



Hur mäts idrottstränarens beteenden?

- En svensk översättning och validering av
skattningsskalan Coaching Behavior Scale for
Sport

Andreas Carlsson

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN
Masteruppsats i idrott 58:2013
Examinator: Karin Söderlund
Handledare: Carolina Lundqvist



How is Coaching Behaviors Measured?

- A Swedish Translation and Validation of the Evaluation Instrument Coaching Behavior Scale for Sport

Andreas Carlsson

THE SWEDISH SCHOOL OF SPORT
AND HEALTH SCIENCES
Master Thesis in Sport Science 58:2013
Examiner: Karin Söderlund
Supervisor: Carolina Lundqvist

Förord

Då mitt stora intresse inom idrott är tränarskap och hur man som tränare kan jobba för att utveckla utövarna var det naturligt att göra en uppsats inriktad på ledarskap. En hel del (svårsmält) statistik blev det på kuppen, men förhoppningsvis kan uppsatsen vara ett värdefullt bidrag till tränare i idrott både genom fortsatt forskning med hjälp av *Coaching Behavior Scale for Sport* och genom att tränare kan ha ett praktiskt instrument som stöd i deras egen utveckling.

Bemötandet från de tränare som jag kontaktat inför denna studie var över all förväntan och trots en och annan fyrsiffrig telefonräkning gick det väldigt smidigt och snabbt att boka in besök före eller efter lagens träningar. Förutom själva datainsamlandet var det fantastiskt givande med alla informella diskussioner med dessa tränare och utövare på en resa genom landet som sträckte sig från Malmö i söder till Uppsala i norr och från Västerås i väst till Tyresö i öst. Buss, bil, fjärrtåg, spårvagn, pendeltåg, tunnelbana, taxi och till och med cykel har varit fordonen som tagit mig både hit och dit under 2 ½ månads intensiv datainsamling.

Förutom alla deltagande tränare och utövare som förtjänar ett jättetack finns det en rad andra personer som varit till stor nytta och gjort uppsatsen möjlig att genomföra. Med risk för att glömma några...

Stort tack till **Håkan "Krallan" Nilsson** som varit en veritabel guldgruva när det gäller att skaffa fram kontaktuppgifter till tränare.

Stort tack till min handledare **Carolina Lundqvist** som haft väldigt hög tillgänglighet och hjälpt mig att komma till nya insikter, inte minst att statistik faktiskt kan vara rätt intressant.

Stort tack till **Leif Yttergren** som alltid ställer upp och inte bara svarar på frågor utan också är väldigt flexibel i sitt sätt att hantera situationer och önskemål.

Stort tack till **Niklas Najafi** för boende under en roadtrip i södra Sverige.

Sist men inte minst vill jag rikta ett stort tack till de som läst uppsatsen och gett ovärderliga synpunkter: **Johan Appelberg**, **Joakim Brunnström** och **Sini Virkamäki**.

Sammanfattning

Syfte

Syftet med studien var att översätta och validera skattningsskalan för tränarbeteenden *Coaching Behavior Scale for Sport (CBS-S)* från engelska till svenska.

Metod

Sammanlagt ingick 545 deltagare fördelade på två urval. Deltagarna var lagidrottare i de två högsta nationella serierna. Deltagarna besvarade en enkät innehållandes CBS-S och skalor för andra tränarbeteenden, motivation, självförtroende och relationen med tränaren. På datamaterialet utfördes explorativ faktoranalys med varimax rotering och korrelationer mellan de olika dimensionerna i skalorna beräknades. 39 av deltagarna besvarade även CBS-S två gånger och på dessa data beräknades test-retest korrelationer mellan dimensionerna i CBS-S.

Resultat

Faktoranalysen fann åtta dimensioner med egenvärde > 1 . Sambanden mellan tränarbeteendena i CBS-S och andra tränarbeteenden, motivation, relationen med tränaren och självförtroende var överlag i linje med förväntningarna utifrån tidigare forskning på dessa områden. Cronbach's alpha var $>.70$ för samtliga dimensioner. Test-retest korrelationer för båda könen tillsammans var signifikanta.

Slutsatser

Vissa skillnader jämfört med den engelska originalversionen påträffades, däribland en ytterligare dimension som inte fanns med i den ursprungliga versionen (Côté et al., 1999). Den inre konsistensen bedömdes som god eftersom Cronbach's alpha var $.79$ eller högre för samtliga dimensioner. Den tidsmässiga stabiliteten bedömdes som god då korrelationerna mellan de två mättillfällena var signifikanta. Emellertid fanns vissa oklarheter kring eventuella könsskillnader, men dessa fynd kunde mycket väl vara en produkt av låg power och ett lågt deltagarantal för en könsuppdelad analys. Användbarheten för CBS-S bedömdes sammantaget som god, både för att kunna användas till vidare forskning om idrottstränare och även för att tränare ska kunna använda den på egen hand som ett steg i deras utveckling.

Nyckelord: *Tränare, skattningsskala, mätning, tränarutveckling*

Abstract

Aim

The purpose of the study was to translate and validate the Coaching Behavior Scale for Sports (CBS-S) from English to Swedish.

Method

A total of 545 participants were distributed in two samples. The participants were team sport athletes from teams in the two highest national levels. The participants answered a questionnaire consisting of CBS-S and scales for other coaching behaviors, motivation, self-confidence and the relationship with the coach. On the data an exploratory factor analysis with varimax rotation was performed and correlations between the different dimensions in the scales were computed. 39 of the participants also answered CBS-S twice and on this data test-retest correlation were computed between the dimensions in CBS-S.

Results

The factor analysis found eight dimensions with Eigenvalue > 1 . The relationships between coaching behaviors in CBS-S and other coaching behaviors, motivation, self-confidence and the relationship with the coach were in general in accordance with expectations on the basis of previous research in these areas. Cronbach's alpha was $>.70$ for all dimensions. Test-retest correlations for both genders together were significant.

Conclusions

Some differences compared to the English original version were found, among them an additional dimension that was not reported in the original version (Côté et al., 1999). The internal consistency was judged as good since Cronbach's alpha was $.79$ or higher for all dimensions. The temporal stability was judged good as the correlations between the two data collections were significant. However there remains some ambiguity around potential gender differences, but these findings could very well be resultant of low power and a low number of participants for a gender separated analysis. The utility of CBS-S was altogether judged as sound both to be used in further research on sport coaches and also to be used by coaches on their own as a step in their development.

Keywords: *Coaching, scale, measurement, coach development*

Innehåll

1.	Introduktion.....	1
1.1	<i>Teoretiska modeller av ledarskap</i>	2
1.1.1	Komponenter som representerar tränarskapet	4
1.1.2	Komponenter som påverkar tränarskapet	4
1.2	<i>Vad vi vet om skickliga idrottstränare</i>	5
1.3	<i>Hur tränare kan utvecklas</i>	7
1.4	<i>Den hittills mest använda skattningsskalan</i>	9
1.5	<i>Coaching Behavior Scale for Sport som alternativ till LSS</i>	10
2.	Syfte.....	13
3.	Metod.....	13
3.1	<i>Deltagare och datainsamling</i>	13
3.2	<i>Etiska överväganden</i>	14
3.3	<i>Mätinstrument</i>	14
3.3.1	Andra tränarbeteenden	16
3.3.2	Motivation	16
3.3.3	Relationen mellan tränare och utövare	16
3.3.4	Självförtroende	17
3.4	<i>Översättning och kulturell anpassning</i>	17
3.5	<i>Dataanalys</i>	17
4.	Resultat.....	19
4.1	<i>Deskriptiv statistik</i>	19
4.2	<i>Explorativ faktoranalys</i>	19
4.3	<i>Begreppsvaliditet</i>	22
4.3.1	Andra tränarbeteenden	22
4.3.2	Motivation	22
4.3.3	Relationen mellan tränare och utövare	23
4.3.4	Självförtroende	23

4.4	Reliabilitet.....	24
5.	Diskussion.....	26
5.1	Faktorstruktur.....	26
5.2	Begreppsvaliditet.....	32
5.3	Reliabilitet.....	35
5.4	Slutsatser och användbarhet.....	36
5.5	Begränsningar och förslag på fortsatt forskning.....	37
6.	Referenser.....	39
	Bilaga 1 Information till deltagare	
	Bilaga 2 CBS-S svensk version som användes	
	Bilaga 3 Litteratursökning	

1. Introduktion

Goda prestationer i idrott kan sägas bestå av fyra pusselbitar där tekniska, taktiska, fysiska och mentala aspekter utgör en var (Janelle & Hillman, 2003, s. 21). För att utveckla dessa färdigheter hos idrottsutövare är tränaren en nyckelperson (Durand-Bush & Salmela, 2002, s. 169). Tränaren har visats spela en avgörande roll för utövare av alla åldrar (Baker, Horton, Robertson-Wilson & Wall, 2003, s. 4f; Pensgaard & Roberts, 2002, s. 56f) och det finns flera exempel på de negativa konsekvenser som dåligt ledarskap eller en infekterad relation mellan tränare och utövare kan ha. Forskning har visat att utövare kan uppleva emotionellt utanförskap, ilska, frustration, skuld känslor, rädsla för att misslyckas och maktkamper när det skär sig med tränaren (Conroy & Coatsworth, 2007, s. 410ff; Gearity & Murray, 2011, s. 215ff; Jowett, 2003, s. 448-456). Dessa negativa upplevelser kan sannolikt få konsekvenser som exempelvis försämrade prestationer, minskad självbestämd motivation eller till och med karriäravslut. Dock finns det också många studier som visat på vilket positivt inflytande tränare kan ha på utövarna. Särskilt verkar personer med låg självkänsla dra stor nytta av bra ledarskap från tränaren (Smoll & Smith, 1989, s. 1532). Andra effekter av bra ledarskap som har visats i tidigare forskningslitteratur är bland annat ökad motivation, starka personliga relationer, utveckling av idrottsliga färdigheter, bra prestationer under press och inte minst bestående positiva intryck för hela livet (Becker, 2009, s. 103-112). Mageau och Vallerand (2003) menar att en av de viktigaste uppgifterna en tränare kan ha är att påverka utövarnas motivation i positiv riktning. Duda (2006, s. 70ff) hävdar att tränarens ageranden kan leda till egoinvolverat eller uppgiftsorienterat motivationsklimat, där det sistnämnda är att föredra.

Partington och Cushion (2011, s. 6) menar att en stor del idrottstränare tyvärr ofta använder sig av traditionella metoder som de själva har erfarenhet av och som andra tränare använder istället för forskningsbaserade metoder. Ett sådant angreppssätt uppmuntrar att göra som man alltid har gjort och risken för stagnation är påtaglig. I de studier som utförts på idrottstränare är det dock inte alltid helt klart att de tränare som studeras är de som vi helst bör efterlikna (Gilbert, 2002, s. 31), vilket gör att vi behöver veta mer om idrottstränare och hur de kan påverka utövare mot goda prestationer. För att vidare kunna undersöka tränare är det nödvändigt med bra mätinstrument som fångar upp viktiga delar av ledarskapet.

1.1 Teoretiska modeller av ledarskap

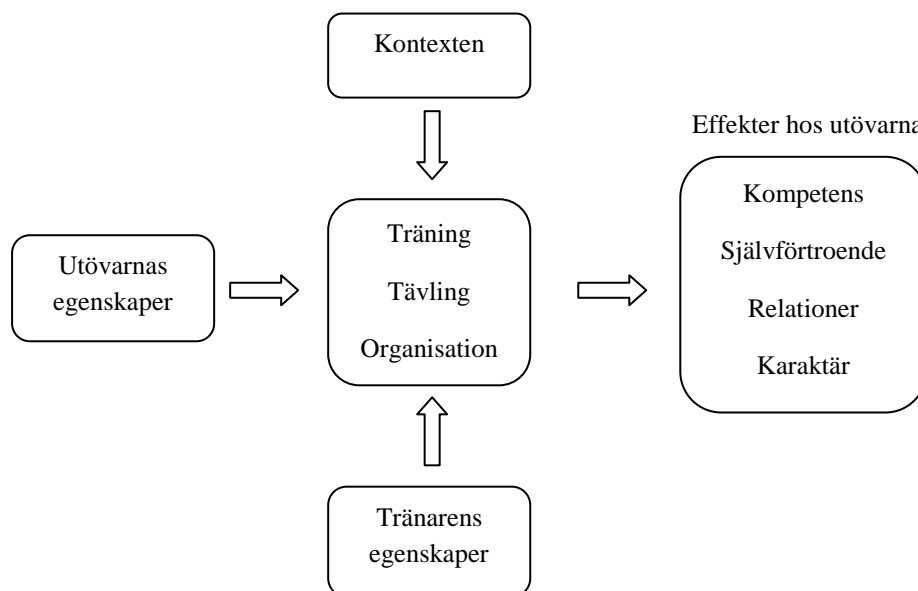
Ledarskap har genom åren getts stor uppmärksamhet inom forskning, populärlitteratur och massmedia. Ledarskap utmärks bland annat av att det är en process, involverar inflytande, sker i grupper och innefattar gemensamma mål (Northouse, 2013, s. 5). Genom att definiera ledarskap som en process innebär det att det är något som inte ligger inneboende hos ledaren. En process innebär också att ledaren inte bara påverkar följarna utan dessa påverkar också ledaren. Detta synsätt ser istället ledarskap som icke-linjärt och interaktivt. Genom åren har många olika modeller för ledarskap lyfts fram (Northouse, 2013, s. 5-14). Då inriktningen för uppsatsen är ledarskap inom idrott kommer de teorier och modeller som utvecklats specifikt inom idrottssfären att vara i fokus.

Ledarskap inom idrott (fortsättningsvis kallat *tränarskap*) äger ofta rum i en miljö som är komplex och oregelbunden (Cushion, 2010, s. 56). Ett flertal modeller har tagits fram för att försöka beskriva processen av tränarskap inom idrott så noggrant som möjligt. De fyra som har fått mest uppmärksamhet i forskningslitteraturen är Chelladurais (1980, s. 226) multidimensionella modell, Smoll och Smiths (1989, s. 1534) medierande modell, Horns (2008, s. 243) Working model of coaching effectiveness samt Côté, Salmela, Trudel, Baria och Russells (1995, s. 10) Coaching Model.

Den multidimensionella modellen menar att tränarens beteende påverkas av tränarens egenskaper, men också av situationen och det tränarbeteende som utövarna önskar och behöver. Modellen förespråkar varje situations unika förutsättningar för ledarskapet och precis som utövarnas individuella egenskaper gör variationer i situationer att det inte finns ett sätt som fungerar optimalt för alla idrottsgrupper (Riemer, 2007, s. 61f). Smith och Smoll (2007, s. 79ff) har studerat tränarbeteenden i ungdomsidrott under många år och från dessa studier utvecklat sin modell som de kallar för den medierande modellen eftersom de menar att kognitiva och affektiva processer hos utövarna fungerar som ett filter för tränarbeteenden. Horns modell (2008, s. 243) menar att den sociokulturella kontexten, organisationens klimat och tränarens egenskaper påverkar tränarens beteenden. Av de modeller som beskrivits i litteraturen är Coaching Model (CM; Côté, Salmela, Trudel et al., 1995) den enda som har tagits fram genom att undersöka vad *tränare* tycker är viktiga inslag i tränarskapet. CM togs fram via grundad teori där gymnastiktränare intervjuades om deras syn på vad tränarsysslan innefattar, men den har också fått stöd att vara hållbar för att beskriva tränare inom lagidrott (Gilbert & Trudel, 2000, s. 124f). I likhet med moderna ledarskapsteorier (Nystedt, 1997, s.

10) hävdar CM att tränarskapet sker i interaktionen av tränarens egenskaper, beteende och situationsspecifika variabler. Artikeln där CM presenterades är enligt en ny undersökning den artikel som innehåller en modell för tränarskap inom idrott som varit mest inflytelserik på senare år (Rangeon, 2010, s. 40), vilket ytterligare förstärker intrycket att CM är mycket användbar. Det är denna modell med sin solida empiriska förankring som föreliggande undersökning kommer att utgå från och därför beskrivs den mer ingående nedan.

De sex komponenter av tränarskap som utgör CM är *träning, tävling, organisation, tränarens egenskaper, utövarnas egenskaper* och *kontexten*. De tre förstnämnda sägs *representera* tränarskapet och de tre sistnämnda sägs *påverka* tränarskapet (Figur 1). Dessa sex komponenter förklarar hur tränare arbetar mot målet att *utveckla utövarna*. Tränare skapar en slags mental modell som talar om vilken kunskap och vilka beteenden som är lämpliga att använda i den aktuella situationen för att detta mål ska kunna nås (Côté, Bruner, Erickson, Strachan & Fraser-Thomas, 2010, s. 65). Målet att *utveckla utövarna* är flexibelt så att det kan anpassas både till innehåll och till form utifrån vilken nivå utövarna befinner sig på (Côté, Salmela, Trudel et al., 1995, s. 9). Detta mål definierades av Côté och Gilbert (2009, s. 314) som fyra delar, vilka är *idrottslig kompetens, självförtroende, relationer med andra* och *karaktär*. En skicklig tränare kommer således att utveckla dessa områden hos utövarna.



Figur 1. Coaching Model (Côté et al., 2010, s. 67). De sex komponenterna av tränarskapet och de fyra effekterna för utövarna.

1.1.1 Komponenter som representerar tränarskapet

Komponenten *Träning* innehåller kunskap om vad som bör göras i träningssituationen, däribland vilken stil tränaren har vid feedback, teknisk kunskap, tävlingsförberedelser och hur tränaren jobbar med mentala färdigheter (Côté, Salmela & Russell, 1995, s. 82ff). Komponenten *Tävling* innehåller kunskap från tränaren om vad som bör göras i och runt tävling (Côté, Salmela & Russell, 1995, s. 80f). Komponenten *Organisation* innehåller exempelvis kontakt med föräldrar, arbeta ihop med assisterande tränare, planera träningar och att hjälpa utövarna med personliga svårigheter (Côté & Salmela, 1996, s. 251). Dessa tre komponenter, *träning*, *tävling* och *organisation*, övervakas ständigt av tränaren och justeras utifrån hur dessa komponenter interagerar och hur de påverkar den uppfattning som tränaren har av utövarnas potential (Côté, Salmela, Trudel et al., 1995, s. 11).

Côté och Gilbert (2009, s. 310ff) delade senare in tränares kunskap på ett annat sätt, som kan vara intressant i sammanhanget, i ett försök att integrera alla områden som tränare behöver ha kompetens inom. De menar att tre aspekter av tränarens kunskap följande: *Professionell kunskap* är grenspecifik kunskap, idrottsvetenskap och pedagogisk kunskap med tillhörande implicit kunnande. *Interpersonell kunskap* är skicklighet i att interagera med andra personer, däribland tränarkollegor men också utövare. *Intrapersonell kunskap* är den tredje formen av tränarens kunskap och innebär en förståelse av sig själv och förmågan till självreflektion. Detta sätt att se på tränarens kunskap är mer mångfacetterat än den traditionella bilden (Abraham & Collins, 1998, s. 71ff) där idrottsspecifik kompetens är det absolut viktigaste.

1.1.2 Komponenter som påverkar tränarskapet

Komponenterna som påverkar tränarskapet har möjlighet att ha positiv eller negativ inverkan på tränarens arbete mot att utveckla utövarna. *Tränarens egenskaper* innefattar faktorer som inte kanske kan sägas vara en del av tränarens direkta kunskap men som exempelvis är en del av tränarens filosofi, uppfattning, perception eller privatsituation som kan påverka träning, tävling eller organisation. *Utövarnas egenskaper* innefattar alla faktorer som kan inverka på tränarskapet, däribland personlighet, färdighetsnivå och kunskaper (Côté, Salmela, Trudel et al., 1995, s. 11). Tränarskapet bör även ses i ljuset av i vilken *kontext* tränaren verkar och kan bestå av större sammanhang och mer instabila situationsfaktorer. Tidigare endimensionella beskrivningar av tränarens utveckling från nybörjare till expert börjar allt mer och mer ersättas av synsätt att det finns olika kategorier av tränare utifrån vilket sammanhang de utövar sitt tränarskap i. Côté, Young, North och Duffy (2007, s. 6) delar in tränare i fyra olika kontexter:

deltagande tränare för barn, deltagande tränare för ungdomar och vuxna, prestationstränare för yngre ungdomar samt prestationstränare för äldre ungdomar och vuxna. Liknande indelningar har även gjorts på andra håll som exempelvis rekreationstränare, utvecklingstränare och elittränare (Trudel & Gilbert, 2006, s. 518). Oavsett vilken kontext som tränaren befinner sig i bör komponenterna i CM vara aktuella. Tränarskapet kommer dock att se olika ut beroende av kontexten och det krävs väldigt olika egenskaper eller ageranden från tränaren som tränar åttaåringar (deltagande tränare för barn) jämfört med tränare som tränar 16-åringar i en elitinriktad verksamhet (prestationstränare för äldre ungdomar och vuxna). Situationsfaktorer av mer snabbföränderlig karaktär som kan påverka kontexten kan exempelvis vara utrustning och faciliteter (Côté et al., 2010, s. 67).

Modeller för tränarskap inom idrott har dock kritiserats för att de inte har varit så inflytelserika på tränares faktiska tränarskap. Vella, Oades och Crowe (2010, s. 426) menar att i jämförelse med ledarskapsmodeller inom organisationspsykologi så har modeller av tränarskap lyckats få markant sämre genomslagskraft ”ute i verkligheten”. Denna skillnad finns alltså trots att båda domänerna innehåller likartade problem då båda äger rum i en rörig, komplex och föränderlig miljö (Vella et al., 2010, s. 426). En faktor i att modeller för idrottsledare haft svårt att nå fram till verksamma tränare kan troligen vara att idrottstränare många gånger opererar på mer eller mindre ideell basis, vilket gör att de kanske inte har samma ambition, tid eller möjlighet till att förkovra sig i den forskning som finns (Lynn & Lyle, 2010, s. 197). En annan anledning kan vara att idrotten av tradition varit mycket fokuserad på den direkt praktiska tillämpningen och att idrottsforskning kan vara svårtillgänglig för tränare (Reade, Rodgers & Spriggs, 2008, s. 342f; Williams & Kendall, 2007b, s. 1583). Därmed verkar det som om det finns ett gap mellan den teoretiska kunskapen och den praktiska verkligheten för idrottstränare (Meyers, 2006, s. 97), något som även noterats av Kline (2009, s. 25f) inom det beteendevetenskapliga fältet i allmänhet. Det finns således ett behov av att minska gapet mellan teori och praktik för idrottstränare för att de ska kunna tillämpa de modeller som finns och få verklig nytta av dem.

1.2 Vad vi vet om skickliga idrottstränare

Skickliga tränare har många olika benämningar i forskningslitteraturen, såsom experttränare, effektiva tränare, högpresterande tränare och skickliga tränare osv (se exempelvis Mallett & Côté, 2006, s. 213ff). Många av dessa uttryck används mer eller mindre som synonymer. I denna text kommer framförallt ordet *skicklig* att användas. Tränarskapet kretsar i mångt och

mycket kring idrottsspecifika färdigheter, men ofta blir tävlingsresultat avgörande för vilka som anses som skickliga tränare. Mallett och Côté (2006, s. 213f) har kritiserat detta alltför vanliga förhållningssätt där tränare bedöms utifrån tävlingsresultat då det är ett väldigt trubbigt mått på tränarens prestation som infekteras av många faktorer som inte tränaren kan styra över som exempelvis motståndare och domare. Tränare kan ha stora resultatmässiga framgångar trots att de uppträder på ett sätt som utövarna själva eller andra utomstående menar är ett dåligt tränarskap (d'Arripe-Longueville, Fournier & Dubois, 1998, s. 326ff). Istället har Cross (1999, s. 51f) föreslagit att det är bättre att utvärdera huruvida en tränare är framgångsrik eller inte utifrån vad tränaren får ut hos utövarna jämfört med förutsättningarna och hur tränarna påverkar utövarna. Prestation i idrott är i allmänhet något som är svårt att operationalisera, men det är till och med ännu svårare att mäta prestationen för en tränare än för en utövare. Det finns ingen internationell ranking av tränare och inte heller någon tävling där tränarnas färdigheter kan mätas mot varandra (Horton & Deakin, 2008, s. 75). Detta är som synes ett väldigt komplicerat område och Gilbert och Trudel (2004, s. 23) menar att det kanske aldrig kommer att nås någon enighet kring en definition på vad som faktiskt är en skicklig tränare.

Flera studier på tränarbeteenden har försökt identifiera vilka beteenden som är önskvärda och på vilka sätt de påverkar. Exempelvis har tränarbeteenden studerats genom observationsinstrument, däribland Coaching Behavior Assessment System (Smith, Smoll & Hunt, 1977), Arizona State University Observation Instrument (Lacy & Darst, 1984) och Coach Analysis Instrument (Franks, Johnson & Sinclair, 1988). Ett annat sätt att studera tränarbeteenden har varit genom skattningsskalor, exempelvis Leadership Scale for Sport (Chelladurai & Saleh, 1980), Coaching Behavior Questionnaire (Kenow & Williams, 1999) och Coaching Competence Scale (Myers, Feltz, Maier, Wolfe & Reckase, 2006). En annan skattningsskala som använts för att studera en annan del av tränarskapet är Coach-Athlete Relationship Questionnaire (Jowett & Ntoumanis, 2004) som mäter upplevelsen av relationen mellan tränare och utövare. För att få en bred kunskapsbas att utveckla tränarskap från behöver vi studier av tränarbeteenden för att kartlägga samband mellan tränarbeteenden och effekter hos utövarna.

Studier indikerar att tränare och utövare har en väsentligt olikartad syn på tränarens ageranden (Smoll & Smith, 1989, s. 1530) och att tränare kan vara omedvetna om sina beteenden (Millar, Oldham & Donovan, 2011, s. 505ff; Partington & Cushion, 2011, s. 1). Till detta kan

läggas studier som visar att tränare ofta tror att de har högre frekvens av många positiva beteenden (Riemer, 2007, s. 73) och att ledare många gånger överskattar sin egen kompetens (Brownell, 1990, s. 408). Eftersom det är utövarnas egna upplevelser som påverkar deras reaktioner behöver tränare kunna förstå hur utövarna tolkar tränarens handlande. Utmärkande för skickliga tränare verkar vara just en hög självmedvetenhet (Blom, Watson & Sparado, 2010; Currie & Oates-Wilding, 2012, s. 427 & s. 435; Schempp, McCullick, Busch, Webster & Mason, 2006, s. 30ff; Wiman, Salmoni & Hall, 2010, s. 50f), något som även visats inom allmän ledarskapsforskning med experimentell design (Zaccaro, Foti & Kenny, 1991, s. 311ff). Denna självreflektion kan troligen binda ihop tränarens agerande med utövarnas tolkningar på ett sätt så att tränaren kan anpassa sig till den aktuella gruppen på ett fördelaktigt vis. Knowles, Gilbourne, Borrie och Nevill, (2001, s. 187) menar att reflektion ”ger möjlighet för att utforska vad som är bra verksamhet, identifiera förbättringsområden och formulera idéer för förändring”. Skickliga tränare har också uppvisat en stark vilja att ständigt utvecklas (Bloom & Salmela, 2000, s. 65ff; Wiman, Salmoni & Hall, 2010, s. 54ff). Ett problem för idrottstränare verkar dock vara att många saker i deras utveckling sker slumpmässigt och oregelbundet (Bloom, Salmela & Schinke, 1995, s. 405). Tränare, som många gånger rör sig i sin komfortzon och använder de redskap som de redan är bekväma med, rekommenderas istället att våga testa på och lära sig nya metoder för att utveckla sitt tränarskap (Vargas-Tonsing, Myers och Feltz, 2004, s. 411).

1.3 Hur tränare kan utvecklas

Om självreflektion, som ovan nämnt är ett betydelsefullt inslag hos en skicklig tränare bör dess utveckling vara av intresse. Tidigare forskning har dock visat på att det inte är helt enkelt att få tränare att utveckla medvetenhet om sina egna beteenden (Trudel, Gilbert & Werthner, 2010, s. 139ff) och självreflektion kan inte antas öka av sig självt parallellt med ökad tränarerfarenhet (Knowles et al., 2001, s. 204). Av de sätt som tränare uppgetts utvecklas genom har det vanligaste visats vara genom sin egen praktiska verksamhet (Erickson, Bruner, MacDonald & Côté, 2008, s. 533). Det finns dock en hel del svårigheter med att dra slutsatser utifrån sin egen tränarpraktik, vilket flera studier har belyst genom att visa på svårigheten för tränare att läsa av utövarnas kognitioner och emotionella tillstånd (Hanson & Gould, 1988, s. 306; Jowett & Clark-Carter, 2006, s. 628ff; Lorimer & Jowett, 2009, s. 156). En konsekvens av detta är att tränare riskerar att dra oprecisa eller rent av felaktiga slutsatser. Positivt är dock att forskning har visat på lovande möjligheter för tränare att förbättra sin skicklighet i att läsa av sina utövare genom att få feedback från utövarna (Lorimer & Jowett, 2010, s. 154ff).

Emellertid är det för tränare precis som för lärare svårt att få feedback i den vardagliga verksamheten, vilket är ett stort hinder för utvecklingen (Dunn & Shriner, 1999, s. 645f).

Traditionella tränarutbildningar har under det senaste dryga decenniet fått mycket kritik i forskningslitteraturen (Abraham & Collins, 1998, s. 71; Cushion, Armour & Jones, 2003, s. 225f; Nelson, Cushion & Potrac, 2006, s. 249). Det har visats vara vanligt förekommande att tränarutbildningar sedan länge inriktats på preskriptiv metodik där deltagarna får ta del av ”absoluta sanningar”. Ofta har tonvikten på innehållet i dessa utbildningar legat på träningslära och grenspecifik teknik (Abraham & Collins, 1998, s. 71ff; McCullick, Belcher & Schempp, 2005, s. 129ff), vilket inte alltid är enkelt att tillämpa i den verklighet som tränare befinner sig och som är i det närmaste i konstant förändring (Cushion, Armour & Jones, 2003, s. 221). Andra menar emellertid att en tränares skicklighet kommer från en mix av formella och informella utbildningsinsatser (Werthner & Trudel, 2006, s. 209). Ett tränarutbildningsprogram som visats ge goda resultat är det som Smoll och Smith har tagit fram. Deras Coaching Effectiveness Training (CET: Smith, Smoll & Curtis, 1979, s. 62ff) och vidareutvecklingen Mastery Approach to Coaching (MAC: Smith, Smoll & Cumming, 2007, s. 59) syftar till att förbättra ungdomstränares beteenden så att fler ungdomar ska tycka det är roligt med idrottandet och vilja fortsätta nästkommande år. Utbildningsprogrammet fokuserar inte särskilt på att direkt påverka utövarnas idrottsliga kompetens utan fokuserar på hur tränarna kan vara uppmuntrande och positiva i allmänhet gentemot utövarna, vilket Horn (2008, s. 244) menar är mer av en indirekt påverkan. Utfallsmåtten i studier med CET och MAC har därför uteslutande varit attityder, affekter och kognitioner hos utövarna av typen hur gärna vill utövaren fortsätta nästa år och hur bra utövaren tycker om tränaren. Smoll, Smith, Barnett och Everett (1993, s. 607) tog själva upp att det vore intressant att se kopplingen av deras träningsprogram mot utvecklingen av idrottsliga färdigheter hos utövarna. I och med detta vore det bra med ett instrument som också inriktar sig på att kunna mäta tränarens beteenden för utvecklingen av de fyra pusselbitar som Janelle och Hillman (2003, s. 21) menar är av avgörande betydelse för att nå hög idrottslig nivå. Vidare är även Smoll och Smiths program specifikt framtaget för, och endast testat på ungdomstränare, vilket visar på att det behövs något bredare redskap för att täcka in fler kategorier av tränare.

Två beprövade metoder för beteendeförändring är beteendemässig feedback och självmonitorering (Kidman & Hanrahan, 2011, s. 6f; Smith & Smoll, 2007, s. 89). Därtill har vikten av systematik för att få till stånd en beteendeförändring hos tränare också betonats i

tidigare litteratur (More & Franks, 1996, s. 541). Här kan således en väl fungerande skattningsskala vara till stor hjälp för tränare som vill utveckla sitt ledarskap då de kan få feedback på sitt beteende på ett systematiskt sätt. Skattningsskalor kan användas för att tränare ska få insikt om hur utövarna uppfattar tränarskapet. Dessutom kan psykometriskt hållbara skattningsskalor också användas i forskning för att utöka vår kunskap om tränarskap där utövarns åsikter om tränare kartläggs.

Skattningsskalor som enda metod för att hämta in data har kritiserats (Smith & Smoll, 2007, s. 77; Spector, 1994, s. 385). Dock finns det även problem med att använda exempelvis observationsscheman för tränare som ofta arbetar själva, eftersom observation i regel kräver en annan person som antingen observerar eller som filmar något som inte alla tränare i den många gånger ideella idrottsrörelsen har tillgång till. En väl fungerande skattningsskala verkar således vara ett viktigt redskap för att öka tränarens självmedvetenhet och självmedvetenhet krävs sannolikt för att en utveckling ska kunna ske. Abraham och Collins (1998, s. 71) gav exempel på det faktum att tränarens intuition många gånger kan vara förrädisk och annan forskning har klart visat på hur lågt samband det är mellan tränarens egna uppfattningar och deras faktiska beteenden eller hur dessa upplevs av utövarna (Smith & Smoll, 2007, s. 79). Därför bör skattningsskalan fånga in utövarns åsikt snarare än vara av självskattningstyp.

Tränare som utvecklas mot hög skicklighet uppger att deras utveckling i stor utsträckning präglats av försök och misslyckande, vilket de inte föredrar utan snarare tvingas använda i brist på tillgänglighet av mer organiserade metoder (Irwin, Hanton & Kerwin, 2004, s. 430ff). Eftersom relativt lite av tränarens utveckling sker genom systematiska insatser, exempelvis tränarutbildningar, (Abraham, Collins & Martindale, 2006, s. 560) kanske utveckling av självreflektion är ett medel för att fortsätta att lära sig och att söka den kunskap som behövs. Självreflektion kan utvecklas med hjälp av data på ens egna beteenden (Kilbourn, 1991, s. 734), i tränarnas fall genom en skattningsskala där utövarna ger feedback.

1.4 Den hittills mest använda skattningsskalan

Den skattningsskala som har använts absolut mest i tidigare forskning kring tränarskap är Leadership Scale for Sports (LSS). Den togs fram av Chelladurai och Saleh (1980) utifrån allmän forskning på ledarskap istället för idrottsrelaterad och baseras på den multidimensionella modellen, som nämndes tidigare. De fem dimensioner som LSS ska mäta är träning och instruktion, socialt stöd, positiv feedback, demokratiskt beslutsfattande samt

auktoritärt beslutsfattande. LSS finns i tre versioner: en där utövarna skattar deras uppfattning om tränarens beteende, en där utövarna skattar deras helst önskade tränarbeteende och en självskattningsskala där tränaren själv skattar sitt beteende. Teorin bakom LSS menar att ju mindre skillnader det är mellan önskat och upplevt ledarskap desto bättre effekt, som märks hos utövarna i form av goda prestationer och hög belåtenhet. Instrumentet har översatts till många olika språk och använts i många olika kulturer världen över, däribland Sverige (Chelladurai, 1990, s. 336ff). När den svenska översättningen togs fram testades den endast med 53 deltagare, vilket är klart lägre än riktlinjen av minst 5 och gärna 10 gånger så många deltagare som items när ett instrument provas ut (Cohen, Swerdlik & Sturman, 2013, s. 261). Dessutom har flera andra studier också indikerat bristfälliga psykometriska egenskaper i LSS som helhet såväl som i enstaka items (Chelladurai, 2007, s. 120ff). Då det finns så pass stora brister i skalans utformning står det klart att den inte räcker till, vare sig som ett instrument att forska om idrottsledare eller som ett redskap för tränare att själva utvärdera sitt tränarskap.

Med detta som bakgrund gjordes en revidering av skalan av Zhang, Jensen och Mann (1997). Den reviderade skalan (RLSS) visade sig ha en bättre faktorstruktur och reliabilitet än den gamla. RLSS har dessutom lika många items i varje subskala och författarna skapade också en ytterligare subskala för situationsanpassning, vilket gav det totala antalet 60 items fördelade på sex subskalor. Trots revideringen och att artiklar som kritiserat LSS har publicerats har den fortsatt att användas i originalutförande (se exempelvis Amorose & Horn, 2001 s. 361; Hollembeak & Amorose, 2005, s. 24). Med alla frågetecken kring LSS validitet och reliabilitet har LSS, som tidigare nämnts, varit den mest använda för att studera tränarbeteenden. Även i den reviderade versionen kvarstår vissa problem med skalans inre konsistens då även RLSS har uppvisat låg reliabilitet för framförallt autokratiskt beslutsfattande, men även demokratiskt beslutsfattande, socialt stöd och situationsanpassning (Jambor & Zhang, 1997, s. 315ff) och RLSS har inte spridits över världen på samma sätt som LSS. Förmodligen har detta spår nått sin vägs ände och man behöver titta på andra alternativ för att få fram en bra skattningsskala för tränarbeteenden på svenska.

1.5 Coaching Behavior Scale for Sport som alternativ till LSS

Coaching Behavior Scale for Sport (CBS-S: Côté, Yardley, Hay, Sedgwick & Baker, 1999) är en engelskspråkig skattningsskala som har föreslagits i forskningen ha god potential att bli ett redskap som är tillräckligt lätt att använda för att tränare själva ute på fältet ska kunna använda den. Samtidigt har den engelska versionen så pass bra psykometriska kvaliteter att

den går att använda till vidare forskning om idrottstränare. I tidigare studier med CBS-S har utövare i både individuella idrotter och lagidrotter deltagit. CBS-S bygger på CM (Côté, Salmela, Trudel et al., 1995) och togs fram med denna modell som utgångspunkt, vilket gör att skalan har en solid teoretisk förankring. Instrumentet har även uppvisat god reliabilitet i tidigare studier (Baker, Yardley, & Côté, 2003, s. 229; Gould & Carson, 2010, s. 307). Hittills har skalan använts för att studera tränares inverkan på utövarnas ängslighet (Baker, Côté & Hawes, 2000), hur tränare kan ge gymnasieungdomar en meningsfull tillvaro (Gould & Carson, 2010) och för att jämföra belåtenhet hos utövare i lagidrotter med utövare i individuella idrotter (Baker, Yardley & Côté, 2003). I dessa studier har skalan visat sig kunna predicera utfallsmåtten väl.

CBS-S består av sju dimensioner av tränarbeteenden. Utövarna skattar frekvensen av tränarens olika beteenden inom *fysisk träning och planering*, *tekniska färdigheter*, *mental förberedelse*, *målsättningsarbete*, *tävlingsstrategier*, *positiv rapport* och *negativ rapport*. Till skillnad från andra skattningsskalor täcker alltså CBS-S in de fyra pusselbitarna – tekniska, taktiska, fysiska och mentala delar – vilka alla är bitar av en god idrottsprestation, och därför något som tränare bör försöka hjälpa utövarna att utveckla. Genom att instrumentet har med alla dessa bitar och hur tränaren upplevs interagera med utövarna inom dessa olika områden finns goda möjligheter att vara en del i ett modernt förhållningssätt i tränarens utveckling mot hög skicklighet (Armour, 2004, s. 102 & s. 115). Det går att argumentera mot att det är frekvens av beteenden som är det allra viktigaste när exempelvis intensiteten av beteenden kan vara väl så viktigt, men som Seaborn, Trudel och Gilbert (1998, s. 135f) så är det vanligt förekommande bland tränare att de har alldeles för låg frekvens av konstruktiva beteenden för att de ska kunna göra någon verklig nytta för utövarna. Det är således intressant att se frekvens av beteenden och frekvensen bör vara relativt enkel att förbättra om tränaren är medveten om detta och verkligen vill det.

Mallett och Côté (2006, s. 217ff) föreslår ett tillvägagångssätt i tre steg för att utvärdera en tränarens prestation. Först samlas information in från utövarna med CBS-S och från denna information görs en sammanställning av frekvensen av tränarbeteenden som tränaren uppvisar. Denna sammanställning kan sedan jämföras mot tidigare mätningar av samma tränare eller mot ett visst kriterium, exempelvis ett visst genomsnittsvärde på tävlingsstrategier. Slutligen kan man utifrån denna analys komma fram till lämpliga utvecklingsinsatser för tränaren. Jämfört med traditionella tränarutbildningar kan detta sätt att

lära sig sägas ligga närmare den praktiska verksamhet som man befinner sig i och utgå från den sociala processen som tränare och utövare tillsammans utgör (Lave & Wenger, 1991, s. 94ff).

CBS-S har som tidigare nämnts med dimensioner som fångar tränares skicklighet att jobba med mentala aspekter, vilket inga andra skalor som finns i dagsläget har. Den mentala sidan av idrotten har av tradition hamnat i skymundan till förmån för fysiska delar (Williams & Kendall, 2007a, s. 196). Dock har mentala faktorer fått en större uppmärksamhet under det senaste årtiondet. Forskning har påvisat att tränare många gånger behöver uppmärksamma mentala faktorer bättre (Hanson & Gould, 1988, s. 305; Leslie-Toogood & Martin, 2003, s. 63f), vilket ytterligare talar för att det behövs ett hjälpmedel för att få denna information om utövarna. Med ovanstående resonemang som utgångspunkt går det att argumentera för att en översättning av CBS-S till svenska skulle kunna vara ett viktigt steg då det inte tidigare finns en sådan version.

En översättningsprocedur kräver inte bara att orden ska översättas från engelska till svenska utan även att reliabilitet och validitet undersöks då det kan finnas kulturella skillnader mellan Kanada där skalan ursprungligen togs fram och Sverige som påverkar hur skalan uppfattas av de som fyller i den. Tidigare forskning har visat på betydande skillnader för ledarskap mellan olika delar av världen, inte minst mellan Skandinavien och Nordamerika (Northouse, 2013, s. 383ff). Kline (2009, s. 204f) tar upp tre olika potentiella problem när ett instrument översätts till ett annat språk. Konstrukten som instrumentet ska mäta kan i sig vara olika för olika kulturer. Tillvägagångssättet när instrumentet fylls i kan påverka olika grupper olika, exempelvis om det finns en större auktoritetstro hos den ena gruppen. Enskilda items kan få andra betydelser, exempelvis genom översättningsproblematik. Framförallt det sistnämnda hindret kan vara ett problem då engelskan innehåller många fler ord, och därmed också fler nyanser, än svenskan. För att CBS-S ska kunna användas såsom Mallett och Côté (2006, s. 217ff) förespråkar till att utvärdera tränare krävs också att skalan har god prediktion för det den säger sig kunna predicera. För att testa validiteten på en skala är det bland annat viktigt att se hur starka samband den har med andra mätningar som sägs mäta ungefär samma sak (Cohen et al., 2013, s. 190ff). Smith, Cumming och Smoll (2008, s. 121f) argumenterade för och fann också i sin studie att det kan finnas könsskillnader i hur tränarskap uppfattas. Då ingen tidigare studie med CBS-S undersökt eventuella könsskillnader finns ett behov av att göra detta. En psykometriskt väl utprovad skattningsskala kan användas för att utöka

kunskapen om idrottstränare då det är viktigt att ha ett instrument som kan fånga det komplexa tränarskapet (Jowett & Ntoumanis, 2004, s. 246). Ett sådant instrument finns som synes ovan alltså inte i nuläget på svenska. Den forskning som finns kring tränare är i stor utsträckning utförd i den skolbaserade idrotten i Nordamerikanska vilket medför att dessa resultat inte helt okritiskt kan överföras till vår kontext i Sverige (Cushion, 2010, s. 49), något som indikerar att det finns ett behov av mer forskning om idrottsledare i Sverige.

2. Syfte

Syftet med studien var dels att översätta CBS-S till svenska genom adekvat översättningsprocedur och dels att undersöka CBS-S faktorstruktur, bedöma begreppsvaliditet samt att undersöka reliabiliteten genom inre konsistens och tidsmässig stabilitet för att se om instrumentet kan vara psykometriskt hållbart på svenska.

3. Metod

3.1 Deltagare och datainsamling

Godkännande för studien från inhämtades först från Regionala etikprövningsnämnden i Stockholm (Dnr: 2012/2152-31/5). Kontaktuppgifter till tränare för lag i de två högsta nationella serierna i fem lagidrotter (basket, fotboll, handboll, innebandy, volleyboll) erhöles från idrottsförbund, personliga kontakter, hemsidor och föreningar. Dessa idrotter valdes bland lagidrotterna då dessa bedömdes som enklast för att få tillgång till ett tillräckligt stort antal deltagare. Via telefon kontaktades därefter tränarna. Tränarna fick vid detta samtal information om syftet med studien samt att deltagande i studien var frivilligt, konfidentiellt och anonymt. I vissa fall fick tränarna på deras önskemål en skriftlig information översänd via mail efter detta inledande samtal. Totalt kontaktades 58 tränare. Av dessa gick 49 tränare med på deltagande. Åtta av dessa lag föll bort på grund av tidsmässiga skäl, exempelvis i form av att säsongen tog slut för ett visst lag innan ett datainsamlingstillfälle med dem kunde bokas in. Konsekvensen av detta blev således att 41 lag och huvudtränare kom att ingå i studien fördelat på 21 herrlag och 20 damlag. Eftersom fokus för studien är ett instruments översättning till svenska deltog endast svensktalande utövare i dessa lag. Från dessa lag deltog 506 utövare (262 män och 244 kvinnor). Deltagarna fördelade sig på följande vis: 191 basket, 23 fotboll, 174 handboll, 128 innebandy och 29 volleyboll. Åldern för deltagarna var mellan 16-38 år (M

= 22,16; SD = 3,90). För att testa tidsmässig stabilitet i skalan testades ytterligare ett urval som bestod av 39 utövare inom basket (21 män och 18 kvinnor, från två herr- och två damlag) mellan 17-25 år (M = 19,41; SD = 2,39) två gånger med fyra veckors mellanrum. På grund av en planeringsmiss från ett av lagen fick dock det ena damlaget ett intervall på tre veckor istället. I genomsnitt tränade deltagarna 4,2 gånger per vecka (SD = 1,49) med sina huvudtränare. I genomsnitt hade de haft sin nuvarande huvudtränare 2,1 år (SD = 1,55). Enkäterna samlades in i samband med en träning eller lagaktivitet för att undvika potentiell inverkan av tävlingsmoment (Weiss, Amorose & Wilko, 2009, s. 481) och tog runt 15-20 minuter att fylla i. Muntlig och skriftlig information gavs till deltagarna om att deltagande var frivilligt, anonymt och konfidentiellt, samt att de kunde avbryta om de ville. Skriftligt medgivande inhämtades från såväl utövarna som ansvariga tränare (se Bilaga 1). Jag fanns närvarande under datainsamlingarna för att kunna svara på frågor och förtydliga oklarheter. Deltagarna uppmanades att fråga om det var något som var oklart, vilket de många gånger också gjorde. Dimensionerna *positiv* och *negativ rapport* var de som gav upphov till absolut flest frågor från deltagarna framförallt genom att en del utövare upplevde att vissa items i dessa dimensioner inte var aktuella för deras relation med tränaren, som exempelvis item 38 ”är pålitlig när det gäller mina personliga problem”.

3.2 Etiska överväganden

Under datainsamlingen uppmanades tränarna att vara avskilda från utövarna för att undvika påverkan på utövarna. Både tränarna och utövarna informerades om att inga data skulle presenteras på individ- eller lagnivå och att tränarna inte skulle få se de ifyllda enkäterna, vilket gjorde att inga tränare skulle kunna få reda på vad en eller flera av sina utövare hade svarat. Enkäterna numrerades efteråt för att underlätta dataanalysen, men ingen kodnyckel finns till vilken person som hade vilket nummer varför full konfidentialitet kunde garanteras. De ifyllda enkäterna förvarades efter dataanalysen i ett låst förråd dit endast jag har tillgång. Då undersökningen syftade till att utvärdera CBS-S möjligheter att fånga tränarbeteenden och inte huruvida tränarna var bra eller dåliga, vilket både tränarna och utövarna informerades om, ansågs risken för eventuella intrång på tränarnas integritet vara liten.

3.3 Mätinstrument

CBS-S (Côté et al., 1999) mäter som tidigare nämnts tränarbeteenden i sju dimensioner. Genom personlig kommunikation med Côté mottogs den senast uppdaterade versionen av skalan med 47 items. Skalan består i den engelska versionen av följande dimensioner: *Fysisk*

träning och planering (7 items som fångar exempelvis träningsplanering), *tekniska färdigheter* (8 items som fångar exempelvis feedback och demonstrationer från tränaren), *mental förberedelse* (5 items som fångar exempelvis hur tränaren får utövarna att prestera under press), *målsättningsarbete* (6 items som fångar exempelvis identifiering och uppföljning av utövarens mål), *tävlingsstrategier* (7 items som fångar exempelvis tränarens interaktion med utövaren under tävling), *positiv rapport* (6 items som fångar exempelvis förståelse och tillgänglighet från tränaren) och *negativ rapport* (8 items som fångar exempelvis tränarens användande av att skälla och skapa rädsla). Varje item bedöms genom att deltagaren ombeds att tänka på tränaren/tränarna som är mest ansvarig/-a för respektive område. För de två sistnämnda dimensionerna ombeds deltagaren att tänka på sin huvudtränare. Varje item graderas enligt en sjugradig skala mellan (1) *aldrig* och (7) *alltid* med (4) *ganska ofta* i mitten. I tidigare studier (Baker, Yardley & Côté, 2003, s. 229; Côté et al., 1999, s. 89; Gould & Carson, 2010, s. 309) har Cronbach's alpha varit över .85 för alla dimensioner. Côté et al. (1999, s. 86) utförde på en tidigare version av CBS-S med 37 items två explorativa faktoranalyser med oblik rotering och fann i båda två att det fanns sex dimensioner. Dessa sex dimensioner förklarade tillsammans 79,8 % av den totala variansen. Efter denna studie har dimensionen *tävlingsstrategier* lagts till och använts i senare studier, vilket gjort att skalan numera alltså har sju dimensioner (Baker et al., 2000, s. 114; Baker, Yardley & Côté, 2003, s. 229; Gould & Carson, 2010, s. 305).

Förutom CBS-S fick deltagarna även fylla i svenska versioner av LSS (Chelladurai & Saleh, 1980), Sport Motivation Scale (SMS: Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Brière & Blais, 1995) som mäter utövares motivation inom idrott, Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q: Jowett & Ntoumanis, 2004) som mäter relationen mellan tränare och utövare och självförtroendeskalan i Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2R: Cox, Martens & Russell, 2003; Lundqvist & Hassmén, 2005). Dessa skalor inkluderades för att kunna ge begreppsvaliditet till CBS-S. De 506 deltagare som fanns i det stora urvalet besvarade alla dessa skalor medan de 39 deltagare som besvarade CBS-S två gånger endast besvarade CBS-S. Demografisk information som också samlades in var ålder, kön, tävlingsnivå, hur länge man utövat sin idrott, hur länge man har haft sin nuvarande tränare och hur många träningar respektive matcher man hade i genomsnitt per vecka. Sammanlagt utgjordes enkäten av 138 items utskrivna på 5 dubbelsidiga och hopfästade papper.

3.3.1 Andra tränarbeteenden

LSS finns detaljerat beskrivet ovan. Anledning till att detta instrument inkluderades i enkäten var att det, trots ovan redovisade brister, är det mest använda när det gäller att studera tränarbeteenden och det enda internationellt publicerade som i dagsläget finns på svenska (Chelladurai, 1990, s. 336ff). I föreliggande studie kunde det vara intressant att se hur väl tränarbeteendena i CBS-S korrelerar med de som LSS tar upp. Träning och instruktion i LSS bör korrelera med *fysisk träning och planering* samt med *tekniska färdigheter* i CBS-S. Dock är det troligt att det finns fler samband mellan dessa två skalor eftersom de är uppbyggda på lite olika sätt och dessutom verkar LSS dimensioner ha tvivelaktig faktorstruktur, som redogjorts för tidigare.

3.3.2 Motivation

SMS mäter sju dimensioner av motivation och har använts i stor utsträckning tidigare för att undersöka motivation inom idrott (Pelletier & Sarrazin, 2007, s. 144ff). Den har 28 items fördelade på sju dimensioner utifrån Självbestämandeteorin (Deci & Ryan, 1985). Utövarna ombads svara på frågan varför de är aktiva i sin idrott och skalans items skattas på en sjugradig skala. Amotivation, extern motivation, introjicering utgör de kontrollerande formerna av motivation medan identifiering och tre typer av inre motivation utgör de självbestämda formerna av motivation. Då självbestämmandeteorin inte särskiljer de tre olika typerna av inre motivation togs beslutet att slå ihop dessa tre till ett index för inre motivation i enlighet med tidigare studier (Li & Harmer, 1996, s. 399) och en ny revidering av skalan som har föreslagit det samma (Pelletier, Rocchi, Vallerand, Deci & Ryan, in press). Enligt självbestämmandeteorin bör autonomistöd från tränaren ge högre självbestämd motivation, vilket innebär att dimensionerna om rapport bör kunna ges konvergerande (*positiv rapport*) och diskriminerande (*negativ rapport*) validitet. Vidare bör de övriga fem dimensionerna av tränarbeteenden korrelera med självbestämd motivation då de bör leda till en ökad upplevelse av kompetens som i sin tur ger självbestämd motivation (Deci & Ryan, 1985, s. 58ff).

3.3.3 Relationen mellan tränare och utövare

CART-Q har uppvisat bra psykometriska kvaliteter i tidigare studier och visats vara tillämpbar över olika kulturer (Yang & Jowett, 2012, s. 39ff). Instrumentets 11 items, som skattas på en sjugradig skala, är fördelade på tre dimensioner av relationen mellan tränare och utövare. Dimensionerna är närhet (closeness), hängivenhet (engagement) och komplementaritet (complementarity). Skalan finns i olika versioner där utövare och tränare kan svara på hur man ser på den andra eller hur man tror att den andra ser på en själv. Den

version som användes i föreliggande studie var utövares direkta perspektiv, det vill säga hur utövarna ser på tränaren. Relationen mellan tränare och utövare har fått större uppmärksamhet i forskningen under det senaste decenniet (Poczwadowski, Barrott & Jowett, 2006, s. 125ff). Dimensionerna i CART-Q bör korrelera med *positiv* och *negativ rapport* i CBS-S. Sannolikt finns även fler samband mellan utövarens upplevelse av relationen med tränaren och de positiva tränarbeteendena i CBS-S eftersom dessa har korrelerat med *positiv rapport* tidigare (Côté et al., 1999, s. 88).

3.3.4 Självförtroende

CSAI-2R innehåller tre subskalor där de fem items som mäter självförtroende och rangordnas på en fyrgradig skala inkluderades också i enkäten. Självförtroendeskalan har uppvisat god reliabilitet och validitet i tidigare studier (Cox, Martens & Russell, 2003, s. 524ff; Lundqvist & Hassmén, 2005, s. 730ff). Enligt Côté och Gilbert (2009, s. 314ff) är självförtroende hos utövarna en konsekvens av tränarens arbete och därför bör lämpligen positiva tränarbeteenden enligt CBS-S korrelera med självförtroende på ett positivt sätt.

3.4 Översättning och kulturell anpassning

Översättningsproceduren följde den vanligt förekommande back-translation processen (Brislin, 1970, s. 187ff). Den engelska versionen av CBS-S översattes inledningsvis av mig till svenska. Därefter tittade handledaren på översättningen och kom med sina synpunkter. Därifrån gjordes ytterligare korrigeringar innan en oberoende tränare fick studera skalan genom en tänka-högt-procedur (Jääskeläinen, 2010, s. 371) där dennes tankar noterades och sedan diskuterades. Utifrån detta gjordes vissa justeringar i formuleringarna. Efter detta fick en helt annan tvåspråkig person översätta skalan tillbaka till originalspråket. De items som skilde sig åt gentemot originalversionen granskades på nytt. Vissa smärre modifieringar av dessa items gjordes men med ambitionen att andemeningen i varje item skulle behållas. Versionen som sedan återstod testades därefter genom en pilotstudie där 24 deltagare från två olika idrotter fick fylla i enkäten och även uppmanades att göra noteringar över de items som var otydliga. Inga justeringar på utformningen av några items gjordes efter pilotstudien.

3.5 Dataanalys

Enkäterna från deltagarna som ingick i det stora urvalet användes till explorativ faktoranalys för att se hur CBS-S 47 items hänger ihop i olika övergripande faktorer. 13 enkäter fick tas bort på grund av att de var oläsliga eller ofullständigt ifyllda där en deltagare missat att fylla i

en hel dimension av tränarbeteenden, vilket gav 493 kvarvarande enkäter. Där någon deltagare missat att besvara en item i CBS-S imputerades ett värde genom att beräkna medelvärdet för övriga items i samma dimension för den aktuella personen. Sammanlagt imputerades värden på 88 platser i datamaterialet, vilket utgjorde 0,38 % av datamaterialet i CBS-S. Av de 493 kvarvarande enkäterna befanns 26 stycken vara multivariata outliers utifrån Mahalanobis distans ($p < .001$) (Tabachnick & Fidell, 2007, s. 74f). Dessa togs därför bort från urvalet, vilket gjorde att det blev 467 kvar (237 män, 230 kvinnor). Detta antal deltagare är i linje med rekommenderat förhållande mellan antal deltagare och antal items när ett instrument provas ut (Cohen et al., 2013, s. 261). Maximum likelihood med varimax rotering utfördes i SPSS. Maximum likelihood med oblik rotering utfördes också då det var denna rotering som användes av Côté et al. (1999, s. 86) och den visade snarlika resultat som den med varimax rotering. En uppföljande faktoranalys på könen var för sig användes också för att få en indikation huruvida instrumentet uppträder lika för de båda könen.

För att ge stöd åt begreppsvaliditeten i dimensionerna i CBS-S undersöktes sambanden mellan tränarbeteenden (sex positiva dimensioner: *fysisk träning och planering*, *tekniska färdigheter*, *mental förberedelse*, *målsättningsarbete*, *tävlingsstrategier* och *positiv rapport* samt en negativ dimension: *negativ rapport*) enligt CBS-S och andra tränarbeteenden mätta med LSS, självförtroende, relationen mellan tränare och utövare samt självförtroende. Genom att studera dessa samband undersöktes huruvida faktorerna i CBS-S hänger ihop i enlighet med förväntningar utifrån den forskningslitteratur som finns. Enkäterna från deltagarna som ingick i det mindre urvalet och besvarade CBS-S två gånger användes till att beräkna test-retest korrelationer mellan de två mättillfällena för att få ett mått på tidsmässig stabilitet hos instrumentet.

4. Resultat

4.1 Deskriptiv statistik

Den översatta versionen av CBS-S finns i Bilaga 2. Korrelationer mellan de olika subskalorna i CBS-S anges i Tabell 1. Positiva signifikanta korrelationer mellan samtliga variabler utom negativ rapport uppvisades. Det största sambandet fanns mellan *mental förberedelse* och *målsättningsarbete*. Den gemensamma variansen mellan dessa två konstrukt var 50,4 %, vilket ändå tyder på tillräcklig särskillnad mellan dem för att de ska kunna anses vara två olika konstrukt. Övriga samband var lägre. *Negativ rapport* var negativt korrelerat med samtliga variabler utom med *fysisk träning och planering* där det inte fanns något signifikant samband. Den största negativa korrelationen var mellan *negativ rapport* och *positiv rapport*. Sambandet var dock inte så stort att man ska kunna tala om två sidor av samma mynt då den gemensamma variansen endast var 29,2 % (jmf Côté et al., 1999, s. 88).

Tabell 1. Medelvärden, standardavvikelser och korrelationer mellan subskalorna i CBS-S.

	M	SD	Fys	Tek	Men	Mål	Str	Pos	Neg
Fys	4,73	1,30	.88						
Tek	4,36	1,44	.30**	.95					
Men	3,28	1,52	.22**	.60**	.94				
Mål	3,31	1,56	.34**	.63**	.71**	.95			
Str	4,31	1,34	.36**	.68**	.64**	.65**	.90		
Pos	4,65	1,61	.15**	.49**	.45**	.45**	.56**	.93	
Neg	2,69	1,13	.04	-.19**	-.14**	-.17**	-.26**	-.54**	.83

Cronbach's alpha i diagonalen.

** $p < .01$

Fys: Fysisk träning och planering. Tek: Tekniska färdigheter. Men: Mental förberedelse. Mål: Målsättningsarbete. Str: Tävlingsstrategier. Pos: Positiv rapport. Neg: Negativ rapport.

4.2 Explorativ faktoranalys

Faktoranalysen med varimax rotering var lite tydligare och mer lättolkad än faktoranalysen med oblik rotering och därför redovisas resultaten från varimax rotering nedan. Kaiser-Meyer-Olkin mått och Bartlett's test för sfäricitet indikerade att det fanns korrelationer mellan variablerna och att faktoranalys kunde utföras (Tabachnick & Fidell, 2007, s. 614). Åtta faktorer kunde extraheras (egenvärde > 1). Sammanlagt förklarade dessa åtta faktorer 71,7 % av den totala variansen. De sju första faktorerna var desamma som fanns i den engelska versionen. Den åttonde faktorn hade ett egenvärde precis över 1,0 och en förklarad varians på endast 2,2 %. Två items laddade i denna åttonde faktor. De var item nummer 43 "favoriserar utövare" och item nummer 47 "lägger mer tid på de bästa utövarna". Båda dessa items

laddade även i något mindre utsträckning i faktorn *negativ rapport*. Dimensioner som endast innehåller två items är ett undantag och Raubenheimer (2004, s. 60) menar att det absolut inte ska vara färre än tre items för att en subskala ska vara hållbar och replikerbar. Därför togs dessa två items bort från den fortsatta analysen. Korrelationen mellan *negativ rapport* med alla åtta items och *negativ rapport* med enbart sex items var .93. Ett antal andra items från olika dimensioner korsladdade i andra faktorer än vad de gjort i den engelska versionen med korsladdningar på som mest .38 med undantaget för item 32, ”visar förtroende för min förmåga under tävlingar”, som laddade .41 i *positiv rapport*, men endast .37 i *tävlingsstrategier* som den tillhörde i originalversionen. Roterade faktorladdningar för alla items finns i Tabell 2. Faktorladdningar under .32 redovisas inte (Tabachnick & Fidell, 2007, s. 668).

En uppföljande explorativ faktoranalys med varimax rotering för varje kön separat visade på en likartad struktur för männen medan analysen för kvinnorna hade ett par skillnader som stack ut jämfört med analysen på hela urvalet. För kvinnor laddade alla items i *negativ rapport* också negativt i dimensionen *positiv rapport*. Korsladdningarna för dessa items var mellan .44 och .58. Item 32 laddade negativt i *negativ rapport* (.47). Med detta som bakgrund tillsammans med att den även dubbelladdade i hela urvalet togs därför denna item också bort från den fortsatta analysen. En item, nummer 13, ”använder verbala exempel som visar hur en teknik ska utföras” laddade både i *tekniska färdigheter* (.68) och, som enda item, i en åttonde faktor (.62). Den åttonde faktorn bland kvinnornas svar kunde således inte sägas vara alls den samma som den åttonde faktorn i hela urvalet. Denna faktor som alltså bara bestod av en variabel kunde förklara 2,2 % av den totala variansen i kvinnornas svar. Under roteringarna beträffades både för kvinnorna och för männen en kommunalitet vara större än 1, vilket tydde på att det i det aktuella datamaterialet fanns brott mot statistiska antaganden för att kunna göra en faktoranalys. Item 13 var den som hade för hög kommunalitet för kvinnorna och item 43 för männen. En inspektion av skewness och kurtosis indikerade även att item 44, 45 och 46 hade höga värden (skewness > 1,83, kurtosis > 2,09). Ett T-test visade att medelvärdena för var och en av dessa items var signifikant lägre än övriga. När en faktoranalys kördes med dessa items bortplockade fanns inget brott mot antagandet om normalfördelning (Tabachnick & Fidell, 2007, s. 613).

Tabell 2. Roterade faktorladdningar för varje item i CBS-S. Av utrymmesskäl presenteras i tabellen endast items med respektive nummer. Se Bilaga 2 för respektive item.

Item	Tek	Pos	Mål	Fys	Men	Str	Neg	8
CBS8	.81							
CBS9	.83							
CBS10	.69							
CBS11	.86							
CBS12	.68							
CBS13	.67							
CBS14	.60							
CBS15	.63							
CBS34		.67						
CBS35		.69						
CBS36		.82						
CBS37		.84						
CBS38		.85						
CBS39		.63						
CBS21	.34		.68					
CBS22			.71					
CBS23			.74					
CBS24			.77					
CBS25			.76					
CBS26	.34		.66					
CBS1				.80				
CBS2				.77				
CBS3				.83				
CBS4				.75				
CBS5				.53				
CBS6				.60				
CBS7				.56				
CBS16	.33		.35		.63			
CBS17					.67			
CBS18					.79			
CBS19					.77			
CBS20			.38		.68			
CBS27	.35					.59		
CBS28						.66		
CBS29						.72		
CBS30						.64		
CBS31	.37					.58		
CBS32		.41				.37		
CBS33						.41		
CBS40							.59	
CBS41							.50	
CBS42		-.42					.53	
CBS43							.46	.63
CBS44							.61	
CBS45							.72	
CBS46							.68	
CBS47							.38	.72
Egenvärde	17,45	5,29	3,32	2,12	1,74	1,47	1,27	1,02
% av totala variansen	37,1	11,3	7,1	4,5	3,7	3,2	2,7	2,2

Tek: Tekniska färdigheter. Pos: Positiv rapport. Mål: Målsättningsarbete. Fys: Fysisk träning och planering. Men: Mental förberedelse. Str: Tävlingsstrategier. Neg: Negativ rapport.

Efter att ha plockat bort item 32, 43 och 47 jämfördes korrelationerna mellan de olika subskalorna igen. Resultatet syns i Tabell 3 och innebar inga större förändringar jämfört med Tabell 1. Sambanden mellan *negativ rapport* och *tekniska färdigheter*, *mental förberedelse* samt *målsättningsarbete* var numera icke-signifikant, vilket kan väntas när dimensionen *negativ rapport* består av färre items. Övriga signifikanta samband med *negativ rapport* hade överlag svagare styrka jämfört med negativ rapport med åtta items (Tabell 1).

Tabell 3. Korrelationer mellan de justerade dimensionerna tävlingsstrategier och negativ rapport med övriga dimensioner i CBS-S.

	M	SD	Fys	Tek	Men	Mål	Pos	Str 2	Neg 2
Str 2	4,28	1,36	.38**	.68**	.64**	.65**	.52**	.91	
Neg 2	2,36	1,06	.08	-.07	-.02	-.03	-.42**	-.12**	.79

Cronbach's alpha i diagonalen.

** $p < .01$.

Fys: Fysisk träning och planering. Tek: Tekniska färdigheter. Men: Mental förberedelse. Mål: Målsättningsarbete. Pos: Positiv rapport. Str 2: Tävlingsstrategier utan item 32. Neg 2: Negativ rapport utan item 43 & 47.

4.3 Begreppsvaliditet

Sambanden mellan tränarbeteenden i CBS-S (sex positiva dimensioner: *fysisk träning och planering*, *tekniska färdigheter*, *mental förberedelse*, *målsättningsarbete*, *tävlingsstrategier* och *positiv rapport* samt en negativ dimension: *negativ rapport*) och andra tränarbeteenden i LSS, självförtroende, relationen mellan tränare och utövare samt självförtroende redovisas i Tabell 4).

4.3.1 Andra tränarbeteenden

Träning och instruktion, positiv feedback, socialt stöd och demokratiskt beslutsfattande hade alla signifikant samband med alla de positiva dimensionerna i CBS-S. *Fysisk träning och planering* var den dimension i CBS-S som hade de svagaste sambanden med de fyra dimensionerna i LSS, mellan .13 och .33. *Positiv rapport* hade signifikant samband med alla fem dimensioner i LSS, där riktningen på sambandet med autokratiskt beslutsfattande var negativ. För *negativ rapport* var riktningen på sambanden för alla fem dimensioner omvända jämfört med *positiv rapport*.

4.3.2 Motivation

De två ytterligheterna på självbestämmande kontinuumet, inre motivation och amotivation, hade signifikanta korrelationer med alla dimensioner i CBS-S. De sex positiva tränarbeteendena var positivt korrelerade med inre motivation och negativt korrelerade med

amotivation. Det omvända förhållandet fanns för *negativ rapport*. Övriga motivationstyper hade ett mindre antal signifikanta korrelationer och även generellt sett svagare samband med tränarbeteendena. Den mittersta motivationstypen av de som fångas av SMS, introjicering, hade ingen signifikant korrelation med något tränarbeteende. Detta mönster ingav en timglasform över självbestämmande kontinuumet när det gäller signifikansen på sambanden med tränarbeteendena i CBS-S.

4.3.3 Relationen mellan tränare och utövare

De tre dimensionerna i CART-Q uppvisade likartade samband med tränarbeteendena i CBS-S. De sex positiva tränarbeteendena korrelerade positivt med en bra relation med tränaren och *negativ rapport* hade det omvända sambandet. Med dimensionerna i CART-Q hade *fysisk träning och planering* de svagaste sambanden, medan *positiv rapport* hade starka samband (Hinkle, Wiersma & Jurs, 2003, s. 109), eftersom medelvärdet för sambanden mellan *positiv rapport* och dimensionerna i CART-Q var .74.

4.3.4 Självförtroende

Självförtroende mätt med CSAI-2R visade sig ha signifikanta positiva korrelationer med alla positiva tränarbeteenden och negativ korrelation med *negativ rapport*. Bortsett från *fysisk träning och planering* hade dessa samband likartad styrka. *Fysisk träning och planering* hade återigen det svagaste sambandet (.10).

Tabell 4. Korrelationer mellan subskalorna i CBS-S och andra variabler.

Skalor	M	SD	Fys	Tek	Men	Mål	Str 2	Pos	Neg 2
<i>Tränarbeteenden (LSS)</i>									
Träning och instruktion	3,3	0,6	.33**	.64**	.56**	.60**	.70**	.59**	-.11*
Demokratiskt beslutsfattande	3,1	0,7	.17**	.36**	.39**	.44**	.51**	.56**	-.29**
Autokratiskt beslutsfattande	2,7	0,6	-	-	-	-	-	-.23**	.41**
Socialt stöd	2,7	0,7	.18**	.44**	.50**	.51**	.53**	.69**	-.19**
Positiv feedback	3,7	0,8	.14**	.44**	.40**	.38**	.46**	.57**	-.31**
<i>Motivation (SMS)</i>									
Inre Motivation	4,8	1,1	.26**	.33**	.26**	.26**	.31**	.28**	-.11*
Identifiering	4,4	1,3	-	-	-	.15**	.13**	-	-
Introjicering	4,6	1,5	-	-	-	-	-	-	-
Extern motivation	3,2	1,4	-	-	.10*	.12**	.14**	-	.18**
Amotivation	2,3	1,3	-.15**	-.18**	-.09*	-.13**	-.19**	-.19**	.25**
<i>Relationen tränare – utövare (CART-Q)</i>									
Närhet	5,3	1,5	.17**	.52**	.42**	.47**	.53**	.78**	-.38**
Hängivenhet	4,3	1,5	.20**	.48**	.42**	.49**	.54**	.73**	-.26**
Komplementaritet	5,3	1,4	.23**	.52**	.40**	.46**	.54**	.69**	-.35**
Självförtroende (CSAI2-R)	3,1	0,7	.10*	.24**	.28**	.23**	.24**	.29**	-.16**

* $p < .05$ ** $p < .01$

Fys: Fysisk träning och planering. Tek: Tekniska färdigheter. Men: Mental förberedelse. Mål: Målsättningsarbete. Str 2: Tävlingsstrategier utan item 32. Pos: Positiv rapport. Neg 2: Negativ rapport utan item 43 & 47.

4.4 Reliabilitet

Cronbach's alpha för det stora urvalet som genomgick faktoranalys var över .88 ($M = .91$) för samtliga tränarbeteenden, utom för *negativ rapport* som hade ett alphavärde på .79 efter att den reducerats till sex items, vilket indikerar att den interna konsistensen var mycket god (Tabell 1, Tabell 3). Den tidsmässiga stabiliteten testades genom att utövare i fyra lag testades två gånger med tre till fyra veckors intervall. Resultat från denna test-retest finns i Tabell 5. Som synes var alla korrelationer signifikanta för båda könen tillsammans ($N = 39$) och för kvinnorna ($N = 18$). För männen ($N = 21$) var *målsättningsarbete* ($p = .079$) och *tävlingsstrategier* ($p = .083$) ej signifikanta, medan övriga subskalor var korrelerade vid de två testtillfällena på ett adekvat sätt.

Tabell 5. Test-retestkorrelationer och intern konsistens för dimensionerna i CBS-S.

	Cronbach's α mättillfälle 1	Cronbach's α mättillfälle 2	Test-retest Korrelationer
<i>Män</i>			
Fysisk träning	.92	.94	.85**
Teknisk träning	.88	.91	.50*
Mental förberedelse	.93	.91	.50*
Målsättningsarbete	.94	.90	.39
Tävlingsstrategier 2	.82	.96	.39
Positiv rapport	.87	.95	.79**
Negativ rapport 2	.90	.82	.81**
<i>Kvinnor</i>			
Fysisk träning	.91	.92	.76**
Teknisk träning	.93	.94	.80**
Mental förberedelse	.89	.94	.73**
Målsättningsarbete	.97	.93	.88**
Tävlingsstrategier 2	.93	.88	.77**
Positiv rapport	.88	.92	.80**
Negativ rapport 2	.61	.63	.49*
<i>Totalt</i>			
Fysisk träning	.92	.93	.82**
Teknisk träning	.91	.93	.65**
Mental förberedelse	.92	.92	.59**
Målsättningsarbete	.95	.92	.66**
Tävlingsstrategier 2	.88	.92	.54**
Positiv rapport	.88	.94	.78**
Negativ rapport 2	.82	.74	.71**

* $p < .05$ ** $p < .01$

Tävlingsstrategier 2 och *negativ rapport 2* är justerade med en respektive två items färre än inledningsvis, vilket angetts ovan.

5. Diskussion

Syftet med studien var att validera och översätta CBS-S till svenska. En psykometriskt hållbar skattningsskala för tränarbeteenden på svenska och väl utprovad i den svenska kontexten har hittills saknats. Utan ett sådant verktyg saknas ett kvantitativt redskap som hjälp för undersökningar av tränarskap och därför blir det svårt att ta reda på mer om svenska tränare. Därtill kan det försvåra för tränare som är verksamma ute på fältet i deras utveckling då de ofta behöver hjälp att få feedback på sina beteenden, vilka många tränare är förvånansvärt omedvetna om (Millar et al., 2011, s. 509; Partington & Cushion, 2011, s. 1; Smoll & Smith, 2007, s. 79). Ett psykometriskt hållbart instrument ska vara så pass enkelt att det kan användas av verksamma tränare. I och med detta kan gapet mellan forskning och praktik minskas.

5.1 Faktorstruktur

I den engelska versionen av CBS-S fanns sju dimensioner av tränarbeteenden (Baker, Yardley & Côté, 2003, s. 229). Med det aktuella urvalet som underlag kunde dock åtta faktorer extraheras genom explorativ faktoranalys. Detta var lite oväntat, särskilt som det såg olika ut vid en jämförelse av faktoranalysen på hela urvalet och faktoranalyserna för varje kön separat. För hela urvalet verkade ”favoriserar utövare” och ”lägger mer tid på de bästa utövarna” utgöra en egen faktor, även om de dubbelladdade i dimensionen *negativ rapport*, som de tillhör i den engelska versionen.

Eftersom två items i allmänhet är för få för att kunna sägas utgöra en stabil dimension (Raubenheimer, 2004, s. 60) togs beslutet att utesluta dessa två från vidare analys. Beslutet togs även i ljuset av att dessa items inte ingått i någon tidigare publikation som redovisat faktoranalys för CBS-S. Därför verkade det oklart hur säkert de skulle kunna passa in i faktorn *negativ rapport*. Explorativ faktoranalys är dock som namnet antyder datadriven och därmed avhängig av de variationer som finns i urvalet. Det är möjligt att skillnaderna i resultat beror på skillnaderna i urvalet mellan denna och den ursprungliga studien. Urvalet i föreliggande studie var baserat på utövare på seniornivå från fem lagidrotter. Detta var ett mer homogent urval än vad Côté et al. (1999, s. 86) använde i sin studie där deltagarna var så unga som 13 år upp till senior och från både lag- och individuella idrotter. Eftersom CBS-S med 47 items inte hittills finns undersökt i forskningslitteraturen genom någon faktoranalys var detta ett viktigt bidrag till litteraturen och inte bara för att kunna studera en svensk version.

Tidigare har det endast använts två något kortare versioner av CBS-S, med 37 respektive 44 items, i publicerade studier.

En tänkbar förklaring till att dessa två items skulle kunna utgöra en egen faktor skild från *negativ rapport* är som Jenkins (2010, s. 8) menar att inget visar att man bryr sig om människor mer än att spendera tid med dem och ju mer det är individuell tid tillsammans desto bättre. Således skulle det kunna vara så att favorisering och att lägga mycket tid på en utövare båda kan hänga ihop med att starkt bry sig om vederbörande. Det som gör att dessa items hade ett negativt samband med de positiva tränarbeteendena i CBS-S kanske beror på att denna faktor egentligen innebär att utövaren uppfattar att tränaren uppträder ojämnt mot gruppens deltagare. Detta är alltså inte riktigt samma sak som *negativ rapport* vars items i övrigt inbegriper rädsla, manipulation, ignorering och förolämpning, vilket kanske mer kan ses som ett negativt uppträdande direkt mot vederbörande. Favorisering kan istället tänkas innebära att tränaren ”bara” är ännu mer positiv mot någon annan i gruppen än sig själv, snarare än direkt negativ mot någon. Ett träffande namn för denna dimension kanske är differentierad uppmärksamhet. Uppmärksamhet i sig är något positivt (Jones, 2009, s. 385ff), men här kanske det blir frågan om att utövarna ser det som en orättvisa i omtanken från tränaren. Differentierad uppmärksamhet kan troligen uppfattas olika av den som gynnas jämfört med den som missgynnas. Detta är sannolikt inte fallet på samma sätt för *negativ rapport* som kan tänkas uppfattas negativt oavsett vem i laget som drabbas av det. Det framstår som om det finns en hierarki i hur negativa itemsen är i dimensionen *negativ rapport* där favorisering och lägga mer tid på de bästa utövarna inte är riktigt lika värdeladdade som övriga.

En annan tänkbar anledning till att just en dimension som differentierad uppmärksamhet trädde fram skulle kunna vara att den svenska kulturen i jämförelse med den nordamerikanska är starkt präglad av platta hierarkier och att kollektivet utanför familjen har stor betydelse. Dessutom värdesätts högt ordning, regler och konsekvens från ledaren (Northouse, 2013, s. 390ff). Detta kan mycket väl tolkas som att favorisering från ledare blir tydligare i den svenska kulturen jämfört med den nordamerikanska och skulle i så fall vara en kontextuell faktor som påverkar tränarskapet (se Figur 1).

Individuell uppmärksamhet och omtanke har hävdats i tidigare litteratur som väldigt betydelsefullt för utvecklingen hos utövare (Becker, 2009, s. 104ff). Individualiserad uppmärksamhet har också sagts vara svårare att lyckas med för lagidrottstränare jämfört med tränare i individuella idrotter. Hos lagidrottare har det visats att utövarna tydligt kan läsa hur de av tränarna rangordnas i förhållande till lagkamraterna (Solomon, Striegel, Eliot, Heon & Maas, 1996, s. 55). Utövare i individuella idrotter är troligen också mer vana vid individuell uppmärksamhet, vilket kan göra att de inte uppfattar individuell uppmärksamhet på samma sätt som lagidrottare. Baker, Yardley och Côté (2003, s. 231ff) visade att tränarbeteenden kan få större inverkan på lagidrottarens belåtenhet med tränare jämfört med individuella utövare, vilket gör att det är möjligt att lagidrottare är mer känsliga för hur tränaren hanterar den individuella uppmärksamheten. Tränare i lagidrotter kanske är sämre än tränare inom individuella idrotter på att ge uppmärksamhet till enskilda individer. Alternativt kan lagidrottare vara mer ovana att ta emot individualiserad uppmärksamhet vilket skulle kunna få till följd att det blir en egen dimension av tränarbeteenden inom lagidrott medan det i individuell idrott kanske mer är kopplat till relationen mellan tränare och utövare som helhet. d'Arripe-Longueville et al. (1998, s. 322) fann att individuella idrottstränare kan ha som uttalad strategi att genomföra orättvisa uttagningsprocesser och att stimulera konkurrens mellan olika utövare i samma grupp vilket kan innebära att individuella utövare är mer vana vid en differentierad uppmärksamhet från tränaren och inte ser det som någon dimension skild från *negativ rapport*.

Nivån på idrottandet kan också tänkas påverka hur man ser på individuell uppmärksamhet. Chelladurai (2007, s. 128ff) menar, i viss motsättning till modern forskning om motivation inom idrott, att tävlingsidrott bör lyfta fram konkurrens även mellan utövare i samma grupp då detta bör leda till att de utmanar och stimulerar varandra till att nå sitt yttersta. Deltagarna i den aktuella undersökningen var elitidrottare, vilket gör att de kanske har en större benägenhet att tävla både officiellt och inofficiellt med varandra. Utövare på mindre tävlingsinriktade nivåer, liksom de som ingick i Côté et al. (1999, s. 86) kanske inte särskiljer *negativ rapport* från differentierad uppmärksamhet på samma sätt då individuell uppmärksamhet troligen inte är ett så påtagligt inslag i den verksamheten.

Egoinvolvering hos utövare kan tänkas vara vanligare i elitidrott där mycket i slutändan fortfarande handlar om resultat (Duda & Treasure, 2006, s. 68ff). I ett egoinvolverat klimat är det tänkbart att utövarna tävlar om tränarens uppmärksamhet och därigenom få ett kvitto på

sin insats. Kunskap om potentiella nackdelar med ett egoinvolverat motivationsklimat är relativt nytt i litteraturen (Duda, 2005, s. 330f), åtminstone jämfört med hur svårt tränare har att bryta upp från gamla traditioner (Partington & Cushion, 2011, s. 6) och då är det tänkbart att tränarna i studien uppmuntrar ett egoinvolverat gruppklimat.

Vidare är det tänkbart att differentierad uppmärksamhet från tränaren blir mer utslagsgivande för utövare som spenderar mer tid ihop. Deltagarna i föreliggande studie tränade i genomsnitt 4,2 gånger per vecka tillsammans med sin huvudtränare. Tidigare studier med CBS-S har inte redovisat hur ofta deltagarna tränat, men då deltagarna var yngre och på en lägre nivå är det rimligt att anta att de också tränat mindre frekvent. Dessutom kan det mycket väl förekomma en sorts självselektering på lägre nivåer där de utövare som upplever sig förfördelade väljer att inte vara kvar i verksamheten. I motsats till dessa kan elitidrottare på seniornivå ha investerat så många timmar (Baker, Côté & Abernethy, 2003, s. 345) att det kanske ändå är värt att vara kvar jämfört med att lämna verksamheten. Alla timmar investerade utgör ett stort kapital och om utövarens identitet dessutom är smal är alternativen få (Anderson & Tod, 2006, s. 489f). Det kan också finnas ekonomiska och kontraktsmässiga förbindelser som gör att utövaren väljer att vara kvar.

Ytterligare en annan item togs bort nämligen nummer 32, ”visar förtroende för min förmåga under tävling”, som dubbelladdade i *positiv rapport*. Denna item kan i lagidrotter sannolikt kopplas till hur mycket speltid i matcher en utövare har fått. Mycket speltid är troligen något som lätt kopplas ihop med *positiv rapport* från tränaren då det på den tävlingsnivå som deltagarna i föreliggande studie befann sig på torde vara ett av de mest eftersökta målen. Stort förtroende från tränaren för en utövare under tävling kan också sannolikt uppfattas annorlunda i en individuell idrott där utövare inte konkurrerar om speltid på samma sätt som i en lagbollsport där den enes bröd lätt blir den andres död. Detta kanske är särskilt aktuellt inom elitidrott där tävlingsinriktningen hos utövarna kanske är högre än hos de som idrottar på lägre nivåer (Chelladurai, 2007, s. 128ff). Vernacchia (2003, s. 237) menade att det i individuella idrotter i större utsträckning är utövarna själva som avgör om de blir uttagna eftersom det ofta är lättare att se vilka utövare som har gjort bäst resultat på träning och tävling. Detta skulle i så fall kunna innebära att tränarens förtroende för utövarens förmåga uppfattas annorlunda av individuella idrottare jämfört med lagidrottare.

Självförtroendet kan också tänkas vara relativt högt för utövare på elitnivå, vilket var fallet i det aktuella urvalet ($M = 3,1$). Om en utövare med stark tävlingsinriktning och stort självförtroende får mycket speltid kanske denne kopplar det till att tränaren tycker om utövaren (*positiv rapport*) snarare än att det är något som har med strategier för tävling att göra eftersom utövaren tar för givet att den egna kapaciteten räcker till för att få speltid. Omvänt skulle det också betyda att utövare som får lite speltid inte ser det som något påverkbart av strategier och val utan att tränaren inte gillar utövaren helt enkelt. Ytvaliditeten kan också ifrågasättas hos item 32 då det är tränaren som visar förtroende snarare än att utövaren får hjälp med några strategier för tävling. Därför kanske det inte var så konstigt att denna item inte laddade så högt i dimensionen *tävlingsstrategier*.

Ingen tidigare studie som använt dimensionen *tävlingsstrategier* har detaljerat redovisat någon faktoranalys på CBS-S, vilket gör att det inte går att utröna av tidigare forskningslitteratur huruvida denna item faktiskt hör hemma i *tävlingsstrategier* eller i *positiv rapport*. Dock har Baker et al. (2000, s. 113) antytt vissa problem med faktorstrukturen för just denna dimension, något som ligger i linje med resultaten i föreliggande studie. Utan item 32 kvarstår sex items som fångar *tävlingsstrategier* vilket helt klart är tillräckligt för att utgöra en egen dimension (Raubenheimer, 2004, s. 60). Ytterligare en item i *tävlingsstrategier* (nummer 33, ”säkerställer att organisationen kring anläggningar och utrustning fungerar”) hade svag faktorladdning i denna dimension (.41), vilket är sämre än de .45 som Tabachnick och Fidell (2007, s. 649) anger som god. Det förefaller inte heller så konstigt i det aktuella urvalet eftersom denna item frågar efter om utövaren upplever att tränaren ”säkerställer att organisationen kring anläggningar och utrustning fungerar”. Detta ansvarsområde kanske inte är så aktuellt hos elittränare då det oftast finns en större organisation kring match- och tävlingsarrangemang som ordnar med organisering av sådana praktiska uppgifter. Dock bör nog denna item vara kvar för att öka instrumentets användbarhet (Cohen et al., 2013, s. 212ff) eftersom att skalan ska kunna användas även av tränare på lägre nivåer i tävlingssystemen och tränare för yngre utövare. I dessa kontexter är det vanligt att tränare även fyller rollen som materialförvaltare och liknande, vilket då blir en del av tränarskapet.

I det aktuella datamaterialet påträffades ett statistiskt problem när en faktoranalys kördes separat för varje kön. Tre items från dimensionen *negativ rapport* hade höga värden för kurtosis och skewness i kvinnornas datamaterial. Medelvärdena för dessa tre items skiljde sig dessutom markant från övriga då de var betydligt lägre. Ingen av dessa items fanns med i

originalversionen. Därför är det oklart hur dessa items uppträtt tidigare. Negativa tränarbeteenden har i tidigare litteratur föreslagits ske mindre frekvent och att de sker i mer specifika situationer jämfört med andra tränarbeteenden (Bloom, Crumpton & Anderson, 1999, s. 163; Conroy & Coatsworth, 2007, s. 398; Côté et al., 1999, s. 89), vilket resultaten i denna studie också pekar på. Å andra sidan menar Jowett och Cockerill (2003, s. 321) att det är ett välkänt faktum att människor rapporterar negativa upplevelser klart i underkant. Detta kan göra att negativa beteenden är lite osäkrare att mäta och mer påverkade av den aktuella situationen snarare än av tränarens egenskaper (se Figur 1). Dock stack ingen av dessa tre items ut när faktoranalys kördes på hela urvalet. Vidare fördelade sig dimensionerna lite annorlunda för kvinnorna där items som i tidigare studier, och i hela urvalet totalt sett i den föreliggande studien, laddat i *negativ rapport* laddade i samma dimension som de i *positiv rapport* fast med omvänd riktning. Detta skulle kunna tyda på att *positiv* och *negativ rapport* utgör en och samma dimension för kvinnor. En åttonde faktor uppträdde även för kvinnorna fast den bestod enbart av en item, ”använder verbala exempel som visar hur en teknik ska utföras”. Denna item laddade nästan identiskt i *tekniska färdigheter* som i den åttonde dimensionen.

En tänkbar anledning till att det blev olika utfall i de olika faktoranalyserna är skillnaden i antal deltagare (467 mot 230). 230 deltagare i en faktoranalys på 47 items är i minsta laget (Cohen et al., 2013, s. 261). Anledningen till att den gjordes var för att kontrollera för eventuella könsskillnader och inte huvudfokus för undersökningen. Utifrån dessa resultat går det inte att säga säkert om könsskillnader finns. Hursomhelst indikerar resultaten i studien att det kan finnas skillnader mellan könen i hur instrumentet fungerar och därför finns det anledning att vara vaksam på hur dessa items uppträder i framtida undersökningar. Ifall de två items som utgjorde en egen dimension i hela urvalet ska behållas bör då dimensionen utökas med fler items. Detta är också något för framtida studier att undersöka.

Faktorladdningarna var överlag lite lägre än vad Côté et al. (1999, s. 87) fann. Detta kan åtminstone delvis förklaras med att det fanns tio nya items som har lagts till i CBS-S sedan dess och därmed inte kan jämföras rakt av. Därutöver menar också Tabachnick och Fidell (2007, s. 649) att faktorladdningar kan förväntas vara lägre om datamaterialet är homogent, vilket kan sägas var fallet i föreliggande studie med deltagare från lagidrotter på hög nationell seniornivå jämfört med Côté et al (1999, s. 86). Andelen förklarade varians av CBS-S var

något lägre jämfört med originalstudien, men ändå hög då den var över 70 % av den totala variansen i deltagarnas svar.

5.2 Begreppsvaliditet

Korrelationerna mellan dimensionerna i CBS-S indikerade att det fanns ganska starka samband mellan flera av tränarbeteendena (se Tabell 1), något som är i linje med styrkan på sambandet i tidigare studier (Baker, Yardley & Côté, 2003, s. 230). *Mental förberedelse* och *målsättningsarbete* hade högst korrelation sinsemellan, vilket verkar logiskt då båda konstrukten berör den mentala aspekten hos utövarna och detta förhållande var också helt i linje med resultaten från Côté et al. (1999, s. 88). En tänkbar anledning till att korrelationen mellan dessa dimensioner var stark är att det kan finnas överlapp mellan dem. En annan mycket möjlig förklaring är också att tränares kunskap om psykologiska faktorer inte är lika utvecklad som andra delar av idrottsprestationen, något som flera studier pekat på (Leslie-Toogood & Martin, 2003, s. 63f; Williams & Kendall, 2007a, s. 196). Således kan de tränare som har kunskap om dessa faktorer tänkas jobba med både mentala förberedelser och målsättningar för utövarna medan andra tränare inte jobbar med dem alls.

En intressant iakttagelse som stödjer denna argumentation, även om det inte var fokus för studien, var att medelvärdena för *mental förberedelse* och *målsättningsarbete* var klart lägre än för *fysisk träning och planering*, *tekniska färdigheter* och *tävlingsstrategier*. Detta är i linje med tidigare forskning som har visat att kognitiva och emotionella delar är eftersatta i tränares kompetens (Leslie-Toogood & Martin, 2003, s. 63f) och hos idrotten i allmänhet (Williams & Kendall, 2007a, s. 196). Det är därför en styrka hos CBS-S att instrumentet har med mentala aspekter av tränarens arbete så att det går att utforska och utveckla detta hos tränare.

Begreppsvaliditeten testades genom att jämföra med andra skalor för tränarbeteenden, motivation, relationen mellan tränare och utövare samt självförtroende. Sambanden mellan de positiva tränarbeteendena i CBS-S och träning och instruktion från LSS var väldigt starka, vilket ger stöd för dimensionerna i CBS-S då dessa många gånger ska fånga likartade aspekter av tränarskapet såsom feedback och utveckling av olika färdigheter hos utövarna. *Positiv rapport* hade dessutom starka samband i förväntad riktning med demokratiskt beslutsfattande, socialt stöd och positiv feedback, vilket också ger stöd för dimensionen *positiv rapport* då dessa tränarbeteenden rimligtvis bör hänga ihop med en god relation mellan tränare och utövare. *Negativ rapport* hade positivt samband med autokratiskt beslutsfattande som i LSS

inbegriper en del items som antyder distans i relationen mellan tränare och utövare. Därför bör dessa två dimensioner hänga samman vilket de alltså gjorde med ett måttligt starkt samband.

Positiv rapport hade mycket starka samband med alla dimensioner som mättes med CART-Q och riktningen på dessa samband var de förväntade. *Negativ rapport* hade också som förväntat negativ riktning på sambanden med dimensionerna i CART-Q, vilket var förväntat. Samma riktning för *positiv* och *negativ rapport* fanns på sambanden med självförtroende. Tidigare studier har pekat på faktorer som att bli sedd, ha en känsla av tillhörighet (Lindgren, Patriksson & Fridlund, 2002, s. 239f), socialt stöd (Vealey, Hayashi, Garner-Holman & Giacobbi, 1998, s. 70), och att utövaren tror på tränarens kompetens (Hays, Maynard, Thomas & Bawden, 2007, s. 441) har visats betydelsefulla för utövares självförtroende vilket förklarar sambanden mellan självförtroende och *positiv* och *negativ rapport*.

Tränarbeteendena i CBS-S hade alla samband i förväntad riktning med inre motivation och amotivation. Sambanden överensstämde helt med självbestämmandeteorin då de generellt sett var starkare längre ut på självbestämmandekontinuumet och svagare mot mitten. Tränarbeteendena antas öka den idrottsliga kompetensen hos utövarna vilket sannolikt hänger ihop med utövarnas upplevelse av kompetens, något som ska ge mer självbestämd motivation (Deci & Ryan, 1985, s. 58ff). Vidare menar Amorose (2007, s. 226f) även att relationen mellan tränare och utövare är betydelsefull för upplevelsen av samhörighet vilket ger självbestämd motivation, som kan ta sig uttryck i form av tillit, att tränaren lyssnar på utövaren och undviker att vara kontrollerande. Då *positiv rapport* i CBS-S fångar just dessa beteenden från tränaren borde således denna dimension även fungera genom att också öka utövarnas upplevelse av samhörighet. Detta var helt i enlighet med resultatet i föreliggande studie i form av samband mellan *positiv rapport* och självbestämd motivation.

Tekniska färdigheter, mental förberedelse, målsättningsarbete och tävlingsstrategier hade alla samband av snarlik styrka i positiv riktning med alla dimensioner av relationen med tränaren mätt med CART-Q, vilket påminner om de resultat som Jowett (2009, s. 172) kom fram till när hon fann att relationen hängde samman med utövarnas belåtenhet med både sin träning och sin prestation.

Sambanden mellan tränarbeteenden i CBS-S och självförtroende var de förväntade där de positiva tränarbeteendena hade positiv riktning på sambanden och *negativ rapport* hade negativ riktning. Detta var helt i linje med tidigare forskning som har föreslagit att de positiva tränarbeteendena alla bör leda till högre idrottslig kompetens (Côté & Gilbert, 2009, s. 314) och enligt Vealey et al. (1998, s. 72) är uppvisad förmåga och bemästring av färdigheter två av de främsta källorna till självförtroende. Det faktum att *fysisk träning och planering* hade svagast samband med självförtroende kan troligen kopplas till att fysisk träning kanske fortfarande ofta används som eller ses som bestraffning och att fysisk träning många gånger av tradition har använts när det inte har gått bra (Albrecht, 2009, s. 472f). Därför kan det antas att fysisk träning har ett mer tvetydigt förhållande till självförtroende än exempelvis teknisk träning. Detta skulle också kunna förklara de svagare samband som fanns med relationen mellan tränare och utövare och fysisk träning.

En detalj som noterades var att *fysisk träning och planering* generellt hade lägst styrka på sambanden med de andra konstrukterna som mättes med andra instrument. Även om sambanden var signifikanta på ett snarligt sätt som exempelvis *tekniska färdigheter* är detta intressant att iaktta. Kan det vara så att fysiska inslag under träningen är förknippade med fysisk bestraffning och därmed inte hänger ihop lika starkt med positiva effekter hos utövarna? Fysisk träning är sannolikt inte den huvudsakliga anledningen till att lagidrottare börjar och fortsätter med lagidrott och därför kanske fysisk träning ses som mindre roligt och används mer frekvent av tränare som är mer auktoritära och har en större distans till utövarna. I fysisk träning är det troligen vanligt att det inte är så mycket medinflytande från utövarna och detta skulle kunna bidra till en större distans mellan utövare och tränare jämfört med hur man tränar och tävlar.

Styrkan på sambanden mellan tränarbeteendena *tekniska färdigheter, mental förberedelse, målsättningsarbete* samt *tävlingsstrategier* och motivation och självförtroende var svaga till måttliga. Det kan tyckas märkligt att dessa samband inte var starkare, men som Smoll och Smith (2007, s. 87) menar är det tänkbart att beteendemässiga mätningar av tränarbeteenden inte korrelerar starkare med utövares attityder då kategorierna av beteenden kan vara för breda för att riktigt kunna predicera specifika effekter hos utövarna. Det kan således behöva väldigt avgränsade kategorier av tränarbeteenden för att få fram starkare samband. En annan anledning som nämns i litteraturen är att betydelsen av tränarbeteenden kan vara väldigt starkt kopplade till situationen de sker i. Tar man inte hänsyn till detta i en undersökning utan bara

mäter tränarbeteenden oavsett situation kan det leda till lägre korrelationer än om beteendena hade studerats i olika situationer, exempelvis vid motgång eller framgång (Smith, Shoda, Cumming & Smoll, 2009, s. 194).

Så som CBS-S är uppbyggd där items inom samma dimension ligger direkt efter varandra gör att instrumentet har en hög ytvaliditet, något som kan göra utövarna mer motiverade till att fylla i den. Detta gör det dessutom möjligt att bedöma flera olika tränare i fall gruppen har en tränarstab med olika tränare för olika uppgifter. Eftersom tidigare forskning visat att huvudtränare och assisterande tränare för samma grupp kan uppfattas olika av utövarna (Solomon et al., 1996, s. 56ff) får detta ses som en fördel för CBS-S. Nackdelen med att dimensionerna ligger samlade gör att risken för social önskvärdhet kan öka då utövarna vet vad itemsen är ute efter. Vidare går det att tänka sig en uttröttnings effekt hos utövarna som fyller i instrumentet, då det kommer flera items som berör samma område i rad, men eftersom det inte är så många items i någon dimension vägs detta nog upp av hög ytvaliditet. Förutom detta gör troligen ordningen också att instrumentet blir mer lättanvänt för tränare som vill utveckla sitt tränarskap. Gapet mellan forskning och praktik kan således minskas.

5.3 Reliabilitet

Cronbach's alpha var över .88 för samtliga positiva tränarbeteenden i CBS-S. *Negativ rapport* hade något lägre Cronbach's alpha, men fortfarande mycket god (Kline, 2009, s. 207), i likhet med tidigare studier (Baker, Yardley & Côté, s. 229; Côté et al., 1999, s. 88). Den tidsmässiga stabiliteten var också god för samtliga tränarbeteenden när båda könen testades. Dock fanns lite svagare samband för de manliga deltagarna där även *målsättningsarbete* och *tävlingsstrategier* endast uppvisade en trend mot signifikans. Det finns två tänkbara förklaringar till detta fynd. Den ena är att antalet deltagare inte var större än 21, vilket gör att power var ganska låg. Med ett större antal deltagare är det mycket möjligt att korrelationen för dessa två dimensioner hade blivit signifikant. Den andra möjliga förklaringen är att det för ett av de två herrlag som deltog i test-retestundersökningen tre dagar före det andra testtillfället missat att gå vidare till slutspelet i sin serie. De hade förvisso en match kvar, men både spelare och tränare nämnde i samband med detta mättillfälle klart och tydligt att deras fokus låg på att förbereda nästkommande säsong. Målsättningarna var med andra ord otydliga för dessa deltagare jämfört med målsättningarna som de hade vid det första testtillfället. Eventuellt påverkade denna situation även utövarnas svar kring deras *tävlingsstrategier* då tävlandet i viss mening var över för säsongen och fokus låg på nästa säsong. *Negativ rapport*

hade i Côté et al. (1999, s. 88) en test-retest korrelation på måttliga .49, trots att de dessutom hade ett kortare tidsintervall mellan mättillfällena än i den aktuella studien där *negativ rapport* hade en korrelation på .71 mellan de båda tillfällena. Detta beror åtminstone till viss del troligen på att originalversionen av instrumentet endast hade tre items som fångade detta tränarbeteende medan det nu fanns sex. Kvinnorna hade en lägre korrelation mellan de båda testtillfällena för *negativ rapport* och Cronbach's alpha för var under .70. Med tanke på att *negativ rapport* hade tillfredsställande värden, över .70, på Cronbach's alpha i hela urvalet i test-retestgruppen och även för hela urvalet som testades en gång samt att korrelationen mellan första och andra tillfället var stark får dimensionen ändå sägas ha god reliabilitet. Reliabiliteten för hela instrumentet kan således sägas vara god, vilket innebär att det mäter likadant vid olika mättillfällen.

5.4 Slutsatser och användbarhet

Sammanfattningsvis visar studien på god begreppsvaliditet, inre konsistens och tidsmässig stabilitet över ungefär en månad hos CBS-S. Faktorstrukturen behöver emellertid undersökas vidare. Tidsbristen som tränare många gånger kan uppleva som ett hinder i deras utveckling är ett argument för att använda sig av en skattningsskala i samband med deras ordinarie verksamhet. Dessutom har ett sådant praktisknära sätt att lära sig lyfts fram som väldigt bra lärande (Lave & Wenger, 1991, s. 94ff). Instrumentet kan vara ett redskap för att överbrygga den problematik som Dunn och Shriner (1999, s. 645) lyfter fram där tränare som är mitt inne i sin vardagliga verksamhet har svårt att få feedback på sitt tränarskap. Feedback har exempelvis visats vara avgörande för att tränare ska kunna läsa av sina utövare (Lorimer & Jowett, 2010, s. 154ff). Detta kan vara ett led i att öka tränarens intrapersonella kompetens (Côté & Gilbert, 2009, s. 311). Om en tränare skattas lägre jämfört med sina egna förväntningar på exempelvis området fysisk träning och planering ger detta åtminstone två möjliga förbättringsområden. Dels kan tränaren reflektera över vad som föranlett denna skillnad i utövarnas upplevelse och tränarens egen tro. Dels kan denna feedback generera en insikt rörande det aktuella området där tränaren kanske får reda på att utövarna vill ha mer utmaning (se item 2) och därmed jobba med sin skicklighet på detta område alternativt ta in extern kompetens. Denna feedback kan som tidigare nämnts bidra till att öka tränarnas

Antagandet om att CBS-S kan användas av tränare för att få feedback från deras egna utövare bygger på att utövarna vill och vågar vara ärliga mot sin tränare som de i viss mening är beroende av exempelvis när det gäller speltid och utvecklingsmöjligheter. För att detta ska

kunna ske krävs ett öppet kommunikationsklimat som Jowett och Cockerill (2003, s. 315) hävdade är nödvändigt, vilket kanske i sin tur är avhängigt att man har *positiv rapport* med sin tränare. Ett öppet klimat krävs i och för sig om tränaren ska kunna få feedback från utövarna oavsett om det sker verbalt eller skriftligt. Om så inte är fallet är det sannolikt svårt för tränaren att få helt ärlig feedback, snarare är det kanske så att utövare lättare kan uttrycka sina åsikter i en anonym enkät jämfört med öga mot öga med tränaren. En variant som kanske ökar chansen till ärlig feedback är att assisterande tränare eller kanske en förälder samlar in enkäterna vid en lämplig tidpunkt exempelvis efter att sista tävlingen avverkats och sedan vidarebefordrar en sammanställning till tränaren. Detta förfaringsätt skulle kunna ge lite mer distans mellan utövare och deras tränare så att de inte känner att de måste svara på ett visst sätt.

CBS-S gör det möjligt att utvärdera tränarstaber såväl som tränare som arbetar ensamt. Instrumentet kan användas enligt Mallett och Côtés (2006, s. 217ff) trestegsmodell där data samlas in från utövarna, jämföra med tidigare mätningar eller ett fastlagt kriterium och därifrån göra en plan för hur tränaren ska förbättra de aktuella områdena. Självklart kan sådan datainsamling som administreras av tränaren själv vara känslig för social önskvärdhet från utövarna, som påtalats ovan. Alternativen är dock, som redogjorts för ovan, många gånger slumpmässig utveckling (Bloom et al., 1995, s. 405), svårt med självreflektion (Trudel et al., 2010, s. 139ff) och svårigheter att läsa av utövare (Lorimer & Jowett, 2009, s. 156). För att få beteendeförändringar och utveckla självreflektion har ett data-drivet instrument visats vara ett framgångsrikt angreppssätt (Kilbourn, 1991, s. 734; More & Franks, 1996, s. 541). Eftersom instrumentet täcker in de delar som är viktiga för utveckling till elitnivå hos utövarna (Janelle & Hillman, 2003, s. 21) kan skalans användbarhet sägas var mycket god.

5.5 Begränsningar och förslag på fortsatt forskning

Urvalet i studien bestod av utövare från lag i de två högsta serierna i landet, vilket begränsar generaliserbarheten vad gäller individuella idrottsutövare. Det kvarstår en del arbete med faktorstrukturen och en eventuell åttonde dimension rörande differentierad uppmärksamhet. För att denna dimension ska kunna utforskas behövs fler items som fångar den. Dessutom behöver instrumentet testas på individuella idrottsutövare såväl som utövare på olika nivåer för att den ska kunna sägas ha det breda användningsområde som Mallett och Côté (2006, s. 217ff) hävdar. Framtida studier bör också undersöka faktorstrukturen genom konfirmatorisk faktoranalys. Explorativ faktoranalys valdes i föreliggande studie utifrån att instrumentet inte

utprovats i den svenska kulturen, inte heller har CBS-S med de 47 items använts i någon publicerad studie, varför det var motiverat med explorativ faktoranalys då det inte fanns några tidigare resultat som hade behövts för en konfirmatorisk faktoranalys.

All data i föreliggande studie samlades in genom skattningsskala, vilket kan ge upphov till det som kallas monomethod-bias där datan präglas av samma metodfel. Det kan finnas flera förklaringar till slutsatser som dras från skattningsskalor, även om säkerheten bör vara något större när deltagare skattar andra än sig själva (Spector, 1994, s. 385ff). Framtida studier bör därför försöka stärka validiteten hos CBS-S genom att använda olika metoder eller källor såsom exempelvis observationer. För framtida studier kan det också vara intressant med interventioner i likhet med Smith och Smolls studier (Smith et al., 2007, s. 59; Smith et al., 1979, s. 62ff) där tränare får genomgå ett träningsprogram och CBS-S från utövarna samlas in före och efter interventionen för att se om någon utveckling skett. Hur ett mätinstrument svarar på ett interventionsprogram är enligt Smith et al. (2008, s. 126f) ett väldigt kraftfullt test för dess begreppsvaliditet. Det kan även vara intressant att se hur användning av CBS-S relaterar till tränares egen upplevelse av utveckling av deras självreflektion.

Det är även viktigt att komma ihåg att hög skicklighet hos tränare inte enbart handlar om att öka eller minska specifika beteenden utan snarare om kunskap att kunna ta bra beslut inom begränsningarna för den aktuella kontexten. Därför är inte tränarskap något som kopieras utan en kognitiv färdighet att lära sig (Abraham & Collins, 1998, s. 68). För att lära sig detta verkar det dock som om självreflektion är en bra strategi att använda och denna förefaller lättare kunna utvecklas genom feedback som Wiman et al. (2010) föreslår från utövarna.

6. Referenser

Abraham, A. & Collins, D. (1998). Examining and extending research in coach development. *Quest*, vol. 50 (1), s. 59-79.

Abraham, A. Collins, D. & Martindale, R. (2006). The coaching schematic: Validation through expert coach consensus. *Journal of Sports Sciences*, vol. 24 (6), s. 549-564.

Albrecht, R. (2009). Drop and give us 20, Seifried: A practical response to “defending the use of punishment by coaches”. *Quest*, vol. 61 (4), s. 470-475.

Amorose, A. J. (2007). Coaching effectiveness: Exploring the relationship between coaching behavior and self-determined motivation. I: Hagger, M. S. & Chartzisarantis, N. L. D. (eds.). *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport*. Champaign, IL: Human Kinetics. S. 209-227.

Amorose, A. J. & Horn, T. S. (2001). Pre- to post season changes in the intrinsic motivation of first year college athlete: Relationship with coaching behavior and scholarship status. *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 13 (4), s. 355-373.

Anderson, M. B. & Tod, D. (2006). When to refer athletes for counseling or psychotherapy. I: Williams, J. M. (ed.). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. 5. uppl. New York: McGraw-Hill. S. 483-504.

Armour, K. (2004). Coaching pedagogy. I: Jones, R., Armour, K. & Potrac, P. (eds). *Sports coaching cultures: From practice to theory*. New York: Routledge. S. 94-115.

Baker, J., Côté, J. & Abernethy, B. (2003). Learning from the experts: Practice activities of expert decision makers in sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, vol. 74 (3), s. 342-347.

Baker, J., Côté, J. & Hawes, R. (2000). The relationship between coaching behaviours and sport anxiety in athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, vol. 3 (2), s. 110-119.

Baker, J., Horton, S., Robertson-Wilson, J. & Wall, M. (2003). Nurturing sport expertise: Factors influencing the development of elite athlete. *Journal of Sports Science and Medicine*, vol. 2 (1), s. 1-9.

Baker, J., Yardley, J. & Côté, J. (2003). Coach behaviors and athlete satisfaction in team and individual sports. *International Journal of Sport Psychology*, vol. 34 (4), s. 226-239.

Becker, A. J. (2009). It's not what they do, it's how they do it: Athlete experiences of great coaching. *International Journal of Sports Science and Coaching*, vol. 4 (1), s. 93-119.

Blom, L. C., Watson, J. C. & Sparado, N. (2010). The impact of a coaching intervention on the coach-athlete dyad and athlete sport experience. *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*, vol. 12 (3), opaginerad.

- Bloom, G. A., Crumpton, R. & Anderson, J. E. (1999). A systematic observation of the teaching behaviors of an expert basketball coach. *The Sport Psychologist*, vol. 13 (2), s. 157-170.
- Bloom, G. A. & Salmela, J. H. (2000). Personal characteristics of expert team sport coaches. *Journal of Sport Pedagogy*, vol. 6 (2), s. 56-76.
- Bloom, G. A., Salmela, J. H. & Schinke, R. J. (1995). Expert coaches' view on the training of developing coaches. I: Vanfraechem-Raway, R., & Vanden Auweele, Y. (eds.). *Proceedings of the Ninth European Congress on Sport Psychology*. Bryssel: Free University of Brussels. S. 401-408.
- Brownell, J. (1990). Perceptions of effective listeners: A management study. *Journal of Business Communication*, vol. 27 (4), s. 401-415.
- Brislin, R. W. (1970). Back-translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, vol. 1 (3), s. 185-216.
- Chelladurai, P. (1980). Leadership in sport organizations. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, vol. 5 (4), s. 226-231.
- Chelladurai, P. (1990). Leadership in sports: A review. *International Journal of Sport Psychology*, vol. 21 (4), s. 328-354.
- Chelladurai, P. (2007). Leadership in sports. I: Tenenbaum, G., & Eklund, R. C. (eds.). *Handbook of sport psychology*. 3. uppl. New York: John Wiley and Sons. S. 113-135.
- Chelladurai, P. & Saleh, S. D. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2 (1), s. 34-45.
- Cohen, R. J., Swerdlik, M. E. & Sturman, E. D. (2013). *Psychological testing and assessment: An introduction to tests and measurement*. 8. uppl. New York: McGraw-Hill.
- Conroy, D. E. & Coatsworth, J. D. (2007). Coaching behaviors associated with changes in fear of failure: Changes in self-talk and need satisfaction as potential mechanisms. *Journal of Personality*, vol. 75 (2), s. 383-419.
- Côté, J., Bruner, M., Strachan, L., Erickson, K. & Fraser-Thomas, J. (2010). Athletes' development and coaching. I: Lyle, J. & Cushion, C. (eds.). *Sport coaching: Professionalisation and practice*. Oxford, UK: Elsevier. S. 63-83.
- Côté, J. & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science and Coaching*, vol. 4 (3), s. 307-323.
- Côté, J. & Salmela, J. H. (1996). The organizational tasks of high-performance gymnastic coaches. *The Sport Psychologist*, vol. 10 (3), s. 247-260.
- Côté, J., Salmela, J. & Russell, S. (1995). The knowledge of high-performance gymnastics coaches: Competition and training considerations. *The Sport Psychologist*, vol. 9 (1), s. 76-95.

- Côté, J., Salmela, J., Trudel, P., Baria, A. & Russell, S. (1995). The Coaching Model: A grounded assessment of expert gymnastics coaches' knowledge. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, vol. 17 (1), s. 1-17.
- Côté, J., Yardley, J., Hay, J., Sedgwick, W. & Baker, J. (1999). An exploratory examination of the Coaching Behavior Scale for Sport. *Avante*, vol. 5 (3), s. 82-92.
- Côté, J., Young, B. W., Duffy, P. & North, J. (2007). Towards a definition of excellence in sport coaching. *International Journal of Coaching Science*, vol. 1 (1), s. 3-17.
- Cox, R. H., Martens, M. P. & Russell, W. D. (2003). Measuring anxiety in athletics: The revised Competitive State Anxiety Inventory-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, vol. 25 (4), s. 519-533.
- Cross, N. (1999). Coaching effectiveness. I: Cross, N. & Lyle, J. (eds.). *The coaching process: Principles and practice for sport*. Oxford: Butterworth-Heinemann Limited. S. 47-64.
- Currie, J. L. & Oates-Wilding, S. (2012). Reflections of a dream: Towards an understanding of factors Olympic coaches attribute to their success. *Reflective practice*, vol. 13 (3), s. 425-438.
- Cushion, C. (2010). Coach behaviour. I: Lyle, J. & Cushion, C. (eds.). *Sport coaching: Professionalisation and practice*. Oxford, UK: Elsevier. S. 43-61.
- Cushion, C. J., Armour, K. M. & Jones, R. L. (2003). Coach education and continuing professional development: Experience and learning to coach. *Quest*, vol. 55 (3), s. 215-230.
- d'Arripe-Longueville, F., Fournier, J. F. & Dubois, A. (1998). The perceived effectiveness of interactions between expert French judo coaches and elite female athletes. *The Sport Psychologist*, vol. 12 (3), s. 317-332.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Duda, J. L. (2005). Motivation in sport: The relevance of competence and achievement goals. I: Elliot, A. J. & Dweck, C. S. (eds.). *Handbook of competence and motivation*. New York: Guilford. S. 318-335
- Duda, J. L. & Treasure, D. C. (2006). Motivational processes and the facilitation of performance, persistence, and well-being in sport. I: Williams, J. M. (ed.). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. 5. uppl. New York: McGraw-Hill. S. 57-81.
- Dunn, T. G. & Shriner, C. (1999). Deliberate practice in teaching: What teachers do for self-improvement. *Teaching and teacher education*, vol. 15 (6), s. 631-651.
- Durand-Bush, N. & Salmela, J. H. (2002). The development and maintenance of expert athletic performance: Perceptions of world and Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 14 (3), s. 154-171.

- Erickson, K., Bruner, M. W., MacDonald, D. J. & Côté, J. (2008). Gaining insights into actual and preferred sources of coaching knowledge. *International Journal of Sports Science & Coaching*, vol. 3 (4), s. 527-538.
- Franks, I. M., Johnson, R. B. & Sinclair, G. D. (1988). The development of a computerized coaching analysis system for recording behavior in sporting environments. *Journal of Teaching in Physical Education*, vol. 8 (1), s. 23-32.
- Gearity, B. T. & Murray, M. A. (2011). Athletes' experiences of psychological effects of poor coaching. *Psychology of Sport and Exercise*, vol. 12 (3), s. 213-221.
- Gilbert, W. D. (2002, Juni). *An annotated bibliography and analysis of coaching science: 1970-2001*. Washington, DC: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance.
- Gilbert, W. D. & Trudel, P. (2000). Validation of the Coaching Model (CM) in a team sport context. *International Sports Journal*, vol. 4 (summer), s. 120-128.
- Gilbert, W. D. & Trudel, P. (2004). Role of the coach: How model youth team sport coaches frame their roles. *The Sport Psychologist*, vol. 18 (1), s. 21-43.
- Gould, D. & Carson, S. (2010). The relationship between perceived coaching behaviors and developmental benefits of high school sports participation. *Hellenic Journal of Psychology*, vol. 7 (3), s. 298-314.
- Hanson, T. W. & Gould, D. (1988). Factors affecting the ability of coaches to estimate their athletes' trait and state anxiety levels. *The Sport Psychologist*, vol. 2 (4), s. 298-313.
- Hays, K., Maynard, I., Thomas, O. & Bawden, M. (2007). Sources and types of confidence identified by world class sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 19, s. 434-456.
- Hinkle, D. E., Wiersma, W. & Jurs, S. G. (2003). *Applied statistics for the behavioral sciences*. 5. uppl. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Hollembeak, J. & Amorose, A. J. (2005). Perceived coaching behaviors and college athletes' intrinsic motivation: A test of self-determination theory. *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 17 (1), s. 20-36.
- Horn, T. S. (2008). Coaching effectiveness in the sport domain. I: Horn, T. S. (ed.). *Advances in sport psychology*. 3. uppl. Champaign, Il: Human Kinetics. S. 239-267.
- Horton, S. & Deakin, J. M. (2008). Expert coaches in action. I: Farrow, D., Baker, J. & MacMahon, C. (eds.). *Developing sport expertise. Researchers and coaches put theory into practice*. New York: Routledge. S. 75-88.
- Irwin, G., Hanton, S. & Kerwin, D. (2004). Reflective practice and the origins of elite coaching knowledge. *Reflective practice*, vol. 5 (3), s. 425-442.

- Jambor, E. A. & Zhang, J. J. (1997). Investigating leadership, gender, and coaching level using the revised leadership for sport scale. *Journal of Sport Behavior*, vol. 20 (3), s. 313-321.
- Janelle, C. M. & Hillman, C. H. (2003). Expert performance in sport: Current perspectives and critical issues. I: Starkes, J. & Ericsson, K. A. (eds.). *Expert performance in sport: Advances in research on sport expertise*. Champaign, IL: Human Kinetics. S. 19-48.
- Jenkins, S. (2010). What could an executive coach do for an association football manager? *International Journal of Sports Science & Coaching*, vol. 5 (1), s. 1-12.
- Jones, R. L. (2009). Coaching as caring (the smiling gallery): Accessing hidden knowledge. *Physical Education and Sport Pedagogy*, vol. 14 (4), s. 377-390.
- Jowett, S. (2003). When the “honeymoon” is over: A case study of a coach-athlete dyad in crisis. *The Sport Psychologist*, vol. 17 (4), s. 444-460.
- Jowett, S. (2009). Factor structure and criterion-related validity of the metaperspective version of the Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q). *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, vol. 13 (3), s. 163-177.
- Jowett, S. & Clark-Carter, D. (2006). Perceptions of emphatic accuracy and assumed similarity in the coach-athlete relationship. *British Journal of Social Psychology*, vol. 45 (3), s. 617-637.
- Jowett, S. & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medallists’ perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, vol. 4 (4), s. 313-331.
- Jowett, S. & Ntoumanis, N. (2004). The coach-athlete relationship questionnaire (CART-Q): Development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, vol. 14 (4), s. 245-257.
- Jääskeläinen, R. (2010). Think-aloud protocol. I: Gambier, Y. & van Doorslaer, L. (eds.). *Handbook of translation studies: Volume 1*. Amsterdam: John Benjamins Publishing Company. S. 371-373.
- Kenow, L. & Williams, J. M. (1999). Coach-athlete compatibility and athlete’s perception of coaching behaviors. *Journal of Sport Behavior*, vol. 22 (2), s. 251-259.
- Kidman, L. & Hanrahan, S. J. (2011). *The coaching process: A practical guide to becoming an effective sports coach*. 3. uppl. New York: Routledge.
- Kilbourn, B. (1991). Self-monitoring in teaching. *American Educational Research Journal*, vol. 28 (4), s. 721-736.
- Kline, R. B. (2009). *Becoming a behavioral science researcher*. New York: Guilford Press.
- Knowles, Z., Gilbourne, D., Borrie, A. & Nevill, A. (2001). Developing the reflective sports coach: A study exploring the processes of reflective practice within a higher education coaching programme. *Reflective Practice*, vol. 2 (2), s. 185-207.

- Lacy, A. C. & Darst, P. W. (1984). Evolution of a systematic observation system: The ASU coaching observation instrument. *Journal of Teaching in Physical Education*, vol. 3 (3), 59-66.
- Lave, J. & Wenger, E. (1991). *Situated learning: Legitimate peripheral participation*. New York: Cambridge University Press.
- Leslie-Toogood, A. & Martin, G. L. (2003). Do coaches know the mental skills of their athletes? Assessments from volleyball and track. *Journal of Sport Behavior*, vol. 26 (1), s. 56-68.
- Li, F. & Harmer, P. (1996). Testing the simplex assumption underlying the Sport Motivation Scale: A structural equation modeling analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, vol. 67 (4), s. 396-405.
- Lindgren, E-L., Patriksson, G. & Fridlund, B. (2002). Empowering young female athletes through a self-strengthening programme: A qualitative analysis. *European Physical Education Review*, vol. 8 (3), s. 230-248.
- Lorimer, R. & Jowett, S. (2009). Empathic accuracy in coach–athlete dyads who participate in team and individual sports. *Psychology of Sport and Exercise*, vol. 10 (1), s. 152-158.
- Lorimer, R. & Jowett, S. (2010). Feedback of information in the empathic accuracy of sport coaches. *Psychology of Sport and Exercise*, vol. 11 (1), s. 12-17.
- Lundqvist, C. & Hassmén, P. (2005). Competitive state anxiety inventory-2 (CSAI-2): Evaluating the Swedish version by confirmatory factor analyses. *Journal of Sports Sciences*, vol. 23 (7), s. 727-736.
- Lynn, A. & Lyle, J. (2010). Coaching workforce development. I: Lyle, J. & Cushion, C. (eds.). *Sport coaching: Professionalisation and practice*. Oxford, UK: Elsevier. S. 193-207.
- Mageau, G. A. & Vallerand, R. J. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, vol. 21 (11), s. 883-904.
- Mallett, C. & Côté, J. (2006). Beyond winning and losing: Guidelines for evaluating high performance coaches. *The Sport Psychologist*, vol. 20 (2), s. 213-220.
- McCullick, B. A., Belcher, D. & Schempp, P. G. (2005). What works in coaching and sport instructor certification programs? The participants' view. *Physical Education and Sport Pedagogy*, vol. 10 (2), s. 121-137.
- Meyers, M. (2006). Enhancing sport performance: Merging sports science with coaching. *International Journal of Sports Science and Coaching*, vol. 1 (1), s. 89-100.
- Millar, S-K., Oldham, A. R. H. & Donovan, M. (2011). Coaches' self-awareness of timing, nature and intent of verbal instructions to athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, vol. 6 (4), s. 503-513.

- More, K. G. & Franks, I. M. (1996). Analysis and modification of verbal coaching behavior: The usefulness of a data-driven intervention strategy. *Journal of Sports Sciences*, vol. 14 (6), s. 523-543.
- Myers, N. D., Feltz, D. L., Maier, K. S., Wolfe, E. W. & Reckase, M. D. (2006). Athletes' evaluation of their head coach's coaching competency. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, vol. 77 (1), s. 111-121.
- Nelson, L. J., Cushion, C. J. & Potrac, P. (2006). Formal, nonformal and informal coach learning: A holistic conceptualization. *International Journal of Sports Science and Coaching*, vol. 1 (3), s. 247-259.
- Northouse, P. G. (2013). *Leadership: Theory and practice*. 6. uppl. Thousand Oaks, CA: Sage Publication.
- Nystedt, L. (1997). Who should rule? Does personality matter? *European Journal of Personality*, vol. 11 (1), s. 1-14.
- Partington, M. & Cushion, C. (2011). An investigation of the practice activities and coaching behaviors of professional top-level youth soccer coaches. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, vol. 21 (1), s. 1-9.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M. & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, vol. 17 (1), s. 35-53.
- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L. & Ryan, R. M. (in press). Validation of the revised Sport Motivation Scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*.
- Pelletier, L. G. & Sarrazin, P. (2007). Measurement issues in self-determination theory in sport. I: Hagger, M. S. & Chartzisarantis, N. L. D. (eds.). *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport*. Champaign, IL: Human Kinetics. S. 143-152.
- Pensgaard, A. M. & Roberts, G. C. (2002). Elite athletes' experience of the motivational climate: The coach matters. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, vol. 12 (1), s. 54-59.
- Rangeon, S. (2010). *Mapping the world of coaching science: A citation network analysis*. Masteruppsats. California State University, Fresno.
- Raubenheimer, J. (2004). An item selection procedure to maximize scale reliability and validity. *SA Journal of Industrial Psychology*, vol. 30 (4), s. 59-64.
- Reade, I., Rogers, W. & Spriggs, K. (2008). New ideas for high performance coaches: A case study of knowledge transfer in sport science. *International Journal of Sports Science and Coaching*, vol. 3 (3), s. 335-354.
- Riemer, H. A. (2007). Multidimensional model of coach leadership. I: Jowett, S. & Lavallee, D. (eds.). *Social Psychology in Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics. S. 58-75.

- Schempp, P. G., McCullick, B. A., Busch, C. A., Webster, C. & Mason, I. S. (2006). The self-monitoring of expert sport instructors. *International Journal of Sports Science and Coaching*, vol. 1 (1), s. 25-35.
- Seaborn, P., Trudel, P. & Gilbert, W. (1998). Instructional content provided to female ice hockey players during games. *Applied Research in Coaching and Athletics Annual*, vol. 13, s. 119-141.
- Smith, R. E., Cumming, S. P. & Smoll, F. L. (2008). Development and validation of the motivational climate scale for youth sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 20 (1), s. 116-136.
- Smith, R. E., Shoda, Y., Cumming, S. P. & Smoll, F. L. (2009). Behavioral signatures at the ballpark: Intraindividual consistency of adults' situation-behavior patterns and their interpersonal consequences. *Journal of Research in Personality*, vol. 43 (2), s. 187-195.
- Smith, R. E. & Smoll, F. L. (2007). Social-cognitive approaches to coaching behaviors. I: Jowett, S. & Lavallee, D. (eds.). *Social Psychology in Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics. S. 75-90.
- Smith, R. E., Smoll, F. L. & Cumming, S. P. (2007). Effects of motivational climate intervention for coaches on young athletes' sport performance anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, vol. 29 (1), s. 39-59.
- Smith, R. E., Smoll, F. L. & Curtis, B. (1979). Coach effectiveness training: A cognitive-behavioral approach to enhancing relationship skills in youth sport coaches. *Journal of Sport Psychology*, vol. 1 (1), s. 59-75.
- Smith, R. E., Smoll, F. L. & Hunt, E. (1977). A system for the behavioral assessment of athletic coaches. *Research Quarterly*, vol 48 (2), 401-407.
- Smoll, F. L. & Smith, R. E. (1989). Leadership behaviors in sport: A theoretical model and research paradigm. *Journal of Applied Social Psychology*, vol. 19 (18), s. 1522-1551.
- Smoll, F. L., Smith, R. E., Barnett, N. P. & Everett, J. J. (1993). Enhancement of children's self-esteem through social support training for youth sport coaches. *Journal of Applied Psychology*, vol. 78 (4), s. 602-610.
- Solomon, G. B., Striegel, D. A., Eliot, J. F., Heon, S. N. & Maas, J. L. L. (1996). The self-fulfilling prophecy in college basketball: Implications for effective coaching. *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 8 (1), s. 44-59.
- Spector, P. E. (1994). Using self-report questionnaire in OB research: A comment on the use of a controversial method. *Journal of Organizational Behavior*, vol. 15 (5), s. 385-392.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. 5. uppl. Boston: Pearson.
- Trudel, P. & Gilbert, W. D. (2006). Coaching and coach education. I: Kirk, D., O'Sullivan, M. & McDonald, D. (eds.). *Handbook of physical education*. London: Sage. S. 516-539.

- Trudel, P., Gilbert, W. & Werthner, P. (2010). Coach education effectiveness. I: Lyle, J. & Cushion, C. (eds.). *Sport coaching: Professionalisation and practice*. Oxford, UK: Elsevier. S. 135-152.
- Vargas-Tonsing, T. M., Myers, N. D. & Feltz, D. L. (2004). Coaches' and athletes' perceptions of efficacy-enhancing techniques. *The Sport Psychologist*, vol. 18 (4), s. 397-414.
- Vealey, R. S., Hayashi, S. W., Garner-Holman, M. & Giaccobi, P. (1998). Sources of sport-confidence: Conceptualization and instrument development. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, vol. 20 (1), s. 54-80.
- Vella, S. A., Oades, L. G. & Crowe, T. P. (2010). Review: The application of coach models to coaching practice: Current state and future directions. *International Journal of Sports Science and Coaching*, vol. 5 (3), s. 425-434.
- Vernacchia, R. A. (2003). Working with individual team sport: The psychology of track and field. I: Lidor, R. & Henschen, K. P. (eds.). *The psychology of team sports*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology. S. 235-258
- Weiss, M. R., Amorose, A. J. & Wilko, A. M. (2009). Coaching behaviors, motivational climate and psychosocial outcomes among female adolescent athletes. *Pediatric Exercise Science*, vol. 21 (4), s. 475-492.
- Werthner, P. & Trudel, P. (2006). A new theoretical perspective for understanding how coaches learn to coach. *The Sport Psychologist*, vol. 20 (2), s. 198-212.
- Williams, S. J. & Kendall, L. R. (2007a). A profile of sports science research (1983-2003). *Journal of Science and Medicine in Sport*, vol. 10 (4), s. 193-200.
- Williams, S. J. & Kendall, L. (2007b). Perceptions of elite coaches and sports scientists of the research needs for elite coaching practice. *Journal of Sports Sciences*, vol. 25 (14), s. 1577-1586.
- Wiman, M., Salmoni, A. W. & Hall, C. R. (2010). An examination of the definition and development of expert coaching. *International Journal of Coaching Science*, vol. 4 (2), s. 37-60.
- Yang, S. X. & Jowett, S. (2012). Psychometric properties of the Coach–Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q) in seven countries. *Psychology of Sport and Exercise*, vol. 13 (1), s. 36-43.
- Zaccaro, S. J., Foti, R. J. & Kenny, D. A. (1991). Self-monitoring and trait-based variance in leadership: An investigation of leader flexibility across multiple group situations. *Journal of Applied Psychology*, vol. 76 (2), s. 308-315.
- Zhang, J., Jensen, B. E. & Mann, B. L. (1997). Modification and revision of the leadership scale for sport. *Journal of Sport Behavior*, vol. 20 (1), s. 105-122.

Bilaga 1



Ledarskap och tränarbeteenden

– en svensk översättning av ett utvärderingsinstrument för idrottstränare

En tränares insats bedöms många gånger i vardagliga sammanhang främst utifrån utfallet av prestationerna i form av vinster och förluster. Tränare har en komplex uppgift som kan innefatta många delar i form av exempelvis ansvar för fysisk, teknisk och mental träning. Därför är det intressant att skapa alternativa sätt att utvärdera tränares kompetens och samtidigt ge en ökad möjlighet till utveckling av tränarkompetensen. Syftet med denna studie är att översätta och utvärdera en relativt ny skattningsskala för tränarbeteende där utövarna skattar tränaren i sex områden. Således är inte syftet att bedöma de tränare som deltar i studien utan att undersöka skalans hållbarhet. Genom att få en svensk version av denna skattningsskala finns goda möjligheter för tränare ute på fältet att få feedback från utövarna och hjälp med den självreflektion som visats så betydelsefull hos framgångsrika tränare.

Studien, som är en del av min mastersuppsats och som genomförs på Gymnastik och idrottshögskolan (GIH), riktar sig till tränare och idrottsutövare i de två högsta nationella serierna i lagbollsporter i Sverige. Genom ditt specialidrottsförbund har vi fått uppgifter om att ditt lag deltar i en av dessa två serier och efter vidare kontakt med din tränare kontaktar vi nu dig. Jag skulle vara tacksam om du skulle vilja delta i studien genom att fylla i enkäten. Dina svar är mycket viktiga för att öka kunskapen om idrottstränares beteenden och därigenom öka tränares möjlighet att påverka sina utövare i än mer positiv riktning.

Deltagande i studien är helt frivilligt och du har rätt att när som helst välja att avbryta eller inte svara på vissa frågor. Allt materiel som samlas in kommer att behandlas strikt konfidentiellt, vilket innebär att endast undertecknade personer kommer att ha tillgång till att granska enskilda svar. All rapportering av studiens resultat kommer dessutom att göras på ett sådant sätt att det inte går att urskilja hur en speciell person har svarat eller att en viss person deltagit i studien. Längst ner på denna sida kan du ge ditt samtycke till att delta i studien som den ovan beskrivits. Efter att studien är färdig finns möjlighet för deltagarna att ta del av resultaten.

Har du frågor kring undersökningen eller om du önskar ytterligare information så är du varmt välkommen att kontakta oss.

Ett stort tack för att du vill vara delaktig i att öka kunskapen om idrottstränares beteenden!

Andreas Carlsson
mastersstudent GIH
anca5806@student.su.se
0739-15 45 87

Carolina Lundqvist, Fil dr.
Ansvarig handledare
carolina.lundqvist@gih.se
08-120 537 31

Härmed samtycker jag till deltagande i studien som beskrivits ovan.

Bilaga 2

CBS-S Svensk version

Hur ofta upplever du följande tränarbeteenden?

Några utövare arbetar med en enda tränare och andra arbetar med tränarteam. Om du har mer än en tränare, tänk på tränaren eller tränarna som är mest ansvariga för respektive område.

Tränaren/tränarna som är mest ansvarig (-a) för min fysiska träning...

		Aldrig	Ganska ofta					Alltid
1	Har ett fysträningsprogram som jag är trygg med.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Har fysiskt utmanande träningsprogram.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Har ett detaljerat träningsprogram för fysträning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Har en plan för min fysiska förberedelse.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Säkerställer att organisationen kring anläggningar och utrustning fungerar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Har strukturerade träningspass.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Har ett träningsprogram för hela året.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tränaren/tränarna som är mest ansvarig (-a) för mina tekniska färdigheter...

		Aldrig	Ganska ofta					Alltid
8	Ger mig råd under tiden jag utför en teknik.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Ger mig specifik feedback för att korrigera tekniska fel.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	Ger mig beröm för korrekt teknik.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	Ger mig feedback som hjälper mig att förbättra min teknik.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	Ger mig visuella exempel som visar hur en teknik ska utföras.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	Använder verbala exempel som visar hur en teknik ska utföras.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	Säkerställer att jag förstår tekniker och strategier som jag ska lära mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	Ger mig omedelbar feedback.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tränaren/tränarna som är mest ansvarig (-a) för min mentala förberedelse...

		Aldrig					Ganska ofta		Alltid
16	Ger råd om hur jag kan prestera under press.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	Ger råd om hur jag kan vara mentalt tuff.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	Ger råd om hur jag behåller tron på mina förmågor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	Ger råd hur jag ska behålla en positiv syn på mig själv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20	Ger råd om hur jag ska behålla fokus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tränaren/tränarna som är mest ansvarig (-a) för mitt målsättningsarbete...

		Aldrig					Ganska ofta		Alltid
21	Hjälper mig att förstå hur jag ska uppnå mina mål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22	Följer upp mina framsteg mot mina mål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23	Hjälper mig att sätta upp kortsiktiga mål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	Hjälper mig att sätta upp när målen ska vara uppnådda.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25	Hjälper mig att sätta långsiktiga mål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26	Ger mig stöd för att uppnå mina mål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tränaren/tränarna som är mest ansvarig (-a) för mina tävlings-/matchstrategier...

		Aldrig					Ganska ofta		Alltid
27	Hjälper mig att fokusera på hur jag ska prestera bra.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28	Förbereder mig på att möta olika tävlingssituationer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29	Hjälper mig att vara fokuserad vid tävlingar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30	Hjälper mig med konsekventa tävlingsrutiner.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31	Hjälper mig att handskas med problem som jag kan uppleva vid tävlingar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32	Visar förtroende för min förmåga under tävlingar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

33	Säkerställer att organisationen kring anläggningar och utrustning fungerar för tävling.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
----	-----------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------

Min huvudtränare...

		Aldrig	Ganska ofta				Alltid	
34	Visar förståelse för mig som person.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
35	Är en god lyssnare.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
36	Är lätt att få kontakt med när jag har personliga problem.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
37	Bryr sig om hela min person (även andra delar av mitt liv än idrott).	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
38	Är pålitlig när det gäller mina personliga problem.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
39	Håller tyst om saker jag berättat i förtroende om mitt privatliv.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
40	Använder rädsla i sitt sätt att coacha.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
41	Skriker på mig när han/hon är arg.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
42	Struntar i mina åsikter.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
43	Favoriserar utövare.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
44	Skrämmer utövare fysiskt.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
45	Använder sin makt för att manipulera utövare.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
46	Säger personliga kommentarer till mig som jag tycker är upprörande.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7
47	Lägger mer tid på de bästa utövarna.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 7

Bilaga 3

Litteratursökning

Syfte

Syftet med denna studie var att översätta och validera en svensk version av skattningsskalan CBS-S för tränarbeteenden.

Frågeställningar

Vilka sökord har du använt?

Coach, coaching, self-reflection, scale, validation, expert, coaching behavior, instrument

Var har du sökt?

GIH biblioteksdatabas, SportDiscus, PsycINFO, PsycARTICLES, Google Scholar

Sökningar som gav relevant resultat

Olika kombinationer av sökorden: coach behavior scale, instrument validation, expert coach, coach self-reflection, coaching behavior validation

Kommentarer

De flesta källorna har hittats genom referenslistor i tidigare lästa artiklar eller bokkapitel. En hel del artiklar har jag också haft sedan tidigare.