



# **Att hitta balansen**

– en kvalitativ studie om föräldrars  
engagemang i elitsatsande ungdomars  
idrottande

Matilda Ackered och Andrea Ilic´

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN

Examensarbete 85:2011

Tränarprogrammet HT-11

Handledare: Lars Lindqvist

Examinator: Karin Söderlund

## **Sammanfattning**

### **Inledning**

Det är inte alltid lätt att som förälder till elitaktiva idrottsungdomar, hitta balansen mellan att vara engagerad i sitt barns idrottande och samtidigt inte utsätta sitt barn för negativ press.

Trots denna svårighet finns det många bra idrottsföräldrar som är engagerade och inte utsätter sitt barn för press. Utan föräldrarnas insats skulle barn- och ungdomsidrotten knappt finnas, för det föräldrarna gör, inte bara för sina barn utan även för klubben, är väldigt viktigt.

Föräldrarna skjutsar till träningar och matcher, de betalar utrustningen och medlemsavgifter, samt ställer upp och jobbar med olika saker för att samla ihop pengar till laget.

### **Syfte och frågeställningar**

Syftet med denna uppsats är att kartlägga elitsatsande ungdomars inställning till föräldraengagemang.

Frågeställningar:

1. Vad innebär föräldraengagemang för elitaktiva ungdomar?
2. Anser elitaktiva ungdomar att föräldrarna är engagerade i deras idrottande?

### **Metod**

Denna studie bygger på både intervjuer och enkäter. Anledningen till varför vi valde att både använda enkäter och intervjuer i vårt arbete är för att vi med enkäterna ville kartlägga hur föräldraengagemanget ser ut och med intervjuerna ville vi fördjupa oss i ämnet.

Tre intervjuer genomfördes på elitaktiva idrottsungdomar som studerar på Igelstavikens Idrottsgymnasium. 80 webbenkäter skickades även ut till elever på Stockholms Idrottsgymnasium.

### **Resultat**

Resultaten visar att föräldraengagemang för elitaktiva ungdomar innebär att föräldrarna skjutsar till träning och match, är stöttande genom att fråga hur det har gått på träningen och matchen, samt att de alltid ställer upp, oavsett om det går bra eller dåligt. Dessutom visar resultaten att de flesta ungdomarna tycker och vill att deras föräldrar ska vara engagerade i deras idrottande, inte minst när det kommer till match. Det viktigaste med föräldraengagemang är att föräldrarna tror på sitt barn, speciellt vid tillfällena när ingen annan gör det.

### **Slutsats**

Majoriteten av de tillfrågade tycker att deras föräldrar är engagerade i deras idrottande, främst genom att de kör till och från träningar/matcher, kolla på matcherna, stötta, peppa och fråga hur det gått på träningar/matcher. Majoriteten av de tillfrågade vill även att deras föräldrar ska vara engagerade i idrottandet, främst genom att komma och kolla på matcher, vilket visar att de då är engagerade och att de bryr sig.

Även om föräldraengagemang på många sätt är positivt och bra, kan det även förekomma en del negativt. Tolkat från svaren, vill föräldrarna sitt barns bästa men ibland kan det gå för långt då föräldrarna så gärna vill att deras barn ska lyckas med sitt idrottande. I de fallen utsätter föräldrarna sitt barn för press.

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning .....</b>	<b>4</b>
1.1 Introduktion.....	4
1.2 Bakgrund .....	5
1.4 Definition av föräldraengagemang.....	7
1.5 Forskningsläge .....	8
1.7 Syfte och frågeställningar.....	9
<b>2. Metod.....</b>	<b>9</b>
2.1 Urval.....	10
2.2 Bortfall .....	11
2.3 Validitet.....	11
2.4 Reliabilitet .....	11
2.5 Generaliserbarhet .....	11
<b>3. Resultat.....</b>	<b>11</b>
3.1 Vad innebär föräldraengagemang för elitaktiva ungdomar?.....	12
3.2 Anser elitaktiva ungdomar att föräldrarna är engagerade i deras idrottande?.....	13
<b>4. Diskussion .....</b>	<b>18</b>
4.1 Framtida forskning .....	21
<b>5. Käll- och litteraturförteckning.....</b>	<b>23</b>

Bilaga 1 Käll- och litteratursökning

Bilaga 2 Enkätundersökning

Bilaga 3 Intervjuer

# 1. Inledning

## 1.1 Introduktion

Under en längre tid har det märkts av att det förekommer barn och ungdomar som inom idrotten, känner av press, från sina föräldrar. Samtidigt som det finns ett stort engagemang från föräldrar. Hur ser det egentligen ut, hur upplever elitungdomar föräldrapress/påverkan och engagemang? Därför kommer detta arbete att handla om och beröra detta viktiga ämne. Med elitidrottande ungdomar, menar vi ungdomar i åldrarna 16-19 år, som spelar och tränar för en klubb, antingen i högsta divisionen eller i divisionen under.

Det här med föräldrapress är ett allvarligt område som det tyvärr inte pratas så mycket öppet om. Det är allvarligt för att om ungdomarna utsätts för för mycket press kan det leda till att de mår dåligt, tappar självförtroendet, tycker mindre om sin idrott och även sina föräldrar.

Anledningarna till att det inte pratas så mycket om det ämnet kan bero på att ungdomarna inte vågar berätta för sina föräldrar att de känner av press från dem, samtidigt som forskning visar att nästan inga föräldrar anser att de själva sätter press på sina barn, men nästan hälften av barnen tycker att föräldrarna gör det (Augustsson, 2007, s.26). Förklaringen till det kan vara att föräldrarnas agerande är omedvetet, men barnen påverkas oavsett om det är medvetet eller omedvetet (Robinson, 1991, s.2).

Ungdomar reagerar olika på föräldrapress. En del presterar bättre ju mer press de utsätts för och andra får ökad stressnivå och presterar sämre av pressen. Det finns även de som inte känner av någon press men som ändå presterar bra.

Självklart finns det många bra "idrottsföräldrar" som stöttar sina barn på rätt sätt, genom att bidra med positiv energi och med bra feedback, men det finns också föräldrar som utsätter sina barn för en enorm press och bara en massa negativ energi. Exempel på det är extremfallet i Växjö i Småland 2004 där en idrotts pappa misshandlade sin son efter en tennismatch och dömdes i domstol (Johansson, 2004).

Ungdomar som har föräldrar och andra närstående som bidrar med sitt stöd, lägger ner tid och nödvändiga resurser har visats nå bättre resultat än de som inte har föräldrar, släkt och vänner som inte visar samma engagemang (Carlson, 2007).

Att föräldrarna är engagerade i sitt barns idrottande är väldigt viktigt, eftersom det bidrar till en mängd olika positiva saker, inte bara för själva barnet, utan även för föreningen, idrotten och alla runt omkring. De engagerade föräldrarna skjutsar till träningar och matcher, de är aktiva inom föreningen, de stöttar sina barn och i genomsnitt engagerar de sig 3,5

timmar/veckan i barnens idrottsföreningar men ibland kan föräldrars engagemang bli för överdrivet (FoU-rapport 2004:8, s.3).

Föräldrarna kritiserar och pressar barnen, vilket kan leda till att man förhindrar utvecklingen och relationen mellan föräldern och barnet. Relationen blir spänd på grund av att barnet känner rädsla över att misslyckas vilket kan hämma barnets idrottsliga – och personliga utveckling (Lauer et al., 2010, s.18).

Att det finns så många föräldrar som är engagerade i sitt barns idrottande är inte alls konstigt. De får vara med och följa sitt barns utveckling, dela glädje vid vinster och sorg vid förluster, men också lära känna och umgås med andra föräldrar, som delar samma intresse som de själva (Lauer et al., 2010, s.18), men det finns även föräldrar som inte alls är engagerade i sitt barns idrottande (FoU-rapport 2004:8, s.3). Antingen har de inte tillräckligt med tid, eller så orkar de helt enkelt inte (FoU-rapport 2004:8, s.3).

Forskare menar på att de flesta ungdomar som har lyckats inom sin idrott, har föräldrar som är väldigt engagerade och drivna inom idrotten. (Lauer et al., 2010, s.19). Inom tennis finns en uppfattning om att de barn och ungdomar som vill spela och träna på elitnivå, måste ha åtminstone en förälder som är väldigt engagerad i idrottandet och de föräldrarna måste lägga ned mycket tid och ansträngning (Csikszentmihalyi, 1993, s.8)

Att som förälder hitta balansen mellan att vara engagerad och inte utsätta sitt barn för press är svår. Även om det är sitt egna barn är det svårt att veta vad lagom engagemang är och var gränsen för press går. Därför är det viktigt som förälder att lära känna sitt barn om hur mycket press man kan utsätta det för och hur engagerad man som förälder ska vara, detta för att barnet ska må så bra som möjligt och ha chans att utveckla sig i sin idrott.

## ***1.2 Bakgrund***

Press och stress är något vi alla människor utsätts dagligen för i vardagen, oavsett om man är idrottare eller inte.

Att förklara vad press och stress är, är svårt, för det betyder olika saker för olika personer. Men för att göra det lite lättare förklarar ordet stress som en metafor som betyder olika saker för olika individer i olika sammanhang. Skillnaden mellan stress och press är att man föreställer sig en situation där man på väldigt kort tid måste genomföra ett arbete, då är risken stor att man känner stress. Förställer man sig att genomföra samma arbete på samma korta tid, men det krävs en hög prestation av dig, då känner man press. Forskarna har inte lyckats enas

om att det finns *en* definition av vad stress och press är, den det gemensamma är att det är en anpassningsreaktion på en föränderlig miljö, vilket leder till att blodtrycket stiger, hormoner frigörs och ämnesomsättningen ökar. Att känna små doser av stress är nödvändigt och välgörande, för det ökar vårt engagemang och vår motivation i livet (Peiffer, 1996, s 23). Generellt sett kan stress orsakas av vårt behov av att anpassa oss fysiskt, mentalt och känslomässigt till förändringar av olika slag, och det behöver naturligtvis inte vara en negativ process (Hasson, 2008, s.4).

När man utsätts för stress och press, sker det massor av fysiska reaktioner inom en själv, t.ex. migrän, oregelbunden andning, spänningar i halsen, bröstet och magen, samt svettningar och hjärtklappning. Medan man håller på att värma upp inför en viktig match, så lägger man märke till en del fysiska reaktioner som uppstår, för att man är stressad och känner press (Peiffer, 1996, s.44):

- munnen blir torr, för att salivproduktionen minskar
- hjärtat slår snabbare och andningen blir oregelbunden, för att musklerna spänns och adrenalin frigörs
- händerna känns fuktiga och klabbiga, för att porerna öppnas och man svettas mer
- man känner sig rastlös och trampar fram och tillbaka, händerna och knäna darrar, för att blodsockernivån ökar för att ge dig mer energi

Dessa fysiska symtom är inte bara inbillning, utan orsakas av vanliga förändringar i blodets kemi, men det är psyket som avgör hur starkt kroppen reagerar på dessa förändringar.

Beroende på din personlighet, dina attityder och dina övertygelser, upplever du situationen antingen som farlig eller ofarlig (Peiffer, 1996, s.22). En del människor mår bra av utmaningar, för att de gör bäst ifrån sig när oförutsatta situationer uppkommer, medan andra känner sig stressade och hotade (Peiffer, 1996,s.17, Hasson, 2008,s.12).

### 1.3 Definition av föräldrappress

Den definition av föräldrappress som forskaren Christian Augustsson, s.37 använt sig av i sin avhandling, "Unga idrottares upplevelser av föräldrappress", kommer även vara definitionen i detta arbete. Föräldrappress är "unga idrottares upplevelser av otillräcklighet i sitt idrottande, vilket skapas av föräldrars alltför höga, uttalade eller outtalade, förväntningar och krav på individen att prestera i idrottsmiljön".

Press finns runt omkring en från många olika håll. Press från lärare eller chefer, press från tränare och lagspelare att prestera bra under träningar och matcher, press från sig själv, att vara tillräckligt bra och göra alla glada och nöjda, och inte nog med det kan även vissa

ungdomar känna press från föräldrarna. Om lärarna och föräldrarna ständigt utsätter barn för pressen att ha de bästa betygen eller att lyckas inom idrotten, så internaliserar vissa barn dessa villkor och fortsätter att leva med dem resten av livet (Peiffer, 1996, s.30). Det många glömmer bort, inte minst föräldrar är att huvudanledningen till varför barn och ungdomar idrottar är för ”att ha kul” (Trondman, 2005, s.5). Man får inte glömma bort att många föräldrar är väldigt bra ”idrottsföräldrar” som är engagerade i sitt barns idrottande, fast på en bra nivå. De hejar och stöttar sitt barn, vid framgångar såväl som vid motgångar. Men dessvärre finns det föräldrar som pressar sina barn att träna väldigt hårt och det enda som räknas är att vara bäst, vilket kan gör att man känner sig otillräcklig och att man aldrig uppnår de uppsatta kraven.

#### ***1.4 Definition av föräldraengagemang***

Föräldraengagemang innebär att föräldrar på något sätt är engagerade i någon av sitt/sina barns föreningar, främst i form av att skjutsa barnen till match eller träning, men även att hjälpa dem att hantera känslomässiga upp- och nedgångar (Gould, Dieffenbach & Moffett, 2002, s. 6).

Barn utsätts för press från föräldrar gällande exempelvis tidig specialisering och om man anses vara talang. Bara för att man är talang som barn, behöver det inte betyda att man kommer vara framtidens stjärna, dessvärre tror många föräldrar det och därför vill de att deras barn ska specialisera sig tidigt och satsa för att bli bäst. I åldern 14-15 är kroppen som mest mottaglig för träning och då är det den bästa tiden för en eventuell specialisering (Peterson, 2007) Det är en anledning till varför vi har valt målgruppen 16-19 år.

Utan föräldrars insatser skulle barnidrotten knappt finnas; föräldrarna ställer upp som ledare, de lägger ned så mycket tid på att köra barnen till träningar och matcher och de betalar mycket pengar för utrustning, medlemsavgift och olika resor (Carlson, 1993, s.7). Detta kan leda till att familjens gemensamma ekonomi och fritid blir lidande på grund av barnens idrottande (Patriksson & Wagnsson, 2004: RF 2004:2, s.5). Som nämnt ovan vet vi att barn och ungdomar börjar idrotta för ”att det är kul”, men vad är det som gör att barn och ungdomar fortsätter att idrotta? Forskning har visat att stödet från föräldrar spelar en stor roll om barnet ska fortsätta idrotta eller inte. Barnen är beroende av stöd från föräldrar och har föräldrarna en positiv inställning till sitt barns idrottande, är chansen större att barnet fortsätter att idrotta (Alfermann&Würth, 2001, s.16). Det som skiljer idrottsmiljön från skolan är att

idrottsmiljön tillåter föräldrarna att på plats kunna förmedla feedback till sina barn, vilket leder till att barnen blir påverkade direkt på idrottsplan (Brustad, 2001, s.14).

Barn vars föräldrar uppmuntrar och ger positiv feedback har lättare att känna sig nöjda med sin insats (Brustad, 2001, s.15) vilket leder till att de fortsätter att idrotta och känner tillfredsställelse med sitt idrottande (Alfermann, Würth & Lee 2001, s.30). Däremot minskar deltagarglädjen och en ökad osäkerhet uppstår, när föräldrar utsätter sina barn för stark press (Weinberg & Gould, 2003,s.19; Scanlan, 1988,s.29, Gould & Passer, 1993, s.33).

Föräldraengagemang är bra, så länge det är positivt, blir föräldraengagemanget negativt, det vill säga om det uppstår alldeles för höga krav på idrottaren, upplever idrottaren det som press och utifrån pressen blir man stressad och presterar sämre.

### ***1.5 Forskningsläge***

Det finns en del forskat inom detta område, både internationellt och nationellt. Bland annat har den svenske forskaren, Christian Augustsson har skrivit avhandlingen: Unga idrottares upplevelser av föräldrapress, där han redogör för hur situationen ser ut. Hans resultat visar att föräldrapress förekommer, dock inte inom alla idrotter, inte på samma sätt och inte i lika stor utsträckning. Barnen tycker det är okej när föräldrarna är med på träningar och tävlingar, så länge de bidrar med positiv energi. Dessutom visar resultaten att barnen upplever högre föräldrapress inom de mer kostsamma idrotterna, som golf och ridning. Det beror på att barnen vet att deras idrotter kostar en hel del pengar och därför känner de sig skyldiga att prestera bra och göra föräldrarna stolta, så att de inte bara har slösat en massa pengar i onödan (Augustsson, 2007, s.29).

En intressant aspekt som en studie visar, är att det förekommer skillnader på hur mammor respektive pappor påverkar sitt barns idrottande. Pappor är väldigt engagerade i idrotten och ger stöd genom att ge feedback, medan mammor sköter det praktiska, som t.ex. idrottsutrustningen och att planera mattiderna, men de är även med och hejar på i mer generella termer (Alfermann&Würth, 2001, s.18).

Det finns en studie som visar hur tennisjuniorer upplever att deras föräldrar uppför sig vid match, och 20 % av de tillfrågade tennisspelarna tycker att deras föräldrar visar olämpligt beteende vid match. Det tennisspelarna upplever som olämpligt beteende bland föräldrarna är om de promenerar bort från tennisplanen, när barnet gör något fel, skriker på barnen och även misshandlar de fysiskt (Defrancesco&Johanson, 1997, s.53 ). I en annan nyare tennisstudie, blev tränarna tillfrågade hur de upplever föräldrarnas beteende och 36 % svarade att de



upplever att föräldrarna skapar problem när de är med och kollar på matcher. Det föräldrarna gjorde fel, enligt tränarna, var att ha alldeles för orealistiska förväntningar och krav på sina barn, samt att de kritiserade barnen mitt under matcher, vilket ledde till att barnen blir pressade och stressade och tappar koncentrationen och självförtroendet (Gould, 1993, s.6)

## ***1.6 Centrala begrepp***

I detta arbete kommer två definitioner att behandlas; föräldrappress av Augustsson (2007, s.37) och föräldraengagemang av (Gould, Dieffenbach & Moffett, 2002).

- Föräldrappress innebär; ”Unga idrottares upplevelser av föräldrappress”. Föräldrappress är ”unga idrottares upplevelser av otillräcklighet i sitt idrottande, vilket skapas av föräldrars alltför höga, uttalade eller outtalade, förväntningar och krav på individen att prestera i idrottsmiljön”.
- Föräldraengagemang innebär att föräldrar på något sätt är engagerade i någon av sitt/sina barns föreningar, främst i form av att skjutsa barnen till match eller träning, men även att hjälpa dem att hantera känslomässiga upp- och nedgångar.

## ***1.7 Syfte och frågeställningar***

Syftet med denna uppsats är att kartlägga elitsatsande ungdomars inställning till föräldraengagemang.

### **Frågeställningar:**

1. Vad innebär föräldraengagemang för elitaktiva ungdomar?
2. Anser elitaktiva ungdomar att föräldrarna är engagerade i deras idrottande?

## **2. Metod**

Detta är en studie som bygger på både enkäter och intervjuer. Anledningen till varför två metoder valdes var för att kartlägga hur föräldraengagemanget ser ut, enkäter, och sedan kunna fördjupa sig ytterligare i ämnet, intervjuer.

Intervjuerna genomfördes på ett gymnasium och enkäterna på ett annat, mycket därför att intervjupersonerna inte skulle kunna ta del av enkätfrågorna och på så sätt kunna påverka svaren. Nackdelen med det kan vara att intervjufrågorna inte var uppbyggda på enkätresultaten, vilket gjorde det svårare att koppla samman resultaten.

Enkäter lämnades i form av webbenkäter till Stockholms Idrottsgymnasium, där alla elever i årskurs ett (27 studenter), årskurs två (21 studenter) och årskurs tre (24 studenter) på samhällsvetenskapliga programmet med inriktning elitidrott uppmanades att svara på frågorna. Två veckor hade eleverna på sig att lämna svar, innan webbenkäten stängdes. Totalt skickades 80 webbenkäter.

Totalt genomfördes tre intervjuer. Alla intervjupersoner studerar vid Igelstavikens Idrottsgymnasium i Södertälje med inriktning samhällsvetenskap och elitidrott, men i olika årskurser. Intervjuerna genomfördes på stadsbiblioteket i Södertälje men på olika dagar. Den första genomfördes torsdagen den 10:e november klockan 16:00, den andra 11:e november klockan 12:00 och den sista 14:e november klockan 09:30. I samtliga intervjuer ställdes 6 frågor och spelades in med hjälp av mobiltelefonen Sony Ericsson Vivaz. Intervjupersonerna fick ta del av frågorna en kvart innan den utsatta tiden, för att förbereda sig och känna sig säkrare och mer insatta i ämnet. När intervjuerna genomförts transkriberades de.

- **Intervjuperson 1** – 16år, årskurs 1, basketspelare
- **Intervjuperson 2** – 17år, årskurs 2, basketspelare
- **Intervjuperson 3** – 18år, årskurs 3, tennisspelare

## ***2.1 Urval***

Ett gymnasium som var villiga att ställa upp på att bli intervjuade var Igelstavikens Idrottsgymnasium, samtidigt som Stockholms Idrottsgymnasium ställde upp på att besvara de enkäter som utformats, dock fick det bli webbenkäter eftersom studenterna hade fullt upp i skolan och det var ont om tid. Webbenkäterna skickades ut till alla studenter på Stockholms Idrottsgymnasium, som läser samhällsvetenskapliga programmet, eftersom det fanns fler ungdomar som fortfarande satsade på sin idrott i dessa klasser.

Ett besök gjordes på Igelstavikens Idrottsgymnasium, innan själva intervjuerna, för att berätta om vårt arbete, kolla av vilka som ville ställa upp på intervjuerna, samt boka tid och plats.

Alla studenter i varje årskurs fick förfrågan om de ville ställa upp på en intervju. Vi gjorde ett bekvämlighetsurval där vi slumpmässigt valde ut en student från varje årskurs genom lottning av de som anmält intresse.

## ***2.2 Bortfall***

Av totalt 80 skickade webbenkäter till studenterna på Stockholms Idrottsgymnasium, var 72 besvarade då åtta studenter inte hade närvarat vid det tillfälle enkäterna skulle besvaras, därför behandlas 72 enkäter i arbetet. Samtliga frågor i enkäterna var fullständigt besvarade.

## ***2.3 Validitet***

För att säkerställa validiteten förtydligades definitionen av föräldrapress och föräldraengagemang, för både intervjupersonerna och de som skulle besvara enkätfrågorna. Kunskap ha även införskaffats genom litteratur och artiklar som behandlar huvudämnena. Litteraturen och artiklarna tillsammans med egna erfarenheter har gjort att vi har haft god kunskap kring föräldrapress och föräldraengagemang.

## ***2.4 Reliabilitet***

Intervjupersonerna gavs utrymme till att diskutera relativt fritt kring frågorna, dock med viss styrning för att hålla intervjuaren ämnesrelaterade. Ledande frågor undveks för att intervjupersonerna själva skulle fundera ut sina svar . Intervjuerna har skett på viss bekostnad av studiens reliabilitet beroende på tolkningar, humör och situation.

Eftersom vi inte var närvarande när webbenkäterna genomfördes är det svårt för oss att veta hur tillförlitliga och seriöst besvarade frågorna var, vilket gör att reliabiliteten blir låg.

## ***2.5 Generaliserbarhet***

Med det förhållandevis få antalet intervjuade elitungdomar är det svårt att garantera generaliserbarheten för hur det ser ut bland elitungdomar i allmänhet.

Trots en hög svarsfrekvens bland enkätfrågorna kan det inte heller garantera generaliserbarheten bland elitaktiva ungdomar på idrottsgymnasium.

## **3. Resultat**

Här redovisas resultatet från de tre intervjuer på elitsatsande ungdomar i åldern 16-19 år, samt från de 72 webbenkäter som elitsatsande ungdomar i åldern 16-19 år har svarat på.

Syftet med denna uppsats är att kartlägga elitsatsande ungdomars inställning till föräldraengagemang.

Resultatet presenteras under respektive frågeställning.

### **3.1 Vad innebär föräldraengagemang för elitaktiva ungdomar?**

Föräldraengagemang för intervjuperson 1 och 2 (IP1 och IP2) innebär att föräldrar skjutsar till träningar och matcher, samt är med och kollar på matcher. IP2 tar det ett steg längre och säger: *”Jag tycker inte att föräldraengagemang bara ska handla om att ställa upp för sitt barn, utan även för barnets vänner, tränare och andra föräldrar. Om barnets vänner t.ex. behöver skjuts ska man som förälder ställa upp även för de tycker jag.”*

Intervjuperson 3 (IP3) tycker att föräldraengagemang är när föräldrarna är väldigt stöttande-frågar hur träningen har gått och följer med på matcher. IP3 lägger även till: *”Mina föräldrar började spela tennis själva för att komma in mer i idrotten, lära sig mer om idrotten.”*

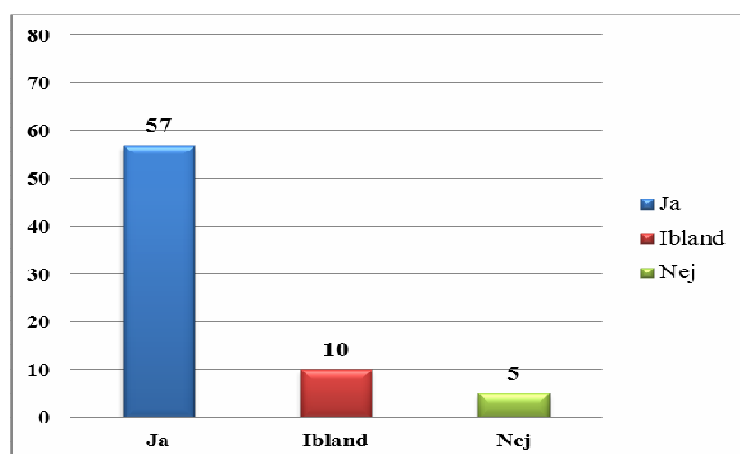
Upplevelserna intervjupersonerna har haft av föräldraengagemang, svarar samtliga att föräldrarna skjutsar de till träningar och matcher, samt att föräldrarna är med och kollar på matcherna. Dock hinner de inte kolla på träningarna, eftersom de jobbar, säger IP1 och IP2. IP3 säger att hans föräldrar visar sitt engagemang eftersom de snackar tennis vid matbordet och tittar på tennis på tv tillsammans.

IP2 lyfter en intressant sak: *”Mina föräldrar engagerar sig väldigt mycket i mitt idrottande, ibland lite för mycket tycker jag. De kör mig alltid till och från träningen. De är alltid med på varenda match, även om vi spelar uppe i Luleå eller nere i Lund. Om det saknas folk i sekretariatet, så är mina föräldrar de första som ställer upp frivilligt.”* Hon fortsätter med att påpeka för- och nackdelarna med att ha så pass engagerade föräldrar: *”Fördelen är att jag vet att de alltid kommer att ställa upp för mig, oavsett vad det är så kan jag räkna med dem. Nackdelen är att de är för engagerade och lägger ned alldeles för mycket energi på mitt idrottande. Ibland mer än mig, vilket skapar en press hos mig själv. Pressen att jag måste ge något tillbaka till dem, eftersom de lägger ned så mycket tid på mitt idrottande.”*

IP1 svarar att hennes föräldrar alltid peppar och stöttar henne, oavsett om det går bra eller dåligt, men de har även kunnat skälla ut henne när de har märkt att hon har presterat sämre än vad hon kan. *”Då höjer de rösten lite och påpekar att det jag har presterat inte var tillräckligt bra. Jag uppskattar när de gör det, för det innebär att de tror på mig och vill att jag ska bli bättre.”*

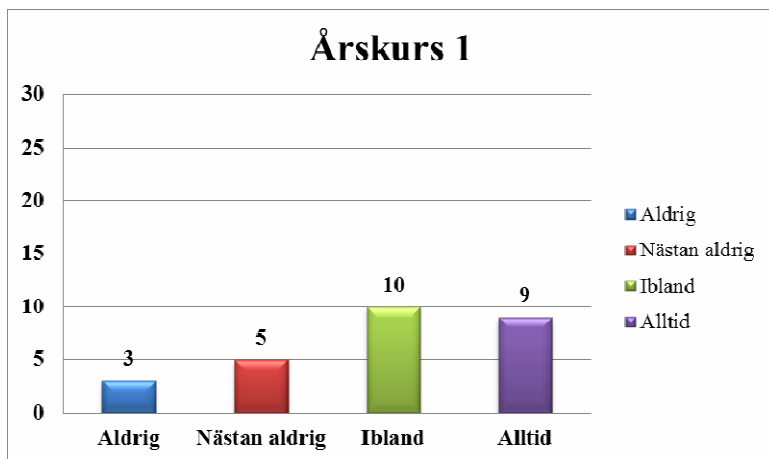
### 3.2 Anser elitaktiva ungdomar att föräldrarna är engagerade i deras idrottande?

De personer som intervjuades svarade olika på om deras föräldrar är engagerade i deras idrottande och hur de visar sitt engagemang. IP3 svarade att hans föräldrar gärna kollar på alla hans matcher, om han låter de att göra det, medan IP1 och IP2:s svar skiljer sig lite från IP3:s svar. IP1 och IP2 svarade att deras föräldrar alltid är med och kollar på matcherna. IP2 påpekar ännu en gång att hennes föräldrar ibland engagerar sig alldeles för mycket för hennes idrottande och hon ger ett exempel på en väldigt färsk händelse: *”Nu t.ex. så har mitt lag åkt ned till Istanbul, Turkiet för att spela en Euro Cup match mot Besiktas, och jag är inte uttagen i truppen, men mina föräldrar har ändå valt att åka till Istanbul och kolla på matcher.”* Hon tillägger att hennes föräldrar verkligen brinner för laget och för klubben.

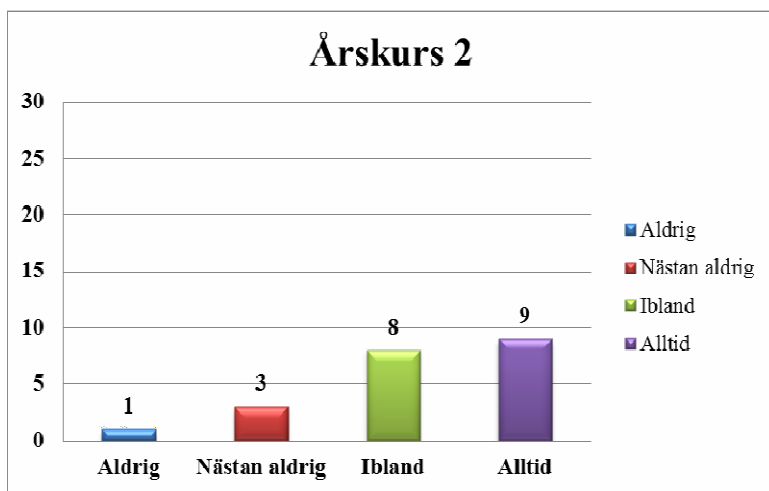


**Tabell 1:** Stapeldiagrammet visar hur många elever som ansåg att deras föräldrar var eller inte var engagerade i deras idrottande.

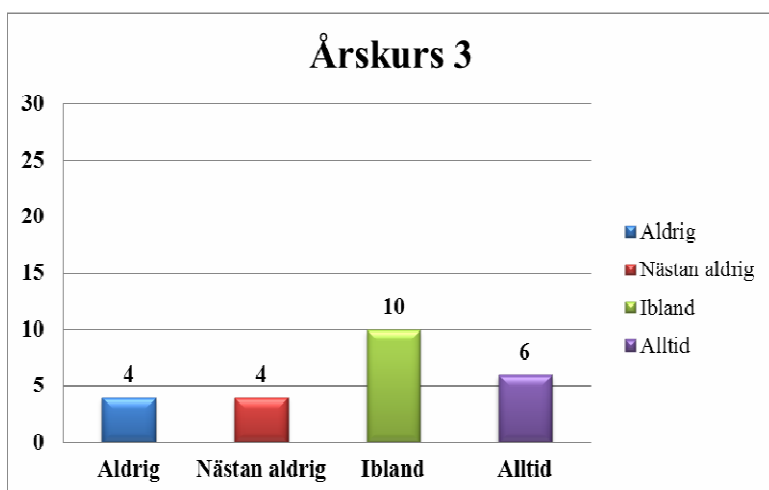
Eleverna från varje årskurs fyllde i en skala på 1-5 om de ansåg att deras föräldrar var engagerade i idrottandet. De olika alternativen var 1 - aldrig, 2 – nästan aldrig, 3-ibland och alltid.



**Tabell 2:** Stapeldiagrammet visar föräldrarnas engagemang för idrotten i årskurs 1

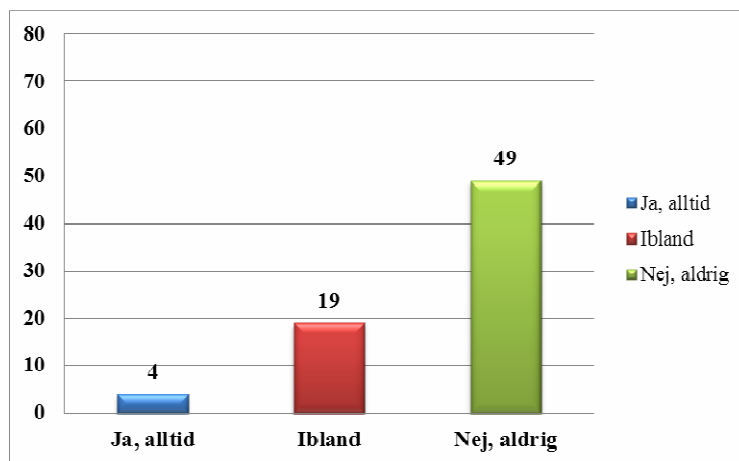


**Tabell 3:** Stapeldiagrammet visar föräldrarnas engagemang för idrotten i årskurs 2

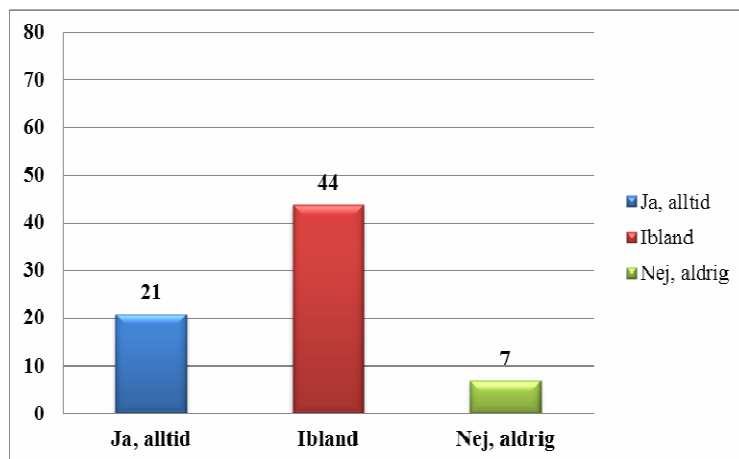


**Tabell 4:** Stapeldiagrammet visar föräldrarnas engagemang för idrotten i årskurs 3

Samtliga ungdomar som intervjuades svarade att deras föräldrar inte är med och kollar på träningarna, men att de är med och kollar på matcherna, undantag om de jobbar och inte kan, svarar IP3. Både IP1 och IP2 svarar att de vill ha sina föräldrar med på matcherna, för då visar de sitt engagemang och IP2 tycker dessutom att det är tryggt att ha sina föräldrar med på matcherna. Medan både IP1 och IP2 gillar och vill ha sina föräldrar med på matcher, så tycker IP3 annorlunda. *”Idrottaren bör få bestämma om föräldrarna ska var med eller inte; en del spelar mycket bättre utan medan en del vill ha någon som står på läktaren.”*



**Tabell 5:** Stapeldiagrammet visar hur många föräldrar som är med på träning



**Tabell 6:** Stapeldiagrammet visar hur många föräldrar som är med på match/tävling

<b>Ja</b>	<b>22</b>
<b>Nej</b>	<b>43</b>
<b>De är aldrig med</b>	<b>7</b>

**Tabell 7:** Visar antalet elever som anser att det är jobbigt/inte jobbigt när föräldrarna närvarar vid tävling

<b>Ja</b>	<b>39</b>
<b>Nej</b>	<b>27</b>
<b>Vet inte</b>	<b>6</b>

**Tabell 8:** Visar antalet elever som vill/vill inte att deras föräldrar ska närvarar vid tävling

Här redovisas de svar på de bästa respektive värsta uttrycken personerna som blev intervjuade fått höra av sina föräldrar:

Det värsta respektive det bästa uttryck de har fått höra av sina föräldrar, tyckte IP1 och IP2 att det var svårt att komma på det bästa, respektive det värsta uttrycket de har fått höra av sina föräldrar, medan det gick lättare för IP3. Det bästa han hade hört av sina föräldrar var att de var stolta över honom och det värmdde att få höra. Det värsta han har fått höra är när han höll på med simning. Då sade hans föräldrar att han skulle sluta eftersom han var så dålig.

Efter mycket tänkande kunde även IP1 och IP2 svara på frågan.

*”Jag har i alla fall fått höra både positiva och negativa saker som mina föräldrar har sagt, oftast som pappa har sagt, för han vill verkligen att jag ska lyckas”,* säger IP1 och fortsätter med att berätta att det värsta hon har fått höra är att hon har varit dålig idag. *”Det är tufft att höra sådant, men samtidigt tycker jag att det är bra, för jag vill inte att mina föräldrar ska tycka att jag är dålig, därför kommer jag att träna ännu hårdare och förbättra mig.”*

Det bästa hon har fått höra har hennes mamma sagt och det är att mamman känner en enorm lycka och glädje när hon ser sin dotter spela basket.

IP2 minns att hennes föräldrar stöttade henne jätte mycket när hon inte kom med i regionlandslaget. *”Jag blev jätte ledsen och bestämde mig för att sluta spela basket. Då stöttade mina föräldrar mig jätte mycket och påpekade hela tiden hur duktig jag var. Det är jag tacksam för idag att de gjorde, för nu spelar jag i damlaget och har vunnit SM-guld förra säsongen.”*

Det värsta hon har fått höra av sina föräldrar, hände faktiskt i somras. *”Jag tyckte att jag förtjänade lite semester efter en tuff säsong. Jag ville ha roligt och var inte så sugen på att bara träna hela sommaren. Så jag prioriterade att vara med mina kompisar, att åka på semester och att ha långa sovmornar och då blev de väldigt frågande och undrade om jag verkligen ville satsa på basket och spela på den höga nivån.”* Hon tyckte att hennes föräldrar



borde ha haft mer förståelse för henne i stället för att på en gång bli frågande och undra om hon verkligen ville satsa på basket.

På den sista frågan skulle intervjupersonerna svara på vad det bästa respektive värsta föräldrarna gjort för att visa sitt intresse var. IP1 svarar att det bästa hennes föräldrar har gjort, är att tro på henne när ingen annan gjorde det. *"När jag inte blev uttagen till spel i ungdomslandslaget, efter att ha spelat där i över ett år, ville jag bara ge upp, jag trodde helt enkelt att jag inte var tillräckligt bra."* Hon fortsätter berätta att hennes föräldrar var övertygade om att hon visst var tillräckligt bra och att det fanns en annan anledning till varför hon inte blev uttagen denna gång, och de hade så rätt. Visst fanns det en annan bra anledning. Hon avslutar med: *"De hjälper mig att bli en bättre basketspelare och de gör allt för att jag ska lyckas."*

Det värsta de har gjort för henne är att de inte förstår henne, eller som hon själv beskriver det: *"inte vill förstå mig"*. Ibland vill hon bara spela basket och ha kul, inte ta basketen så seriöst, men det förstår inte föräldrarna, utan de vill att hon ska satsa och träna hårt hela tiden. *"Och ibland orkar jag inte med det. Samtidigt vill jag inte göra de besvikna, så jag tränar på hårt och håller en god mask, fast jag egentligen inte alltid mår så jätte bra"*.

IP2 säger att det bästa hennes föräldrar har gjort för henne är att de alltid ställer upp och att de gärna reser överallt i världen, bara för att få se henne spela. *"De försöker även få med släkt och vänner på mina matcher, så att det blir ännu fler som hejar på oss."*

Det värsta de har gjort är att skrika fel saker till henne, hennes lagkompisar och domare. *"De tror att de kan basket bättre än mig, men det kan de inte, så då kan de börja skrika att jag gör fel, fastän jag gör rätt, men det vet inte de, så då blir det lite jobbigt."*

IP3 svarade att det bästa hans mamma har gjort är att köpa en kontraktstid i tennishallen för att visa engagemang, för att vilja lära sig spela tennis. Hon slutade med sina idrotter, golf och ridning och började spela tennis istället. Det värsta hans föräldrar har gjort är latta, men han menar att de gör det för att visa sitt engagemang.

**Svarsfördelning på frågan "Vilket uttryck är det värsta du har fått höra av din/dina föräldrar"?**

<b>Dålig</b>	<b>26</b>
<b>Sluta med idrotten</b>	<b>17</b>
<b>Skällt ut mig</b>	<b>20</b>
<b>Övrigt</b>	<b>9</b>

**Tabell 9:** Visar det värsta uttrycket eleverna hört från sina föräldrar

**Svarsfördelning på frågan ”Vilket uttryck är det bästa du har fått höra av din/dina föräldrar”?**

<b>Känner lycka och glädje</b>	<b>8</b>
<b>Duktig</b>	<b>39</b>
<b>Stolta</b>	<b>19</b>
<b>Övrigt</b>	<b>6</b>

**Tabell 10:** Visar det bästa uttrycket eleverna hört från sina föräldrar

## 4. Diskussion

Uppsatsarbetet har syftat till att kartlägga elitsatsande ungdomars inställning till föräldraengagemang. Frågeställningar har besvarats genom enkäter och intervjuer.

I tabell 1 får vi reda på att 57 ungdomar anser att deras föräldrar är intresserade av deras idrottande, och det tycker vi är mycket positivt att så pass många ungdomar upplever detta. Vi vet att det är viktigt att föräldrarna är engagerade i sitt barns idrottande, eftersom det bidrar till en mängd positiva saker (FoU-rapport 2004:8, s.3). Dessutom är föräldrars insatser av stor betydelse för att barnidrotten ska finnas; då föräldrarna ställer upp som ledare, kör barnen till träningar och matcher och hjälper barnen ekonomiskt (Carlson, 2003,s.8).

Tabellen visar även att 10 ungdomar upplever att deras föräldrar är intresserade av deras idrottande, dock inte i lika hög grad. Det är positivt, då vi vet av egen erfarenhet hur viktigt det är att känna föräldrars intresse för idrotten man utövar. Vi blev ändå lite förvånade över de höga siffrorna på hur intresserade föräldrarna är, eftersom många föräldrar har annat att göra. Att det finns många föräldrar som är engagerade i sitt barns idrottande är inte alls konstigt; de får följa sitt barns utveckling, dela glädje vid vinster och sorg vid förluster, men också lära känna andra föräldrar som delar samma intresse som de själva (Lauer et al., 2010, s.6) Samtidigt som det finns de föräldrar som inte alls är engagerade i sitt barns idrottande; antingen på grund av att de inte har tid eller så orkar de helt enkelt inte (FoU-rapport 2004:8). Då föräldrarna har mycket att göra, till exempel att jobba och sköta om vardagssysslorna, hinner de inte alltid vara med på träningarna, något som tabell 5 visar. Fyra ungdomar svarar att deras föräldrar är med på träningarna medan hela 49 ungdomar svarar tvärtom. Vi tror att de finns ungdomar som inte vill ha sina föräldrar närvarande på träningen, för att de vill kunna koncentrera sig fullt ut och träna i fred, vilket kan vara svårt om föräldrarna har

tendens att lägga sig i och påpeka träningen. Vi tror även att det finns föräldrar som själva väljer att inte närvara vid träningen, även om de har tid, för att de vill att barnet ska vara i fred och kunna koncentrera sig och på så sätt bli mer självständiga.

Att ta sig tid att komma och kolla på sitt barns match tycker vi är viktigt eftersom man som förälder då visar sitt engagemang. Vi tror även att många föräldrar vill vara med på match, då totalt 65 ungdomar svarade att deras föräldrar är med, och endast sju svarade att deras föräldrar aldrig är med vid match.

Däremot när det kommer till match eller tävling kan vi dra slutsatsen att det är fler ungdomar som vill ha sina föräldrar närvarande, än vad det är som inte vill det, se tabell 8. Vid match tror vi att ungdomarna vill ha sina föräldrar där, för att visa upp vad de kan och känna föräldrarnas stöd och intresse. Trots det visar resultaten att 22 av 72 ungdomar tycker det är jobbigt när deras föräldrar är med på match eller tävling, och det kan bero på att ungdomarna känner av de höga kraven som föräldrarna ställer. Det i sin tur kan leda till en negativ press som i värsta fall kan resultera i att de slutar med sin idrott.

Det är intressant att se att 39 av 72 ungdomar vill att föräldrarna är med på match/tävling, samtidigt som 22 av 72 ungdomar tycker att det är jobbigt när föräldrarna är närvarande vid match/tävling. Vi drar slutsatsen att ungdomar vill ha sina föräldrar med på match/tävling, men samtidigt tycker de att det är jobbigt på grund av att föräldrarna kan utsätta de för press. För dessa ungdomar blir det här jobbigt, för att de antingen måste vänja sig vid att det är jobbigt, eller så får de vara utan föräldrar på match/tävling.

Samtidigt tror vi att många föräldrar vill närvara vid match för att visa sitt intresse och stöd samt att se barnets utveckling i idrotten. Om man som idrottare tycker att det är jobbigt att ha föräldrarna med på match eller tävling och samtidigt ha föräldrar som vill närvara vid matcher/tävlingar kan det leda till konflikter mellan idrottaren och föräldrarna. De flesta föräldrarna vill närvara vid match/tävling men om idrottaren tycker det är jobbigt bör föräldrarna låta bli för att idrottaren ska kunna fokusera på rätt saker.

Det finns fördelar och nackdelar med att ha engagerade föräldrar. Är föräldrarna för engagerade och de förväntade ”kraven” inte uppnås kan man som idrottare få höra en hel del negativt, till exempel att man är dålig och att man ska sluta med idrotten, som resultatet i tabell 4 visar. Får man höra för mycket negativ kritik kontinuerligt kan det leda till, tror vi, att man som idrottare tröttnar, förlorar självförtroendet och tappar all motivation till att fortsätta

idrotta. Men den negativa kritiken kan i vissa fall vändas till något positivt; som att man vill motbevisa föräldrarna och prestera bättre. Tidigare forskning visar hur föräldrar reagerar när de är missnöjda med barnets prestation; de skriker på barnet, lämnar matchen och i värsta fall misshandlar de fysiskt. Våra resultat visar inte alls samma beteende från föräldrarna och det tycker vi är bra för det här är verkligen extremfall som inte bör förekomma, oavsett prestation.

Att ha föräldrar som är engagerade utan att ställa för höga krav är det ultimata. Dessa föräldrar nämner inte det negativa utan de fokuserar mer på att säga positiva saker så som att de är stolta över sitt barn och att de är duktiga i det de åstadkommer. Sen finns det även extremfall av för engagerade föräldrar, till exempel som intervjuperson två berättar; hennes föräldrar är väldigt engagerade, för mycket enligt henne själv, då de alltid är med på matcherna, oavsett om de spelas i Luleå eller i Lund. De följde även med till Turkiet för att se laget spela, även om hon själv inte var uttagen till truppen.

Att våra intervjupersoner tycker att föräldraengagemang är när föräldrarna skjutsar till träningar, kommer och kollar på matcher, samt ställer upp och stöttar, förvånar oss inte, för att även forskning om föräldraengagemang beskriver det på samma sätt. Föräldraengagemang är när föräldrar skjutsar till träning och match, kommer och kollar på matcher och ställer upp för sitt barn. Vi vet att utan föräldrarnas engagemang skulle barn- och ungdomsidrotten inte finnas, just för att föräldrarna ställer upp så pass mycket. Därför är det väldigt viktigt att visa uppskattning för allt det som föräldrarna gör inom föreningslivet (Carlson, 1993, s.4) Även om föräldraengagemang på många sätt är positivt och bra, kan det även förekomma en del negativt. Tolkat från svaren så vill föräldrarna sitt barns bästa, men ibland kan det gå för långt, då föräldrarna vill så gärna att deras barn ska lyckas med sitt idrottande. I de fallen utsätter föräldrarna sitt barn för press, genom att uppmana de att träna hårdare och satsa ännu mer, medan idrottaren själv är nöjd med det han/hon presterar för tillfället. Vi tror att det beror på att föräldern själv har utövat samma idrott som sitt barn men utan att nå framgång och därför är behovet att lyckas ännu större. För om barnet når framgång, känner sig även föräldern delaktig och tillfreds.

Detta beteende från föräldrarna kan uppfattas som jobbigt och störande av idrottaren, då idrottaren ifrågasätter vem det egentligen är som idrottar. Vi upplever att idrottarna önskar att föräldrarna hade mer förståelse för det i stället för att ifrågasätta om man verkligen vill satsa på sin idrott.

Att få skäll eller att få höra något negativt, förknippas ofta som dåligt, men i detta fall kan det även leda till något positivt. Får man höra av sina föräldrar att man till exempel har underpresterat på en match och man själv vet att man kan prestera bättre, då kan det vara positivt att få höra negativ kritik. Positivt på så sätt att man kommer träna hårdare och ge allt, för att till nästa gång prestera bättre och bevisa för föräldrarna men framförallt sig själv att man kan.

Som elitaktiv ungdom, anser vi, har föräldraengagemang en ännu betydande och viktigare roll, än för idrottande barn. Dessutom måste ungdomarna själva planera sin tid väl. För det första så är det mycket mer man som gymnasieelev har att göra i skolan, så som mer läxor och längre dagar. Då måste föräldrarna om de har möjlighet ställa upp med skjutsning och förbereda matlåda om ungdomarna inte hinner hem mellan skolan och träningen. En annan viktig faktor som spelar in är det ekonomiska. Det kan handla om längre resor till träningar eller matcher, utrustning samt andra kostnader runt omkring.

Det viktigaste med föräldraengagemang är att föräldrarna tror på sitt barn, speciellt vid tillfällen när ingen annan gör det. Vi håller med och tycker att det absolut viktigaste med föräldraengagemang är att tro på sitt barn och att barnet känner förtroende för föräldern som alltid ställer upp och finns där oavsett framgång eller motgång.

#### ***4.1 Framtida forskning***

Det finns redan nu mycket forskat kring föräldraengagemang och idrottande ungdomar. Forskning om hur man skulle kunna hantera för engagerade föräldrar eller de föräldrarna som inte alls är engagerade är något som det inte finns så mycket om men som är viktigt för att idrottande ungdomar ska fortsätta idrotta och tycka det är roligt. Dessutom skulle mer forskning kring hur man förhindrar föräldrappress vara bra dels för föräldrarna själva men även för tränare och idrottsledare.

Idrotten blir bara större och större och för att förhindra för stor press i barn och ungdomsidrotten är det viktigt att inte vara så resultat eller prestationsinriktad som ledare eller förälder. Det är viktigt att bevara glädjen med idrotten och skapa en miljö som ungdomarna älskar.

## ***4.2 Kritisk värdering***

Vi har genom att ha skrivit denna uppsats lärt oss mycket om föräldrar och ungdomsidrott samt mer om uppsatsskrivandet, dock finns det en del vi skulle kunna förbättra till nästa gång; välja endast en metod – enkäter eller intervjuer, om man mot förmodan väljer att använda båda metoderna kan det vara smart att först skicka ut enkäterna och invänta svaren och utifrån enkätsvaren utforma intervjufrågor som då ska vara med djupgående. Dessutom kan man ställa fler enkätfrågor och intervjufrågor.

Genom bra planering och förberedelser är det lättare att göra ett bra arbete, vilket vi skulle kunna göra ännu bättre nästa gång. Ett tag stod det lite stilla i processen mycket därför att vi inte fick den handledningen som vi skulle få och behövde.

## 5. Käll- och litteraturförteckning

Alfermann, D., Würth, S., Lee, M. (2001). *Parental involvement in youth sport from athlete's and parent's perspectives*. Faculty of Sport Science, Leipzig: University of Leipzig, S. 6-49.

Angelöw, B.(1999). *Att hantera stress och möta förändringar*. Stockholm: Natur och kultur.

Augustsson, C.(2007). *Unga idrottares upplevelser av föräldrappress*. Diss. Karlstad: Karlstads universitet

Brustad, J. R., Babkes, M. L., Smith, A. L. (2001). Youth in sport: psychological consideration, *Clinics in Sport Medicine*, Vol. 7. S.604-635

Carlson, R. (1993). Tävlingsidrott för de yngsta. *Rapport i pedagogik, nr 1993:01*. Stockholm: Institutionen för Idrotts- och Hälsovetenskap, Idrottshögskolan. S.2-14

Carlson, R. (2007) Från talang till firad stjärna – vilka blir bäst? *Svensk Idrottsforskning*, nr1, S. 4-21

Csikszentmihalyi, M., Rathunde, K., Whalen, S. (1993). *Talented teenagers: The roots of success and failure*. New York: Cambridge University Press, vol.99. S.6-29

DeFrancesco, C & Johnson, P. (1997). Athlete and parent perceptions in junior tennis. *Journal of Sport Behavior*. Vol.20. S. 29-36

Gould, D. (1993). *Intensive sport participation and the prepubescent athlete: Competitive stress and burnout*. Champaign: Human Kinetics. S. 19-38

Gould, D., Dieffenbach, K., Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*. Vol.14. S.8-53

Hasson, D. (2008). *Stressa rätt!: Öka din energi, hälsa och effektivitet*. Stockholm: Bokförlaget Forum.

- Johansson, D. (2004) "Tennispappan" dömd. *Smålandsposten 7 juni*. S.2
- Lauer, L. Gould, D. Roman, N. et.al. (2010). How Parents Influence Junior Tennis Players' Development: Qualitative Narratives. *Journal of Clinical Sport Psychology*. Vol. 4. S.6-69
- Patriksson, G. & Wagnsson, S. (2004). Föräldraengagemang i barns idrottsföreningar. *FoU-rapport, nr 2004:8*. Stockholm: Riksidrottsförbundet. S.3-12
- Peiffer, V. (1996). *Stresshantering*. Stockholm: Svenska förlaget
- Peterson, T. (2007). Några argument för sen specialisering. *Svensk idrottsforskning*, nr 1. S.3-23.
- Robinson, A. (1991). *The psychological effects of parental pressure to achieve on children*. Diss. Ontario, Canada: University of Windsor.
- Scanlan, T. K. (1988). *From stress to enjoyment: Parental and coach influences on young participants*. Champaign, IL: Human Kinetics. S.41-48
- Trondman, M. (2005). *Unga och föreningsidrotten: en studie om föreningsidrottens plats, betydelser och konsekvenser i ungas liv*. Stockholm: Ungdomsstyrelsen. S.4-21
- Weinberg, R. S. & Gould, D. (2010). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* ed.4. USA: Human Kinetics Publishers.



## Bilaga 1

### Litteratursökning

Syfte och frågeställningar: Syftet med denna uppsats är att kartlägga elitsatsande ungdomars inställning till föräldraengagemang.

#### Frågeställningar:

1. Vad innebär föräldraengagemang för elitaktiva ungdomar?
2. Anser elitaktiva ungdomar att föräldrarna är engagerade i deras idrottande?

#### **Vilka sökord har du använt?**

”Föräldraengagemang”, ”press”, ”stress”, ”föräldrapress”, ”parental pressure”, ”parental involvement”

#### **Var har du sökt?**

GIH:s bibliotekskatalog  
Databaserna SportDiscus och Pubmed  
Google Scholar  
Psykologiböcker

#### **Sökningar som gav relevant resultat**

SportDiscus: ” Sport AND parental involvement”  
SportDiscus: “Sport AND parental pressure”  
Pubmed: ” Parental pressure AND parental involvement”  
Google Scholar: “Föräldraengagemang och idrottande barn”  
Google Scholar: ”Idrottande barn och föräldrapress”

#### **Kommentarer**

Det fanns några riktigt bra artiklar om ungdomar/barn – föräldrar – idrott som vi tog del av. Det var lättast att hitta bra artiklar på engelska, eftersom utbudet var mycket större än på svenska. Databasen SportDiscus och sökmotorn Google Scholar passade oss bäst att hitta passade artiklar. Dessutom har tidigare avhandlingar och psykologiböcker varit till stor hjälp.

## Bilaga 2

### Enkätundersökning

#### *Enkätundersökning - föräldrapåverkan på idrottande ungdomar*

Detta är en enkät med frågor angående hur mycket föräldrar bidrar till sina barns idrottande. Syftet är att ta reda på om föräldrar bidrar med negativ eller positiv energi till sina barn. Vi är två studenter från Gymnastik och Idrottshögskolan - Tränarlinjen - som just nu skriver C-uppsats och skulle uppskatta om ni ville svara på dessa frågor.

---

#### Kön

- Tjej
- Kille

#### Ålder

#### Anser du att dina föräldrar är engagerade i ditt idrottande?

- Ja
- Ibland
- Nej

#### Är dina föräldrar med på dina träningar?

- Ja, alltid
- Ibland
- Nej, aldrig

#### Är dina föräldrar med på dina matcher/tävlingar?

- Ja, alltid
- Ibland
- Nej, aldrig

#### Vilket uttryck är det värsta du har fått höra av din/dina föräldrar?

#### Vilket uttryck är det bästa du har fått höra av din/dina föräldrar?

**Anser du att din/dina föräldrar är engagerade i ditt idrottande?**

1            2            3            4

<b>Aldrig</b>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<b>Alltid</b>
---------------	-----------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	---------------

**Tycker du det är jobbigt när dina föräldrar är med på tävling?**

- Ja
- Nej
- De är aldrig med

**Vill du att dina föräldrar ska vara med och stötta dig under tävling?**

- Ja
- Nej
- Vet inte

## **Bilaga 3**

### **Intervjufrågor**

- Vad innebär föräldraengagemang för dig?
- Vilka upplevelser har du haft av föräldraengagemang?

- Är dina föräldrar engagerade i ditt idrottande? På vilket sätt visar de sitt engagemang?
- Är dina föräldrar med på dina träningar och matcher? Om ja, vad har du för synpunkter på det?
- Vilket uttryck är det värsta respektive det bästa du har fått höra av din/dina föräldrar?
- Vad är det värsta respektive det bästa dina föräldrar gjort för att visa sitt engagemang/intresse för din idrott?