledarskap, medan tränare B:s ledarbeteende innefattar högre nivåer av auktoritet (AB = 3,4).

Tabell 4. Pearson korrelationer mellan CART-Q, LSS Drömtränarversion och Nuvarande tränarversion.

CART-Q	LSS – Lag A										
	Spelarnas drömtränare						Spelarnas nuvarande tränare				
		TI	DB	AB	SS	PF		TI	DB	AB	SS
Commitment	0,18	-0,37	0,10	-0,43	-0,41	0,53*	0,62*	-	0,03	0,59*	0,75*
Closeness	0,16	-0,35	0,12	-0,28	-0,32	0,51*	0,54*	0,2	0,61*	0,62*	
Complementarity	0,25	-0,36	0,16	-0,35	-0,47	0,46	0,53*	0,24	0,60*	0,52*	
Nöjd 1	0,32	0,34	0,19	0,55*	-0,47	0,34	0,52*	-	0,12	0,55*	0,62*
Nöjd 2	0,30	0,13	-0,12	0,00	-0,18	0,02	-0,03	0,35	-0,06	0,37	

Not. TI = Träning & Instruktion, DB = Demokratiskt Beteende, AB = Auktoritärt beteende, SS = Socialt Stöd, PF = Positiv Feedback. Nöjd 1 = Känner du dig generellt sett nöjd med rådande relation mellan huvudtränare och spelare. Nöjd 2 = Tror du att din huvudtränare/dina spelare generellt sett är nöjd/nöjda med rådande relation mellan huvudtränare och spelare?

Utifrån korrelationsschemat i tabell 4, går det att utläsa huvudsakligen negativa korrelationer mellan LSS Drömtränarversion och CART-Q:s fem parametrar. I LSS versionen där spelarna utvärderar sin nuvarande tränare ses samma mönster fast positivt, förutom för Nöjd 2 i CART-Q. Liknande korrelationer upptäcktes även för lag B, fast inte med lika tydliga värden. De dimensionerna i LSS Nuvarande tränarversionen som visar

¹⁰¹ Dyer, C. Beginning research in Psychology: A practical guide to research methods and statistics. (Malden, MS: Blackwell, 1995).

signifikanta korrelationer till CART-Q är först och främst Demokratiskt beteende, Socialt stöd och Positiv feedback, och till viss mån även Träning och instruktion. Auktoritärt beteende sticker ut från de andra dimensionerna, och korrelerar lågt med CART-Q.

Pearsons korrelationer visade på signifikanta korrelationer mellan dimensionerna i CART-Q (se tabell 5).

Tabell 5. Internt korrelationsschema (Pearson) för CART-Q.

LAG A		Cart-Q				
Korrelationer	Commitment	Closeness	Complementarity	Nöjd. 1	Nöjd 2	
	Commitment	0,84*	0,75*	0,78*	0,2	
	Closeness		0,81*	0,74*	0,3	
CART-Q	Complementarity			0,71*	0,3	
	Nöjd 1				0,4	
	Nöjd 2					
LAG B		Cart-Q				
Korrelationer	Commitment	Closeness	Complementarity	Nöjd. 1	Nöjd 2	
	Commitment	0,66*	0,63*	0,78*	0,6	
	Closeness		0,71*	0,72*	0,4	
CART-Q	Complementarity			0,6	0,5	
	Nöjd 1				0,76*	
	Nöjd 2					

Diskussion

Syftet med studien var att undersöka ledarskapet och relationen mellan tränare och spelare, och dess påverkan på spelares motivation. De fyra frågeställningarna som skulle besvaras var, (1) om tränare upplevs som de tror och vill bli upplevda. (2) Hur tränare och spelare beskriver sin tränare-spelare relation. (3) I vilken utsträckning relationen i ledarskapet påverkar spelarnas motivation. (4) Om det finns ett samband mellan olika ledarskapsstilar och spelares motivation.

Frågeställningens första fråga (1), besvarades genom att vi jämförde hur tränarna upplever sig själva och hur spelarna upplever dem. Det fanns tendenser till skattningsskillnader i resultaten i LSS (se tabell 3), och likaså för resultaten i CART-Q, och det föreslås att resultaten från CART-Q delvis kan förklaras av en bristande relation mellan spelare och tränare. En tränare bör vara tydlig i sitt ledarskap, dels för att det underlättar för spelarna att tolka det som tränaren gör och dels för att en bra struktur får dem att känna sig dugliga. Det gör det viktigt att ge en bra struktur i form av vägvisningar, ramar och regler.¹⁰² Resultaten ifrågasätter därför huruvida tränarna har varit tillräckligt tydliga i sitt ledarskap, eftersom det finns tendenser till skattningsskillnader mellan spelare och tränare. Ett exempel som styrker det påståendet hittar vi för lag A i LSS instrumentet, där tränaren uppskattar sitt eget ledarbeteende nästan likvärdigt med spelarnas uppskattning av sin drömtränares beteende. Samtidigt bedömer spelarna tränarens nuvarande ledarbeteende med lägre skattningar för alla dimensionerna i LSS, förutom för Auktoritärt Beteende, där skattningarna överstiger tränarens uppskattning (se tabell 3).

Relationen mellan tränarna och spelarna (2), utvärderades huvudsakligen genom CART-Q. Korrelationerna inom instrumentet visade sig vara signifikanta för i stort sett alla dimensionerna (se tabell 5), det innebar att subskalorna i instrumentet till stora delar skulle ha kunnat slås ihop till en enda skala. Detta behöver inte nödvändigtvis vara negativt, vilket

¹⁰² Mageau & Vallerand, 2003

också föreslagits vid valideringen av instrumentet, då det också upptäcktes höga korrelationer mellan de olika dimensionerna. Förklaringen till det var att tränaren och spelarna borde betraktas som en enhet, så att det inte enbart fokuseras på vad en part i relationen svarat.¹⁰³

Båda tränarna visar enligt resultaten tendenser till att uppleva relationen mellan sig och spelarna som bättre än vad spelarna upplever sin relation till tränarna att vara. Det antas tyda på att parterna upplever och tolkar saker och ting olika. Antagandets utgångspunkt ligger i att lag med bra kontakt och relation mellan tränare och spelare, skapar förutsättningar för att tränares och spelares skattningar ska bli höga och likvärdiga. Tvärtom skulle det bli ifall kontakten och relationen uppfattades som dålig. När resultaten inte överensstämmer, tyder det på att uppfattningen hos spelarna och tränarna går isär, och det som tränarna tror att sina spelare känner och upplever, kanske inte stämmer överens med hur det verkligen förhåller sig. Relationen kan på så vis komma att kännas starkare än vad den kanske egentligen är, vilket kan få konsekvenser i mer stressande eller pressande situationer.

Eftersom ingen longitudinell undersökning gjorts av tränare-spelare relationen och spelarnas motivation, gick det inte att fastställa om relationen mellan tränare och spelare har påverkat och inverkat på spelarnas motivationstillstånd (3). I SMS instrumentet så visade bägge lagens resultat på högre nivåer av inre motivation än yttre motivation (se tabell 2). Det innebär att spelarna var mer drivna av inre motivation än yttre motivation vid testtillfället, vilket teoretiskt sett är positivt. I tidigare studier av tränare-spelare relationens inverkan på idrottares motivation,¹⁰⁴ har resultat visat att behovet för upplevelse av kompetens, självständighet och tillhörighet hos idrottare, kunnat relateras till idrottares nivåer av inre motivation. Hur behovet uppfylls för dessa tre faktorer, är också direkt relaterat till vilket ledarskapsbeteende som tränaren använder. Sammantaget stod upplevelsen av kompetens, självständighet och tillhörighet för 22 % av variationen i inre motivation hos idrottarna. Hollebeaks och Amoroses studie visar alltså att tränare-spelare relationen påverkar och har inverkan på spelares motivation (se också ¹⁰⁵).

Vid jämförelse av lag A:s och B:s resultat, med resultat från undersökningar på 176 stycken svenska individuella idrottare,¹⁰⁶ där cirka 60 % av deltagarna varit med på ett eller flera OS (se tabell 1 på s. 7), upptäcktes liknande värden för två av tre dimensioner av inre motivation. För den tredje dimensionen, "IM för att uppnå något" tenderade de båda lagens genomsnittsskattning att vara lägre än de individuella idrottarnas. Lagen uppvisade också högre skattning för yttre motivation i två av tre dimensioner och lägre för den tredje, identifierad reglering, än de individuella idrottarna. Identifierad reglering är tillsammans med Introjicerad reglering de typerna av yttre motivation som påstås kunna påverka en idrottare positivt, om de är självbestämda det vill säga (se motivation på s. 4). Är de icke-självbestämda, påverkar de istället idrottaren negativt.^{107 108}

Det mest uppseendeväckande i jämförelsen mellan de båda lagen och de individuella idrottarna, var tendenserna till skillnader i amotivation. Lagens genomsnittliga skattningsvärde för amotivation låg på 2,2, medan de individuella idrottarna skattade 1,1. Samtidigt var den högsta skattning som uppkom bland de individuella idrottarna 2,8, jämfört med 3,8 för lag A och B. En hög nivå av amotivation är klart negativt för lagen och spelarna själva.

¹⁰³ Jowett & Ntoumanis, 2004

¹⁰⁴ Hollebeak & Amorose, 2005

¹⁰⁵ Sarrazin et al., 2002

¹⁰⁶ Fallby & Hassmén, 2005

¹⁰⁷ Ryan & Deci, 2000a

¹⁰⁸ Ryan & Deci, 2000b

Lag B:s resultat i CART-Q tyder på att spelarna inte uppskattar relationen mellan tränaren och sig själva som speciellt bra. Spelarna är också pessimistiskt inställda till tränarens syn på relationen och tror inte heller att denne är riktigt nöjd. I tidigare undersökningar har det påträffats att ledarskap med bra tränare-spelare relation, där tränaren visat intresse för och i sina idrottare både som idrottare och vanliga individer, samt givit dem uppmärksamhet i form av känslomässig kontakt och socialt stöd. Ökat idrottarens inre motivation och självbeslutad yttre motivation, samtidigt som den övriga yttre motivationen och amotivationen minskat.^{109 110 111}

Att spelarna uppvisar den nivå av inre motivation som de gör, trots att de upplever sin relation till tränaren som otillfredsställande, bör vidare undersökas. Det kan tyda på att relationen inte har någon påverkan på spelarnas motivation, men det talar emot tidigare forskning.^{112 113} Kanske är det så att den dåliga relationen endast påverkat amotivation hos lag A och B, men inte haft någon inverkan på den inre eller yttre motivationen, vilket då skulle förklara resultaten. Det krävs dock longitudinella studier för att den typen av slutsatser ska kunna säkerställas.

En faktor som skulle ha kunnat påverka undersökningens resultat, är hur många år som spelarna agerat under tränaren. Alla spelarna i lag B hade haft sin tränare i en säsong, medan spelarna i lag A varit verksamma under sin tränare i snitt 2,3 säsonger. I fallet med lag B kan en säsong vara för lite för att en dålig relation mellan tränare och spelare ska påverka spelarnas motivation i negativ bemärkelse. Över en längre period som för många spelare i lag A, kan det tänkas att den yttre motivationen och amotivationen kan komma att öka, som utfall av att relationen fortsatt att vara dålig eller otillfredsställande.^{114 115 116}

Frågeställningens sista fråga (4), som tog upp på vilket sätt olika ledarstilar påverkar spelares motivation, rör först och främst ledarbeteendet och hur det uppfattas av spelarna. Utifrån LSS resultaten kan utläsas att ledarskapet hos till exempel lag B, karaktäriseras av en relativt odemokratisk och auktoritär stil, som inte innehåller speciellt mycket socialt stöd, men däremot hög grad av träning och instruktion av spelets olika moment. I lag A:s och B:s SMS resultat märks framförallt höga nivåer av amotivation, jämfört med tidigare studier på svenska individuella elitidrottare (se tabell 1).¹¹⁷ En bidragande faktor som skulle kunna förklara amotivationsnivåerna, är tränarens auktoritära inslag i ledarskapet och avsaknad av självbestämmande (autonomi) hos de aktiva. Auktoritära och kontrollerande beteenden tenderar att minska den inre motivationen och öka yttre motivation och amotivation, medan beteenden som främjar självbestämmande tenderar att öka den inre motivationen hos idrottare.¹¹⁸

Ett intressant konstaterande är att spelarna i de båda lagen faktiskt efterfrågar ett medel auktoritärt ledarskap hos sin nuvarande tränare. Det ses som uppseendeväckande, eftersom sådana ledarskapsbeteenden har visat sig ha en negativ inverkan på spelares motivation och brukar upplevas som kontrollerande.^{119 120 121} Forskning har vidare visat att kontrollerande

¹⁰⁹ Vallerand et al., 1995

¹¹⁰ Jowett & Cockerill, 2002

¹¹¹ Mageau & Vallerand, 2003

¹¹² Sarrazin et al., 2002

¹¹³ Hollembeak & Amorose, 2005

¹¹⁴ Vallerand et al., 1995

¹¹⁵ Jowett & Cockerill, 2002

¹¹⁶ Mageau & Vallerand, 2003

¹¹⁷ Fallby & Hassmen, 2005

¹¹⁸ Hollembeak & Amorose, 2005

¹¹⁹ Vallerand, 2001

¹²⁰ Mageau & Vallerand, 2003

¹²¹ Hollembeak & Amorose, 2005

ledarskapsstilar och beteenden fortfarande är de mest förekommande i västvärlden. Kontrollerande tillstånd och omständigheter uppstår ofta i en stressande miljö, där tränaren har krav på sig att prestera. Det skulle kunna vara fallet för båda tränarna i undersökningen, och i sådana fall skulle det kanske kunna förklara nivåerna av auktoritärt beteende i ledarskapet. Negativt för personer en sådan miljö är att de som inte drivs av inre motivation uppvisar en försämring i prestationsförmåga, i jämförelse med dem som är inre motiverade.¹²²

Elitidrotten innehåller ett visst mått av yttre motivation och elitidrottare verkar ha en förmåga att integrera vissa typer av yttre motivation som drivkraft. Troligtvis beroende på att de är tvungna till det i den miljö som de befinner sig i. Det mesta talar ändå för att den inre motivationen är oerhört viktig i utvecklandet av bra,^{123 124 125} och att tränare-spelare relationen är en av flera faktorer som påverkar idrottarens inre motivationstillstånd.^{126 127} För att öka insikten och kunskapen om fenomenet, bör det ytterliggare undersökas genom longitudinella studier, för att bättre kunna följa utvecklingen av motivation i relation till ledarskap och tränare-spelare relationen.

Något spelare och tränare skulle kunna arbeta mer med, är att förbättra sina tränare-spelare relationer. Ett sätt att göra det på, är genom att öka mängden kommunikation och dess kvalitet, samt idrottarnas inflytande. Det skulle möjliggöra för ett större erfarenhetsutbyte och inflytande från idrottarna, samtidigt som det skulle ställa krav på coacher och tränare att bli mer självmedvetna för hur de beter sig och uppfattas.¹²⁸ Effekten av den mer demokratiska ledarstilen, skulle bli att spelarna upplever att de till en större grad kan påverka det de sysslar med. Kravet på självstyre och egna val skulle uppfyllas och spelarna skulle i allt större utsträckning drivas av inre motivation.^{129 130} Hur tränare ska gå till väga för att skapa denna typ av ledarskap och miljö för spelarna, bör ingå i tränarutbildningsprogram och liknande.¹³¹

Vad det gäller instrumenten i undersökningen, kan det diskuteras huruvida CART-Q är ett bra instrument för undersökning av tränare-spelare relationen, eller inte. På grund av de höga interna korrelationerna, går det att ifrågasätta instrumentets användbarhet.

Att det tredje laget som kontaktades inte kunde delta i undersökningen, måste ses som en brist. Det skulle ha stärkt undersökningen ifall det funnits ett tredje lag att referera till. I framtida undersökningar bör fler än två lag undersökas för att ge forskningen mer informationsunderlag och bredd. Alternativt skulle det kunna fokuseras kring ett lag som undersöks djupare, genom till exempel intervjuer av spelare och tränare.

Framförallt skulle en longitudinell studie med mätningar vid flera tidpunkter vara intressant att genomföra, kanske med kompletteringar som utbildning till coacherna och spelarna kring inre och yttre motivation. Det skulle vara intressant att följa upp denna undersökning med en studie på yngre spelare för att se om liknande mönster återfinns längre ner i åldrarna, eller om det skiljer sig. Det finns många anledningar till att tro att det verkligen finns skillnader mellan yngre respektive äldre spelare. Yngre individer påverkas av vad de kommer i kontakt med redan i unga år, och det skulle därför vara intressant att studera dem innan de rättat sig efter omgivningens premisser.

¹²² Mageau & Vallerand, 2003

¹²³ Vallerand et al., 1995

¹²⁴ Ryan & Deci, 2000a

¹²⁵ Ryan & Deci, 2000b

¹²⁶ Jowett & Cockerill, 2002

¹²⁷ Mageau & Vallerand, 2003

¹²⁸ Mageau & Vallerand, 2003

¹²⁹ Vallerand et al., 1995

¹³⁰ Hollebeak & Amorose, 2005

¹³¹ Jowett & Cockerill, 2002

Referenser

- Bloom, G. A., Durand-Bush, N., Schinke, R. J., & Salmela, J. H. The importance of mentoring in the development of coaches and athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 29 (1998), 267-281.
- Chelladurai, P. & Saleh, S. D. Dimensions of leader behaviour in sports: Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2 (1980), 34-45.
- Chelladurai, P. Leadership. In R. N. Singer, Murphy & Tennant (eds.), *Handbook of reserach on sport psychology* (pp. 647-671). (New York: Macmillan, 1993).
- Chelladurai, P. & Quek, C. B. Decision style choices of high school basketball coaches; the effects of situational and coach characteristics. *Journal of Sport Behavior*, 18 (1995), 91.
- Dyer, C. *Beginning research in Psychology: A practical guide to research methods and statistics*. (Malden, MS: Blackwell, 1995).
- Fallby, J., & Hassmén, P. Self-determination as related to the effectiveness of coping skills in elite athletes. (*Manuskript under bearbetning*, 2005).
- Hollembeak, J. & Amorose, A. J. Perceived coaching behaviors and college athletes' intrinsic motivation: A test of self-determination theory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17 (2005), 20-36.
- Isberg, L. *Väsentligheter eller floskler, coachingens innehåll och betydelse i lagspel: referat av forskningsprojekt*. (Örebro: Stadstryck AB, 1997).
- Jowett, S. & Cockerill, I. M. Olympic medallists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4 (2002), 313-331.
- Jowett, S. & Ntoumanis, N. The Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q): development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sport*, 14 (2004), 245-257.
- Mageau G. A. & Vallerand R. J. The coach-athlete relationship: a motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21 (2003), 883-904.
- Martens, M. P. & Webber, S. N. Psychometric properties of the sport motivation scale: an evaluation with college varsity athletes from the U.S. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24 (2002), 254.
- Martens, R. *Successful Coaching (3rd ed.)*. (Champaign, IL: Human Kinetics, 2004).
- Martin, S. B., Jackson, A. W., Richardson, P. A., & Weiller, K. H. Coaching preferences of adolescent youths and their parents. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11 (1999), 247-262.

- Ostrow A. C. *Directory of psychological tests in the sport and exercise sciences (2nd ed.)*. (Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 1996)
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25 (2001), 4.
- Poczwardowski, A., Barott, J. E., & Henschen, K. P. *The influence of team dynamics on the interpersonal relationships of female gymnasts and their coaches: a qualitative perspective*. Poster presented at AAASP 15th Annual Convention, Nashville, TN, (2000).
- Roberts, G. C. *Advances in motivation in sports & exercise*. (Champaign, IL: Human Kinetics, 2001).
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. (New York: Plenum, 1985).
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. Intrinsic and extrinsic motivations: classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25 (2000a), 54-67.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. Self-Determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55 (2000b), 68-78.
- Ryan, R. M., & Bargman, K. Autonomy support and need satisfaction in the motivation and well-being of gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15 (2003), 372-390
- Sarrazin, D., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L.G., & Cury, F. Motivation and dropouts in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Sports Psychology*, 32 (2002), 395-418.
- Sherman, C. A., Fulle, R. & Speed, H. D. Gender comparison of preferred coaching behaviors in australien sports. *Journal of Sports Behavior*, 23, 4 (2000), 389.
- Shields, D. L. L., Gardner, D. E., Bredemeier, B. J. L., & Bostro, A. The relationship between leadership behaviors and group cohesion in team sports. *The Journal of Psychology*, 13 (1997), 196-210.
- Sullivan, P. J., & Kent, A. Coaching efficacy as a predictor of leadership style in intercollegiate athletics. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15 (2003), 1-11.
- Vallerand, R. J. The effect of differential amounts of positive verbal feedback on the intrinsic motivation of male hockey players. *Journal of Sport Psychology*, 5 (1983), 100-107.
- Vallerand, R. J., Fortier, M. S., Pelletier, L. G., Tuson, K. M., Brière, N. M. & Blais, M. R. Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17 (1995), 35-53.

- Vallerand, R. J., Fortier, M. S., Briere, N. M., & Provencher, P. J. Competitive and recreational sport structures and gender: a test of their relationship with sport motivation. *International Journal of Sport Psychology*, 26 (1995), 24-39.
- Vallerand, R. J. A Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport and Exercise. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise* (pp. 263-319). (Champaign, IL: Human Kinetics, 2001).
- Wylleman P. Interpersonal relationships in sport: uncharted territory in sport psychology research. *International Journal of Sport Psychology*, 31 (2000), 555-572.

Bilaga 1

Käll- och litteratursökning

Vad?

Vilka ämnes ord har du sökt på?

Ämnesord	Synonymer
"Coach-player relationship" "Coach-athlete relationship" Relationship Interpersonal	kinship; affinity

Varför?

Varför har jag valt just dessa ämnesord?

För att jag varit intresserad av att titta på relationen mellan tränare och spelare. Jag valde även att söka på relationship och interpersonal (inter = mellan) för att om möjligt få ännu fler träffar i min sökning. Spelare översattes till både athlete och player för att så många träffar som möjligt skulle fås vid sökning på coach-player/athlete relationship.

Hur?

Hur har jag sökt i de olika databaserna?

Databas	Söksträng	Antal träffar
ERIC	"Coach-player relationship"	3 st
	"Coach-athlete relationship"	5 st
	Coach AND Interpersonal AND Relationship	39 st
EBSCO	"Coach-player relationship"	26 st
	"coach-athlete relationship"	156 st
	Coach AND Interpersonal AND Relationship	508 st
SportDiscus	"Coach-player relationship"	17 st

Kommentarer?

Sökning efter elektroniska tidskrifter gjordes även på Idrottshögskolans hemsida;
<http://www.ihs.se/templates/ihsNormalPage.aspx?id=242#psykologi>