



# **Publikens inverkan på fotbollsspelare**

- ”Den tolfte spelaren”

**William Al Djezani & Gabriel Baydono**

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN

Självständigt arbete grundnivå: 61:2018

Ämneslärarprogrammet 2015–2020

Handledare: Daniel Roe

Examinator: Leif Yttergren

## Sammanfattning

**Syfte och frågeställningar:** Syftet med undersökningen var att få en inblick över hur fotbollsspelares prestation påverkas av publiken under matchdagar. Studiens frågeställning är:

- *Hur påverkar publiken spelarnas motivation, stress/press och självförtroende på plan?*

**Metod:** En kvalitativ studie genomfördes genom att intervjua fyra manliga fotbollsspelare. Dessa fotbollsspelare har en elitbakgrund och är mellan åldrarna 19–26 år. Intervjuerna utformades utifrån en semistrukturerad mall.

**Resultat:** Resultatet introduceras i tre olika teman: spelarnas erfarenheter av publiken, spelarnas upplevelser av att spela på hemmaplan och spelarnas upplevelser av att spela på bortaplan. Dessa tre teman utgår ifrån respondenternas svar. Studien visar att spelarna upplever någon form av påverkande faktorer av publikens närvaro. Samtliga respondenter anser att stödet från publiken höjer deras prestationsförmåga. Enligt respondenterna upplever fotbollsspelare stress och press inför varje match. Spelarna anser att publiken är där och stöttar en och det höjer prestationen.

**Slutsats:** Publiken har påverkande faktor på spelarna. Motivationen höjs när publiken stöttar laget, och samtidigt skapas en form av nervositet hos spelarna före match, men släpps direkt efter. Nervositeten kan även få spelarna att prestera bättre.

# Innehållsförteckning

1. Inledning.....	1
2. Bakgrund och centrala begrepp .....	1
2.1. Motivation.....	2
2.2. Självförtroende .....	2
2.3. Stress och press .....	3
2.4. Forskningsläge.....	3
2.5. Syfte och frågeställning.....	6
3. Metod .....	6
3.1. Metodval.....	6
3.2. Validitet och Reliabilitet.....	6
3.3. Urval.....	7
3.4. Genomförande .....	7
3.5. Analys.....	8
3.6. Etiska aspekter .....	9
4. Resultat .....	9
4.1. Tema 1: Spelarnas erfarenhet av publiken .....	10
4.2. Tema 2: Spelarnas upplevelser av att spela på hemmaplan.....	11
4.3. Tema 3: Spelarnas upplevelser av att spela på bortaplan .....	13
5. Diskussion.....	14
5.1. Resultatdiskussion.....	14
5.1.2. Hemmaplan eller bortaplan? .....	14
5.1.3. Stress och press.....	15
5.1.4. Motivation .....	16
5.1.5. Självförtroende.....	16
5.2. Metoddiskussion .....	17
5.2.1. Genomförande.....	17
5.2.2. Urval.....	18
5.3. Slutsats.....	18
5.3.1. Vidare forskning.....	19
Käll- och litteraturförteckning .....	20

Bilaga 1 – Intervjufrågor

Bilaga 2 – Litteratursökning

Bilaga 3 - Informationsbrevet

## 1. Inledning

De flesta elitidrottare har någon form av stöttande faktorer som kan påverka spelarnas prestationsförmåga. En av dessa är publiken, där de stöttar fram sitt lag till framgång. Fotboll är den populäraste idrotten i världen och en stor publiksport. Fotbollen är störst i Europa, Afrika, Asien, Sydamerika. Fotbollen har 265 miljoner utövare. De 265 miljonerna består av 26 miljoner kvinnliga deltagare och 239 miljoner manliga deltagare (Kunz, 2007). Det finns cirka 359 726 registrerade fotbollsspelare i Sverige som är över 15 år och av dem är 91 780 damer (Fogis, 2017).

Publiken befinner sig där för att stötta sitt lag och använder sig av olika metoder för att hjälpa sitt lag till att vinna (Wolfson, Wakelin och Lewis, 2005, s. 365). Schwartz & Barsky (1997) har genom statistik från flera matcher kommit fram till att ju större publiken är, desto större blir övertaget för hemmalaget. Möter hemmalaget ett jämnstarkt lag visas inte hemma övertaget lika tydligt. Är bortalaget starkare eller svagare höjs hemmalagets prestation. Detta påvisar att spelarna kan pressa ett bättre lag när de spelar hemma, och mot ett sämre lag kan publiken motivera spelarna till att göra flera mål även när de leder (Schwartz & Barsky, 1977, s. 641–661).

## 2. Bakgrund och centrala begrepp

För vissa är fotbollen en livsstil, men fotbollen kan även vara en trygghetspunkt, där man träffar på lagkamrater, umgås och har kul tillsammans, man skapar en gemenskap.

I Aftonbladet skriver journalisten Caroline Seger bjöd på en lektion i svenska under fotbolls EM 2013 - ”Just publiken har imponerat på de svenska spelarna. Redan inför turneringen talade landslaget om betydelsen av åskådarnas stöd i kampanjen ”den tolfte spelaren”. (Aftonbladet, 2013). Inom fotbollen brukar man tala om ”den tolfte spelaren”, alltså hur stor effekt supportrarna har i stöd och påverkan på spelarnas prestationsförmåga under fotbollsmatchen. Stödet från publiken påverkar spelarna men det finns en begränsad mängd tidigare forskning som tyder på vilket sätt de reagerar psykologiskt. Publiken lägger ner tid och själ för att få laget att lyckas. Det finns ingen forskning som visar specifikt hur stor inverkan publiken har på sitt egna lag, eftersom spelarna är de enda som egentligen vet hur de

påverkas. För att få fram ett resultat anser vi att undersökningen måste byggas på tre idrottspsykologiska faktorer: motivation, stress/press och självförtroende. Dessa tre faktorer anser vi är viktiga för att kunna få fram en djupare förståelse kring undersökningen. Vi har även fått inspiration av en uppsats som är skriven av Andersson & Cedergren (2009), där författarna tar upp dessa idrottspsykologiska begrepp i sin forskning.

## ***2.1. Motivation***

En av de viktigaste aspekterna hos en idrottare är att kunna motivera sig till att utvecklas. Prestationen försämras oftast om motivationen inte finns där (Hassmén, Hassmén & Plate, 2003). Motivationen brukar delas in i tre centrala begrepp, inre motivation, yttre motivation och amotivation (Hassmén m.fl. 2003). Inre motivation har med själva aktiviteten att göra, t.ex. lärandet, förbättring, glädjen och njutningen. Den yttre motivationen rör sig mer om att nå de materiella eller sociala belöningarna. En person med yttre motivation kan känna sig mer pressad och nervös då möjligheten till kontroll är betydligt mindre. Med amotivation menas att en individ saknar motivation för att prestera (Hassmén m.fl, 2003). Inom elitidrotten krävs det mycket träning, disciplin samt hängivenhet för att utvecklas och nå toppen. Motivation kan i detta läge vara en avgörande faktor. Det påvisar att begreppet motivation har en stor inverkan på individens självkänsla, vitalitet samt kreativitet (Hardy et al., 1996; Holt & Dunn, 2004). Enligt Wang, Sproule, McNeill, Martindale & Lee (2011) visar forskningen att motivation och välmående har en stor påverkan inom talangutvecklingsmiljön.

## ***2.2. Självförtroende***

Självförtroende är tron på att man framgångsrikt kan utföra ett bestämt beteende, det är individens egen prestation (Hassmén m.fl. 2003). Begreppet självförtroende kopplas ofta ihop med begreppet självkänsla. Skillnaden är att självkänsla är tidigt utvecklat hos individen och det innebär att individen själv har en positiv syn på sig själv och vågar tro på sig själv i sin väg till framgång (Hassmén m.fl. 2003). Inom begreppet självförtroende finns optimalt självförtroende, detta beskriver en viss nivå där självförtroendet är som bäst. För lågt eller för högt självförtroende leder till försämrad prestation. Det finns en optimal nivå då prestationen är som bäst (Weinberg & Gould, 2011, s. 320). Positiva förväntningar för all form av framgång har bevisats öka chanserna för framgång för alla individer, inte bara inom idrotten utan också i olika aspekter av livet. Om du förväntar dig att vinna över en tuff motståndare

ökar chansen att vinna. Genom att tro på din insats och din chans att vinna kan du bryta psykologiska barriärer (vinna över inre demoner) och i bästa fall överprestera under en tävling. Hur du själv tror på framgången under ett tillfälle påverkar andra runt omkring dig, både dina egna lagkamrater och dina motståndare (Ibid. s. 325).

### ***2.3. Stress och press***

Stress och press beskriver en fysiologisk reaktion som uppstår på grund av obalans. Som idrottare är det väldigt vanligt att man ställer höga krav på sig själv och på sin prestation som kan leda till ökad stress. Att vara nervös i vissa situationer behöver inte alltid betyda att det är negativt. Det kan däremot påverka hur vi utför prestationen (Hassmén m.fl. 2003). Stress i samband med andra faktorer kan även leda till en skada. Andra faktorer består av adeptens tidigare erfarenheter av stressorer, copingförmåga samt deras psykologiska förmågor. Brist på resurser till att hantera kraven leder till fysiologiska förändringar, som exempelvis: ökad hjärtfrekvens, nedsatt motorik, sämre uppfattningsförmåga, sämre koncentration och andning. Alla dessa faktorer ger en ökad risk för att en skada ska uppstå. Stress kan leda till anspänningar, smalt eller brett fokus vilket kan leda till skador. Allmän stress handlar om hur man kan hantera den stressen, vilka coping-strategier man har (Weinberg, R.S., Gould, 2014, s. 82).

### ***2.4. Forskningsläge***

I detta kapitel redogörs tidigare forskning, rörande för hur olika faktorer påverkar fotbollsspelarnas prestationsförmåga. För att skapa en förståelse kommer studien följa en genomgång av faktorer som påverkar fotbollsspelarna generellt för att sedan avsluta kapitlet med publikens påverkan på spelarna.

Det finns många olika faktorer som kan påverka fotbollsspelarens prestationsförmåga, och detta kan vara från tränare till familj. Inom detta forskningsläge finns det faktorer som tränare, vänner, föräldrar etc. Dessa faktorer gör att fotbollsspelare ställs inför höga krav. Inom detta kan det vara förväntningar man har på spelarna. Utifrån spelarens personlighet och hantering av en given situation påverkar de spelarens prestation och yttre press i den tävlingsinriktade miljön. Vid utebliven framgång i prestation finns risk att spelaren hamnar i ohälsa (Kello, 2008). Forskning har påvisat att det finns ett samband för rädsla, misstro och misslyckanden till sin egen förmåga vilket förklarar negativ perfektionism. Detta är kopplat till oro för sin

prestation, och oro över andras reaktioner vid misstag (Frost & Henderson, 1991).

Gouttebauge, Backx, Aoki, & Kerkhoffs (2015) genomförde en studie där de undersökte psykisk ohälsa hos idrottsmän bland fem europeiska länder. Studien kom fram till att 45 % av idrottsmännen som deltog i undersökningen upplevde symptom på minst ett av de psykiska hälsoproblemen som var i fokus, exempelvis depression och ångest. Enligt en annan studie har fotbollsspelare som är utsatta för skadliga livshändelser samt allvarliga skador visat symptom på vanliga psykiska störningar (Kilic et al. 2017). Tränaren är en annan faktor som har en stor inverkan på fotbollsspelaren. Tränarens uppgift är att höja spelaren inre motivation, därmed kommer idrottsresultatet att förbättras. Álvarez, Balaguer, Castillo & Duda (2009) tar upp betydelsen av atmosfären som tränaren skapar i sin undersökning. Författarna förklarar att när tränaren tar hänsyn, visar respekt, ger dem valmöjligheter samt beaktar deras känslor, känner sig spelarna mer självständiga i sina handlingar. Ju mer tränaren brydde och engagerad sig i spelarna, desto mer ökade autonomin och självständigheten som är kopplad till den inre motivationen (ibid). Tränare som icke ger sina spelare tillräckligt med utrymme att bli hörda eller förstådda kan i sin tur minska chansen att uppfylla sina spelares psykologiska krav. Därmed kan detta leda till att spelarna begriper sina ansträngningar som värdelösa vilket försvagar motivationen att fortsätta (McDonough & Reynolds, 2015).

Forskningsläget inom vårt område riktar studierna in på att undersöka hur spelarna påverkas av hemmaplan. I tidigare forskning syns det tendenser att hemmalaget får fördelar med sig vilket gör att de vinner fler matcher och får domslut med sig. Stor inverkan på dessa tendenser syns är att publiken gör sitt yttersta för att hjälpa sitt lag till framgång. Studierna har även visat att spelarna känner sig mer motiverade av publiken som bygger vidare på ett bättre självförtroende hos spelarna.

Wolfson, Wakelin och Lewis (2005) visar att publiken känner ett ansvar för att inspirera sitt lag och tar ”cred” för att distrahera motståndarlaget. Dessutom tar inte åskådarna på sig ansvaret om laget spelar dåligt. Denna studie bestod av en kvantitativ undersökning, där man använde sig av enkäter. Undersökningen bestod av 373 deltagare (94 spelare, 116 åskådare och 163 domare). Resultatet i studien visade även att spelarna och tränarna var rädda för att spela en defensiv fotboll, eftersom publiken inte gillade det. Spelarna kände även mer press på att spela på hemmaplan än på bortaplan eftersom publiken hade mer förväntningar på dem på hemmaplan (Wolfson, Wakelin och Lewis, 2005, s. 366). En liknande statistisk översikt med att spela på hemmaplan jämfört med att spela på bortaplan har genomförts. I den studien

hänvisar Poulter (2009) till att det gav fördel att spela på hemmaplan än på bortaplan, då hemmalaget gjorde fler antal mål, fick fler hörnor med sig och gick mer på skott mot mål. Man undersökte även spelarnas prestation på plan (hemma samt borta). Resultatet visade att spelarna känner sig mer trygga på hemmaplan och inte känner någon form av rädsla för att ta ansvar framför sin egen publik (Poulter, 2009, s. 797-805).

I en intressant studie som undersöktes av Wallace, Baumeister och Vohs (2005) har man sett hur spelarna påverkas under press. I studien kom man fram till slutsatsen att spelarna på hemmaplan har mer att förlora framför sin egen publik samt en avsikt att inte göra misstag. Studien visade även när spelarnas motivation brister på plan, stöttar publiken sina spelare att prestera bättre när de inte är i samma pressande situation. Här försöker man öka motivationen hos spelarna genom att peppa och få sin röst hörd. Utan motivation försämras oftast prestationen. Ytterligare en studie av Randall Smith (2005) har påvisat att publiken försöker öka motivationen hos spelarna. Utifrån detta har författaren två möjliga faktorer som kan leda till en förhöjd hemmafördel, och detta är; ”publiken hoppas sig att hemmalaget vinner”, och det andra ” att det vet vilken betydelse hemmastödet har för deras lag”.

Nevill & Holder (1999) hävdar i sin studie att publikstorleken kan ha stor inverkan på hemmalaget. Författarna anser att domaren är en ytterligare faktor som påverkas i matchen beroende på om det är en stor och skrikande hemmapublik. I en annan studie av Lane, Nevill, Ahmad & Balmer (2006) har man intervjuat fem fotbollsdomare och frågat vad som har påverkat deras domarbeslut under matcher. De flesta domarna förklarar att de är påverkbara precis som alla andra individer vilket leder till att publikens motvilja ofrivilligt ger fördel åt hemmalaget. Därmed ville ingen av deltagarna erkänna att de gett hemmalaget fördelar enbart för att undvika publikens motvilja (ibid).

Mot bakgrund av tidigare forskning kommer denna studie att rikta fokus mot undersöka hur spelarnas prestation påverkas av publiken under matchdagar. Därmed får inblick hur idrottspsykologiska begreppen: motivation, stress/press och självförtroende påverkar spelarna.



## **2.5. Syfte och frågeställning**

Vårt syfte med undersökningen är att få en inblick i hur fotbollsspelares påverkas av publiken under matchdagar.

- Hur påverkar publiken spelarnas motivation, stress/press och självförtroende på plan?

## **3. Metod**

### **3.1. Metodval**

För att uppnå vårt syfte i undersökningen anser vi att en kvalitativ metod är lämpligast.

Eftersom undersökningen bygger på att ta reda på spelarnas känslor. I tidigare forskning har studierna använt sig av kvantitativ metod i form av enkäter, där resultatet visar att det finns ett samband mellan spelare och publik. Vi vill snarare ha en tydligare förståelse till varför det har påverkat spelarna och på vilket sätt.

Vi har valt att göra en semi-strukturerade intervjuer för att fånga det som intervjudeltagaren är intresserad av samt för att få ett djup i intervjun. Här är frågorna utvalda och alla frågor ställs till deltagarna i samma följd. Dessutom väljer man själv följdfrågor utifrån det som deltagaren berättar och inte utifrån det du vill att deltagaren skall berätta om (Wallace, Baumeister och Vohs, 2005, s. 449).

### **3.2. Validitet och Reliabilitet**

Bryman & Bell (2011) menar att några forskare har förordat att kvalitativa studier ska värderas och bedömas utifrån kriterier som skiljer sig från de som används vid en kvantitativ forskningsmetod. I en kvalitativ studie skall all insamlad datamaterial bearbetas på ett följdriktigt och ärligt sätt, för att öka tillförlitligheten i självaste studien. I den kvalitativa forskningsmetoden är det betydelsefullt att det sker ett sammanhängande arbete med reliabilitet och validitet genom hela studien. Då all datainsamling i den kvalitativa metoden är avgörande för hur tillförlitlig analysen blir och för hur välgrundad slutsatsen blir. Vi anser att validiteten i vår studie förbättrades under studiens gång. Vi använde oss av intervjuguiden och valde att ändra på frågor under intervjuerna för att få fram det vi eftersträvar, samt för att öka tillförlitligheten i vår studie. Vi använder oss även av kompletterande följdfrågor och det praktiska genomförandet leder till att intervjuerna mäter det som avses att mätas.

Reliabiliteten i vår uppsats är svårbedömd. Det finns en risk att vi under intervjuens gång råkat

missa att ställa följdfrågor eller missförstått vissa viktiga aspekter som påverkar resultaten i vår undersökning.

### **3.3. Urval**

De fyra spelarna som deltog i denna undersökning är mellan 19–26 år och är män. Vi valde manliga fotbollsspelare med tanke på att publiken är större. Alla respondenter representerar fyra olika klubbtag i elitfotbollen. Anledningen till att vi valde spelare från olika klubbtag var för att inte hamna med spelare från samma klubb vilket kan ge likvärdiga svar i studien. Vi valde att ha olika åldrar på spelarna och inte bara ha unga spelare, eftersom de har olika erfarenheter av publiken. Lagen som valdes har en genomsnittlig stor publik mellan 1500-23500 åskådare (Fogis, 2018).

Namn	Ålder	Klubbtag
Respondent 1	19	AIK (Anfallare)
Respondent 2	24	Västerås SK (Mittback)
Respondent 3	25	Syrianska FC (Målvakt)
Respondent 4	26	Assyriska FF (Mittfältare)

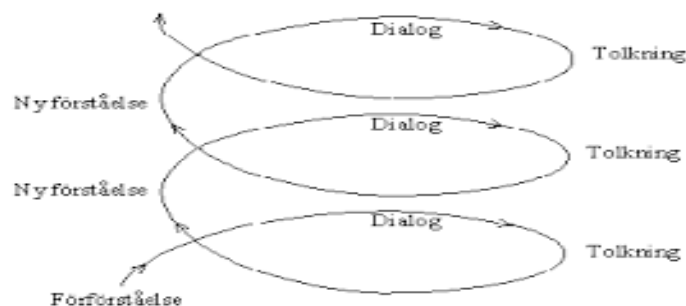
### **3.4. Genomförande**

Vi kontaktade respondenterna genom att först maila ut ett informationsbrev där vi kort berättade om vårt arbete och syftet med undersökningen. Vi berättade även hur undersökningen skulle genomföras. När det gäller intervjun i sig har vi först pilottestat den innan vi gått ut till respondenterna för att se om allt fungerar som det skall. Under intervjun har vi använt oss av stödanteckningar och samtidigt har vi spelat in intervjun med hjälp av en inspelningapplikation. Här är det otroligt viktigt att vi som intervjuare uppträder professionellt och entusiastisk mot respondenten. Vi har arbetat med att individen skall känna sig bekväm och trygg. Vi har tänkt på aspekter som kan påverka detta. Ett exempel på detta har varit intervjuplatsen och att det genomförs i en lugn miljö. Genom detta så kommer det med stor sannolikhet leda till ett bättre samtal (Krag Jacobsen, 1993).

Eftersom studien har genomförts utifrån forskningskravets etiska principer så har respondenterna uppmärksammas kring nyttjandekravet. Detta betyder att intervjusamtalet stannar mellan intervjuaren och respondenten (anonymt). Vi har samlat in all data och direkt lyssnat noggrant igenom konversationerna och transkriberat det som har mest betydelse för vårt arbete/undersökning.

### 3.5. *Analys*

I analysdelen har vi bestämt att använda oss av ett hermeneutiskt perspektiv, eftersom vårt mål med studien är att tolka och få en helhetsförståelse. Inom hermeneutiken söker personer ett budskap, och detta budskap kan exempelvis vara en mänsklig handling eller en text. Man använder den egna uppfattningen och den egna upplevelsen, för att förstå andra individers förståelse och upplevelser. Hermeneutisk metod betyder exempelvis att en forskare, begriper en annans persons gärningar. Dessutom har hermeneutiken ett subjektivt synsätt, och inte ett objektivet vilket man har inom positivismen (Eriksson & Wiedersheim-Paul, 1997, s. 231). Den hermeneutiska metoden kan tolkas utifrån den hermeneutiska spiralen som redovisas här nedan i texten. Dessutom kommer våra intervjufrågor ha ett hermeneutiskt perspektiv, eftersom frågorna kommer vara mer ställda för att förstå hur publiken påverkar spelarna (Starrin & Svensson 1994).



### 3.6. Etiska aspekter

Studien följer Vetenskapsrådets forskningsetiska principer, och de fyra huvudkraven är: informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Spelarna fick en tydlig förklaring kring forskningssyfte och vad deras information kommer att användas till. De fick även få informationen att det är frivilligt att delta och har rätt att avbryta när de känner för det. Spelarna ska dessutom godkänna sin medverkan innan de deltar i undersökningen, och det gjorde vi genom en muntlig överenskommelse. Uppgifterna som lämnas ut från spelarna får enbart användas inom denna forskning.

- **Informationskravet:** ”Forskaren skall informera de av forskningen berörda om den aktuella forskningsuppgiftens syfte” (Vetenskapsrådet, 2002, s.7).
- **Samtyckeskravet:** ”Deltagare i en undersökning har rätt att själva bestämma över sin medverkan” (Vetenskapsrådet, 2002, s.7).
- **Konfidentialkravet:** ”Uppgifter om alla i en undersökning ingående personer skall ges största möjliga konfidentialitet och personuppgifterna skall förvaras på ett sådant sätt att obehöriga inte kan ta del av dem” (Vetenskapsrådet, 2002, s.12).
- **Nyttjandekravet:** ”Uppgifter insamlade om enskilda personer får endast användas för forskningsändamål” (Vetenskapsrådet, 2002, s.14).

## 4. Resultat

Resultatet kommer att redovisas här i tre teman som diskuterades av respondenterna.

Innehållet i dessa teman kommer ta sin utgångspunkt i de tre idrottspsykologiska begreppen, som vi tidigare fört diskussion kring. Dessa tre teman är;

- Spelarnas erfarenhet av publiken
- Spelarnas upplevelser av att spela på hemmaplan
- Spelarnas upplevelser av att spela på bortaplan

De har valts på grund av att de innehåller spelarnas personliga och egna uppfattningar av publikens påverkan på deras prestationsförmåga, samt beskriver deras uppfattning om hemma- och bortapubliken.

#### **4.1. Tema 1: Spelarnas erfarenhet av publiken**

Samtliga respondenter anser att stödet från publiken höjer spelarnas prestationsförmåga. Främst förklarar respondenterna att det är stödet och stämningen från publiken som ger det lilla extra i att förmå spelarna att prestera bättre. Några respondenter förklarar att stödet från publiken kan beskrivas som en push i ryggen, eller en adrenalinhöjande drog. Däremot säger respondent 2 att större publiksammanhang kan ge en hög anspänningsnivå, vilket kan leda till prestationsångest som kan vara mer eller mindre gynnsamt för vissa spelare. Respondent 1 och 3 anser att det är en fördel att ha en stor publik bakom sig, då trycket på arenan bidrar till energi hos spelarna vilket ofta leder till en positiv effekt.

På frågan om missnöje hos publiken var alla respondenterna överens om att de vill ha publikens stöd och inte gärna vill höra dess missnöje. Respondenterna hävdar att deras prestationsförmåga försämras och därmed har en påverkan på deras spelförmåga när de hör glåpord, skrik och bu-rop från publiken. Ett intressant svar som uppgavs av respondent 4, är att publiken har en avgörande faktor i spelet när åskådarna visar hur de tänker och känner via ljud och gester. Det ger en positiv effekt när publiken pushar spelarna, och det ger en direkt negativ effekt när publiken visar sitt missnöje med spelarnas prestation.

Publiken gör lite olika beroende på om man gör något bra eller dåligt. Gör man något dåligt kan man se publiken göra dumma gester, eller gör man något bra så pushar dom och applåderar. Det varierar lite beroende på vad man gör. - Respondent 4

På frågan hur publiken medvetande kan påverka matchresultatet var tre av fyra respondenter enade i att publiken kan spela stor roll i matchresultatet, förutom respondent 1. Främst menar respondenterna (2–4) att publiken är där och stöttar en och det höjer ens prestation så man orkar mer. De förklarar även att publiken samtidigt kan påverka spelarnas psyke genom svordomar, negativ energi eller genom att bua ut motståndarlaget, vilket kan leda till att spelarna tappar fokus vid exempelvis fasta situationer eller avslut mot mål. Respondent 2 förklarar på följande sätt:

Ja, det tycker jag. Jag tycker ändå om publiken som är där och stöttar och hejar på dig, så lyfter dem upp dig som fotbollsspelare. Publiken kan samtidigt påverka motståndarna genom att störa och bua ut andra laget t.ex. om vi leder 1-0 och andra laget får en hörna i sista minuten så hjälper publiken med att psyka motståndarlaget genom att svordomar eller busvisslingar.

Respondent 1 anser inte att publiken kan påverka matchresultatet. Detta grundar respondenten bland annat på grund av en incident där målvakten i laget blev hotad i syfte att prestera sämre medvetet, något som målvakten valde att ignorera.

Nej, vi har en incident, förra året då AIK:s målvakt blev hotad till att lägga sig, i syfte att AIK skulle förlora matchen med flit. Målvakten blev hotad, och det blev en stor grej av det. Vi alla vill motverka sådana händelser. Det är en självklarhet att det inte ska få hända.

Men samtidigt beskrev respondent 1 att publikens stöd kan höja prestationsförmågan och att man orkar spela mer med hjälp av publikens stöd och att den i sin tur kan leda till att laget har större chans att vinna matchen.

#### **4.2. Tema 2: Spelarnas upplevelser av att spela på hemmaplan**

Samtliga respondenter upplever en stor trygghet i att spela på hemmaplan. Några av respondenterna upplever extra stora skillnader när spelarna har fansens närvaro på hemmaplan. Spelarna blir mer motiverade i att orka prestera bättre under hela matchens gång. Respondent 1, beskriver fansens stöd som en trygghet: *“Känslan av att uppleva arenan gunga på ena sidan av läktaren bidrar med det lilla extra så att man orkar och ger mer energi in i det sista.”*

Respondent 4 beskrev hemmaplan som en stor trygghet på grund av att man är bekant med hela idrottsanläggningen. Man känner till gräsmattan, man vet vilken planhalva som är lite sämre, och vilken som är lite bättre, vilket sammantaget kan påverka matchbilden taktiskt. Man känner till personalen som vistas i arenan och även de flesta i klacken, vilket bidrar till större trygghet, menar respondenten.

När respondenterna fick frågan hur de motiverar sig inför en hemmamatch svarade respondent 1 att han försöker motiverar sig oavsett om han spelar på hemma- eller bortaplan. Han försöker även koppla bort yttre intryck och istället tänka på hur bra han är genom att ta fram bra minnen som han har haft på fotbollsplan. Respondent 1 är även medveten om att publiken från motståndarlaget vill påverka hans prestation och därför försöker han lära sig att koppla bort det. Respondent 2 och 3 ansåg att uppladdningen kom naturligt med hjälp av deras sätt att förbereda sig. Det kan vara allt ifrån; sömn, musik, kolla på ”Youtube” eller viss

kosthållning. Respondent 4 är troende, och han får sin motivation från gud. Han sitter för sig själv och ber till gud. På så sätt kan han koppla bort allt och känna sig motiverad.

När vi ställde frågan ifall självförtroendet kan påverkas av publiken ansåg respondent 2 och 4 att det kan påverkas, både positivt och negativt. De anser att ifall man gör något bra och publiken applåderar eller skickar iväg positiva kommentarer höjer det deras självförtroende vilket ger en positiv påverkan. Ifall publiken buar och slänger iväg en massa svordomar sänker det deras självförtroende vilket medför en negativ påverkan i form av sämre prestationsförmåga. Respondent 4 berättar även att han har ett väldigt svagt psyke, och att han enkelt blir påverkad. Han är även medveten om att detta är något som han vill förbättra för att inte påverkas mycket av publiken. Respondent 1 och 3 tyckte lite olika. Respondent 1 ser det som en individfråga och han anser sig själv inte påverkas sig av publikens tryck, eftersom han anser sig ha ett starkt psyke. Respondent 3 berättar att det positiva stödet från publiken höjer hans självförtroende och att negativ energi från publiken höjer hans motivation. Negativ energi ser han som ett energihöjande substrat, som får honom att springa mer och vinna ännu fler närkamper.

...genom att skrika på mig och pusha på mig, ge mig bra och positiva kommentarer så höjs mitt självförtroende, jag orkar spela längre och bättre. Skulle fansen skrika negativa saker om mig så skulle jag omvandla det till positiv motivation för att prestera bättre. Jag skulle bli mer aggressiv och gå in tuffare och hårdare i varje närkamp. Jag vill visa fansen att jag är någon att räkna med...

Press och stress är något som alla respondenter upplever och tre av fyra respondenter ser det som en positiv faktor förutom Respondent 3 som ser det både som en positiv och negativ faktor. Respondenterna anser att stress och press kan höja prestationsförmågan, vilket får dem att anses som den positiva faktorn. Respondenterna förklarar att pressen och stressen uppkommer innan och i början av matchen eftersom de känner att de är taggade och vill göra en bra insats, men att pressen och stressen ofta försvinner efter en stund. Andra anledningar till att stressen kan försvinna är stödet från läktaren, där publiken välkomnar en med glädje och kärlek. Respondent 3 uppger även att stressen och pressen kan uppkomma under matchens gång. Han menar att ifall man gör en dålig insats, ligger under eller publiken börjar bua så kan man känna en högre grad av stress, vilket leder till att man tenderar att sätta mer press på sig själv och då presterar man oftast sämre.

### **4.3. Tema 3: Spelarnas upplevelser av att spela på bortaplan**

När respondenterna fick frågan om hur deras motivation blir påverkad beroende på om de spelar på hemmaplan eller bortaplan var respondenterna eniga om att det inte finns någon skillnad i motivationen. Däremot säger respondent 3 att det finns faktorer som ger en negativ inverkan. De faktorer som påverkar respondent 3 negativt är främst gräsmattan, publiken eller själva atmosfären på bortaplan. Han uppger att det kan kännas som att man befinner sig i deras borg som en inkräktare. Respondenterna berättar även att det är viktigt för dom att supportrarna finns där och ger maximalt stöd. Det spelar ingen roll om det inte hörs på samma sätt som på hemmaplan, men att det är ändå stöttande att höra en liten hejande klack. Respondent 4 tycker att man får det lilla extra när man får stöd av sina supportrar på bortaplan.

När vi ställde frågan om varför självförtroendet kan påverkas av publiken svarade samtliga respondenter att självförtroendet nästan påverkas på samma nivå som när man spelar på bortaplan och hemmaplan. Samtliga respondenter har en gemensam nämnare om varför man påverkas, och det är för att man har ett svagt psyke. Respondent 3 förklarade hur han själv gjorde fel och hur det påverkade hans självförtroende negativt.

...jag fick en tillbaka pass av en medspelare, och bollen studsade upp i gräsmattan och det blev självmål. Fansen buade och skrek på mig. Efter de tappade jag allt, jag ville inte fortsätta spela så jag låtsades skada mig. Jag la mig ner i gräsmattan och sa att jag fått en skada...

Samtliga respondenter höll med om att det är mindre tryggt och mer press och stress att spela på bortaplan, än när man spelar på hemmaplan.

När man spelar på bortaplan är det ofta är en lång resa, gräset är annorlunda och man har ofta ett sämre stöd av publiken. När man har hemmalagets fans emot sig, kan de påverka spelarna genom att bua och störa under matchens gång, inte sällan skriks det en massa kränkande kommentarer som kan påverka spelarna negativt. Respondent 3 och 4, beskriver vilka ”små” psykningar hemmalagen brukar göra för att få bortalaget ur balans, det kan vara allt ifrån att bortalaget ges ett sämre omklädningsrum, till att hemmalaget drar nytta av att de vet vilka delar av planen som har bättre skikt.



## **5. Diskussion**

I detta kapitel kommer resultatet att diskuteras utifrån studiens syfte. Därefter kommer vi att föra diskussionen vidare utifrån våra tre huvudteman som vi redovisat i resultatdelen. Sedan avslutas diskussionen med en metodiskussion.

### **5.1. Resultatdiskussion**

Syftet med vår studie var att få en inblick i hur fotbollsspelares prestation påverkas av publiken under matchdagar. Vi har i vår studie och metodval fått en djupare förståelse för hur spelarna blir påverkade av fansen, genom respondenternas egna upplevelser och erfarenheter och utifrån fansens påverkan. Det vi kan konstatera är att spelarna blir påverkade av fansen inför match, men att spänningen tenderar att släppa när spelarna kommer in på planen. Vi kan också konstatera att motivationen i princip är densamma som att spela på hemmaplan, jämfört med bortaplan, men att fansens stöd har en påverkan på motivationen. Ju fler fans som hejar och pushar på spelarna - desto högre motivation kände respondenterna. Vidare kan vissa spelares motivation öka om motståndarlagets fans buar eller skriker, då spelarna vill markera och visa publiken att man är en spelare att räkna med. Utifrån respondenternas svar kan vi även dra slutsatsen att självförtroendet påverkas av fansens påtryckningar. Fansens påverkan på spelarnas självförtroende verkar också i stor grad bero på hur pass starkt psyke en spelare har och hur pass erfaren denne är i att hantera motgångar och press från publiken, men även yttre krav så som från familj, vänner, tränare etc.

#### **5.1.2. Hemmaplan eller bortaplan?**

I tidigare forskning har man kommit fram till att hemmalag vinner fler matcher än bortalag. Studierna har även visat att spelarna känner sig mer motiverade av en hemmapublik som tenderar att ge ett bättre självförtroende hos spelarna. Vidare känner även spelarna en större press på att spela på hemmaplan än på bortaplan eftersom publiken då har mer förväntningar på spelarna (Wolfson, Wakelin och Lewis, 2005, s.366). När vi ställde frågan till respondenterna svarade dem att man har större chans att vinna på hemmaplan jämfört med bortaplan för att på hemmaplan har man publikens stöd, vilket lyfter upp spelarnas självförtroende. Motivationen är densamma inför en match, men kan ändras beroende på fansens närvaro och support. Spelarna själva upplever mindre stress och press på hemmaplan. Den tidigare forskningen stämmer inte helt riktigt med den forskningen som vi fått fram,

enligt Wallace, Baumeister och Vohs (2005) har man kommit fram till att på hemmaplan känner spelarna större press på grund av att man har för avsikt att inte göra misstag. Våra respondenter uppger att de upplever större press och stress på bortaplan, på grund av att dem anser att det är högre krav på spelarna. Dessutom känner spelarna en extra press och stress på bortaplan, då man ofta har en mindre skara inresta fans som man inte vill göra besvikna.

### **5.1.3. Stress och press**

Som idrottare är det väldigt vanligt att man ställer enormt höga krav på sig själv och på sin prestation, vilket ofta kan leda till ökad stress. Att vara nervös i vissa situationer behöver dock inte alltid leda till något negativt. Det kan däremot påverka hur spelarna utför prestationen (Hassmén m.fl. 2003). Spelarna upplever stress och press inför varje match och i vissa sammanhang är det bra enligt respondenterna då de anser att press och stress höjer deras prestationsförmåga. Däremot brukar mycket av stressen avta under matchens gång. Spelarna förklarade att pressen varierar beroende på vilken match det är och hur stor betydelse den matchen har för laget. Alla spelare har olika roller i laget och pressen kan variera beroende på hur matchsituationen ser ut, om man till exempel sitter på bänken och ska göra ett inhopp i matchens slutminuter eller om laget leder och måste försvara sig, kan spelaren som kliver in, känna en stor press på sig till att prestera och inte göra något misstag.

Under VM-2018 skedde en tragisk händelse för den svenska landslagsspelaren, Jimmy Durmaz, då han blev inbytt i slutminuterna mot Tyskland och Sverige fick en frispark mot sig som ledde till att Tyskland gjorde 2–1 mål och vann matchen. Jimmy blev påhoppad av massa hat, främst på sociala medier där människor bland annat skrev; “*jävla blatte*”, “*dra åt helvete din terrorist*” och Jimmy fick även motta mordhot mot sig själv och sin familj (Aftonbladet, 2018). Därför kan press och stress variera beroende på om du är en nyckelspelare eller vilken typ av matchsituation som föreligger. När vi ställde frågan om spelarna känner någon press inför match så svarade en respondent på följande sätt;

Press ja, beror på vilken match det är. Är det derbymatch eller avancemang så är det hög press, oftast är det press på nyckelspelaren. Pressen skapar nervositet. Men det släpper ganska snabbt under matchens gång. - **Respondent 1**

Enligt tidigare forskning av Wolfson, Wakelin och Lewis (2005), visar en studie att hemmalagets övertag blir större om det är en stor publik på plats och om man ska koppla ihop detta resultat med vad respondenterna säger, så kan vi se att det finns ett samband mellan

mycket publik, stress, press, nervositet och ett bra matchresultat, åtminstone utifrån våra respondenters svar.

#### **5.1.4. Motivation**

När vi ställde frågor kring motivation till respondenterna fick vi fram att det är motivationshöjande att spela inför en stor publik. Detta beror på att det blir en bättre atmosfär att spela i. För att motivationen ska höjas så uppger respondenterna att publiken ska ge positiva kommentarer. Wallace m.fl. (2005) anser att publiken bör vara stöttande och pushande, så att de hjälper spelarna till att kunna motivera sig. Även Randall Smith (2005) har i sin forskning påvisat att publiken kan öka motivationen hos spelarna med sin support. Alla våra respondenter förutom respondent 1 var eniga om att publiktrycket är motivationshöjande faktorer och att de "triggar" igång spelarna ordentligt. Respondent 1 anser däremot att det inte är någon större skillnad att spela hemma- eller på bortaplan och bryr sig inte om publikens närvaro. Utifrån vår studie har vi fått större inblick i att motivation är något som de flesta spelare bygger upp i samband med sin matchuppladdning. Det som kan påverka och ändra på motivationen till matchen är vilket lag man möter, samt hur stor och viktig match det är för laget.

#### **5.1.5. Självförtroende**

Alla respondenter var eniga om att självförtroendet påverkas beroende på om spelaren har ett starkt eller svagt psyke och att självförtroendet kan komma påverkas av publiken beroende på hur publiken reagerar på de spelarna gör eller hur publiken väljer att stötta sitt lag. Utifrån spelarens personlighet och hantering av en given situation påverkar de spelarens prestation, vilket i sin tur leder till ett svagt psyke (Kello, 2008). Genom att tro på sin insats och chans att vinna kan spelarna bryta de psykologiska barriärerna. Därför tolkar det som att respondenterna inte påverkas på samma sätt när publiken är positivt inställda till lagets insats. Vi antar att spelarna har för höga krav på sig själva. Har man ett svagt psyke och inte når upp till den nivån som de själva och publiken vill att de skall nå upp till kan det påverka prestationen. Forskningen påvisar vid utebliven framgång i prestation finns det stor risk att spelaren hamnar i ohälsa (ibid). Vid positiva kommentarer från publiken tenderar det att höja spelarnas självförtroende, men vid negativa kommentarer kan de sänka spelarnas självförtroende. Respondent 2 svarade följande på frågan om hur publiken kan påverka spelarnas självförtroende:

“I medgång kan dom höja en genom att vara glada och mycket positiva, sjunga hejramsor som får en spelare att känna sig viktig och man får känslan av att nu vinner vi. Jag klarar av att prestera bättre när fansen är positiva. Men i motgång sänks självförtroendet snabbt genom att fansen använder sig av svordomar och säger en massa kränkande kommentarer.”- respondent 2

Respondent 4 svarade på följande:

“Genom att dem buar eller skriker på mig så påverkar det mitt psyke, jag har ett väldigt svagt psyke. Men publiken kan även höja mitt självförtroende genom, om jag gör en bra räddning då kan fansen skrika fy fan vilken räddning, det höjer mig.”- respondent 4

## **5.2. Metoddiskussion**

Vi känner oss nöjda med vårt metodval med tanke på att intervjuerna gav oss en djupare förståelse om hur fotbollsspelare blir påverkade av publiken. En fördel med intervjustudie är att man möter respondenterna personligen och upprättar en direktkommunikation som gör att det blir mindre missförstånd. I intervjustudier går det även att leda in respondenten på rätt spår utifrån frågeställningen om man märker att respondenten inte håller sig till ämnet. Andra positiva faktorer med vårt metodval var att vi kunde ställa följdfrågor och diskutera vidare kring de grundfrågor som hade utformats inför intervjutillfällena. Vi märkte att de första intervjufrågorna vi hade inte var öppna och att vi inte fick det lilla extra som vi var ute efter. Därför valde vi att göra om frågorna till dom övriga respondenterna, vilket gav oss en högre reliabilitet och validitet på vår studie.

### **5.2.1. Genomförande**

Vi intervjuade respondenterna på fyra olika platser eftersom alla fyra respondenterna spelade för fyra olika klubblag. Spelarna hade semester när vi intervjuade dem, därför det var inga konstigheter med att bestämma tid och plats med dem. En svårighet vi upplevde var dock att få tag på spelarna. Detta eftersom många spelare helt enkelt inte ville bli störda på deras semestrar. Efter mycket möda lyckades vi trots allt få tag på fyra spelare genom personliga kontakter.

En av intervjuerna genomfördes på gymnastikidrottshögskolan (GIH) och under intervjutillfället blev vi påverkade av oljud i bakgrunden. Detta ledde till att vi blev stressade i

samtalet och beslöt oss för att avbryta intervjun. Vi bytte plats och genomförde intervjun i en lugnare miljö. När vi sedan skulle lyssna på intervjun fick vi korta svar och inte dem utförliga svaren som vi eftersträvade i vår undersökning. Vi utvecklade och ändrade på frågorna genast med våran handledare innan de övriga intervjuerna skulle äga rum. Under intervjuerna var vi båda uppsatsskrivare delaktiga, där en av oss ställde frågor och den andra antecknade. I pilottestet testade vi båda att ställa frågor för att få en inblick hur det skulle se ut och det gav inget bra resultat. Direkt efter testet beslöt vi att enbart en person skulle ställa frågor för att få bättre flyt i samtalet och den andra skulle skriva ner allt som vi samtalat om.

Intervjuerna varierade mellan 15 minuter till 23 minuter. Detta berodde på hur pass utvecklande respondenterna svar var på frågorna och även hur mycket följdfrågor som ställdes. Även transkriberingen varierade tidsmässigt. Vissa intervjuer som var på 15 minuter tog längre tid att transkribera än de som var på 23 minuter eftersom vissa av respondenternas svar kunde vara svårtolkade.

### **5.2.2. Urval**

Vår första tanke med urvalet var att ha sex spelare från två olika lag, alltså tre spelare från respektive lag, för att genomföra intervjuerna snabbt och smidigt. Med att det var svårt att få tag på spelare som vi tidigare förklarade bestämde vi därför att ha fyra spelare från fyra olika lag. Vi tror även att det var bra att ha spelare som representerar olika klubbar, eftersom de spelar i olika miljöer med olika hemmapublik. Vår huvudfokus var att få tag på spelare med olika långa erfarenheter av spel. Vi hade olika åldrar på spelarna, några med lite mer erfarenhet än andra. Hade vi haft en hyfsat stor andel av unga fotbollsspelare hade det påverkat resultatet och gett oss en mer ensidig bild, tror vi.

### **5.3. Slutsats**

Utifrån resultatet vi fått fram tolkar vi att publiken är en stor faktor och har en direkt påverkan på fotbollsspelarnas prestationsförmåga. Våra respondenter upplever en viktig faktor som motivationshöjande och det är genom ett bra tryck på läktaren och mycket publik på plats. När publiken ger en massa positiv energi och tillrop så ökar spelarnas självförtroende och motivation. Vissa spelare omvandlar hatiska och negativa kommentarer till motivationshöjande faktorer, det kan trigga igång spelaren och därmed leda till förbättrad

prestation. Andra spelare upplever att negativ energi samt negativa kommentarer från publiken sänker deras motivation och självförtroende. Dessa spelare är i större behov av stöd och tryggheten från publiken, och avsaknaden av detta kan leda till att dem känner sig ensamma och svaga, vilket i sin tur leder till en sämre prestationsförmåga.

Respondenterna känner press och stress inför varje match. Detta kan leda till att några spelare höjer sig själva och presterar bättre. Detta sker på grund av att spelarna är ”taggade” till att spela och prestera bättre. Många anser att det hör till att känna någon form av stress och press inför matcher, då detta gör dem redo till att spela och vinna. Enligt spelarna själva så släpper känslan så fort matchen börjar, då allt yttre kopplas bort och man fokuserar på matchen.

Innan studien hade vi en tanke på att publiken har en inverkan på spelarnas prestationsförmåga, dock visste inte hur mycket och vilka faktorer som påverkade. Tack vare vår undersökning så har vi fått en djupare förståelse kring vilka olika faktorer som påverkar spelarna. Respondenterna är överens om att publiken påverkar spelarna beroende på om publiken är positiva och hejar på dem, eller om de är emot laget och skriker massa negativa kommentarer.

### **5.3.1. Vidare forskning**

Vidare forskning kan vara att forska inom hur yngre talanger blir påverkade av fotbollspublikens närvaro, vid uppflyttning till A-lag och när ungdomsspelarna får chansen till att börja spela matcher med A-laget. För att se om det är skillnad på hur ungdomsspelarna reagerar beroende på publikens närvaro jämfört med erfarna elitspelare. Det skulle även vara väldigt intressant att forska vidare inom hur kvinnliga elitfotbollsspelare blir påverkade av publikens närvaro och ifall det finns några likheter och skillnader mellan manliga och kvinnliga elitfotbollsspelare. Detta skulle bidra med en större inblick i hur fotbollsspelarna beroende på genus blir påverkade av publikens närvaro.

## Käll- och litteraturförteckning

- Aftonbladet. (2013). *In swedish we call it "den tolfte spelaren"* [Elektronisk resurs] <https://www.aftonbladet.se/sportbladet/fotboll/a/71B158/in-sweden-we-call-it-den-tolfte-spelaren> [2018-11-04]
- Álvarez, M.S, Balaguer, I, Castillo, I & Duda, J.L. (2009). Coach Autonomy Support and Quality of Sport Engagement in Young Soccer Players. *The Spanish Journal of Psychology*, 2009, 12(1), ss. 138–148.
- Andersson, R & Cedergren, J. (2009). *Ishockeypublikens påverkan*. Examensarbete 15 p vid hälsoakademin på Örebro universitetet i Örebro, 2009:1. Örebro: Örebro universitet
- Eriksson, L T., & Wiedersheim-Paul, F. (1997). *Att utreda, forska och rapportera*. Malmö: Liber Ekonomi.
- Fogis. (2017). *Fotbollen i Sverige*. [Elektronisk resurs] <https://fogis.se/om-svff/> [2019-03-10]
- Fogis. (2018). *Publikliga – Allsvenskan, herrar*. [Elektronisk resurs] <https://fogis.se/information/?scr=spectators&ftid=72152> [2019-03-10]
- Frost, R. O. & Henderson, K. J. (1991). Perfectionism and reactions to athletic competition. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 13(4), ss. 323–335.
- Gouttebauge, V., Aoki, H. & Kerkhoffs, G.M.M.J. (2015) Symptoms of common mental disorders and Adverse health behaviours in male professional soccer players. *Journal of human kinetics*, 49(1), ss. 277- 286
- Hassmén, P., Hassmén, N., & Plate, J. (2003). *Idrottspsykologi*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Kello, E. (2008). *Egen och social påverkan på perfektionism hos individuella idrottare*. Examensarbete 15hp Psykologi inriktning idrott 2008 på högskolan i Halmstad 2008. 1. Halmstad: Högskolan i Halmstad
- Kilic, Ö., Aoki, H. Haagensen, R. Jensen, C. Johnson, U. Kerkhoffs, G.M.M.J., Gouttebauge, V. (2017) Symptoms of common mental disorders and related stressors in Danish professional football and handball. *European journal of Sport Science*. Volume 17. 2017 - Issue 10.
- Krag Jacobsen, J. (1993). *Intervju-konsten att lyssna och fråga*. Lund: Studentlitteratur.
- Kunz. (2007). *Fifa. 265 million playing football*. [Elektronisk resurs]. [https://www.fifa.com/mm/document/fifafacts/bcoffsurv/emaga\\_9384\\_10704.pdf](https://www.fifa.com/mm/document/fifafacts/bcoffsurv/emaga_9384_10704.pdf) [2018-11-23]
- McDonough, M. H & Reynolds, A.J (2015). Moderated and Mediated Effects of Coach Autonomy Support, Coach Involvement, and Psychological Need Satisfaction on Motivation in Youth Soccer. *The Sport Psychologist*, 29(1), ss. 51–61

Nevill, A., & Holder, R. (1999). Home Advantage In Sport : An Overview Of Studies On The Advantage Of Playing At Home. *Sports Medicine*, 28(4), ss. 221-236.

Poulter, D. R. (2009). Home Advantage And Player Nationality In International Club Football. *Journal Of Sports Sciences*, 27(8), ss. 797-805.

Randall Smith, D. (2005). Disconnects Between Popular Discourse And Home Advantage Research: What Can Fans And Media Tell Us About The Home Advantage Phenomenon? *Journal Of Sports Sciences*, 23(4), ss. 351-564

Schwartz, B., & Barsky, S. F. (1977). The Home Advantage. *Social Forces*, 55(3), ss. 641-661.

Vetenskapsrådet. (2012). Forskningsetiska principer: *Inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. [Elektronisk resurs]. <http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf> [2018-11-23]

Wallace, H. M., Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2005). Audience Support And Choking Under Pressure: *A Home Disadvantage*, 23(4), ss. 429 – 438

Wang, Sproule, McNeill, Martindale & Lee. (2011). Impact of the Talent Development Environment on Achievement Goals and Life Aspirations in Singapore, 23(4), ss. 263-276.

Wolfson, S., Wakelin, D., & Lewis, M. (2005). Football Supporters' Perceptions Of Their Role In The Home Advantage. *Journal Of Sports Sciences*, 23(4), ss. 365-374.

## **Otryckta källor**

Intervjuperson ”1”. (2018-11-10)

Intervjuperson ”2”. (2018-11-10)

Intervjuperson ”3”. (2018-11-14)

Intervjuperson ”4”. (2018-11-17)



# **Bilaga 1 – Intervjufrågor**

## **Del 1: Uppvärmning:**

- **Hur gammal var du när du börja spela fotboll?**
- **Hur länge har du spelat fotboll på elitnivå?**
- **Hur många klubbar har du representerat?**
- **Vilken är din bästa fotbollsspelare?**
- **Sysslat med andra idrotter?**

## **Del 2: Huvudfrågor**

- **Upplever du skillnad på spelarnas beteende beroende på fansens närvaro?**
- **Kan du beskriva vad du känner inför en match?**
- **Hur ser publiken ut som du har spelat i?**
  - Hur stor publik brukar det vara?
  - Vad gör dem?
  - Vad säger dem?
  - Hjälper publiken dig i dem sista minuterna?
- **Kan du beskriva hur stämningen/atmosfären är innan match?**
- **Kan du beskriva den bisarraste atmosfären du har hamnat i?**
- **Vilka för och nackdelar anser du finnas med publik på läktaren?**
  - Kan publiken medvetande påverka matchens resultat?
- **Vilka skillnader finns det om laget spelar på hemma plan eller på bortaplan?**
  - Följdfråga: har hemma laget större chans att vinna?
- **Hur motiverar du dig inför en match?**
- **Hur kan publiken påverka ditt självförtroende?**
- **Beskriv känslan inför stora/viktiga matcher?**
- **Vad tror du är anledning till att individen blir påverkad av fansen?**

- Kan det bero på att man har för höga krav på sig själv?
- **Hur motiverar du dig inför en bortamatch?**
- **Beskriv hur motståndarpubliken kan påverka din motivation?**
- **Kan du känna någon press (nervositet) inför bortamatcher?**
- **Har du gjort något stort fel framför en stor publik?**
  - Vad hände?
  - Blev du buad?
  - Blev du stressad/pressad?
  - Hur blev självförtroendet?
- **Har du gjort något bra framför en publik?**
  - Vad hände?
  - Blev du mer motiverad?

## **Bilaga 2 – Litteratursökning**

### **Syfte och frågeställningar:**

Syftet med undersökningen är att få en inblick i hur fotbollsspelares prestation påverkas av publiken under matchdagar.

De frågeställningar som användes:

- Hur påverkar publiken spelarnas motivation, stress/press och självförtroende på plan?

### **Vilka sökord har du använt?**

Fans impact on soccer players, fans in sport, coping strategies of soccer players

### **Var har du sökt?**

Google scholar, SportDiscus, Discovery

### **Sökningar som gav resultat**

Tidigare utförda examensarbeten  
Andra studiers källförteckningar  
Fans impact on soccer players  
Fotboll + fans

### **Kommentarer**

## Bilaga 3 - Informationsbrevet

Förfrågan om att delta i en studie om Publikens påverkan på fotbollsspelare?  
Vill du delta i en studie?

Hej,

Vi är två studenter på GIH som studerar Ämneslärarprogrammet mot gymnasiet, 300–330 högskolepoäng. Vi skriver vår C-uppsats och skall göra en kvalitativ intervjustudie.

Syfte: Vårt syfte med uppsatsen är att få en inblick i hur fotbollsspelares irritationer påverkas av publiken under matchdagar. Syftet genomförs via intervju, antingen så använder vi oss av samtalsinspelning via telefon eller så kommer vi överens om ett möte med plats, tid och datum.

Studien är ett examensarbete på avancerad nivå/grundnivå och är en del av utbildningen till Ämneslärarprogrammet vid Högskolan i Stockholm. Studien kommer att genomföras med intervjuer under 1–19/12–2018. Intervjun kommer att beröra din uppfattning/erfarenhet av Publikens påverkan på fotbollsspelare under matchdagar. Intervjun beräknas ta cirka 30 minuter. Det är viktigt att intervjun sker i ostörd miljö, på en tid och plats som Du bestämmer. Intervjun kommer att spelas in och skrivas ut i text.

Den information som du lämnar kommer att behandlas säkert och förvaras inlåst så att ingen obehörig kommer att få ta del av den. Redovisningen av resultatet kommer att ske så att ingen individ kan identifieras. Resultatet kommer att presenteras i form av en muntlig presentation till andra studerande samt till lärare (gäller Ämneslärarprogrammet) samt i form av ett examensarbete. När examensarbetet är färdigt och godkänt kommer det att finnas i en databas vid GIH, Högskolan i Stockholm. Inspelningarna och den utskrivna texten kommer att förstöras när examensarbetet är godkänt. Du kommer ha möjlighet att ta del av examensarbetet genom att få en kopia av arbetet.

Deltagandet är helt frivilligt och du kan när som helst avbryta din medverkan utan närmare motivering. Vi frågar härmed om du vill delta i denna studie. Vi är tacksamma för svar, det går bra om du mailar oss eller kontaktar oss via sms eller samtal. Ansvariga för studien är Gabriel Baydono, William Al Djezani och handledare Daniel Roe. Har du frågor om studien är du välkommen att höra av dig till någon av oss.

.....  
Underskrift

.....  
Namnförtydligande

.....  
Ort och datum

Gabriel Baydono, William Al Djezani  
Studenter  
Mail: williamdjezani@gmail.com,  
gabriel.baydono@student.gih.se  
Telefonnummer:  
Gabriel: 073-508 95 19  
William: 070-487 49 25

Daniel Roe  
Adjunkt/lektor  
Mail: Daniel.Roe@gih.se  
  
Telefonnummer:  
  
Daniel: 08-120 537 49