



Varför friidrott?

- Vad motiverar föreningsungdomar att fortsätta med friidrott

Håkan Tunander

Olle Wigblad

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN
Examensarbete 14: 2006
Läroarbilden 2002-2006
Seminarieledare: Maria Ekblom, Karin Söderberg
Handledare: Leif Strand

Sammanfattning

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka vad som motiverar aktiva ungdomar att fortsätta med sitt friidrottsutövande.

- Vilka identifierbara inre motivationsfaktorer motiverar aktiva ungdomar att fortsätta med friidrott?
- Vilka identifierbara yttre motivationsfaktorer motiverar aktiva ungdomar att fortsätta med friidrott?
- Vilka är skillnaderna mellan könen?

Metod

En surveystudie har genomförts på fyra föreningar i Stockholms län genom enkätstudier på 49 aktiva friidrottsungdomar födda mellan 1987-89 varav 24 var män och 25 kvinnor. Svaren kategoriserades i inre identifierbara motivationsfaktorer och yttre identifierbara motivationsfaktorer. Skillnader mellan könen har mätts med hjälp av ett chi2 test.

Resultat

Känslan av att njuta/glädja sig och förbättra/utveckla sig själv är viktiga för att fortsätta med friidrott. Andra motiv är träningsgruppen, kamraterna och tränaren som visar sig att vara av stor betydelse för att fortsätta med friidrott. Det finns inga signifikanta könsskillnader mellan inre identifierbara motivationsfaktorer och yttre identifierbara motivationsfaktorer.

Slutsats

Det är viktigare att njuta/glädja sig och förbättra/utveckla sig själv än att tävla och vinna.

Följaktligen prioriterar friidrottarna inre identifierbara motivationsfaktorer före yttre identifierbara motivationsfaktorer. Tränarens friidrottskompetens och sociala förmågor betyder mycket för fortsatt friidrottande. Motiven för kamraterna och träningsgruppens viktiga betydelse är gemenskap, delad glädje, stöd och förmågan att lära av varandra.

Förord

Ett stort tack riktas till **Riksidrottsförbundet** som beviljat ekonomiskt stöd till författarna.

Ett stort tack riktas till Daniel Bergin vid Friidrottsförbundet för inspiration.

Ett stort tack riktas till **Leif Strand** vid Gymnastik- och idrottshögskolan för värdefull handledning.

Ett stort tack till alla ledare och aktiva i de friidrottsföreningar som har ställt upp.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Sammanfattning

Förord

1 Inledning	5
1.1 Bakgrund.....	5
1.2 Rådande forskningsläge.....	5
1.3 Slutaperspektivet och fortsättaperspektivet.....	6
1.4 Teoretisk referensram.....	8
1.5 Motivationsmodell.....	9
1.5.1 Inre motivation.....	9
1.5.2 Yttre motivation.....	10
1.5.3 Amotivation.....	11
1.5.4 Tre hierarkiska nivåer.....	11
1.6 Syfte	12
1.6.1 Frågeställningar.....	12
2 Metod	13
2.1 Urval.....	13
2.2 Datainsamlingsmetod.....	13
2.2.1 Enkätens utformning.....	13
2.3 Procedur.....	14
2.4 Databearbetning.....	14
2.5 Validitet och reliabilitet.....	15
2.5.1 Bortfallsanalys.....	15
3 Resultat	17
3.1 Kvantitativa resultat.....	17
3.3.1 Sammanfattade kvantitativa resultat.....	24
3.2 Resultat och analyser.....	25
3.3 Kvalitativa resultat.....	28
3.3.1 Friidrottarnas syn på gruppträningens betydelse.....	28
3.3.2 Friidrottarnas syn på att gruppträning saknar betydelse.....	28
3.3.3 Friidrottarnas syn på tränarens betydelse.....	29

4 Sammanfattande diskussion	30
4.1 Motiv till att fortsätta med friidrott.....	30
4.1.1 Tränarens betydelse.....	30
4.1.2 Träningsgruppen och kamraternas betydelse.....	31
4.1.3 Bakgrundsvariabler.....	32
4.2 Skillnader mellan könen.....	32
4.3 Tillförlitlighet.....	34
4.4 Slutsats.....	35
4.5 Fortsatt forskning.....	36
5. Figurer under rubriken kvantitativa resultat	
Figur 1. Andel som bor i villa, radhus eller bostadsrätt.....	17
Figur 2. Andel som bor med två vuxna (förälder eller annan vårdnadshavare).....	18
Figur 3. Andel som har en eller två föräldrar i ett yrke med minst två års akademisk bakgrund.....	18
Figur 4. Andel som har tillgång till bil, sommarstuga eller båt med sovplatser och Persondator.....	19
Figur 5. Andel som är tävlingsaktiva.....	19
Figur 6. Andel som har 1-30 min restid till friidrottsarenan på utomhussäsongen.....	20
Figur 7. Andel som har 30 min eller mer restid till friidrottsarenan på inomhussäsongen...	20
Figur 8. Andel som tränar ca 7 % eller mer av tiden i grupp.....	21
Figur 9. Andel som tycker att träning i grupp är viktigt för att hålla på med friidrott.....	21
Figur 10. Andel som umgås med någon från träningsgruppen på fritiden. (48 aktiva tränar i grupp).....	22
Figur 11. Andel som haft något ledaruppdrag inom friidrotten.....	22
Figur 12. Andel som tycker tränaren är viktig för att hålla på med friidrott.....	23
Figur 13. Andel där nästan bara tränaren bestämmer hur de aktiva ska träna	23
Figur 14. Andel som kan bestämma hur de ska träna.....	24
5.1 Figurer under rubriken Resultat och analyser	
Figur 15. Den person som inspirerat de aktivas friidrottande mest.....	25
Figur 16. Viktigast med friidrotten.....	26
Figur 17. De främsta målen med friidrott.....	27

Käll- och litteraturförteckning

Bilagor

1. Inledning

1.1 Bakgrund

Föreliggande uppsats tar ansats i författarnas intresse för friidrott. Utifrån det har forskningsfrågan vidareutvecklats via friidrottsförbundet. Således är forskningsfrågan väl förankrad hos friidrottsförbundet. Rådande forskningsläge har undersökt varför ungdomar slutar med idrott i generell mening.¹ Forskning kring varför ungdomar fortsätter med idrott är däremot inte lika vanligt förekommande. Obalansen i rådande forskningsläget vill uppsatsen försöka jämna ut. Fokus ligger på den positiva sidan av idrottandet i enlighet med ett salutogent perspektiv. Det salutogena perspektivet fokuserar på det friska istället för det sjuka, således i det här fallet fortsätta istället för att sluta.² Avsikten är att hitta motivationsfaktorerna till att ungdomar väljer att fortsätta istället för att sluta med friidrott. I förlängningen är förhoppningen att forskningsresultatet i uppsatsen underlättar för friidrottsföreningar att behålla sina aktiva ungdomar.

1.2 Rådande forskningsläge

Lars-Magnus Engström³ har i boken ”Idrott som social markör”⁴ delat upp motiven till idrottande i två begrepp: *investeringvärde* och *egenvärde*. Investeringvärde definieras som ”...en medveten investering för att få god hälsa och fysisk status, en attraktivare kropp, eller att nå framgång på idrottsarenan.”⁵ ”Ändamålet framhålls som det viktiga, inte aktiviteten i sig.”⁶ Egenvärdet definieras som att: ”Man idrottar för att få en speciell upplevelse eller vissa

¹ Håkan Gustavsson, Hansi Hinic, ”Avhopp från idrotten: Varför och vid vilken ålder slutar flickor och pojkar vara med i en idrottsförening?”, i *Aktuell beteendevetenskaplig idrottsforskning: SVEBI:s årsbok 2004*, red. Göran Patriksson, (Lund: Sociologiska institutionen, 2004).

² Aaron Antonovsky, ”Hälsans mysterium”, (Köping: Natur och kultur, 1993) s. 27-28.

³ Professor i beteendevetenskaplig idrottsforskning med inriktning mot idrottspedagogik.

⁴ Lars-Magnus Engström ”Idrott som social markör” (Göteborg: HLS, 2000).

⁵ Ibid., s. 38-39.

⁶ Ibid., s. 39.

i stunden upplevda behov tillfredsställda.”⁷ Aktiviteten ”...är i sig själv nog”⁸ ”Det är nuet som gäller – inte framtiden”⁹

1.3 Slutaperspektivet och fortsättaperspektivet

Forskning kring varför ungdomar slutar med idrott benämns vidare i forskningsläget som ”slutaperspektivet”. Forskning kring varför ungdomar fortsätter med idrott benämns vidare i forskningsläget som ”fortsättaperspektivet”. Forsknings och Utvecklingsenhetens (FoU) rapport, ”*Varför lämnar ungdomar idrotten?*” tillhör ”sluta och fortsättaperspektivet”.¹⁰ Den undersökningen följer 1117 fotbollstjejer och –killar från när ungdomarna är 13 till 15 år. Resultaten visar att: ”Lokala yttre förhållanden, som var föreningen geografiskt är belägen, visar sig i stort sett sakna betydelse för vilka som fortsätter med fotbollen eller väljer att sluta”.¹¹ Däremot visar det sig att sociala aspekter som t ex skolkamrater eller kompisar och erkännande för prestation har betydelse för att fortsätta med fotboll. Andra betydelsefulla aspekter är ”ledarnas kvaliteter”.¹²

En annan undersökning som studerar ”slutaperspektivet”, är Håkan Gustavssons¹³ och Hansi Hinics¹⁴ studie som är gjord på 973 gymnasieelever i sydvästra Sverige där ”...30 % av ungdomarna slutar att idrotta före 13-års ålder. Vid 13-16-års ålder slutar mellan 12-19 % att idrotta. Därefter, efter 16-års ålder, sker ett marginellt avhopp från idrotten”.¹⁵ Den här studien visar att de vanligaste orsakerna till att ungdomar väljer att sluta med idrottandet är: ”[...] Det var för seriöst/allvarligt [...], Missnöje med tränare/ledare [...], Tidsbrist på grund av skolan [...] samt [...] Träningstiderna passade inte [...]”.¹⁶

⁷ Ibid, Engström. s. 40.

⁸ Ibid., s. 40.

⁹ Ibid., s. 40.

¹⁰ Mats Franzen, Tomas Peterson, ”*Varför lämnar ungdomar idrotten? EN UNDERSÖKNING AV FOTBOLLSTJEJER OCH –KILLAR FRÅN 13 TILL 15 ÅR.*”, Forskning och Utvecklingsenhetens (FoU:s)-rapport 2004:3: (Stockholm: Riksidrottsförbundet, 2004).

¹¹ Ibid., s. 5.

¹² Ibid., s. 5.

¹³ Tjänstgör som idrottskonsulent.

¹⁴ Universitetsadjunkt/doktorand med forskningsinriktning barn och ungdomsidrott.

¹⁵ Gustavsson, Hinic, s. 54-56.

¹⁶ Ibid., s. 52-54.

Gustavsson och Hinic menar att de mest vanliga anledningarna till att ungdomar har slutat med en idrott men fortsatt vara aktiva i någon annan är: [...] Jag fick välja mellan idrotter [...], Träningstiderna passade inte [...] samt [...] För seriöst/allvarligt [...].¹⁷

Ulla Tebelius¹⁸ följde i sin intervjustudie, ”Varför fortsätter tonårsflickor att idrotta?”, 26 idrottande tonårsflickor när de var mellan 12-19 år.¹⁹ Fördelningen var 13 trupp gymnaster och 13 fotbollsspelare. Nästan alla flickor bodde i villa eller radhus och i traditionell kärnfamilj med både mamma och pappa. Bland trupp gymnasterna återfanns fler föräldrar i högstatusyrken än hos fotbollsspelarna.²⁰ Hos samtliga 26 flickor mellan 12-13 år var det viktigt att: ha roligt, lära sig något nytt och umgås med kamraterna. Vid 14-15 års ålder betydde kamratskapet ännu mer, att vara uppskattad och omtyckt av både kamrater och tränare var betydelsefullt. Det sker stora kroppsliga förändringar i den här åldern vilket upptar och påverkar flickornas idrottsprestationer. Därför var tränarens roll och attityd för att de ska trivas och fortsätta idrotta mycket betydelsefull. I 19-årsåldern värderades gemenskapen fortfarande högt, dessutom lyfts rörelsebehovet fram och utmaningen i tävlingsmomentet. Ett genomgående tema bland flickorna i alla åldrar var att det fanns en tydlig medvetenhet om utseende och kropp.²¹

Å andra sidan har Rolf Jonsson²² visat i en rapport från 1983 som tar upp barn och ungdomsidrott och bakgrunden till avhopp i fallet simning konstaterat att:

”Intraindividuell prestation (förbättring) påverkar det fortsatta deltagandet mer än interindividuell prestation.”²³ Definitionen för intraindividuell prestation är: ”...hur simmaren har utvecklats under tidsperioden utifrån sina förutsättningar

¹⁷ Ibid., s. 52-54.

¹⁸ Professor, fil.dr i pedagogik och gästprofessor i fritidsvetenskap.

¹⁹ Ulla Tebelius, ”Varför fortsätter tonårsflickor att idrotta?”, Svensk idrottsforskning (1998:2). s. 54-57.

²⁰ Eva Olofsson, Anita Wester-Wedman, Rapport från nordiskt seminarium om kvinnor och idrott i Umeå den 26-28 mars 1990, nr 19 1990, ”KVINNORNA OCH IDROTTEN”, Ulla Tebelius, ”IDROTTENS BETYDELSE FÖR TONÅRSFLICKORS JAGBILD OCH KROPPSUPPFATTNING”, (Stockholm 1990). s. 68-69.

²¹ Tebelius, s. 54-55.

²² Verksam vid sociologiska institutionen (Uppsala universitet).

²³ Rolf Jonsson, delrapport i projektet Ungdom om Idrott, ”FORTSÄTTA ELLER SLUTA? En studie av bakgrunden till avhopp ur barn- och ungdomsidrott. Fallet Simning.” (Uppsala universitet, Sociologiska institutionen, 1983) s. 64.

(ingångsvärden)...”.²⁴ Definitionen för interindividuell prestation är: ”...hur bra simmaren är i förhållande till andra simmare i samma ålder...”.²⁵

Projektrapporten av Håkan Larsson²⁶ om relationer mellan tränare och friidrottande tonårsflickor och tonårspojkar visar i sina resultat att: ”Prestationsförmågans betydelse för fortsatt friidrottande verkar inte vara så omfattande som ofta antas.”²⁷ I stället förefaller tränarrelationen ha stor betydelse för friidrottande ungdomar. Enligt Larssons råder en könsskillnad utifrån den traditionella föreställningen i samhället om att pojkar är prestationsorienterade och flickor är relationsorienterade. I studiens intervjuvar framkommer istället ofta ett omvänt förhållande.²⁸ Larsson menar att tonårsflickor på väg in i elitidrottskarriären har ”...en än mer ”seriös”, ibland till och med gravallvarlig eller överspänd, attityd än pojkarna.”²⁹ Pojkarnas attityd till sin elitidrottskarriär kan tvärtom vara väldigt avslappnad. För att flickorna ska behålla sin trovärdighet som elitidrottare förefaller det som att den mer ”seriösa” attityden är en nödvändighet.³⁰

1.4 Teoretisk referensram

Uppsatsen utgår från ungdomar som har passerat åldersgränsen när alla avhoppet sker utifrån Gustavsson och Hinic.³¹ Därför är det intressant att studera deras motivation.

Definitionen för motiverade ungdomar (16-19 år), i föreliggande studie är de som har fortsatt med friidrott. För att förstå och tolka de interna- och externa faktorerna i frågeställningarna blir valet Robert J. Vallerands motivationsmodell.³²

²⁴ Ibid. Jonsson, s. ii.

²⁵ Ibid., s. ii.

²⁶ Docent, univ. lektor i idrottspedagogik.

²⁷ Håkan Larsson, projektrapport för Centrum för Prestationsutveckling, ”Att träna friidrott – en studie av relationer mellan tränare och friidrottande tonårsflickor och tonårspojkar (20/95).” (Farsta: Centrum för prestationsutveckling, 1997). s. 9.

²⁸ Ibid., s. 9.

²⁹ Lars-Magnus Engström, Karin Redelius, ”*Pedagogiska perspektiv på idrott*”, kap 11-Synen på manlighet och kvinnlighet i idrott av Håkan Larsson, (Stockholm: HLS, 2002) s. 204.

³⁰ Ibid., s. 204.

³¹ Gustavsson, Hinic, s. 54-56.

³² Robert J. Vallerand, ”Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise”, *Advances in experimental social psychology*, 29 (1997), p. 271-360; se Peter Hassmén mfl, *Idrottspsykologi*(Stockholm: Natur och kultur, 2003), s. 168.

1.5 Motivationsmodell

För att närmare kunna studera motivation används Robert J. Vallerands³³ flerdimensionella, hierarkiska modell.³⁴ Den beskriver motivationen i tre begrepp, ”inre motivation, yttre motivation samt amotivation”.³⁵ De här tre begreppen förklarar vilken typ av motivation olika individer kan ha.

1.5.1 Inre motivation

Den inre motivationen ”har målet att nå känslomässiga belöningar, t ex glädje och njutning”³⁶ och kan delas in i tre underkategorier:

Kategori ett: ”Inre motivation för att lära sig och nå kunskap.”³⁷ Det innebär deltagande i en aktivitet, för att uppnå ”tillfredsställelse och nöjet av att lära sig, upptäcka och försöka förstå något nytt.”³⁸

Kategori två: ”Inre motivation för att uppnå något”³⁹ och i de ”försöken att uppnå och skapa något” finner man tillfredsställelsen och nöjet i att utmana sig själv för att förbättra sitt utförande.

Kategori tre: ”Inre motivation för att uppleva stimulans”.⁴⁰ Ett välmående sinnestillstånd uppkommer genom att individen ”njuter av positiva känslor och upplevelser” precis som en idrottsutövare gör, när den tränar det den är bra på.⁴¹

Innehavandet av en känsla i nuet t ex förtroende, glädje, en gemenskap eller möjligheten till påverkan är exempel på inre motivationsfaktorer. Alla inre motivationsfaktorer vilka anses relevanta i uppsatsen namnges som inre identifierbara motivationsfaktorer ”IM”.

³³ Professor i psykologi.

³⁴ Vallerand, se Hassmén mfl, s. 170.

³⁵ Ibid. s. 170.

³⁶ Ibid. s. 170.

³⁷ Ibid. s. 170.

³⁸ Ibid. s. 170.

³⁹ Ibid. s. 170.

⁴⁰ Ibid. s. 171.

⁴¹ Ibid. s. 171.

1.5.2 Yttre motivation

Den yttre motivationen ”drivs i stället främst av sociala eller materiella belöningar”⁴² och kan delas in i fyra underkategorier:

Kategori ett: ”Yttre reglering (external regulation)”⁴³ betyder att beteenden styrs av belöning och bestraffning. Till exempel en löpare som går på alla träningar för att inte bli petad ur stafettlaget.

Kategori två: ”Introicerad reglering (introjected regulation)”⁴⁴ I det här fallet går löparen till träningen trots att det inte är av egen vilja. Istället styrs beteendet av andras önsknings, vilka kan leda till skuld känslor om de motsätts, t ex gå till träningen för att inte få skuld känslor.

Kategori tre: ”Identifierad reglering (identified regulation)”⁴⁵ Löparen upplever inte en aktivitet som särskilt rolig eller positiv men väljer att genomföra den och andra övningar för att de värderas som betydelsefulla för individen i ett längre perspektiv. T ex styrketräning för att orka stå emot de fysiska påfrestningar utomhussäsongens löpning i spikskor innebär.

Kategori fyra: ”Integrerad reglering (integrated regulation)”⁴⁶ Idrotten har blivit en livsstil och den prioriteras oftast högst, särskilt under tävlingsperioder. T ex löparen väljer att träna istället för att gå ut på festligheter med vännerna.⁴⁷

Önskan om att uppnå något utanför aktiviteten t ex vinna, få yttre stöd emotionellt-ekonomiskt- eller socialt är exempel på yttre motivationsfaktorer. Alla yttre motivationsfaktorer vilka anses relevanta i uppsatsen namnges som yttre identifierbara motivationsfaktorer ”YM”.

⁴² Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 170.

⁴³ Ibid. s. 171.

⁴⁴ Ibid. s. 171.

⁴⁵ Ibid. s. 171.

⁴⁶ Ibid. s. 171.

⁴⁷ Ibid. s. 171.

1.5.3 Amotivation

Begreppet kan beskrivas som att individen inte upplever någon meningsfullhet med aktiviteten och därmed saknar motivation. Det salutogena förhållningssättet gör valet att studera ungdomar som är motiverade att fortsätta naturligt. Därför är amotivation inte av intresse för syftet och frågeställningarna i föreliggande studie.^{48 49}

1.5.4 Tre hierarkiska nivåer

Motivation förekommer på tre hierarkiska nivåer. De är situationsnivån, den kontextuella nivån och den globala nivån.

På situationsnivån handlar det om ett upplevt motivationstillstånd under aktivitet i nuet, för stunden.⁵⁰ Precis det som Engströms term egenvärde beskriver.⁵¹ Sociala faktorer som belöningar och priser påverkar situationsmotivationen. ”I tävlingssammanhang ligger fokus ofta inte på uppgiften i sig utan på att vinna över andra (dvs motståndarna)...”⁵² Precis det som Engströms term investeringsvärde beskriver.⁵³

”Motivation på en kontextuell nivå refererar till den motivation som individen vanligtvis känner för ett specifikt bredare område som omfattar en viss typ av aktiviteter, t ex arbete, studier eller idrott...”⁵⁴ Här är tränare, lagkamrater och föräldrar betydelsefulla faktorer.⁵⁵

”Med motivation på den *globala nivån* [...] är det olika globala sociala faktorer som påverkar individens motivation”⁵⁶ Det är inte enbart den idrottsliga delen av individens liv som påverkar motivationen. Motivationen påverkas istället ur ett större perspektiv som t ex

⁴⁸ Antonovsky, s. 27-28.

⁴⁹ Vallerand, se Hassmén mfl, s.170,172.

⁵⁰ Ibid. s. 172.

⁵¹ Engström, s. 40.

⁵² Vallerand, se Hassmén mfl, s. 172.

⁵³ Engström, s. 38-39.

⁵⁴ Vallerand, se Hassmén mfl, s. 173.

⁵⁵ Ibid. s. 173.

⁵⁶ Ibid. s. 175.

individens livstillfredsställelse, den generella graden av positiv eller negativ livsinställning, levnadsmiljön eller de attityder som råder i samhället gentemot den aktivitet som utövas.⁵⁷

1.6 Syfte

Syftet med studien är att undersöka vad som motiverar aktiva ungdomar att fortsätta med sitt friidrottsutövande.

1.6.1 Frågeställningar

- Vilka identifierbara inre motivationsfaktorer motiverar aktiva ungdomar att fortsätta med friidrott?
- Vilka identifierbara yttre motivationsfaktorer motiverar aktiva ungdomar att fortsätta med friidrott?
- Vilka är skillnaderna mellan könen?

⁵⁷ Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 175.

2. Metod

2.1 Urval

Deltagare i studien var aktiva ungdomar från fyra friidrottsföreningar i Stockholms län. Valet av Stockholmsområdet grundade sig på lättillgängligheten och de fyra föreningarna valdes ut eftersom en personlig kännedom fanns. Uppsatsen utgår från ungdomar som har passerat åldersgränsen då de största avhoppet från idrotten skett utifrån Gustavsson och Hinic tidigare redovisade studie. Därigenom är de intressanta att studera utifrån motivationsperspektivet.⁵⁸ Definitionen för inklusionskriterierna blir således aktiva ungdomar i åldern 16-19 år, dvs. födda 1987-89. För att räknas som aktiva ska de ha minst ett träningsstillfälle i veckan och minst ett års erfarenhet av träning i en friidrottsförening. Medlemspopulationen i de fyra föreningarna var tillsammans 148 individer varav 85 män (57 %) och 63 kvinnor (43 %). Av dem besvarade 24 män (28 %) och 25 kvinnor (40 %) enkäten. Samplet består således av 49 individer (33 %) med genomsnittsfödelseåret 1988.

2.2 Datainsamlingsmetod

Undersökningen genomförs i form av en surveystudie. För att kunna nå ut till fler ungdomar blir valet att jobba med en enkätundersökning. I Sverige är ”fortsättarperspektivet” sparsamt utforskat vilket efterfrågar en bred överblick av det rådande läget.

2.2.1 Enkätens utformning

Enkäten innehåller 21 frågeställningar varav 19 är slutna och två är öppna (se bilaga 1). Frågeställningarna behandlar bakgrundsvariabler och motivationsfaktorer. Med hjälp av Vallerands motivationsmodell har enkätfrågorna delats in i inre och yttre motivationsfaktorer enligt de tre hierarkiska nivåerna, situations, kontextuella- och den globala nivån.⁵⁹

⁵⁸ Gustavsson, Hinic, s. 54-56.

⁵⁹ Vallerand, se Hassmén mfl, s. 170.

2.3 Procedur

Kontakt togs med friidrottsförbundet via e-post. Via telefon bestämdes ett möte med Daniel Bergin⁶⁰. Vid mötet framkom att det finns flera exempel på forskning som har undersökt varför ungdomar slutar med föreningsidrott. Däremot finns det mindre forskning kring motiven till varför ungdomsaktiva föreningsidrottare fortsätter med sin idrott. Efter mötet beslutades att undersöka de här orsakerna närmare inom friidrottens område. För att ytterligare bekräfta att tankegången var inne på rätt spår ordnades ett kort möte med en representant från Riksidrottsförbundet (RF) där idéer utbyttes. En ansökning om bidrag från RF:s avdelning för idrottsutveckling lämnades in och ekonomiskt stöd beviljades. Kontakt med nyckelpersoner i friidrottsföreningarna togs via telefon och muntliga möten. Tränarna i alla fyra klubbar gav sin tillåtelse att genomföra enkätundersökningen. En önskan om att få nå ut till så många ungdomar som möjligt i varje förening presenterades enligt urvalskriterierna. Därför bestämdes tre datum under en och samma vecka då flest ungdomar fanns på plats. För att ta reda på hur stor populationen var (män, kvinnor och totalt) togs kontakt via e-post och telefon. Medlemsregistren i respektive förening uppgavs som underlag för populationsstorleken via e-post eller telefon av nyckelpersoner i föreningen. Vid de tre tillfällena enkätundersökningen genomfördes var en av författarna närvarande för att ge tydliga instruktioner innan enkäten besvarades. Författarna gav instruktioner enligt samma mall vid de tre tillfällena även om enkäterna fylldes i på olika platser i lokalen. Enkäten besvarades enskilt och anonymt.

Från dem som inte var över 18 år begärdes ingen underskrift av målsman eftersom innehållet i enkäten inte bedömdes vara av känslig karaktär.

2.4 Databearbetning

Enkätfrågornas kvantitativa och kvalitativa svar har delats in i två kategorier, inre identifierbara motivationsfaktorer som namnges ”IM” och yttre identifierbara motivationsfaktorer som namnges ”YM”. Bakgrundsvariabler presenteras i resultatet för att senare i diskussionen förklara ”IM” och ”YM”. Bakgrundsvariablerna, ”IM” och ”YM”

⁶⁰ Projektansvarig för barn/ungdom vid friidrottsförbundets kansli.

förekommer på någon av de tre hierarkiska nivåerna situations-, kontextuella- och den globala nivån.⁶¹ Kategorierna och nivåerna presenteras kvantitativt tillsammans med svaren i figur 1-17 som stapeldiagram i enheten procent. På figur 1-14 grupperas de svarande in i män, kvinnor och totalt. Första prioritetssvaren mellan ”IM” och ”YM” i figur 15-17 har kodats om i statistikprogrammet SPSS. Därefter har ett chi2-test genomförts för att identifiera eventuella skillnader mellan könen. Signifikansnivån fastställs till $p \leq 0.05$. Enkätfrågornas kvalitativa svar sammanställs i textform.

2.5 Validitet och reliabilitet

Enkätfrågorna försöker besvara syftet och frågeställningarna. Enkätfrågorna har formulerats utifrån Vallerands motivationsmodell.⁶² Författarna har efter bästa förmåga tolkat teorin och forskningsläget därefter format den till en förståelig plattform som ligger till grund för enkäten. Enkätundersökningen standardiseras genom att en av författarna gav instruktioner enligt samma mall vid de tre tillfällena även om enkäterna fylldes i på olika platser i lokalen. Därför har mätnoggrannheten inte påverkats negativt utan hållit en hög kvalitet. Alla besvarar enkäten enskilt och anonymt vid alla tre tillfällen. För att pröva förståelsen av enkäten har den distribuerats till aktiva friidrottare utanför undersökningsgruppen innan den slutgiltiga formen fastställts.

2.5.1 Bortfallsanalys

Externt bortfall:

Av totalt 49 enkäter som delades ut besvarades och inlämnades samtliga. Det betyder att studien inte har något externt bortfall i samplet.

⁶¹ Vallerand, se Hassmén mfl, s. 172-173.

⁶² Ibid. s. 170.

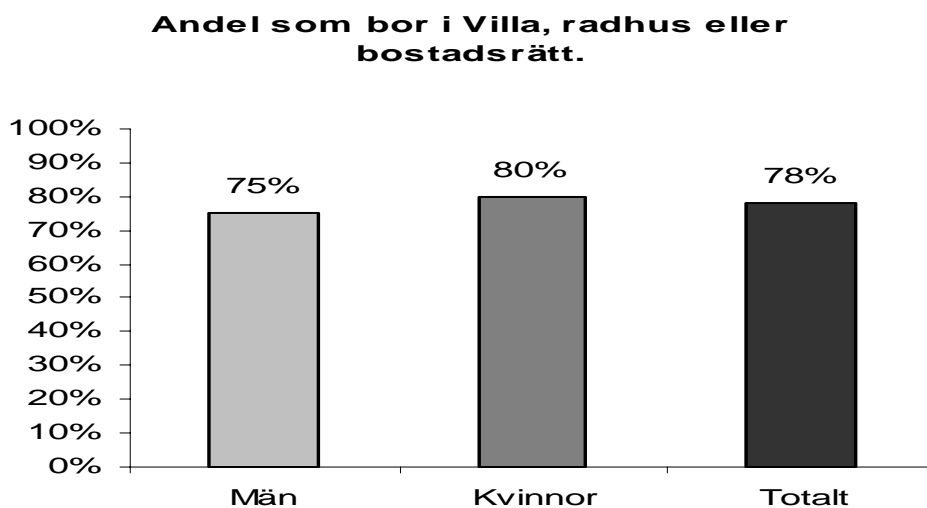
Internt bortfall:

På sju enkäter finns en eller två frågor som inte besvarats korrekt enligt anvisningarna. På fråga 13 har två personer svarat två eller fler alternativ trots att frågeinstruktionerna angav att ett svar skulle ges. En person har inte besvarat frågan alls. På fråga 11 har en svarande ringat in två svarsalternativ trots att frågeinstruktionerna angav att ett svar skulle ges. På fråga 20 och 21 har en person inte svarat alls. Friidrottarna som inte besvarat frågorna enligt frågeinstruktionerna eller inte svarat alls behandlas endast som internt bortfall. De interna bortfallen presenteras i resultatet vid respektive figur.

3. Resultat

3.1 Kvantitativa resultat

Vilken hierarkisk nivå svaren förekommer på presenteras fortsättningsvis i resultatet inom parentes i direkt anslutning till bakgrundsvariablerna, ”IM” och ”YM” under figur 1-17.

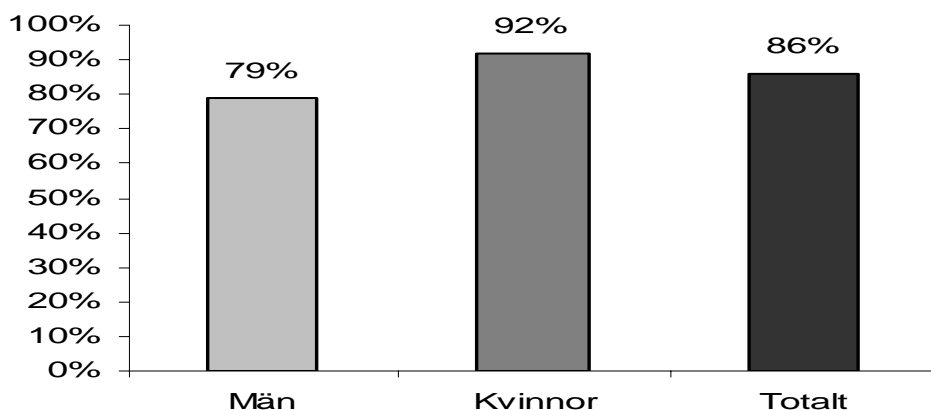


Figur 1.

Tolkningen blir således att de flesta av männen (75 %) och kvinnorna (80 %) bor i villa, radhus eller bostadsrätt. Könskillnaden är 5 %. Boendeformen är en bakgrundsvariabel (globala nivån).⁶³

⁶³ Vallerand, se Hassmén mfl, s. 175.

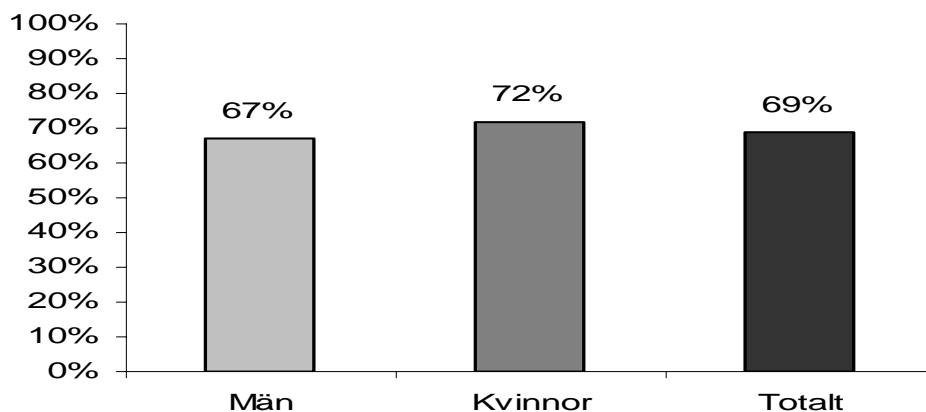
Andel som bor med två vuxna (förälder eller annan vårdnadshavare).



Figur 2.

Tolkningen blir således att de flesta av männen (79 %) och kvinnorna (92 %) bor med två vuxna (förälder eller annan vårdnadshavare). Könsskillnaden är 13 %. Hur de aktiva bor är en bakgrundsvariabel (globala nivån).⁶⁴

Andel som har en eller två föräldrar i ett yrke med minst två års akademisk bakgrund.



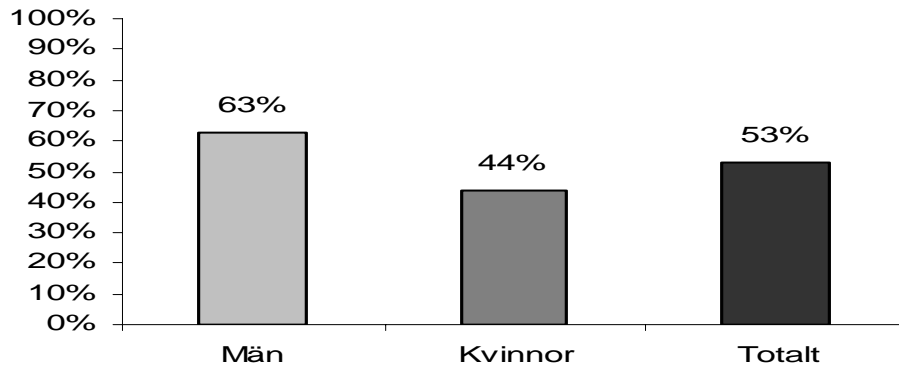
Figur 3.

Tolkningen bli således att över hälften av männen (67 %) och kvinnorna (72 %) har en eller två föräldrar i ett yrke med minst två års akademisk bakgrund. Könsskillnaden är 5 %. Föräldrar med minst två års akademisk bakgrund är en bakgrundsvariabel (globala nivån).⁶⁵

⁶⁴ Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 175.

⁶⁵ Ibid. s. 175.

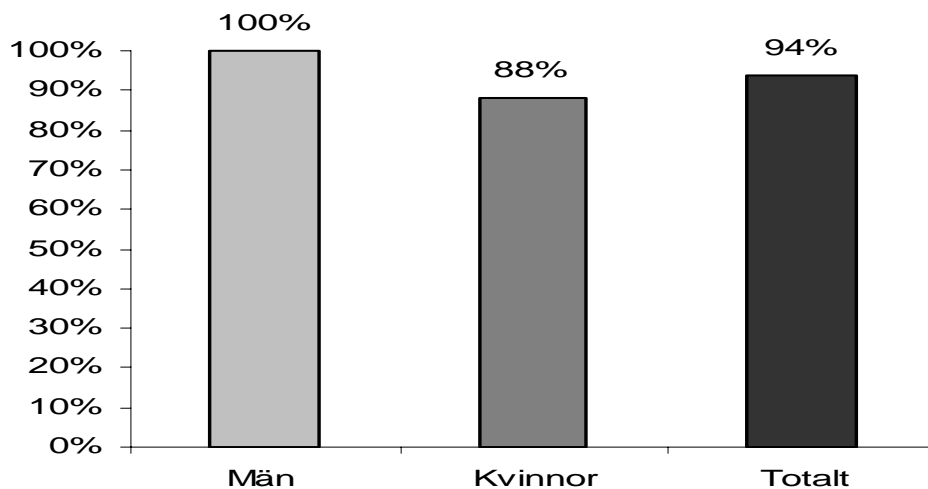
Andel som har tillgång till bil, sommarstuga eller båt med sovplatser och hemdator.



Figur 4.

Tolkningen blir således att över hälften av männen (63 %) och något under hälften av kvinnorna (44 %) har tillgång till bil, sommarstuga eller båt med sovplatser och hemdator. Könsskillnaden är 19 %. De som har tillgång till bil, sommarstuga eller båt med sovplatser och hemdator är en bakgrundsvariabel (globala nivån).⁶⁶

Andel som är tävlingsaktiva.



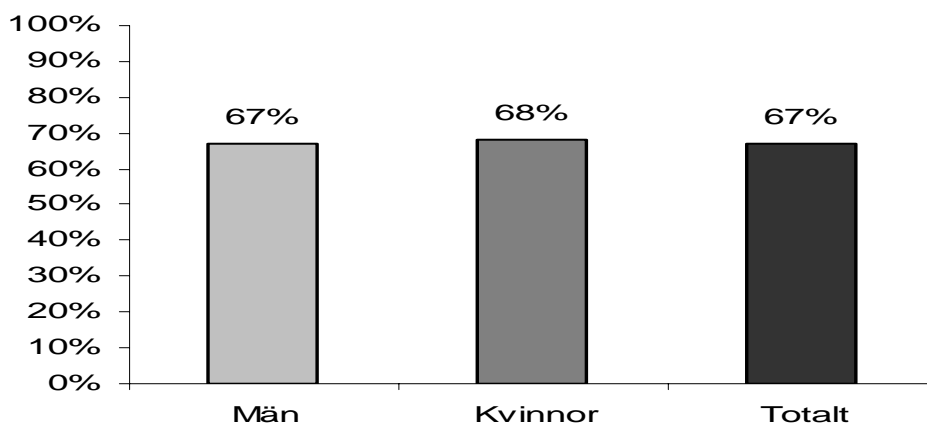
Figur 5.

Tolkningen blir således att samtliga män (100 %) och de flesta kvinnor (88 %) är tävlingsaktiva. Könsskillnaden är 12 %. Andelen tävlingsaktiva är en bakgrundsvariabel (kontextuella nivån).⁶⁷

⁶⁶ Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 175.

⁶⁷ Ibid. s. 173.

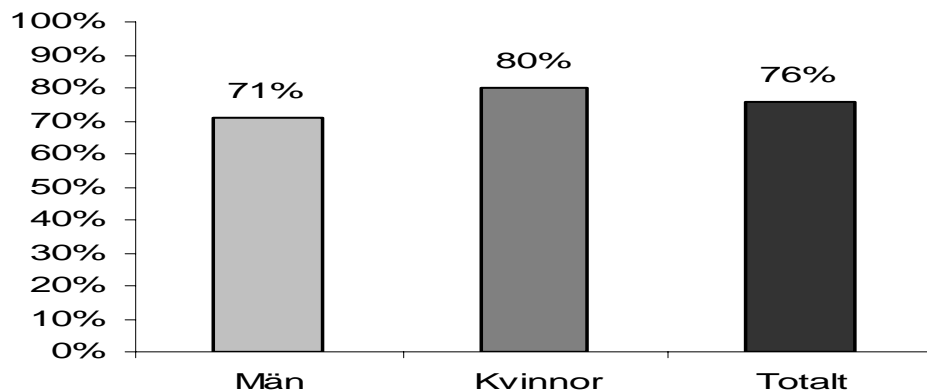
Andel som har 1-30 min restid till friidrottsarenan på utomhussäsongen.



Figur 6.

Internt bortfall: En kvinna, följaktligen är diagrammet beräknat på 24 kvinnor. Tolkningen blir således att över hälften av männen (67 %) och kvinnorna (68 %) har 1-30 min restid till friidrottsarenan på utomhussäsongen. Könsskillnaden är 1 %. Restiden till friidrottsarenan på utomhussäsongen är en bakgrundsvariabel (globala nivån).⁶⁸

Andel som har 30 min eller mer restid till friidrottsarenan på inomhussäsongen.



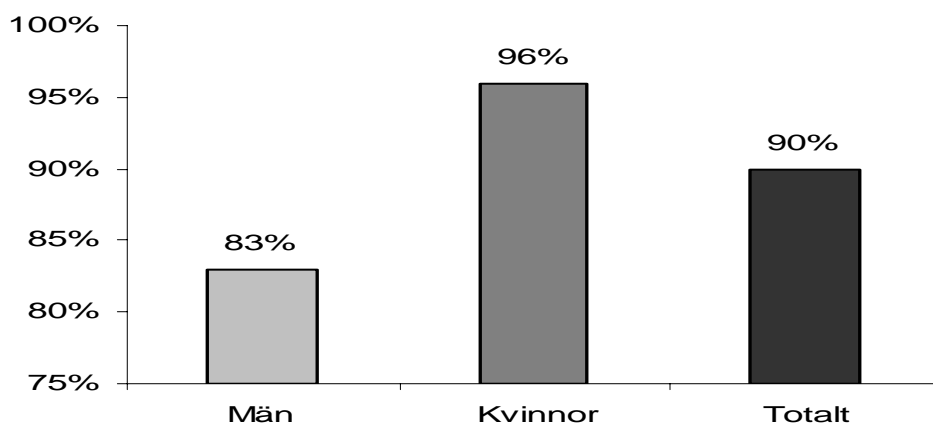
Figur 7.

Tolkningen blir således att över hälften av männen (71 %) och de flesta kvinnor (80 %) har 30 min eller mer restid till friidrottsarenan på inomhussäsongen. Könsskillnaden är 9 %. Restiden till friidrottsarenan på inomhussäsongen är en bakgrundsvariabel (globala nivån).⁶⁹

⁶⁸ Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 175.

⁶⁹ Ibid. s. 175.

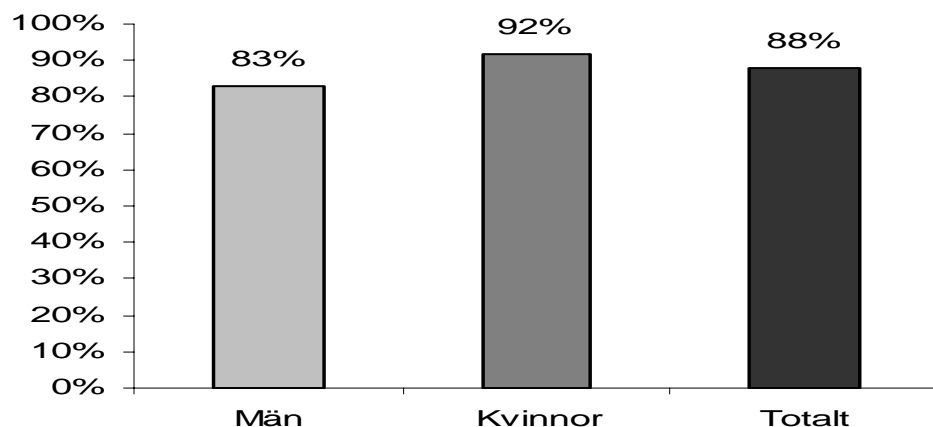
Andel som tränar ca 75 % eller mer av tiden i grupp.



Figur 8.

Tolkningen blir således att de flesta av männen (83 %) och nästan alla kvinnor (96 %) tränar ca 75 % eller mer av tiden i grupp. Könsskillnaden är 13 %. Träning i grupp är en bakgrundsvariabel (kontextuella nivån).⁷⁰

Andel som tycker att träning i grupp är viktigt för att hålla på med friidrott.



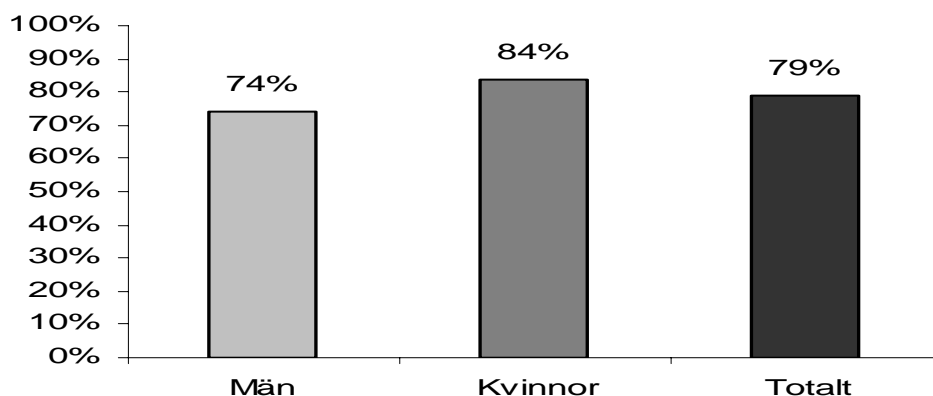
Figur 9.

Tolkningen blir således att de flesta av männen (83 %) och nästan alla kvinnor (92 %) tycker träning i grupp är viktigt för att hålla på med friidrott. Könsskillnaden är 9 %. Inställningen att träning i grupp är viktigt för att hålla på med friidrott är en ”YM” (kontextuella nivån).⁷¹

⁷⁰ Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 173.

⁷¹ Ibid. s. 173.

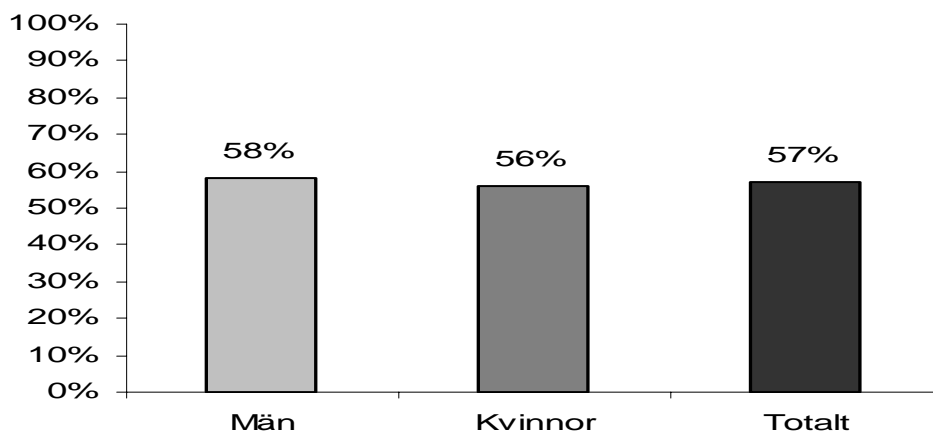
**Andel som umgås med någon från
träningsgruppen på fritiden.
(48 aktiva tränare i grupp)**



Figur 10.

Tolkningen blir således att över hälften av männen (74 %) och de flesta kvinnor (84 %) umgås med någon från träningsgruppen på fritiden (48 aktiva tränare i grupp). Könsskillnaden är 10 %. Umgänge med någon från träningsgruppen på fritiden är en bakgrundsvariabel (kontextuella nivån).⁷²

**Andel som haft något ledaruppdrag inom
friidrotten.**



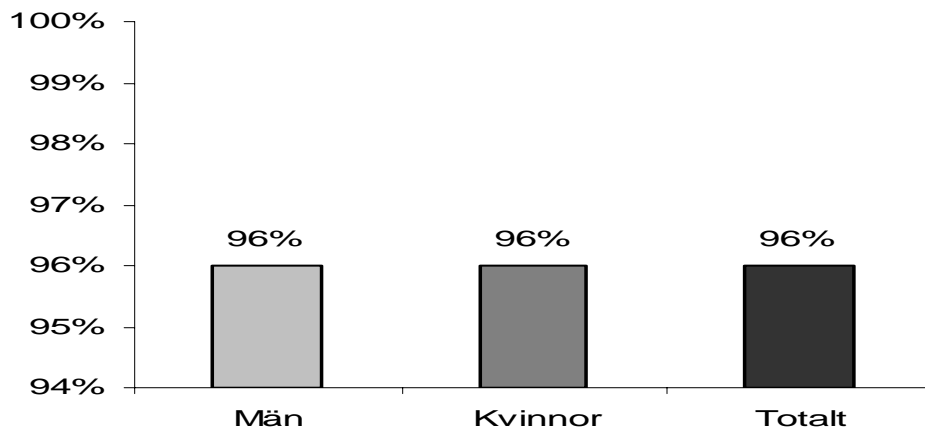
Figur 11.

Tolkningen blir således att över hälften av männen (58 %) och kvinnorna (56 %) har haft något ledaruppdrag inom friidrotten. Könsskillnaden är 2 %. De som haft ett ledaruppdrag är en bakgrundsvariabel (kontextuella nivån).⁷³

⁷² Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 173.

⁷³ Ibid. s. 173.

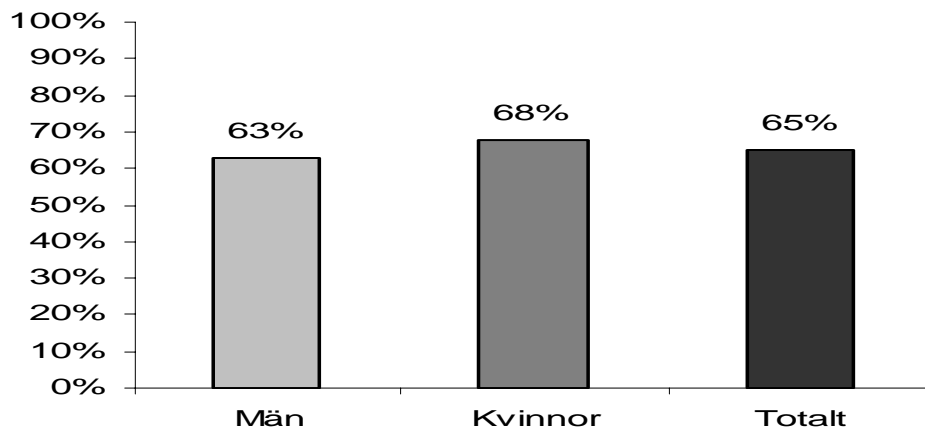
Andel som tycker tränaren är viktig för att hålla på med friidrott.



Figur 12.

Internt bortfall: En kvinna, följaktligen är diagrammet beräknat på 24 kvinnor. Tolkningen blir således att nästan alla män (96 %) och kvinnor (96 %) tycker tränaren är viktig för att hålla på med friidrott. Det finns ingen könsskillnad. Tränarens betydelse för att hålla på med friidrott är en "YM" (kontextuella nivån).⁷⁴

Andel där nästan bara tränaren bestämmer hur de aktiva ska träna .

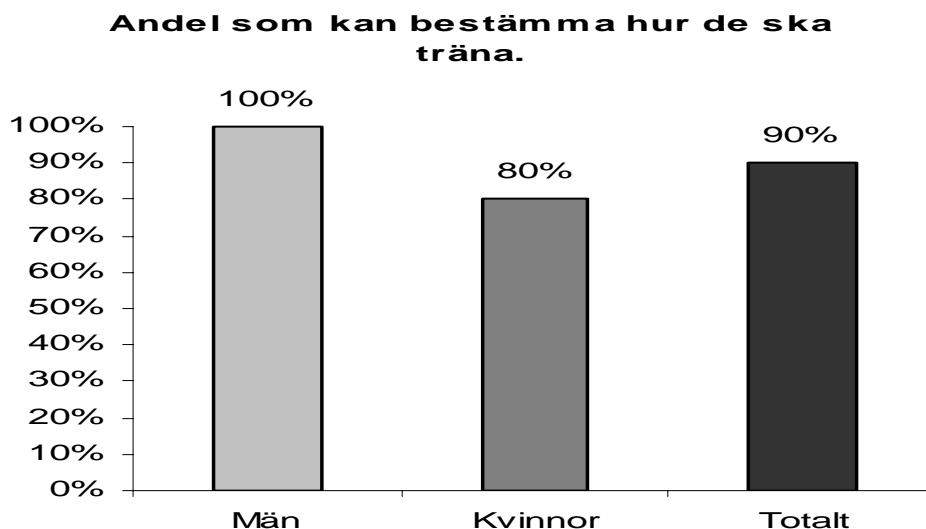


Figur 13.

Tolkningen blir således att hos över hälften av männen (63 %) och kvinnorna (68 %) bestämmer nästan bara tränaren hur de aktiva ska träna. Könsskillnaden är 5 %. Tränarens nästan fullständiga bestämmanderätt om hur träningen ska se ut är en "YM" (kontextuella nivån).⁷⁵

⁷⁴ Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 173.

⁷⁵ Ibid. s. 173.



Figur 14.

Internt bortfall: En kvinna, följaktligen är diagrammet beräknat på 24 kvinnor. Tolkningen blir således att samtliga män (100 %) och de flesta kvinnor (80 %) anser att de kan bestämma hur träningen ska se ut. Könsskillnaden är 20 %. Känslan av egen möjlighet att bestämma hur träningen ska se ut är en ”IM” (kontextuella nivån).⁷⁶

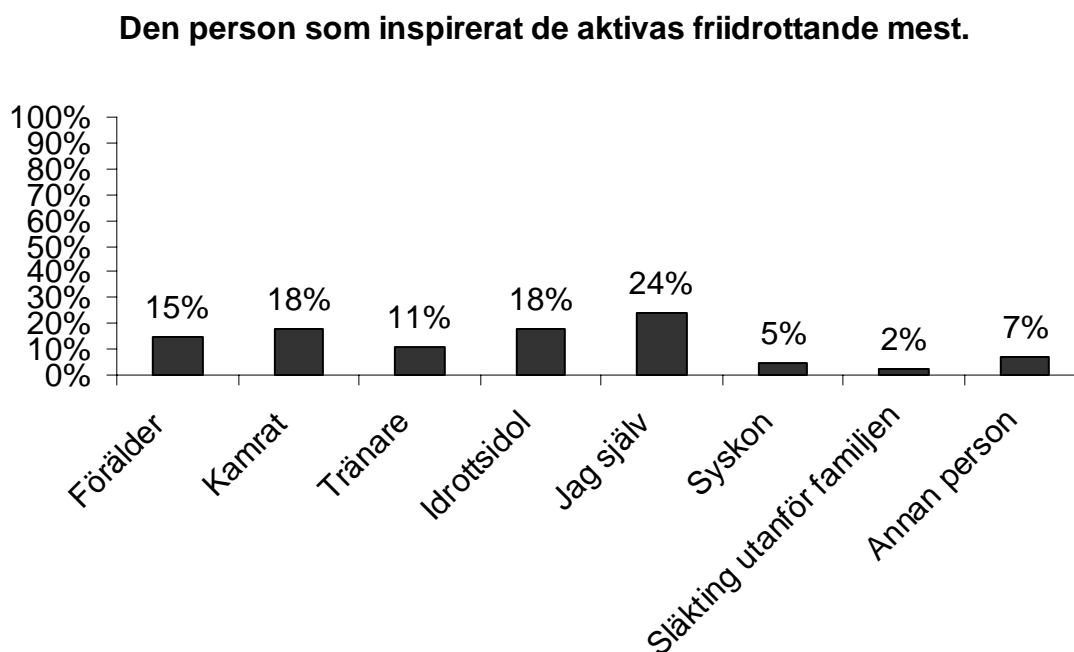
3.3.1 Sammanfattade kvantitativa resultat

Resultaten tyder på att friidrottarna kommer från trygg bakgrund och en socioekonomisk god ställning (se *figur 1-4*). Umgänge i grupp under träning och kamratskapet på fritiden är en indikation på kamratskapets starka betydelse för fortsatt friidrottande (se *figur 8-10*). Tränarens betydelse och inflytandet över den egna träningen är viktiga för fortsatt friidrottande (se *figur 12-14*). Nästan alla friidrottarna är tävlingsaktiva och över hälften har erfarenheten av ett ledaruppdrag inom friidrotten (se *figur 5* och *11*). Restiden till friidrottsarenan är längre på vintern än sommaren (se *figur 6-7*).

⁷⁶ Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl , s. 173.

3.2 Resultat och analyser

I figur 15 på frågan: Vem har inspirerat ditt friidrottande mest?, får ungdomarna välja mellan ”IM”- alternativ och ”YM”- alternativ. Efter ett chi2 test där signifikansnivån fastställs till $p \leq 0.05$ visar prioritetssvaren mellan ”IM” och ”YM” att det inte finns någon statistiskt säkerställd könsskillnad. Det finns inte några statistiskt säkerställda skillnader mellan könen på den här frågan, därför presenteras män och kvinnor som en enhet.



Figur 15.

Internt bortfall: 3 personer, följaktligen är diagrammet beräknat på 46 svarande. Ungdomarna har svarat ett ”IM” - alternativ (av totalt ett alternativ) och sju ”YM”- alternativ (av totalt åtta).

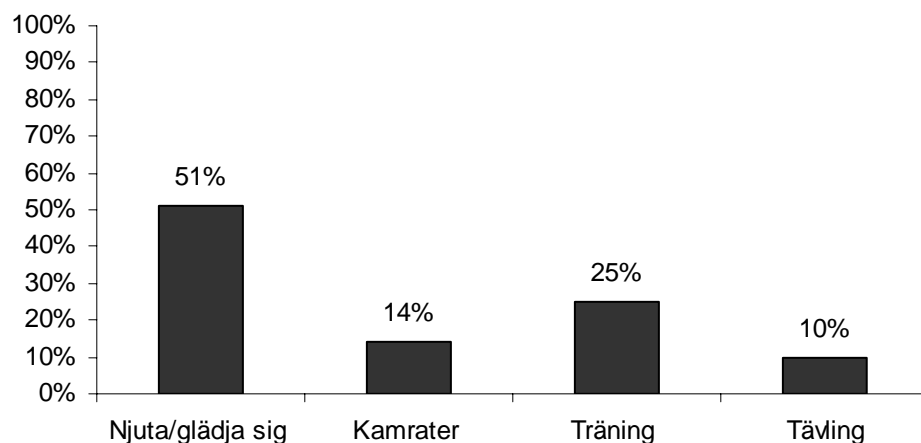
24 % har svarat ”IM”- alternativet jag själv (kontextuella nivån).

76 % har svarat någon av ”YM”- alternativen vilket innebär andra personer (kontextuella nivån).⁷⁷

⁷⁷ Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 173.

I figur 16 på frågan: Vad är viktigast med din friidrott?, får ungdomarna välja mellan ”IM”- alternativ och ”YM”- alternativ. Efter ett chi2 test där signifikansnivån fastställs till $p \leq 0.05$ visar prioritetssvaren mellan ”IM” och ”YM” att det inte finns någon statistiskt säkerställd könsskillnad. Det finns inte några statistiskt säkerställda skillnader mellan könen på den här frågan, därför presenteras män och kvinnor som en enhet.

Viktigast med friidrotten.



Figur 16.

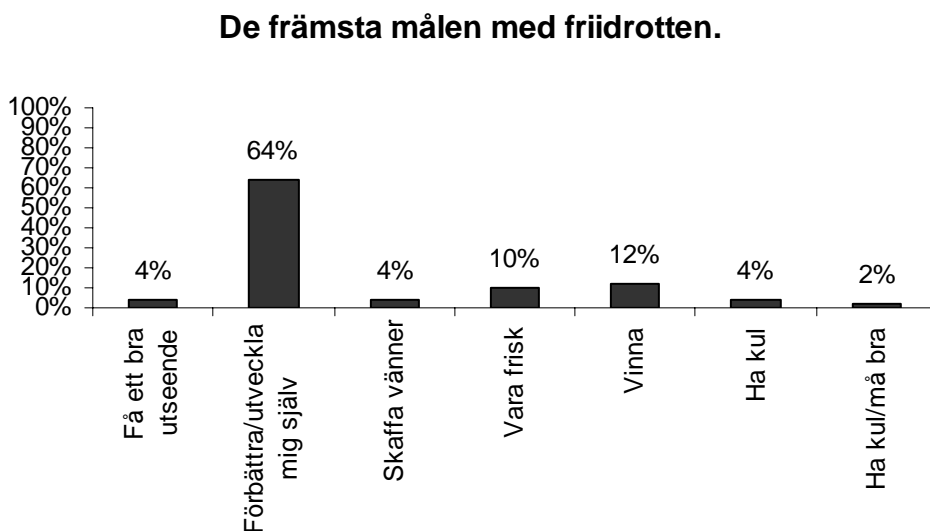
Ungdomarna har svarat två ”IM”- alternativ (av totalt två alternativ) och två ”YM”- alternativ (av totalt fyra alternativ).

90 % har svarat ”IM”- alternativen njuta/glädja sig (situationsnivån), ha kamrater (kontextuella nivån) eller träning (situationsnivån).

10 % har svarat ”YM”- alternativet tävling (situationsnivån).⁷⁸

⁷⁸ Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 172-73.

I figur 17 på frågan: Vilka är de främsta målen med din friidrott?, får ungdomarna välja mellan ”IM”- alternativ och ”YM”- alternativ. Efter ett chi2 test där signifikansnivån fastställs till $p \leq 0.05$ visar prioritetssvaren mellan ”IM” och ”YM” att det inte finns någon statistiskt säkerställd könsskillnad. Det finns inte några statistiskt säkerställda skillnader mellan könen på den här frågan, därför presenteras män och kvinnor som en enhet.



Figur 17.

Ungdomarna har svarat fyra ”IM”- alternativ (av totalt och tre). Två ungdomar har svarat ha kul, ha kul/må bra på det öppna svarsalternativet och skapar därigenom två nya svar i begreppet ”IM”. Ungdomarna har svarat tre ”YM”- alternativ (av totalt fyra).

80 % har svarat ”IM”- alternativen förbättra/utveckla mig själv (situationsnivån), vara frisk (globala nivån), ha kul (situationsnivån) och må bra (globala nivån).

20 % har svarat ”YM”- alternativen få ett bra utseende (samtliga nivåer), skaffa vänner (kontextuella nivån) och vinna (situationsnivån).⁷⁹

⁷⁹ Ibid. Vallerand, se Hassmén mfl, s. 172-175.

3.3 Kvalitativa resultat

3.3.1 Friidrottarnas syn på gruppträningens betydelse.

Hos kvinnorna är gemenskapen och att stödja varandra viktigt. Kvinnorna tycker också att känslan av glädje är viktig och att lära sig av varandra för att utvecklas. En gemensam känsla av glädje och lära sig av varandra är ”IM” (kontextuella nivån), stödja varandra är en ”YM” (kontextuella nivån). Som exempel skriver två kvinnor:

*”För att det är vännerna som gör att man tar sig igenom de jobbiga träningarna.”*⁸⁰

*”Att få vara glad tillsammans med andra gör att det känns värt att lägga ner all tid som man gör.”*⁸¹

Hos männen finns liknande förklaringar till gruppträningens betydelse som hos kvinnorna. Som exempel skriver tre män:

*”För gemenskap, lära och utveckla varandra. Vi är ett flockdjur och mår bättre av att vara i grupp. Ha någon att prata med och resa hem med.”*⁸²

*”Eftersom all träning i grupp motiverar när det är som tuffast, iaf i min grupp. Att hjälpa varandra att nå sitt eget mål.”*⁸³

*”För att jag tränar inte för att vinna. Om träningen är målet i sig är det inte värt det att vara ensam och ”lida i det ensamma”.”*⁸⁴

3.3.2 Friidrottarnas syn på att gruppträning saknar betydelse.

Självinspiration är en ”IM” (situationsnivån). En man som tränar ensam skriver:

*”Det är en individuell sport, och om jag ska bli bra på min sport, så hänger det bara på mig, och inte andra!”*⁸⁵

⁸⁰ Enkät svar från författarnas enkätstudie (2006-04-04 till och med 2006-04-06).

⁸¹ Ibid.

⁸² Ibid.

⁸³ Ibid.

⁸⁴ Ibid.

⁸⁵ Ibid.

3.3.3 Friidrottarnas syn på tränarens betydelse

Hos kvinnorna är peppning från tränaren viktig. Friidrottskompetens och förmåga att utforma träningsprogram betyder mycket. Förebildsrollen och känslan av förtroende till densamme är viktiga motiv. Humor är viktiga sociala förmågor. Peppning från tränaren, friidrottskompetensen, förmågan att utforma träningsprogram, förebildsrollen, sociala förmågor som t ex humor är alla ”YM” (kontextuella nivån). Känslan av förtroende för tränaren är en ”IM” (kontextuella nivån). Två kvinnor skriver:

*”För att det känns alltid bra att ha någon som ser över en, som man kan snacka med...och som pushar en när det är jobbigt.”*⁸⁶

*”Oavsett självkänsla eller hur bra kompisar vi i gruppen är, så betyder tränaren mycket. Hon/han kan med sin erfarenhet läsa av varje individ och veta vad som krävs, både fysiskt och mentalt.”*⁸⁷

Hos männen finns liknande förklaringar till tränarens betydelse som hos kvinnorna. Fyra män skriver:

*”En person som man kan lita på och prata med.”*⁸⁸

*”Min tränare får mig motiverad och ger mig något att kämpa för. Vägleder mig och uppmuntrar mig. Han ser till att jag inte tränar för mkt el. för lite.”*⁸⁹

*”Upplägg av träning, gemensamma mål, se till att följa dessa.”*⁹⁰

*”Han är mycket kunnigare än jag. Man får råd och stöd som man inte kan ge sig själv.”*⁹¹

⁸⁶ Ibid. Författarnas enkätstudie.

⁸⁷ Ibid.

⁸⁸ Ibid.

⁸⁹ Ibid.

⁹⁰ Ibid.

⁹¹ Ibid.

4. Sammanfattande diskussion

4.1 Motiv till att fortsätta med friidrott.

Motivationsfaktorerna som framkommer till varför ungdomar fortsätter med friidrott är att njuta/glädja sig och förbättra/utveckla sig själv. I de motiven ovan finns tydliga likheter med Engströms ”egenvärde”⁹² och dessutom ingår de i Vallerands begrepp ”inre motivation”.⁹³ Enligt Jonsson i ”Fallet Simning” påverkas det fortsatta deltagandet mer av ”intraindividuell prestation” (förbättra/utveckla mig själv) än ”interindividuell prestation” (tävla mot andra).⁹⁴

Det här stämmer bra överens med föreliggande studies resultat inom friidrottens område, nämligen att förbättra/utveckla sig själv är klart viktigare än tävling. Anledningen till att personlig utveckling är viktigare än tävlan mot andra både i simning och friidrott beror troligtvis på att inre identifierbara motivationsfaktorer, ”IM” anses viktigare än yttre identifierbara motivationsfaktorer ”YM”. En tanke är att själva strävan att utveckla och förbättra sig själv är viktigare än att vara bäst för då finns inget mer att sträva emot. En annan tanke är att många har fått självinsikt och inser att de inte kan bli bäst, istället blir det primära målet att utveckla sig själv, alltså en ständig strävan mot utveckling.

4.1.1 Tränarens betydelse

Enligt Larsson har tränarrelationen stor betydelse för friidrottande ungdomar.⁹⁵ FoU:s rapport visar att ”...erkännande för prestation har betydelse för att fortsätta med fotboll. Andra betydelsefulla aspekter är ”ledarnas kvaliteter”.⁹⁶ Tebelius har om tränarrelationen liknande resultat i sin studie på idrottande tonårsflickor. Uppskattning av tränaren är

⁹² Engström, s. 40.

⁹³ Vallerand, se Hassmén mfl, s. 170.

⁹⁴ Jonsson, s. 64.

⁹⁵ Larsson, s. 9.

⁹⁶ Franzen, Peterson, s. 5.

betydelsefullt. Tränarens roll/attityd är speciellt viktig i den ålder då det sker stora kroppsliga förändringar vilket upptar och påverkar flickornas idrottsprestationer.⁹⁷

Resultaten i föreliggande studie visar att de flesta uppfattar tränaren som viktig för att hålla på med friidrott. Liknande förklaringar till FoU och Tebelius resultat om tränarrelationens betydelse som synliggjorts i föreliggande studie är tränarens stöd och att kunna känna förtroende för tränaren. Andra fynd från friidrottarnas syn på tränarrelationens betydelse är tränarens kunskap, förmåga att utforma träningsprogram, sociala förmågor som t ex humor och känslan av att ha möjligheten att bestämma om träningens utformning. Utbildning av tränare är betydelsefullt både på områden som friidrottskompetens och på social kunskap, eftersom det är önskvärt hos de aktiva och därmed kan påverka fortsatt friidrottande. Över hälften av friidrottarna har haft erfarenheten av ett ledaruppdrag inom friidrotten vilket bör göra dem mer benägna att vilja fortsätta eftersom de får mer ansvar och därigenom utvecklas själva. Konsekvensen blir att de själva får träda in i tränarrollen och utveckla sin pedagogik.

4.1.2 Träningsgruppen och kamraternas betydelse

Enligt FoU:s rapport visar det sig att sociala aspekter som t ex skolkamrater eller kompisar har betydelse för att fortsätta med fotboll.⁹⁸ Enligt Tebelius betyder kamratskapet och att känna gemenskap mycket för idrottande tonårsflickor. Känna uppskattning och att vara omtyckt av kamrater är betydelsefullt.⁹⁹

Resultaten i föreliggande studie visar att de flesta uppfattar kamraterna som viktiga för att hålla på med friidrott (se *figur 9*). Liknande förklaringar till FoU och Tebelius om varför kamraterna är viktiga har i föreliggande studie konstaterats vara att känna gemenskap, gemensam glädje och stödja varandra. Andra betydelsefulla fynd från friidrottarnas perspektiv är att lära sig av varandra. Nästan alla tränar ca 75 % eller mer av tiden i grupp och de flesta som tränar i grupp umgås med någon från träningsgruppen på fritiden. Träningsumgänget och kamratskapen på fritiden är en indikation på kamratskapets starka

⁹⁷ Tebelius, s. 54-55.

⁹⁸ Franzen, Peterson, s. 5.

⁹⁹ Tebelius, s. 54-55.

betydelse för fortsatt friidrottande. Förslagsvis borde föreningar satsa på att sätta ihop träningsgrupper så tidigt som möjligt där nya medlemmar snabbt slussas in. Förslaget om en fadder som stöd är ett sätt att locka nya medlemmar. Ett annat förslag för att nya medlemmar ska känna sig välkomna på ett tidigt stadium är vikten av aktiviteter som stärker gemenskapen genom att lära känna varandra på friidrottens arena och även i andra sammanhang, t ex teambuilding.

4.1.3 Bakgrundsvariabler

De demografiska data i föreliggande studie är jämförbara med Ulla Tebelius studie.¹⁰⁰

Studien av friidrottarna visar att de flesta bor i villa, radhus eller bostadsrätt och med två vuxna (föräldrar eller annan vårdnadshavare). Ett annat liknande resultat hos friidrottarna är att de flesta har en eller två föräldrar med ett yrke som kräver minst två års akademisk bakgrund. Ett annat fynd från föreliggande studie avslöjar att strax över hälften har tillgång till bil, sommarstuga eller båt med sovplatser och persondator. Sammantaget tyder alla fakta (*figur 1-4*) på att friidrottarna kommer från trygg bakgrund och en socioekonomisk god ställning.

Enligt FoU:s rapport visar resultaten att: ”Lokala yttre förhållanden, som var föreningen geografiskt är belägen, visar sig i stort sett sakna betydelse för vilka som fortsätter med fotbollen eller väljer att sluta”.¹⁰¹ I föreliggande studie har friidrottarna 30 min eller mer i restid till friidrottsarenan på vintern, vilket kan tolkas som att var friidrottsarenan geografiskt är belägen är av mindre betydelse.

4.2 Skillnader mellan könen

De könsskillnaderna i föreliggande studie angående föreställningar om relation och prestation överensstämmer till stor del med Larssons resultat.¹⁰² Föreliggande studie visar att män och kvinnor har väldigt lika syn på relation och prestation. Enligt Ulla Tebelius är ett

¹⁰⁰ Olofsson, Wester-Wedman, s. 68-69.

¹⁰¹ Franzen, Peterson, s. 5.

¹⁰² Ibid., s. 9.

genomgående tema bland flickorna i alla åldrar att det finns en tydlig medvetenhet om utseende och kropp.¹⁰³

Resultaten i föreliggande studie visar att få ett bra utseende inte är viktigt vare sig för män eller kvinnor jämfört med andra mål som att t ex förbättra/utveckla sig själv. Istället prioriteras en önskan att få vara frisk högre än att få ett bra utseende. Antagligen har de svarat sanningsenligt men eftersom utseende är något som påverkas utifrån genom media och annan omgivning är det inte säkert att de är medvetna om vilken effekt den påverkan har eller så är målet att få ett bra utseende mindre prioriterat. Den gruppen som undersöks är homogen i många avseenden vilket säkerligen har påverkat att synen på relation och prestation är väldigt lika mellan män och kvinnor.

Det är vanligare för både män och kvinnor att andra personer är den främsta inspirationskällan till friidrottandet än att friidrottarna inspirerat sig själva. Det finns inte några statistiskt säkerställda könsskillnader mellan ”IM” och ”YM”. Gällande vem som inspirerat ungdomarnas friidrottande mest finns en tendens till skillnad. Vid en möjlig underanalys av specifika svarsalternativ utan att kategorisera in dem i ”IM” och ”YM” framkommer tendensen. Nämligen att 36 % av männen har svarat idrottsidol som främsta inspirationskälla i jämförelse med 0 % av kvinnorna. 35 % av kvinnorna väljer sig själva som främsta inspirationskälla i jämförelse med 14 % av männen. Männen verkar ha något mer ”YM” som inspirationskälla än kvinnorna som har något mer ”IM”.

På resterande underlag finns heller inga större skillnader. Men när det gäller möjligheten att bestämma över hur träningen ska se ut finns en tendens till skillnad. Vid en möjlig underanalys av specifika svarsalternativ utan att kategorisera in dem i ”IM” och ”YM” framkommer tendensen. Nämligen att 100 % av männen anser att de kan bestämma över hur träningen ska se ut i jämförelse med 80 % av kvinnorna. Antagligen är de flesta friidrottstränarna män och därför kan det vara lättare för männen att våga bestämma än för kvinnorna.

¹⁰³ Tebelius, s. 54-55.

4.3 Tillförlitlighet

Gustavsson och Hinic har studerat ungdomar som slutat med idrott i generell mening. Urvalet är grundat på den forskningen. Det är inte säkert att den är representativ för friidrottens område.

Resultaten i föreliggande studie representerar 33 %, ett sampel av en population på sammanlagt 148 individer i fyra friidrottsföreningar. Det kan bara antas att resultaten gäller för samtliga. Statistiken 148 friidrottare grundar sig på respektive klubbs medlemsregister. Insynen i friidrottens värld signalerar att många är registrerade medlemmar men de är inte aktiva friidrottare. För att minimera det externa bortfallet har författarna varit på plats när enkätundersökningen ägde rum. Det har endast gjort det möjligt att undersöka de aktiva friidrottarna vilka är intressanta för undersökningens resultat. Mörkertalet hos registrerade medlemmar som inte är aktiva får tron på en större representativitet än 33 % hos de fyra friidrottsföreningarna att bli starkare.

På fråga sex i enkäten har friidrottarna svarat på vilket yrke deras föräldrar har. Utifrån de svaren har författarna gjort en bedömning av vilka yrken som kräver minst två års akademisk utbildning. Den bedömningen stämmer enligt författarna till stor del men kan inte garanteras vara felfri. Validiteten stärks eftersom endast ett fåtal svar skapat tveksamhet vilket inte hade påverkat slutsatsen nämnvärt.

På fråga 13 finns två felaktiga svar. Trots att anvisningarna anger ett svarsalternativ finns en förståelse för att man kan bli frestad och ringa in flera alternativ eller har man inte läst frågeinstruktionerna ordentligt. Ett rimligt antagande är att det finns flera inspiratörer till friidrottandet vilket de aktiva gärna vill berätta. En person har inte besvarat fråga 13 alls. Antagligen har personen missat frågan. Anledningen till att det finns ett "IM"-alternativ och åtta "YM"-alternativ (fråga 13) är att författarna har försökt utröna om det finns någon specifik person som inspirerat friidrottandet mest (se figur 15). För att få en mer rättvis bild av prioriteringen mellan "IM" och "YM" vore två alternativ att föredra, ett "IM" (jag själv) och ett "YM" (annan person).

På fråga 11 finns ett felaktigt svar. Trots att anvisningarna anger ett svarsalternativ har flera tidsintervall troligen passat in.

På fråga 20 och 21 har en person inte svarat alls. Troligen har den svarande missat sista sidan. Fåtalet felaktiga svar bedömer författarna inte har påverkat det totala resultatet nämnvärt.

4.4 Slutsats

94 % av friidrottarna i undersökningsgruppen är tävlingsaktiva. Trots det tycker 51 % att njuta/glädja sig är viktigast med friidrotten och endast 10 % tycker att tävling är viktigast. Trots den stora mängden tävlingsaktiva i undersökningsgruppen tycker 64 % att det viktigaste målet med friidrotten är att förbättra/utveckla sig själv och endast 12 % tycker att vinna är det viktigaste målet. Det är viktigare med att njuta/glädja sig och förbättra/utveckla sig själv än att tävla och vinna. Följaktligen prioriterar friidrottarna inre identifierbara motivationsfaktorer ("IM") före yttre identifierbara motivationsfaktorer ("YM").

De flesta kommer från en välmående socioekonomisk bakgrund. Familjerna har bra ekonomi, bra boende och föräldrar med akademisk utbildning (globala nivån). Viktiga motivationsfaktorer för friidrottarna är tränarens förmåga att kunna stödja, peppa och därigenom visa sin uppskattning vilket är en "YM" (kontextuella nivån). Det är samtidigt viktigt för dem att kunna känna förtroende för tränaren vilket är en "IM" (kontextuella nivån). Lika avgörande för fortsatt friidrottande är tränarens kunskap om träningen vilket är en "IM" (kontextuella nivån). Kamraterna och träningsgruppen är viktiga motivationsfaktorer. Det är känslan av gemenskap och gemensam glädje vilka är "IM" (kontextuella nivån). Det är också att kunna stödja varandra och lära ut nya saker till varandra vilka är "YM" (kontextuella nivån). Många träningskompisar umgås med varandra på fritiden vilket är en indikation på kamratskapets starka betydelse.

När friidrottarna tvingas prioritera mellan "IM" och "YM" har både män och kvinnor valt "IM" som de viktigaste. Av motivationsfaktorer som identifieras verkar inre mer

betydelsefulla än yttre. Det finns inga signifikanta eller uppseendeväckande könsskillnader mellan ”IM” eller ”YM”.

4.5 Fortsatt forskning

Förslag på fortsatt forskning är att jämföra en friidrottsklubb från en större stad med en friidrottsklubb i en mindre stad för att se vilka eventuella skillnader och fynd som finns. Istället för att göra en surveystudie med enkäter kan en djupstudie med intervjuer skvallra om ytterligare motivationsfaktorer till att ungdomar fortsätter med friidrott. Intervjuerna skulle kunna ske tillsammans med tränare, aktiva eller andra nyckelpersoner i den aktives närhet för att förstå motivationsfaktorena till att ungdomar fortsätter med friidrott. Vid en möjlig underanalys av resultaten utan att kategorisera in dem i ”IM” och ”YM” kan eventuella könsskillnader upptäckas.

Käll- och litteraturförteckning

Tryckta källor

Antonovsky, Aaron, ”*Hälsans mysterium*”, (Köping: Natur och kultur WSOY, 1993).

Engström, Lars-Magnus, ”Idrott som social markör” (Göteborg: HLS, 2000).

Engström, Lars-Magnus, Karin Redelius, ”*Pedagogiska perspektiv på idrott*”, kap 11-Syner på manlighet och kvinnlighet i idrott av Larsson, Håkan, (Stockholm: HLS förlag 2002).

Franzen, Mats, Peterson, Tomas, ”*Varför lämnar ungdomar idrotten? EN UNDERSÖKNING AV FOTBOLLSTJEJER OCH –KILLAR FRÅN 13 TILL 15 ÅR.*”, Forskning och Utvecklingsenhetens (FoU:s)-rapport 2004:3: (Stockholm: Riksidrottsförbundet 2004).

Gustavsson, Håkan, Hinic, Hansi, ”Avhopp från idrotten: Varför och vid vilken ålder slutar flickor och pojkar vara med i en idrottsförening?”, i *Aktuell beteendevetenskaplig idrottsforskning: SVEBI:s årsbok 2004, red. Patriksson, Göran*, (Lund: Sociologiska institutionen, 2004).

Jonsson, Rolf, delrapport i projektet Ungdom om Idrott, ”FORTSÄTTA ELLER SLUTA? En studie av bakgrunden till avhopp ur barn- och ungdomsidrott. Fallet Simning.” (Uppsala universitet: Sociologiska institutionen, 1983).

Larsson, Håkan, ”Att träna friidrott – en studie av relationer mellan tränare och friidrottande tonårsflickor och tonårspojkar, projektrapport för Centrum för Prestationsutveckling, (20/95).” (Farsta: Centrum för prestationsutveckling, 1997).

Olofsson, Eva, Wester-Wedman, Anita, ”*KVINNORNA OCH IDROTTE*”, Ulla Tebelius, ”*IDROTTENS BETYDELSE FÖR TONÅRSFLICKORS JAGBILD OCH KROPPSUPPFATTNING*”, Rapport från nordiskt seminarium om kvinnor och idrott i Umeå den 26-28 mars 1990, nr 19 1990, , (Stockholm 1990).

Tebelius, Ulla, "Varför fortsätter tonårsflickor att idrotta?", *Svensk idrottsforskning* (1998:2) s. 54-57.

Vallerand, Robert J., "Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise", *Advances in experimental social psychology*, 29 (1997), p. 271-360; se Hassmén, Peter, mfl, *Idrottspsykologi* (Stockholm: Natur och kultur, 2003).

Undersökningsmaterial

I författarnas ägo

Enkät svar från 2006-04-04 till och med 2006-04-06.

Statistik i Excel och SPSS.



Enkätundersökning

Enkäten är en undersökning som ingår i vår C-uppsats om aktiva friidrottsungdomar. Vi är två studenter från Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm som studerar till lärare i ämnet Idrott och Hälsa. Vi vill veta vad som motiverar dig att hålla på med friidrott. Enkäten kommer förhoppningsvis att hjälpa föreningarna i arbetet med aktiva friidrottsungdomar.

Vi vore därför mycket tacksamma om du kan svara på alla frågor uppriktigt och läsa frågeinstruktionerna noggrant.

Du som fyller i enkäten är helt anonym och alla svaren kommer att behandlas konfidentiellt.

Du får när som helst avbryta ifyllnad av enkäten utan att behöva ange orsak.

Ifyllnad av enkäten tar ca 10 min.

Tack för Din medverkan!

Håkan Tunander och Olle Wigblad

Vid frågor eller funderingar kontakta: Håkan Tunander, mail: htunander@yahoo.com, mobil: 0702323060

Olle Wigblad, mail: Greven_75@hotmail.com, mobil: 0707302185

1. Födelseår? Ringa in ett svar.

- a) 1987 b) 1988 c) 1989

2. Kön? Ringa in ett svar.

- a) Man b) Kvinna

3. Boendeform? Ringa in ett svar. (Flera svarsalternativ är möjliga)

- a) Villa b) Radhus eller dylikt c) Bostadsrättslägenhet d) Hyresrättslägenhet

e) Annan boendeform (*skriv nedan*)

.....

4. Hur bor du? Ringa in ditt svar. (Flera svarsalternativ är möjliga)

a) Med två vuxna (föräldrar eller annan vårdnadshavare)

b) Med en vuxen (förälder eller annan vårdnadshavare)

c) Med syskon

d) Ensam (flyttat till eget boende)

e) Med sambo/make

f) Med eget eller egna barn

g) Annat boende (*skriv nedan*)

.....

5. Har du/ni tillgång till? Ringa in ditt svar. (Flera svarsalternativ är möjliga)

- a) Bil b) Båt med sovplatser c) Sommarstuga d) Hemdator e) Inget av alternativen

6. Vilket yrke har din/dina föräldrar? Skriv eller ringa in ditt/dina svar.

Bilaga 1 (3).

a) Mamma.....

b) Arbetssökande mamma

c) Pappa.....

d) Arbetssökande pappa

7. Hur många år har du tränat friidrott i en friidrottsförening? Ringa in ett svar.

a) Mindre än 1 år

b) 1 år

c) 2 år

d) 3 år

e) 4 år

f) 5 år eller mer

8. Har du haft något ledaruppdrag inom friidrotten? Ringa in ett svar.

a) Ja, är fortfarande ledare

b) Ja, men är inte ledare nu

c) Nej

9. Hur många gånger i veckan tränar du friidrott? Ringa in ett svar.

a) Mindre än 1 gång

b) 1 gång

c) 2 ggr

d) 3ggr

e) 4 ggr

f) 5 ggr eller mer

10. Hur ofta tävlar du i friidrott under en säsong? Ringa in ett svar.

a) Tävlar inte alls

b) En gång per månad eller mer sällan

c) 2-3 gånger per månad

d) 4 gånger per månad eller oftare.

11. Hur lång restid har du vanligtvis till friidrottsarenan på utomhussäsongen (sommaren)?

Ringa in ett svar.

- a) 1-15 min b) 15-30 min c) 30-45 min d) 45-60 min e) 60 min eller mer

12. Hur lång restid har du vanligtvis till friidrottsarenan på inomhussäsongen (vintern)?

Ringa in ett svar.

- a) 1-15 min b) 15-30 min c) 30-45 min d) 45-60 min e) 60 min eller mer

13. Vem har inspirerat ditt friidrottande mest? Ringa in ett svar.

- | | | |
|-------------|------------------------------|-----------------|
| a) Förälder | b) Kamrat | c) Tränare |
| d) Lärare | e) Idrottsidol | f) Jag själv |
| g) Syskon | h) Släkting utanför familjen | i) Annan person |

14. Vad är viktigast med din friidrott? Skriv svaren på raderna.

- | | |
|------------------------|---|
| a) Få ekonomiskt stöd | (Rangordna <u>tre</u> alternativ, välj mellan alternativen a-h) |
| b) Njuta/glädja sig | |
| c) Kamrater | 1: |
| d) Lära sig nya saker | |
| e) Träning | 2: |
| f) Resor/läger | |
| g) Tävling | 3: |
| h) Annat (skriv nedan) | |

.....

15. Vilka är de främsta målen med din friidrott? Skriv svaren på raderna.

Bilaga 1 (5).

a) Få ett bra utseende (Rangordna tre alternativ, välj mellan alternativen a-h)

b) Förbättra/utveckla mig själv

c) Tjäna pengar 1:

d) Skaffa vänner

e) Vara frisk 2:

f) Lära mig nya saker

g) Vinna 3:

h) Annat (skriv nedan)

.....

16 a. Hur ofta tränar du i grupp? Ringa in ett svar.

a) Alltid

b) ca 75%

c) ca 50%

d) ca 25%

e) Aldrig

16 b. Om du svarat a, b, c eller d på fråga 16 a.

Umgås du med någon från träningsgruppen på fritiden? Ringa in ett svar.

a) Ja

b) Nej

17 a. Är träning i grupp viktigt för att du ska hålla på med friidrott? Ringa in ett svar.

a) Ja

b) Ja, till viss del

c) Nej

17 b. Om du svarat a eller b på fråga 17 a, varför är träning i grupp viktigt för dig? Skriv ditt svar.

.....

.....

.....

17 c. Om du svarat c på fråga 17 a, varför är träning i grupp inte viktigt för dig? Skriv ditt svar.

.....

.....

.....

18 . Hur länge har du haft din nuvarande tränare? Ringa in ett svar.

a) Mindre än 1 år

b) 1 år

c) 2 år

d) 3 år

e) 4 år

f) 5 år eller mer

19. Vem bestämmer hur du ska träna? Ringa in ett svar.

a) Nästan bara du själv

b) Du och din tränare ungefär lika ofta

c) Nästan bara din tränare

d) Annan person (skriv nedan)

.....

20. Kan du bestämma hur du ska träna? Ringa in ett svar.

Bilaga 1(7).

a) Ja

b) Ja, till viss del

c) Nej

21 a. Är tränaren viktig för att du ska hålla på med friidrott? Ringa in ett svar.

a) Ja

b) Ja, till viss del

c) Nej

21 b. Om du svarat a eller b på fråga 21 a, varför är tränaren viktig för dig? Skriv ditt svar.

.....

.....

.....

21 c. Om du svarat c på fråga 21 a, varför är tränaren inte viktig för dig? Skriv ditt svar.

.....

.....

.....

Tack för Din medverkan!

VAD?

Vilka ämnesord har du sökt på?

Ämnesord	Synonymer
<i>Sluta ungdom, fortsätta ungdom, varför ungdomar, idrottspsykologi.</i>	

VARFÖR?

Varför har du valt just dessa ämnesord?

<i>Dessa ämnesord valdes ut därför att de berör studiens område eller forskningsläget.</i>
--

HUR?

Hur har du sökt i de olika databaserna?

Databas	Söksträng	Antal träffar	Antal relevanta träffar
<i>Gih:s bibliotek</i>	<i>Sluta ungdom, fortsätta ungdom, varför ungdomar, idrottspsykologi.</i>	25, 3, 19, 20	2, 2, 1,1
<i>Stockholms stadsbibliotek.</i>	<i>varför ungdomar.</i>	5	2
<i>Libris.</i>	<i>Fortsätta ungdom.</i>	1	1

KOMMENTARER:

Motivation är en komplicerad psykologisk mekanism. Det finns mycket litteratur att välja på men Vallerand passar bäst för vårt syfte.
