

Joakim Røland

# Relasjon mellom relativ alderseffekt og self-efficacy i fotball

En kvantitativ studie

June 2022





Norwegian University of  
Science and Technology

# Relasjon mellom relativ alderseffekt og self-efficacy i fotball

En kvantitativ studie

**Joakim Røland**

Idrettsvitenskap

Submission date: June 2022

Supervisor: Ingar Mehus

Co-supervisor: .

Norwegian University of Science and Technology  
Department of Sociology and Political Science



# Sammendrag

Denne oppgavens hovedtema vil omhandle relasjonen mellom relativ alderseffekt og self-efficacy i fotball. Oppgaven vil da benytte hovedteoriene self-efficacy og relativ alderseffekt for sitt teoretiske perspektiv. Studien baserer seg på kvantitativ forskningsstrategi hvor utøvere innenfor Ørland ballklubb har besvart et spørreskjema om general self-efficacy scale og spørsmål om fødselsmåned. Det var totalt 40 respondenter fordelt på tre ulike fotballag som var gutter 14, gutter 16 og gutter 19 hvor det var 14 respondenter for gutter 14, 17 respondenter for gutter 16 og 9 respondenter for gutter 19. Det ble benyttet bivariate regresjonsanalyser for gutter 14 og 16 mens en korrelasjonsanalyse for gutter 19.

Resultatene viser at relativ alderseffekt vil kun være til stede hos gutter 14 med 64,28% av respondentene var født i første halvdel av året. Det vistest ingen tendenser til relativ alderseffekt hos gutter 16 og 19. De bivariate regresjonsmodellene viser ikke signifikante funn for gutter 14  $p=0,826$  og gutter 16  $p=0,401$ . Korrelasjonsanalysen til gutter 19 viser en positiv korrelasjon på 0,672 som vil si at det vil være større grad av self-efficacy hvis man er født tidligere på året. Grunnet lite antall respondenter vil det ikke være mulig å konkludere med disse resultatene da det vil være for store muligheter for tilfeldigheter.

# Innhold

<b>Innledning</b> .....	1
<b>Forskningsspørsmål</b> .....	2
<b>Teori</b> .....	3
<b>Relativ alderseffekt</b> .....	3
<b>Fotball</b> .....	4
<b>Konkurransen idretten</b> .....	5
<b>Kjønn</b> .....	5
<b>Alder</b> .....	6
<b>Self-efficacy</b> .....	7
<b>Tidligere erfaringer</b> .....	7
<b>Observasjon og sammenlikning</b> .....	8
<b>Verbal overtalelse</b> .....	8
<b>Fysiologiske/psykologiske tilstander</b> .....	9
<b>Efficacy aktiverte prosesser</b> .....	9
<b>Kognitive prosesser</b> .....	10
<b>Motivasjons prosesser</b> .....	10
<b>Affektive prosesser</b> .....	11
<b>Seleksjons prosesser</b> .....	11
<b>Metode</b> .....	13
<b>Utvalg</b> .....	13
<b>Valg av metode</b> .....	13
<b>Utvikling av spørreskjema</b> .....	14
<b>Gjennomføring</b> .....	15
<b>Analyse</b> .....	16
<b>Reliabilitet og validitet</b> .....	16
<b>Resultat</b> .....	19

<b>Relativ alderseffekt</b> .....	19
<b>Self-efficacy</b> .....	21
<b>Bivariat regresjonsanalyser</b> .....	22
<b>Gutter 14</b> .....	23
<b>Gutter 16</b> .....	24
<b>Gutter 19</b> .....	26
<b>Oppsummering av resultat</b> .....	27
<b>Diskusjon</b> .....	29
<b>Relativ alderseffekt</b> .....	29
<b>Konkurransetidretten</b> .....	30
<b>Alder</b> .....	30
<b>Relasjon mellom relativ alderseffekt og self-efficacy</b> .....	31
<b>Frafall</b> .....	32
<b>Avslutning</b> .....	33
<b>Kilder</b> .....	35
<b>Vedlegg</b> .....	38
<b>Vedlegg 1: informasjonsskriv</b> .....	38
<b>Vedlegg 2: spørreskjema</b> .....	40
<b>Vedlegg 3: Cronbach's alpha</b> .....	42
<b>Vedlegg 4: Normalfordeling av data</b> .....	43
.....	43

# Innledning

Fotball er en av de mest populære lagidrettene i verden og blir spilt av utøvere i alle mulige aldre både i et bredde og konkurranseperspektiv. Som i mange idretter så vil motivasjon være en sentral faktor for at en utøver skal kunne lykkes og kunne utvikle seg og prestere innen en idrett. Fotball er ikke et unntak for dette. Vroom (1964) argumenterer for at graden av prestasjon er avhengig av en utøvers kapasitet og motivasjon (Helsen, Van Winckel, & Williams, 2005; Vroom, 1964). Dette vil si at graden av motivasjon en utøver har vil ha en påvirkning på kvaliteten av læring og prestasjon da det bestemmer hvor effektivt potensialet til en utøver blir utnyttet. Hvis en utøver presterer bedre i forhold til andre så vil dette kunne ha en påvirkning på motivasjonen og for videre deltakelse i idrett (Helsen et al., 2005).

Det er gjort en rekke studier på temaet motivasjon i forhold til idrett og også innenfor fotballen. Da det er snakk om motivasjon så vil dette være et bredt tema da begrepet vil kunne omhandle flere forskjellige teorier som vil ha en innvirkning på en utøvers motivasjon (Gilson & Feltz, 2012). Det vil være mange forskjellige faktorer som vil spille inn på hvordan en utøver presterer innenfor fotballen. Da motivasjon vil være en stor faktor kan også relativ alderseffekt ha en påvirkning da det vil kunne være fysiske forskjeller mellom utøverne som spiller på samme lag som vil gi noen utøvere en fordel. Dette vil da kunne ha en påvirkning på seleksjonsprosessen innenfor landslag. Med slike forskjeller kan dette ha en innvirkning på utøvers motivasjon innenfor fotballen. Det er gjort flere studier på relativ alderseffekt og fotball som viser at dette er et problem som er vist over hele verden (Jiménez & Pain, 2008; José M Yagüe, de la Rubia, Sánchez-Molina, Maroto-Izquierdo, & Molinero, 2018). Siden relativ alderseffekt er dokumentert i stor grad innenfor fotballen så kan det være interessant å se hvordan dette fenomenet vil ha en påvirkning på viktige faktorer for prestasjon innenfor fotball. Som nevnt tidligere så er motivasjon en viktig faktor innenfor prestasjon i fotball så det kan være interessant å se på hvilken påvirkning den relative alderseffekten har på motivasjon. Motivasjon er som sagt et stort begrep som omhandler mange teorier som vil gjøre det vanskelig å se på sammenhengen på hele begrepet. Derfor har jeg valgt å fokusere på kun en motivasjonsteori. Motivasjonsteorien som vil være i fokus i denne oppgaven vil være self-efficacy som vil være en motivasjonsteori som er sett på å være en teori som vil være aktuell innenfor fotballen.



## **Forskningsspørsmål**

Formålet med denne oppgaven vil være å se på om det vil være en sammenheng mellom disse to teoriene som er i fokus. Derfor vil jeg i denne oppgaven se på om relativ alderseffekt vil ha påvirkning på self-efficacy der forskningsspørsmålene som vil undersøkes er:

*Hvilken relasjon er det mellom relativ alderseffekt og self-efficacy innenfor fotballen?*

For å kunne svare på denne problemstillingen så vil jeg i denne oppgaven vil det være ta for meg de forskjellige teoriene som er i fokus og forklare disse og dokumentere litt tidligere forskning som er gjort på disse feltene for å kunne se på sammenhenger disse teoriene kan ha. Det vil også være gjennomført et spørreskjema for som er sent ut til ulike fotballag for å kunne undersøke problemstillingen om det kan være en sammenheng mellom Self-efficacy og relativ alderseffekt der resultatene av spørreskjemaene vil bli undersøkt og diskutert for å se på hvordan disse begrepene kan henge sammen. Det vil til slutt bli gjort rede for de viktigste funnene og avsluttende refleksjoner om disse.

# Teori

I denne delen av oppgaven vil det bli tatt for seg relevant teori i forhold til oppgaven som vil kunne bli benyttet for å kunne diskutere resultatene i denne oppgaven. Det er to hovedteorier som vil være i fokus i denne oppgaven som vil være relativ alderseffekt og self-efficacy da disse teoriene sak bli sett på i sammenheng under oppgaven. Under vil teoriene være forklart og ulike studier som er gjort tidligere vil være benyttet for å kunne være med på å forklare disse teoriene og vise til tidligere forskning som er gjort på området.

## Relativ alderseffekt

I Norge lever vi i et samfunn der vi i mange forskjellige situasjoner i oppveksten at vi er delt inn i grupper som vil være avhengig av vår egen alder. Slike grupper vil være som for eksempel i skolegangen eller innenfor idretten der en person vil gå i samme skoleklasse med andre personer som er født i samme årskull. Dette vil da si at de som er født i samme årstall fra 1. januar – 31. desember. Denne grupperingen vil ikke være tilfeldig da den er til for å kunne gi ulike personer så like muligheter og mest rettferdige forutsetninger i ulike situasjoner (Helsen et al., 2005). Innen denne fordelingen av ulike grupper så vil det fortsatt være forskjeller mellom når de ulike personene er født, denne forskjellen mellom når hver enkelt person er født vil kunne betegnes som relativ alder. Det vil kunne oppstå konsekvenser av disse forskjellene i «alder» som da vil kunne betegnes som relativ alderseffekt (Delorme & Raspaud, 2009; Helsen et al., 2005). Denne fordelingen som er til for å legge til rette for å gjøre ulike ting rettferdig og gi like forutsetninger i ulike oppgaver så vil det fortsatt være store forskjeller på de som er født tidlig og de som er født sent på året. Disse forskjellene vil kunne strekke seg fra 1. januar og til 31 desember som vil omfatte en gruppe fordelt over 12 måneder. Disse forskjellene kan gi ulike fordeler til de som er født tidlig på året som for eksempel akademisk eller i fysiske sammenhenger på grunn av hvor langt hver enkelt person har kommet seg i utviklingen (Helsen et al., 2005; Musch & Grondin, 2001). Det er gjort flere forskjellige studier innenfor relativ alderseffekt og skole som viser at de som er født tidlig på året vil ha en større fordel akademisk i forhold til de elevene som er født senere på året. Disse studiene vil støtte teorien om relativ alderseffekt og viser at dette vil kunne være et problem i ulike tilfeller (Bell & Daniels, 1990; DeMeis & Stearns, 1992; Musch & Grondin, 2001).

Studier viser at relativ alderseffekt vil være et problem innenfor skolen akademisk og gi ulike elever fordeler på grunn av utvikling kognitivt, men det vil ikke bare være innenfor skolegangen og kognitive forskjeller som vil gi ulike personer fordeler i forhold til når de er født på året.

Som i skolen så vil det være ulike fordelinger i grupper i forhold til årskull i flere arenaer i det daglige samfunn. En av disse arenaene vil være innenfor idretten der at det i de fleste idretter så vil det være en lik fordeling som i skolen der de som er født i samme årskull vil være på samme lag slik at det vil være likest mulig fysiske forutsetning for utøverne slik at det vil være mest mulig rettferdig (Musch & Grondin, 2001). Selv om denne fordelingen er for å gjøre det mest mulig rettferdig så vil det fortsatt kunne være flere måneders forskjell på de som er født tidlig i forhold til de som er født sent på året som vil kunne gi store fysiske forskjeller som vil ha en indikasjon på prestasjonen til de ulike utøverne (Helsen et al., 2005; Musch & Grondin, 2001). Helsen et al. (2005) nevner at det vil være store forskjeller mellom ulike 10 åringer i forhold til når de er født på året. en 10 åring som er født tidlig på året vil for eksempel være 1,54m høy og veie 49 kg mens en utøver som er født sent på året vil være 1,26m høy og veie 22 kg. Dette vil være en enorm forskjell mellom utøvere i samme årskull som vil kunne være avgjørende for prestasjon. Selv om disse store forskjellene er til stede så vil disse to personene fortsatt spille på samme lag og konkurrere på samme nivå på grunn av hvilket år de er født i (Helsen et al., 2005). Disse forskjellene vil i mange situasjoner kunne gi store fordeler til de som er født tidlig på året da det for eksempel i basketball vil være en stor fordel å være høy da dette gir fordeler innenfor idretten (Delorme & Raspaud, 2009). Innenfor konkurranseidretten så viser flere studier at for eksempel i basketball så vil det være en overrepresentasjon av de utøverne som er født tidlig på året i forhold til de som er født sent på året i tidlig alder. Dette kan da skyldes forskjeller i høyde da dette er en stor faktor for prestasjon innenfor basket (Arrieta, Torres-Unda, Gil, & Irazusta, 2016; Delorme & Raspaud, 2009). Selv om relativ alderseffekt vil være et problem innenfor ungdomsidretten så er det vist at disse forskjellene vil kunne jevnes ut i senere alder. Arrieta et al. (2016) så i sin studie at det ble mindre forskjeller i fordelingen i 20 års alderen hos utøverne. Dette vil da kunne ha noe med at når utøverne blir eldre så vil de til slutt bli ferdig med å utvikle seg og de som er født sent på året vil kunne «ta igjen» de utøverne som er født tidligere som vil gjøre forskjellene mindre (Musch & Grondin, 2001).

## **Fotball**

Det er vist i teori og studier at relativ alderseffekt vil være et problem i ulike situasjoner både kognitivt og fysisk. I denne oppgaven så vil det være fotball som vil være hovedfokuset og denne idretten vil det også kunne oppstå relativ alderseffekt som vil kunne gi ulike forutsetninger for ulike utøvere. Det er gjort flere studier på hvordan relativ alderseffekt vil være til stede i ulike fotballag i flere forskjellige nasjoner. Som for eksempel i studiet til Helsen

et al. (2005) så de på relativ alderseffekt hos ungdoms fotballspillere innenfor 10 forskjellige europeiske land. I dette studie fant de ut at relativ alderseffekt ville være til stede i alle de forskjellige nasjonale ungdomsgruppene. Dette vil da bety at det var et overtall av utøvere i disse forskjellige gruppene som var født første halvdel av året i forhold til de som var født i andre halvdel (Helsen et al., 2005). det vil være gjort mange studier som viser at relativ alderseffekt vil være til stede innenfor fotballen og det vil være et tema som er godt dokumentert som et problem innenfor fotball (Augste & Lames, 2011; Del Campo, Vicedo, Villora, & Jordan, 2010; Helsen et al., 2005; José María Yagüe, Molinero, Alba, & Redondo, 2020).

### **Konkurransen idretten**

Innenfor fotballen så vil det være ulike nivå å spille på også i ung alder. Det vil være ungdomslandslag som vil være et av de høyeste nivåene ungdomsutøvere kan spille på, men det vil også være bredde lag på et lavere nivå som vil ha et større bredde perspektiv. Ut ifra forskjell på ulike lag så kan det oppstå forskjellig grad av relativ alderseffekt på forskjellige lag. Del Campo et al. (2010) så i sin studie både på amatør og eliteutøvere og hvordan relativ alderseffekt var til stede i disse gruppene. I sin studie viste resultatene at i elitegruppen så var det en stor overrepresentasjon av utøvere født i første halvdel av året som er vist i flere ulike studier. Det ble også funnet at relativ alderseffekt var også i amatør gruppene, men at dette var i en mye mindre grad i forhold til elite gruppene. Dette tyder på at relativ alderseffekt vil være til stede i flere nivåer innenfor fotballen, men at det vil kunne være forskjell i hvilken grad dette er til stede i forhold til hvilket nivå man spiller på (Del Campo et al., 2010). Det er flere studier som har sett på forskjeller i grad av relativ alderseffekt i forhold til nivå innenfor idrett. Studiet til Peña-González et al. (2021) viste også at det var forskjeller i relativ alderseffekt på forskjellige nivå innenfor idretten (Peña-González, Javaloyes, Sarabia, & Moya-Ramón, 2021). Når man ser på disse forskjellene innenfor fotballen så kan det tyde på at de som er født tidlig på året vil bli i større grad valgt til ulike lag på høyere nivå. Utøverne som er født tidlig på året vil i større grad bli selektert til et lag på høyere nivå grunnet sin prestasjon med sine fordeler i kognitive og fysiske fordeler (Sierra-Díaz, González-Villora, Pastor-Vicedo, & Serra-Olivares, 2017).

### **Kjønn**

At det vil være relativ alderseffekt innenfor fotballen på et høyt nivå vil være godt dokumentert når man ser på hvem som er født tidlig og sent på året hos menn (Del Campo et al., 2010; Vincent & Glamser, 2006). Selv om det er gjort mye forskning og det er godt dokumentert på herre siden at relativ alderseffekt vil være til stede kan det være viktig å se om det vil være

forskjeller hos kjønn da det ofte fokuseres på herredretten. Vincent & Glamser (2006) gikk inn på dette temaet med å se på sammenhengen mellom kvinnelige og mannlige utøvere innenfor relativ alderseffekt. De sammenlignet i sammenlignet graden av relativ alderseffekt mellom kvinnelige og mannlige utøvere som ble vurdert av US Olympic Development program. I sitt studie viste resultatene at på kvinne siden så var det i liten grad eller ingen relativ alderseffekt til stede hos disse utøverne, mens som i mange andre studier viste resultatet en stor grad av relativ alderseffekt hos utøverne på herresiden (Vincent & Glamser, 2006). En annen studie på kvinnelige utøvere som ble gjort av Smith et al. (2018) gjorde en meta analyse og så på relativ alderseffekt innenfor 25 ulike idretter. Som studiet til Vincent & Glamser (2006) viste resultatene at relativ alderseffekt var til stede men i en liten grad. Resultatene viste også at hos kvinner så ville det være større grad av relativ alderseffekt på et høyere nivå enn et lavt nivå som vil være likt i forhold til herredretten, men relativ alderseffekt vil være til stede i mindre grad på kvinne siden i forhold til herredretten (Smith, Weir, Till, Romann, & Cobley, 2018).

## **Alder**

Relativ alderseffekt vil i hovedsak handle om at utøvere som er født tidlig på året vil ha kognitive og fysiske fordeler i forhold til de som er født sent på året i ungdomsidretten (Helsen et al., 2005). Selv om disse forskjellene vil være et problem i yngre alder så vil disse forskjellene bli mindre etter hvert som utøvere blir eldre. Personer vil etter hvert bli ferdig utviklet som vil gjøre at de som er født sent på året etter hvert vil «ta igjen» de som er født tidlig på året i utviklingen. Med tanke på at de som er født sent på året vil ta igjen de som er født tidlig så kan det tenkes at det ikke vil være noe relativ alderseffekt i en eldre alder. Dette ble sett på av Yagüe et al. (2020) som så i sin studie at det var en større grad av relativ alderseffekt på ungdomslagene enn på de profesjonelle lagene i den spanske ligaen. Selv om det var større grad av relativ alderseffekt på ungdomslagene så vistes det at det fortsatt var et overtall av utøvere som var født tidlig på året hos de profesjonelle lagene, bare at det vistes i en mindre grad enn hos ungdomslagene (José María Yagüe et al., 2020). Selv om utøvere som er født sent på året vil ta igjen de som er født tidlig i utviklingen så vises det at relativ alderseffekt fortsatt kan være til stede hos eldre utøvere. Dette kan tyde på at relativ alderseffekt vil henge igjen fra yngre alder da de som er født tidlig på året vil i større grad bli selektert til lag på høyere nivå.

## **Self-efficacy**

Motivasjon vil være en viktig faktor for å kunne prestere innenfor ulike idretter da en utøver som har større grad av motivasjon vil ha bedre forutsetninger for å prestere. Motivasjon vil være et stort begrep som omfatter mange ulike teorier som vil være relevant innenfor fotballen. At utøvere har tro på å kunne gjennomføre ulike oppgaver i spesifikke situasjoner vil være viktig i ulike situasjoner for å kunne prestere i fotball. Derfor vil Self-efficacy være et begrep som vil kunne være relevant i mange situasjoner og vil også være relevant innenfor fotballsituasjoner. Bandura definerer self efficacy på denne måten: *"beliefs in one's capability to organize and execute the courses of action required to produce given attainments"* (Gilson & Feltz, 2012). Teorien om self-efficacy vil si noe om utøveren sin tro på hvordan bruke sine egne evner i en situasjon. Når det snakkes om denne teorien så vil det være viktig å legge merke til at self-efficacy vil være en situasjonsspesifikk konstruksjon som vil svinge ut i fra hvordan en oppgave forandrer seg eller hvordan en enkelt utøver tolker sin egne evner til å gjennomføre en ferdighet (Gilson & Feltz, 2012). Et eksempel på dette vil være at hvis en utøver har gjennomført en spesifikk øvelse tidligere og har kjennskap til den fra før, vil dette gjøre at utøverens grad av efficacy for gjennomføring av denne oppgaven være større i forhold til en oppgave som utøveren ikke er kjent med. Dette vil være et eksempel fra en av kildene til self-efficacy. Self-efficacy har mulighet til å oppstå ved flere forskjellige kilder og det vil ifølge teorien være totalt fire forskjellige kilder. Disse kildene vil være: tidligere erfaring, observasjon og sammenlikning, verbal overtalelse og fysiologiske/psykologiske tilstander (Bandura, 1977; Gilson & Feltz, 2012; Schwarzer, 2014).

### **Tidligere erfaringer**

Tidligere erfaringer vil være den første faktoren som vil ha en innvirkning på en utøvers self-efficacy. Ifølge teorien så vil dette være den faktoren som er nevnt å ha mest innvirkning på graden av en utøvers self-efficacy (Bandura & Wessels, 1994; Gilson & Feltz, 2012; Maddux & Gosselin, 2012). Denne kilden vil omhandle de tidligere erfaringene til en utøver i en gitt situasjon. Utøveren vil kunne gå ut ifra tidligere erfaringer med oppgaven og se på hvordan utøveren gjennomførte denne oppgaven tidligere. Hvis utøveren klarte å gjennomføre denne oppgaven tidligere på en tilfredsstillende måte eller å ha lyktes tidligere kunne gjøre at utøveren får en større grad av self-efficacy i ulike idrettssituasjoner. Dette vil være på grunn av at utøveren har positive erfaringer med å lykkes tidligere med den spesifikke oppgaven som vil gjøre at utøveren i større grad har troen på å klare selve oppgaven igjen (Bandura, 1977; Bandura & Wessels, 1994; Gilson & Feltz, 2012; Maddux & Gosselin, 2012). Men som bandura

nevner så vil det ikke være tidligere suksess som vil være hovedårsaken til utøverens self-efficacy, men det vil være gjennom den kognitive prosesseringen av gjennomføringen som overfører informasjon om utøveren sin kapasitet (Gilson & Feltz, 2012). Tidligere erfaringer nevnes ofte å ha positiv innvirkning på utøveren sin grad av self-efficacy, men det vil også kunne ha negativ innvirkning på utøveren i ulike tilfeller. Det vil kunne påvirkes negativt i den sammenheng at hvis en utøver har dårlige erfaringer med en oppgave da de for eksempel tidligere har mislyktes. Dette vil kunne gjøre at en utøver får en mindre grad av self-efficacy og får mindre tro på å kunne gjennomføre denne oppgaven i fremtiden (Bandura, 1977; Bandura & Wessels, 1994; Gilson & Feltz, 2012; Maddux & Gosselin, 2012). Derfor vil det være viktig å være oppmerksom på at tidligere erfaringer kan påvirke en utøvers grad av self-efficacy både positivt og negativt i ulike situasjoner.

### **Observasjon og sammenlikning**

Den andre kilden til self-efficacy vil være observasjon og sammenlikning som vil være fremtredende i idretter fordi det maksimale nivået av prestasjon vil ikke kunne vises like godt (Gilson & Feltz, 2012). Innenfor denne kilden så vil det handle om at utøvers self-efficacy vil kunne bli påvirket av at de sammenlikner seg selv med andre utøvere. Dette kan da skje ved at de sammenlikner hvordan de presterer selv og hvilke ferdigheter de har i forhold til andre utøvere (Bandura & Wessels, 1994; Gilson & Feltz, 2012; Maddux & Gosselin, 2012). Et eksempel på dette vil være at hvis en utøver observerer at han skal konkurrere med en utøver som har en skade så vil utøveren kunne ha en større grad av self-efficacy da utøveren har en større tro på å kunne vinne. Men denne kilden vil også kunne påvirke en utøvers self-efficacy negativt i ulike situasjoner. Et eksempel på en negativ påvirkning vil kunne være hvis en utøver møter en elite utøver i idretten da man selv kun er en amatør utøver. Dette vil kunne gjøre at på grunn av motstanderen sin kompetanse og ferdigheter så vil det kunne få en negativ påvirkning på self-efficacy da utøveren får en mindre tro på å lykkes. Det kan også i et annet tilfelle være at en utøver sammenlikner seg selv med en annen utøver med like kvaliteter og ferdigheter, hvis denne utøveren lykkes kan dette ha en positiv innvirkning på self-efficacy da utøveren i seg selv ser på seg selv som like god eller bedre enn utøveren som allerede har lyktes. Hvis man ser på seg selv som like god så vil dette kunne hjelpe på troen på å fullføre oppgaven (Bandura, 1977; Bandura & Wessels, 1994; Gilson & Feltz, 2012).

### **Verbal overtalelse**

Som den tredje kilden til self-efficacy så vil dette være verbal overtalelse som vil omhandle direkte uttalelser fra seg selv eller andre og i tillegg sosiale overtalelser fra andre. Som Bandura

nevner så vil det være lettere å opprettholde en positiv efficacy hvis andre utøvere eller trenere uttrykker sin tru på en utøvers ferdigheter hvis utøveren selv har tvil på egne ferdigheter (Bandura & Wessels, 1994; Gilson & Feltz, 2012). Selv om tilbakemeldinger fra trenere kan ha en positiv innvirkning på en utøvers self-efficacy kan også ulike tilbakemeldinger påvirke en utøvers self-efficacy negativt. Dette kan for eksempel være at treneren forteller at utøveren må yte mer for å kunne oppnå suksess, dette kan da ha en negativ innvirkning ved at utøveren begynner å tvile på sine egne ferdigheter selv om utøveren yter maks i den situasjonen, men fortsatt feiler. Denne kilden vil kunne ha en varierende effekt på en utøvers self-efficacy da det kommer an på hvem tilbakemeldingene kommer fra. Hvis en eliteutøver gir en positiv tilbakemelding om ferdighetene til en utøver så vil dette kunne ha en større påvirkning enn om den samme tilbakemeldingen kom fra en amatør utøver. Dette vil da være grunnet at en eliteutøver vil ha større kompetanse og kunne ha en bedre forståelse for hvordan man presterer i idretten. ut i fra at ulike tilbakemeldinger kan ha en varierende effekt på utøvere så må en trener være varsom ved forsøk av å motivere utøverne da det kan påvirkes både positivt og negativt (Gilson & Feltz, 2012).

### **Fysiologiske/psykologiske tilstander**

Den siste kilden for self-efficacy vil være fysiologiske/psykologiske tilstander. Bandura argumenterer for at denne kilden vil være relevant innenfor flere forskjellige idrettslige arenaer. Hovedpunktet i denne kilden for self-efficacy vil ikke være at en utøver blir svett i hendene eller at de får en vond følelse i magen før en konkurranse, men det vil være hvordan utøveren vil oppfatte og tolke disse faktorene (Gilson & Feltz, 2012). Disse faktorene vil kunne oppfattes som energigivende for en utøver som vil prestere godt og sikte høyt. På den andre siden kan disse faktorene oppfattes som hindringer for utøvere som ikke sikter like høyt (Bandura, 1977; Gilson & Feltz, 2012). Flere faktorer som kan ha en innvirkning på en utøvers self-efficacy kan være humøret til utøveren. Hvis en utøver har et godt humør kan dette bidra til bedre evalueringer av situasjoner i forhold til når de er i et dårlig humør. Ulike fysiologiske tilstander kan også ha en innvirkning på utøverens oppfatning av sine egne tilstander (Gilson & Feltz, 2012).

### **Efficacy aktiverte prosesser**

Det er gjort mye forskning i forhold til de fire kildene til self-efficacy. Det vil også være fire forskjellige prosesser der «self efficacy beliefs» vil ha en effekt på menneskets funksjoner.



Disse fire prosessene vil være kognitive prosesser, motivasjons prosesser, affektive prosesser og seleksjonsprosesser (Bandura, 1989; Bandura & Wessels, 1994).

### **Kognitive prosesser**

Den første prosessen som blir nevnt vil være kognitive prosesser. Effektene av self-efficacy beliefs på disse kognitive prosessene vil kunne ha flere forskjellige former. Mennesket sin oppførsel vil være regulert av forskjellige verdsatte mål, disse målsettingene vil kunne påvirkes av en persons egen selvvurdering av egne evner. En person eller utøver som har en stor grad av self-efficacy vil i større grad sette seg selv vanskeligere mål og holde mer fast på disse målene. Personene med høy grad av self-efficacy vil gjøre dette i en større grad en utøvere som har en lav grad av self-efficacy (Bandura, 1989; Bandura & Wessels, 1994). Det vil være sentralt innenfor dette å kunne predikere konsekvenser av handlinger med mest mulig riktighet. Med dette vil utøvere kunne se for seg ulike scenarioer der de ser for seg et utfall. En person med en høy grad av self-efficacy kan se for seg et scenario der man i en situasjon vil lykkes med oppgaven, Dette vil kunne være med på å hjelpe med å guide til en god prestasjon i den situasjonen da utøveren har sett for seg på forhånd hvordan man kan lykkes. På den andre siden så kan en utøver med lav grad av self-efficacy kunne se for seg scenarioer der de ikke lykkes på samme måte som de med høy grad av self-efficacy. Dette kan da føre til at disse utøverne vil tenke på alle de ulike tingene som kan gå galt i situasjonen de skal komme i. Dette kan da ha en negativ innvirkning på prestasjonen til utøveren i den kommende situasjonen da man allerede har sett for seg hva som kan gå galt. Å se for seg slike scenarioer på forhånd for man skal inn i selve situasjonen kan ha en innvirkning på hvordan en utøver velger å handle i ulike situasjoner (Bandura & Wessels, 1994).

### **Motivasjons prosesser**

Innenfor selvregulering av motivasjon i idrett så vil self-efficacy beliefs spille en viktig rolle. Motivasjon vil som regel være generert kognitiv hos utøvere. utøvere vil i ulike situasjoner motivere seg selv og styre sine egne handlinger med omtanke. Utøvere har en tro på sine egne ferdigheter og tro på hva de selv klarer å gjøre i ulike situasjoner. De vil forme utfall av potensielle handlinger. De vil sette mål til seg selv og vil planlegge ulike handlinger som vil være designet for å kunne realisere disse målene (Bandura & Wessels, 1994). Bandura nevner at utøvere som mener at de selv er effektive vil tilskrive feilene de gjør i ulike situasjoner som en utilstrekkelig innsats, på den andre siden så vil utøvere som vil se på seg selv som ineffektive tilskrive årsaken til feilene de gjør som at de har lave evner (Bandura, 1989; Bandura & Wessels, 1994). Årsaks attribusjoner vil påvirke motivasjon og prestasjon i hovedsak gjennom

self-efficacy. I teorien om expectancy value så vil motivasjon være regulert av at forventningen av en gitt atferd vil produsere et gitt utfall og verdiene av disse utfallene. Men personer vil handle ut ifra hvilken prestasjon de selv tror de klarer å oppnå. Derfor vil self-efficacy belifs delvis styre den motiverende påvirkningen av resultatforventninger. Self-efficacy vil kunne bidra til motivasjon på flere forskjellige måter. De vil være med på å bestemme mål utøvere vil sette for seg selv, det vil bidra til innsatsen utøveren vil være villig til å legge inn i en oppgave, vil bidra til hvor lenge en utøver vil holde ut når en møter motgang og til slutt bidra til motstandsdyktighet mot å mislykkes (Bandura & Wessels, 1994). Ut i fra dette så vil de som ikke har troen på egne ferdigheter og evner kunne gi en mindre innsats og ha lettere for å gi opp i ulike situasjoner i forhold til de utøverne som har en stor tro på egne ferdigheter og evner (Bandura, 1989; Bandura & Wessels, 1994).

### **Affektive prosesser**

Personer sin egen tro på sine mestringsevner vil kunne ha en effekt på hvor mye stress og depresjon personen vil oppleve i vanskelige eller truende situasjoner, også deres nivå av motivasjon (Bandura, 1989; Bandura & Wessels, 1994). personer som vil tro at de kan ha kontroll over ulike trusler vil ikke ta å konstruere forstyrrende tankeprosesser, mens de som tror de ikke har kontroll vil kunne oppleve angst. De vil se på mange aspekter av omgivelser som farlige og tenke på sine egne mestringmangler. En opplevd mestring av self-efficacy vil regulere unngåelse og angst (Bandura & Wessels, 1994). En person som vil ha en større grad av self-efficacy vil ha en større sannsynlighet for å ta på seg mer vanskelige og truende aktiviteter i forhold til en person som har lavere grad av self-efficacy (Bandura, 1989; Bandura & Wessels, 1994). Opplevd self-efficacy for å kontrollere tankeprosesser vil være en viktig faktor for regulering av tanker om stress og depresjon. Det at utøvere ikke klarer å forstyrre disse tankene om stress og depresjon vil ikke være problemet, men det at de ikke har en evne til å slå av disse tankene vil kunne opprette ulike problemer. Derfor vil en større grad av self-efficacy være med på å redusere angst og andre faktorer (Bandura & Wessels, 1994).

### **Seleksjons prosesser**

Self-efficacy vil i ulike situasjoner være med på å bestemme ulike valg en utøver tar i forhold til aktiviteter og omgivelser utøveren til slutt velger. Utøvere vil som regel unngå ulike aktiviteter og situasjoner som de mener selv at de ikke klarer å mestre, men ulike utfordrende aktiviteter og situasjoner som de mener de klarer å håndtere vil de delta på. Disse valgene de tar vil være med på å gi ulik kompetanse, ulike sosiale nettverk og ulike interesser for utøveren. Utøvere som har en større grad og en mer robust self-efficacy vil i større grad kunne ta ulike

valg som kan gi nye muligheter i forhold til de med en mindre robust self-efficacy (Bandura, 1989; Bandura & Wessels, 1994).

# Metode

I denne delen av oppgaven så vil det bli gjort rede for hvordan resultatet i denne oppgaven har blitt samlet inn. Det vil bli gjort rede for hvilket utvalg som er brukt i oppgaven, hvilken innsamlingsmetode og hvordan dataen samlet inn, hvilke analyser og visuelle framstillinger av dataen som er blitt brukt for å kunne analysere resultatene som er samlet inn og til slutt vil reliabilitet og validitet i forhold til dette bli diskutert.

## Utvalg

I denne oppgaven så blir det sett på relativ alderseffekt som vil være en viktig faktor i forhold til hvordan utvalget i oppgaven blir bestemt. Ut ifra teorien om relativ alderseffekt så vil det være i utviklingsårene hos en utøver der relativ alderseffekt vil være til stede i størst grad (Musch & Grondin, 2001). I denne oppgaven ble utvalget valgt ut ifra grupper som teorien nevner at relativ alderseffekt vil være et problem og litt i senere år da det er vist at relativ alderseffekt er sett på å kunne avta. En annen faktor som ble tatt i betraktning for valg av utvalg var at denne oppgaven tar i fokus breddefotballen, dette vil si at utvalget som ble valgt vil ikke være på det øverste nivået i fotball i de gruppene som skulle bli valgt.

Ut ifra faktorene over så ble det sent ut et informasjonsskriv (vedlegg 1) til ulike idrettslag som var aktuelle for å kunne delta i spørreundersøkelsen som møtte disse kravene via e-post. Utvalget som til slutt endte opp i denne oppgaven var gutter 14, gutter 16 og gutter 19 i fotballaget hos Ørland ballklubb. Ut ifra forutsetningene fra valg av utvalg så var Ørland ballklubb kvalifisert da formålet til klubben er å kunne drive med organisert idrett på alle ulike nivå (ØBK, U.Å.). Ut ifra valg av hvilke lag innenfor klubben som ble valgt så ble det valgt ut ifra hvilke aldersgrupper teorien nevner som aktuelle innenfor relativ alderseffekt.

Utvalget fra Ørland ballklubb er på totalt 40 respondenter i de tre aldersgruppene. I gutter 14 så var det 17 respondenter, gutter 16 hadde 17 respondenter mens gutter 19 hadde 9 respondenter. Respondentene i gruppen gutter 19 var fra fire forskjellige årsklasser som vil gjøre vurderingen av resultatene litt forskjellig fra de andre to gruppene der de var alle fra samme årsklasse som vil være viktig å ta i betraktning senere ved analysering av dataen.

## Valg av metode

I denne oppgaven er det valgt å bruke kvantitativ metode ved bruk av spørreskjema. Grunnen til dette valget av metode vil være for at det ved spørreskjema vil være lettere å få inn flere svar

på en kortere tid enn ved for eksempel et intervju ved kvalitative metoder. Ut ifra hva som blir sett på i oppgaven ble det vurdert at det som undersøkes vil kunne bli besvart ved de ulike spørsmålene innenfor spørreskjemaet og problemstillingen kunne bli undersøkt via dette. Spørreskjema ble benyttet for å få mulighet til å samle inn mest mulig data innenfor flere forskjellige aldersgrupper da og gir muligheter for et større utvalg i forhold til hvis en kvalitativ metode hadde blitt benyttet.

## **Utvikling av spørreskjema**

Ved utviklingen av spørreskjemaet som skulle bli benyttet i denne oppgaven så var det to forskjellige hovedfaktorer som var viktig å ta i betraktning. Disse to faktorene vil være self-efficacy og relativ alderseffekt. I denne oppgaven så skal det undersøkes hvilken relasjon det er mellom self-efficacy og relativ alderseffekt som vil gjøre at i konstruksjon av dette spørreskjemaet så måtte det både være en måte å måle en utøvers grad av self-efficacy og kunne legge til rette for å kunne se om det vil være relativ alderseffekt hos de ulike gruppene som ble undersøkt. For å se på self-efficacy så ble det sett på andre studier innenfor fotball. Ved bruk av flere studier så ble det sett på hvilket spørreskjema som ble benyttet i disse studiene for å måle grad av self-efficacy. Ut ifra flere forskjellige studier så ble det benyttet general self-efficacy scale til å måle graden av self-efficacy (Ahsan, 2014; Cetinkalp & Turksoy, 2011).

General self-efficacy scale er et instrument laget av Schwarzer & Jerusalem (1995), med 10 forskjellige uttalelser relatert til forskjellige situasjoner (Ahsan, 2014; Cetinkalp & Turksoy, 2011; Schwarzer & Jerusalem, 1995). Svaralternativene går fra 1-4: Helt uenig: 1, Litt uenig: 2, litt enig: 3 og Helt enig: 4. Alle svarene slås sammen til en totalsum som vil være mellom 10-40. Summen sier noe om graden av self-efficacy der en høy sum vil si at det er en stor grad av self-efficacy og en lav sum vil mene en lavere grad av self-efficacy. Spørreskjemaet (vedlegg 2) som ble brukt er den godkjente norske oversettelsen som ble gjennomført av Espen Røysamb i samarbeid med Schwarzer og Jerusalem (Mestring, 2021). I spørreskjemaet om self-efficacy scale så ble det gjennomført en cronbach's alpha test for å måle den interne konsistensen til dimensjonene (vedlegg 3). Den nedre grensen for cronbach's alpha settes som regel til 0,7 for at det skal være akseptabelt (Skog, 2005). Testen viste en cronbach,s alpha på 0,7905 som vil være akseptabelt.

Den andre faktoren som det fokuseres på i oppgaven vil være relativ alderseffekt. Får å kunne se på dette så vil det være nødvendig å legge til ekstra spørsmål som vil være nyttig for å kunne undersøke temaet. Når man ser på relativ alderseffekt så vil fødselsmåned være en sentral ting

å se på for å kunne undersøke i hvilken del av året de ulike respondentene var født i. Måten dette ble gjort på var ved tre ulike spørsmål som spør om hvilket lag respondentene spilte på som vil være g14, g16 eller g19. Neste spørsmål vil være i forhold til hvilken årsklasse de er født i og til slutt vil det være hvilken måned respondentene var født i. Grunnen til at det er viktig å vite både hvilket lag respondentene spiller på og hvilken årsklasse de er født i vil være på grunn av muligheter for at forskjellige årsklasser spiller på samme lag. Dette vil være viktig å identifisere fordi hvis det bare blir sett på fødselsmåned og det er flere forskjellige årsklasser på samme lag så vil dette gi feil resultater. Dette vil være vist under gruppen g19 der det var utøvere på samme lag, men fra fire forskjellige årskull.

Totalt så vil spørreskjemaet bestå av 13 forskjellige spørsmål der tre av spørsmålene vil være for å identifisere om relativ alderseffekt vil være til stede og 10 spørsmål vil bestå av Schwarzer og Jerusalem sin general self-efficacy scale for å kunne måle grad av self-efficacy.

## **Gjennomføring**

Etter at utvalget og spørreskjema var klar for å kunne samle inn dataen så var det bare gjennomføringen som sto igjen for tur. Etter at det var tatt kontakt med aktuelle respondenter ble det gitt ytterligere informasjon med ansvarlige for hvordan dataen kunne samles inn. Spørreskjema ble sendt på forhånd til ansvarlige for klubben slik at de var informert om hva som ble spurt om og undersøkt. Etter kommunikasjon om hvordan dataen skulle bli samlet inn ble det avtalt å møte opp i person på trening for å kunne sikre at dataen ble samlet inn. Dette ville være grunnet at klubben ikke kunne garantere å få svar ved bruk av nettskjema da dette kunne gjøre det vanskelig å få respondenter til å svare. Flere faktorer som spilte inn på å møte opp i person var å kunne sikre at alle spørsmålene ble forstått av alle som svarte på spørreskjemaet og hvordan det skulle gjennomføres. Ved oppmøte ville det være mulig for respondentene å stille spørsmål hvis det var noe som var uklart i forhold til spørreskjemaet som vil hjelpe på å få korrekte svar i forhold til oppklaring. Dag og tidspunkt ble avtalt med ansvarlige for laget om når det var muligheter for å kunne samle inn dataen. Dataen ble både samlet inn på både starten og slutten av treningene da det ikke skulle ta ut av treningstiden. Grunnet dette ville ikke spørreskjemaet bestå av alt for mange spørsmål slik at det ikke skulle ta alt for lang tid å kunne svare på disse spørsmålene. Spørreskjemaet var satt til å kunne bli besvart på rundt 5 minutter slik at det gikk å samle inn data imellom treninger slik at det var mulig å samle inn data fra flere lag når det var treningsbytte.

I forhold til spørreskjemaet så var general self-efficacy scale benyttet for å kunne måle grad av self-efficacy. Disse spørsmålene vil ikke i hovedsak være rettet mot fotballsituasjoner som vil kunne gi feilaktige svar i forhold til oppgaven hvis dette ikke blir nevnt. Dette vil være en annen grunn til at oppmøte var viktig når det gjelder å samle inn data da det ble gitt informasjon før respondentene satte i gang med spørreskjemaet. Det ble lagt vekt på at når spørreskjemaet ble besvart så skulle det bli sett på i en fotballsammenheng. Dette ble viktig å presisere for å kunne samle inn korrekt data i forhold til hva som undersøkes i denne oppgave. Selv om dette ble presisert i informasjonsdelen av spørreskjemaet så ble det nevnt tydelig på forhånd da det er en viktig del for oppgaven.

Det kan diskuteres om nettskjema ville vært en bedre metode da dette kunne gitt flere svar og flere respondenter da det ble nevnt at det var en del sykdom som gjorde at det ikke var like stort oppmøte som det kunne ha vært. Å møte opp ble fortsatt vurdert som beste måten da informasjon og presisering av viktige punkter ble vurdert å være viktigst. Nettskjema kunne gitt flere respondenter, men kan gi svar som ikke vil være relevant i forhold til oppgaven da self-efficacy scale ikke er spesifisert mot fotball.

## **Analyse**

For å kunne undersøke dataen som er innsamlet i spørreskjemaet så vil statistikkprogrammet stata være benyttet for å kunne se om det vil være sammenhenger mellom de to variablene som blir undersøkt i denne oppgaven som vil være relativ alderseffekt og self-efficacy. I kvantitative metoder så vil det ofte være større datasett som blir analysert og da vil det ofte være regresjonsanalyser som blir benyttet. I denne oppgaven vil det bli benyttet en bivariat regresjonsanalyse som vil si at det sammenlignes to forskjellige variabler og vil bli sett på om det vil være en sammenheng mellom disse i aldersgruppene gutter 14 og gutter 16. Det vil også bli benyttet en korrelasjonsanalyse for aldersgruppen gutter 19 da denne variabelen vil være delt inn i årstall i stedet for fødselsmåned. For å kunne visualisere resultatene så vil scatterplot bli benyttet for å kunne lettere se hvordan resultatene vil kunne ha en eventuell sammenheng.

## **Reliabilitet og validitet**

I vurderinger i kvaliteten av et mål så vil reliabilitet og validitet være viktig. Når det er snakk om reliabilitet så vil Cronbach's Alpha være et mål som vil være mye brukt i forhold til dette. Cronbach's alpha vil som regel ha en nedre grense for å kunne tilfredstille en intern konsistens. Denne nedre grensen befinner seg som regel på 0,7 (Skog, 2005). Cronbach's alpha testen som ble gjennomført på general self-efficacy i dette studiet tilfredstilte kravene til den nedre grensen

på 0,7, dette vises ved at cronbach's alpha for general self-efficacy var 0,7905 som vil være over den nedre grensen. Uavhengig av cronbach's alpha så vil det være viktig å se på dette i sammenheng med teori, tidligere forskning og argumentasjon. Tidligere studier på self-efficacy innenfor fotball og idrett vil ha brukt General self-efficacy scale som en mål på en utøvers self-efficacy og instrumentet vil være laget for måling av self-efficacy (Schwarzer & Jerusalem, 1995). Når det er snakk om reliabilitet i data så vil det også være viktig å se på antall respondenter i undersøkelsen. Dette vil være på grunn av at med flere respondenter så vil det være mindre muligheter for tilfeldigheter innenfor undersøkelsen. I denne oppgaven kan dette være et problem da antall respondenter kan være litt lav for en slik oppgave. For eksempel hos gutter 19 der det kun er 9 respondenter så vil det være stor sannsynlighet for at tilfeldigheter kan spille inn. Så selv om spørreskjemaet i seg selv kan gi reliable svar så kan antall svar spille inn på reliabiliteten til dataen.

Validitet vil være et mer teoretisk spørsmål som krever en teoretisk vurdering. Validitet vil handle om instrumentene som brukes faktisk måler det det vi ønsker å måle (Skog, 2005). I denne oppgaven vil dette for eksempel være om General self-efficacy scale faktisk måler om man har en større grad av self-efficacy. Høy reliabilitet vil også kunne være en viktig forutsetning for høy validitet. General self-efficacy scale har blitt kritisert i forhold til bruk av i aktivitet da det nevnes at det måler lite eller ingen relasjon til efficacy beliefs relatert til bestemte aktivitetssituasjoner. Det er diskusjoner om andre undersøkelser ville vært bedre i slike undersøkelser da general self-efficacy scale beskriver best generell prestasjon best (Sherer et al., 1982). Så om general self-efficacy scale vil kunne måle self-efficacy i fotball kan diskuteres. Derfor var oppmøte og presisering av å se spørsmålene i en fotballsammenheng viktig for å kunne øke validiteten. Dette kunne ha blitt problematisk med et nettskjema der kanskje ikke alle leser informasjonen som ville ha gjort at svarene hadde blitt mindre reliable og valide. Tilstedeværelse var også viktig i forhold til om noen ikke forsto spørsmålene da det var mulighet å spørre om hjelp hvis det var noe som var vanskelig å forstå da det var forskjellige aldersgrupper som gikk helt ned til gutter 14.





# Resultat

I denne delen av oppgaven så vil det bli sett på hvilket resultat som har kommet ut ifra undersøkelsen som er gjort via spørreskjema. Det skal bli sett på hvilke svar som har kommet fra respondentene og være gjort en korrelasjonsanalyse og en bivariat regresjonsanalyse som vil være fremstilt og forklart i denne delen av oppgaven. Det vil også bli sett på resultat i forholdt til relativ alderseffekt og sett på sammenhenger mellom ulik data som har kommet ut fra spørreskjemaet.

## Relativ alderseffekt

Relativ alderseffekt vil være dokumentert ved å undersøke når de ulike respondentene vil være født på året. Respondentene ville i spørreskjemaet svare på hvilken måned de var født i for å kunne se på om det ville være et overtall av utøvere født i første del av halvåret. I resultatene så ble det sett på om hvor stor prosentandel som var født i hver enkelt av gruppene for å kunne se om det var et overtall av utøvere født tidlig på året i forhold til sent på året for å kunne avdekke om relativ alderseffekt kunne være til stede. For å lettere kunne se på resultatet i forhold til relativ alderseffekt så vil fødselsmånedene være delt inn i en firedelet fordeling der det vil være tre måneder i hver gruppe.

Tabellen viser resultatet for gruppen gutter 14 og hvilken måned respondentene ble født i. I tabellen så vil det vises hvor mange respondenter som var født i hver enkelt månedsgruppe. Månedsgruppen vil vises til venstre i tabellen fra 1-4 der 1= okt-des, 2= jul-sep, 3= apr-jun og 4= jan-mar. Hvor mange respondenter som var i hver enkelt gruppe vil vises under Freq. Til slutt vil prosentandelen for hver gruppe vises under Percent.

fødselsmndg			
14	Freq.	Percent	Cum.
1	2	14.29	14.29
2	3	21.43	35.71
3	5	35.71	71.43
4	4	28.57	100.00
Total	14	100.00	

Resultatet viser at det er flest respondenter i gruppen fra april-juni med en prosentandel på 35,71. Deretter vil gruppen fra januar-mars følge med 28,57% som vil være den nest største gruppen. Gruppene som er født i andre halvdel av året vil være litt lavere da juli-september

vises å være 21,43% og oktober-desember er på 14,29%. Dette resultatet vises at i gruppen for gutter 14 så vil det være et overtall av respondenter som er født i første halvdel av året som vil være at 64,28% av respondentene vil være født første halvdel av året, mens 35,72% vil være født andre del av året. Dette kan tyde på at relativ alderseffekt kan være til stede i gruppen for gutter 14.

Tabellen under viser en frekvanstabell for gutter 16. Som for gutter 14 så vil fødselsmånedene og antall respondenter i hver gruppe være dokumentert i denne tabellen på samme måte.

fødselmndg 16	Freq.	Percent	Cum.
1	3	17.65	17.65
2	8	47.06	64.71
3	3	17.65	82.35
4	3	17.65	100.00
Total	17	100.00	

Resultatet fra denne tabellen viser at det var flest respondenter i gruppen juli-september da det nesten var halvparten av respondentene i denne gruppen på 47,06%. videre viser tabellen at det var like mange respondenter i alle de andre gruppene januar-mars, april-juni og oktober-desember som kom på 17,65% i alle disse gruppene. Dette vil resultere at det ikke er et overtall som er født i første halvdel av året da kun 35,3% vil være født i første halvdel som vil gjøre at 64,7% var født i andre del av året. Disse resultatene tyder på at det ikke vil være en grad av relativ alderseffekt i gruppen for gutter 16.

Tabellen under viser fordelingen av respondentene for gutter 19. Resultatet i denne gruppen vil være litt annerledes fordelt da de ulike gruppene hos gutter 19 ble delt inn i årstall i stedet for fødselsmåned da det var fir forskjellige årskull som spilte på samme lag. Disse årskullene som spilte på laget vil være fra 2003-2006 som vil variere fra 16 år til 19 år. Tabellen viser fødselsår til vestre i tabellen der 1= 2006, 2= 2005, 3= 2004 og 4= 2003.

fødsårg19	Freq.	Percent	Cum.
1	4	44.44	44.44
2	3	33.33	77.78
3	1	11.11	88.89
4	1	11.11	100.00
Total	9	100.00	

Tabellen viser at det var et det var flest respondenter fra årskullet 2006 som var 16 åringene med en prosentandel på 44,44%. Deretter fulgte 17 åringene i årskullet 2005 etter med en prosentandel på 33,33%. årskullene 2004 og 2003 hadde like mange respondenter med 11,11%. Disse resultatene viser at det var et overtall av yngre utøvere på gutter 19 som ikke tyder på noe grad av relativ alderseffekt.

## Self-efficacy

Graden av self-efficacy ble gradert for hver enkelt utøver med et system der svarene de ga i spørreskjemaet kunne gi en totalsum mellom 10-40. Hvis respondentene fikk en høy sum så vil dette kunne si at de har en større grad av self-efficacy en de som fikk en lav sum. Tabellen under viser fordelingen av summen alle respondentene fikk etter alle spørsmålene vart lagt sammen. Tabellen viser hvor mange som fikk de forskjellige scorene og prosentandelen av hele gruppen. Til venstre i tabellen under selfefficacy vil være summen respondentene fikk etter alle spørsmålene ble lagt sammen. Freq. Vil si hvor mange av respondentene som fikk den samme summen og til høyre vil prosentandelen vises.

selfefficacy	Freq.	Percent	Cum.
23	1	2.50	2.50
26	1	2.50	5.00
27	1	2.50	7.50
29	3	7.50	15.00
30	4	10.00	25.00
31	3	7.50	32.50
33	7	17.50	50.00
34	5	12.50	62.50
35	7	17.50	80.00
36	3	7.50	87.50
37	2	5.00	92.50
39	3	7.50	100.00
Total	40	100.00	

Dette vil være for både gutter 14, gutter 16 og gutter 19 i samme tabell. Tabellen viser at det var ingen av respondentene som hadde maksimal score da de høyeste summene som ble notert var 39 som fortsatt vil kunne representere en høy grad av self-efficacy. Den laveste summen som ble notert var 23 som vil representere den laveste graden av self-efficacy hos respondentene i dette studiet. De fleste respondentene lå mellom 30-35 som ville utgjøre 65% av respondentene sine svar. Resten var fordelt utenfor dette. Tabellene under viser hvilken

totalsum av self-efficacy scale respondentene fikk i hver enkelt måned for hver av aldersgruppene gutter 14, gutter 16 og gutter 19.

antall resp g14	jan	feb	mar	apr	mai	jun	jul	aug	sep	okt	nov	des
1	33	36	23	35	31	35	35	37	30		39	
2	39				34						27	
3					34							
gjennomsnitt:	36	36	23	35	33	35	35	37	30		33	

antall resp g16	jan	feb	mar	apr	mai	jun	jul	aug	sep	okt	nov	des
1			30	34		35	29	33	33	30	33	37
2			29	35				33	34			
3			33					39	31			
4								29				
gjennomsnitt:			30,7	34,5		35	29	33,5	32,7	30	33	37

antall resp g19	2003	2004	2005	2006
1	36	36	34	26
2			35	31
3			33	30
4				35
gjennomsnitt:	36	36	34	30,5

Totalsummen av svarene i spørreskjemaet ble lagt sammen til en totalsum for hver enkelt respondent som ble notert i tabellen, en høyere sum vil si en større grad av self-efficacy. gjennomsnittet av hver enkelt måned vil være dokumentert for å kunne se på forskjeller mellom månedene ut ifra spørreskjemaet. Gutter 19 vil være dokumentert i fødselsår. Normalfordelingen av disse dataene vil vises i vedlegg 4.

## Bivariat regresjonsanalyser

For å kunne se på sammenhengen mellom både self-efficacy og relativ alderseffekt så vil det i denne oppgaven være gjort en bivariat regresjonsanalyse på hver av aldersgruppene for å kunne se om det vil være en kausal sammenheng mellom disse to. Dette vil si at det skal bli sett på om det kan være en forklaringskraft mellom de to variablene ved om en utøver som er født tidlig på året vil kunne ha en større grad av self-efficacy i forhold til en utøver som er født sent på året. Det vil også være gjort en korrelasjonsanalyse for gutter 19 for å kunne se i hvilken grad det vil kunne være en sammenheng i denne gruppen da denne gruppen er delt opp i årstall. I disse analysene så vil det være satt en øvre grense på p-verdien for å kunne si at datasettet er signifikant. En vanlig grense å sette dette på vil være 0,05 som vil si at hvis dataen skal være statistisk signifikant så p-verdien være lavere en 0,05 (Skog, 2005).

## Gutter 14

I gutter 14 så var det totalt antall 14 respondanter som svarte på spørreskjemaet om general self-efficacy scale og relativ alderseffekt. Den bivariate regresjonsmodellen for gutter 14 vil vises under. I denne analysen så er det to variabler som er sett på som vil være Selfeffg14 og fødselsmdg14. Selfeffg14 vil være resultatene fra spørsmålene fra general self-efficacy scale hos respondentene i gruppen gutter 14. Den andre variabelen fødselsmndg14 vil være om i hvilken måned respondentene i gruppen er født som vil være delt opp i 12 deler som vil si hvilken måned respondentene er født i.

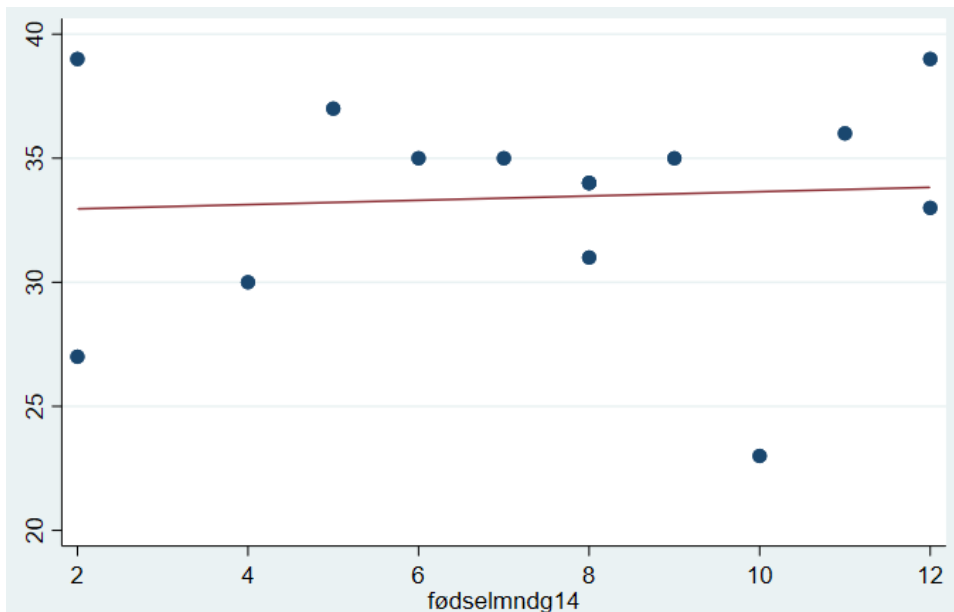
Source	SS	df	MS	Number of obs	=	14
Model	1.0769778	1	1.0769778	F(1, 12)	=	0.05
Residual	256.351594	12	21.3626328	Prob > F	=	0.8261
Total	257.428571	13	19.8021978	R-squared	=	0.0042
				Adj R-squared	=	-0.0788
				Root MSE	=	4.622

selfeffg14	Coef.	Std. Err.	t	P> t	[95% Conf. Interval]
fødselmndg14	.0866534	.3859309	0.22	0.826	-.7542178 .9275246
_cons	32.78486	3.121715	10.50	0.000	25.98323 39.58649

Den bivariate regresjonsmodellen viser at resultatet mellom disse variablene ikke vil være signifikant da p-verdien vil være på 0,826. Det vises også i analysen at det er veldig lav adj r-squared på -0,0788 som sier at det er en lav forklaringskraften mellom variablene. Hvis dataen hadde vært signifikant så vises det i analysen at det hadde vært en positiv sammenheng som ville ha sagt at utøvere som er født sent på året ville ha hatt en større grad av self-efficacy en utøverne som var født tidlig på året. Dette vil ikke kunne konkluderes med da dataen ikke vil være signifikant i forhold til p-verdien og med en så lav adj r-squared som sier en lav kausal sammenheng mellom variablene.

Diagrammet under så vises et scatterplot som viser fordelingen av svarene til gruppen. Diagrammet viser hvor stor grad av self-efficacy hver enkelt utøver har oppgitt i hver enkelt av fødselsmånedene der det går fra desember fra venstre til januar til høyre fra 1-12. Venstre side av diagrammet så vil summen av svarene i general self-efficacy scale være fra 1-40. diagrammet viser hva respondentene i de forskjellige fødselsmånedene fikk i sammenlagt sum ut ifra spørreskjemaet om self-efficacy scale.



Diagrammet viser en god spredning i svar og viser at det ikke vil være en lineær sammenheng. Regresjonslinjen viser en flat veldig flat linje som ikke viser sterke grader av positiv korrelasjon. Dette vil si at i gutter 14 så vil ikke fødselsmåned ha noe å si for grad av self-efficacy.

## Gutter 16

Gutter 16 hadde totalt 17 respondenter som besvarte spørreskjemaet. Den bivariate regresjonsanalysen for gutter 16 vil vises under. Det vil være to variabler som er sett på i denne analysen som vil være Selfefg16 og fødselmndg16. Selfefg16 vil være graden av self-efficacy til utøverne i gutter 16, mens fødselmndg16 vil være hvilken måned respondentene i gutter 16 var født fra 1-12.

Source	SS	df	MS	Number of obs	=	17
Model	6.22045763	1	6.22045763	F(1, 15)	=	0.75
Residual	124.838366	15	8.32255773	Prob > F	=	0.4009
Total	131.058824	16	8.19117647	R-squared	=	0.0475
				Adj R-squared	=	-0.0160
				Root MSE	=	2.8849

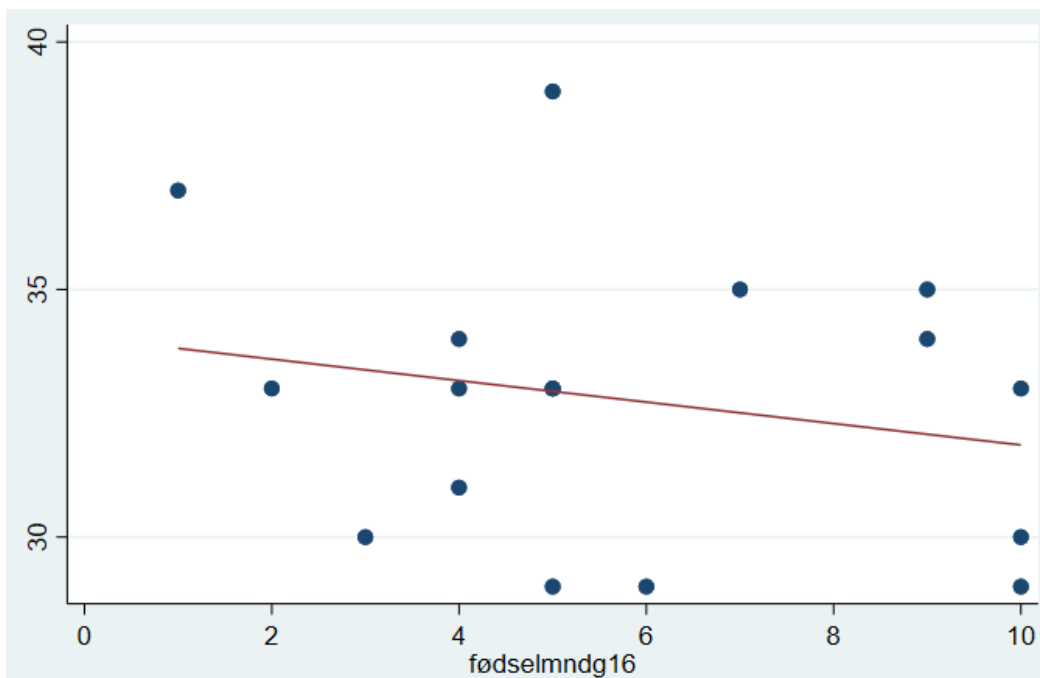
  

selfeffg16	Coef.	Std. Err.	t	P> t	[95% Conf. Interval]
fødselmndg16	-.2166963	.2506506	-0.86	0.401	-.7509453 .3175527
_cons	34.02664	1.618704	21.02	0.000	30.57646 37.47683

Ut ifra regresjonsanalysen så vises det at den ikke vil være signifikant når man ser på p-verdien som er 0,401 som vil være over grensen på 0,05. Det vises også at det er liten forklaringskraft

i forhold til variablene da adj r-squared er veldig lav på -0,0160. Hadde resultatet vært signifikant så vises det i analysen at det hadde vært en negativ sammenheng mellom variablene, som ville ha sagt at de som er født sent på året vil ha en høyere grad av self-efficacy en de som er født tidlig. Men ut ifra at det ikke er signifikant og i tillegg lav grad av adj r-squared så kan det ikke konkluderes at det vil være en forklaringskraft mellom disse variablene.

Det ble også gjennomført et scatterplott for gutter 16. diagrammet viser fordelingen av svarene for hva hver fødselsmåned har fått i totalsum på spørreskjemaet for general-self-efficacy scale. Fødselsmånedene vises fra 1-12 og self-efficacy scale vises fra 1-40 til venstre.



Diagrammet viser svarene til respondentene i gutter 16, svarene viser en god spredning i hver av gruppene og liten grad av lineær sammenheng. Regresjonslinjen viser en svak negativ linje. Dette vil si at fødselsmåned vil ha lite å si i forhold til grad av self-efficacy i denne gruppen.



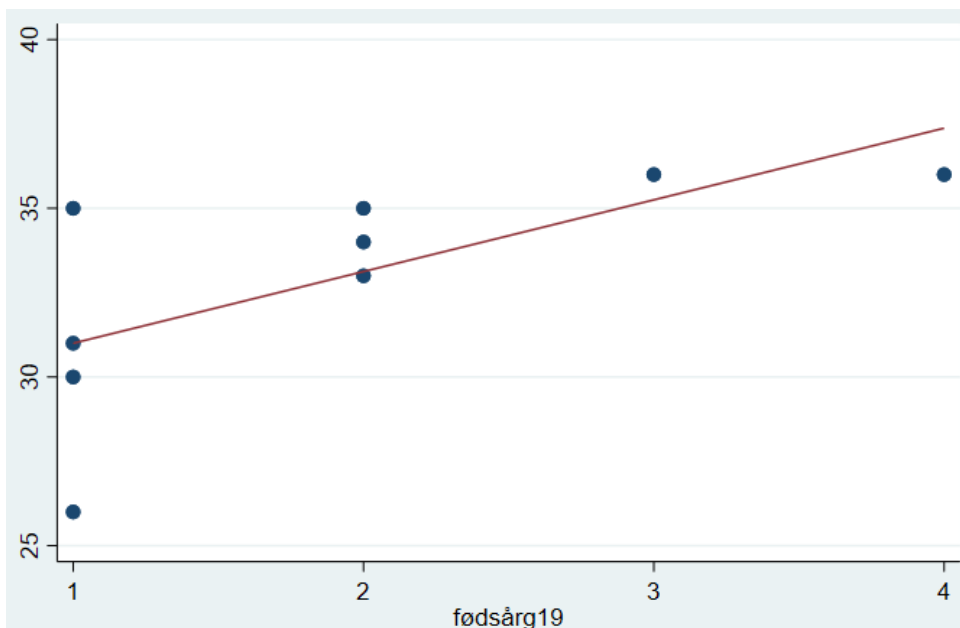
## Gutter 19

I gruppen gutter 19 så var det totalt 9 respondenter som svarte på spørreskjemaet. Korrelasjonsanalysen for gutter 19 vil vises nedenfor. Variablene som vil være sett på i denne analysen vil være selfeffg19 og fødsårg19. selfeffg19 vil være graden av self-efficacy til gutter 19 fra 1-40. fødsårg19 vil være litt forskjellig i forhold til de andre to gruppene da respondentene i denne gruppen var fra fire forskjellige årskull. Derfor vil fødsårg19 være hvilket år respondentene er født i i stedet for fødselsmåned og vil dermed være rangert fra 1-4.

	selfe~19fødså~19	
selfeffg19	1.0000	
fødsårg19	0.6720	1.0000

Korrelasjonsanalysen viser en sammenheng mellom de to variablene. Korrelasjonsanalysen viser en positiv korrelasjon på 0,672 som vil kunne vise lineære sammenhenger mellom de to variablene. En korrelasjonsanalyse vil si at det vil være større sammenheng når korrelasjonen mellom variablene viser nærmere 1.

Et scatterplott ble også gjennomført for å se på sammenhengen mellom variablene.



Diagrammet viser hvordan gutter 19 har svart på spørreskjemaet ut i fra hvilket årstall de er født i. Ut ifra at det ikke var fødselsmåned ble de ulike gruppene så vil det være års grupper som svarene er delt i. disse gruppene vil være fra 2006-2003 der det i diagrammet vil være 2006 som vil være 1 til 2003 som vil være 4. Diagrammet viser at respondentene som har oppgitt at de er eldre vil også oppgi at de har en høyere grad av self-efficacy. Regresjonslinjen viser en

mindre spredning ut ifra resultatet hos gutter 19 og viser en positiv sammenheng mellom fødselsår og grad av self-efficacy. Ut ifra dette så vil det si at de utøverne som er eldre vil ha en større grad av self-efficacy enn utøverne som er yngre på samme lag.

## **Oppsummering av resultat**

I denne oppgaven er det sett på om det vil være relativ alderseffekt og om det vil være en sammenheng mellom relativ alderseffekt og grad av self-efficacy ved modeller, diagrammer og analyser. Det ble gjort egne analyser for hver enkelt av gruppene gutter 14, gutter 16 og gutter 19.

Hos gutter 14 viste resultatet at det kunne være en grad av relativ alderseffekt til stede i denne gruppen da det var et overtall med utøvere født tidlig på året med en prosentandel på 64,28 som var født i første halvdel av året. Videre viste regresjonsmodellen at det ikke var signifikante funn med p-verdi på 0,826 og viste liten forklaringsverdi med en adj r-squared på -0,0788. Scatterplott viste liten lineær sammenheng ut ifra resultatet som vil si at det ikke vil være en sammenheng mellom fødselsmåned og grad av self-efficacy i denne gruppen.

Gutter 16 viste i resultatet liten grad av relativ alderseffekt da største del av respondentene var født i andre halvdel av året med 64,7%. Den bivariate regresjonen som ble gjort på gutter 16 viste seg også å ikke vise signifikante funn med en p-verdi på 0,401. Den viste også liten forklaringsverdi mellom variablene med adj r-squared på -0,0160. Scatterplotet viste liten lineær sammenheng mellom fødselsmåned og grad av self-efficacy som vil si at det ikke vil være en sammenheng mellom disse i denne gruppen.

Til slutt viste gutter 19 at det ikke ville være relativ alderseffekt som ville være et problem i denne gruppen da det viste seg at det var et overtall av utøvere som var 16 år på dette laget med 44,44% som nesten var halvparten av respondentene i denne gruppen. Korrelasjonsanalysen viste at det vil være en viss sammenheng mellom fødselsår og grad av self-efficacy der analysen viste en positiv sammenheng på 0,672. Scatterplotet viste også en viss lineær sammenheng mellom fødselsår og grad av self-efficacy.



# Diskusjon

I denne delen av oppgaven skal resultatene som er hentet ut fra spørreskjemaet og fra analysene bli diskutert. Disse resultatene vil bli sett opp mot relevant teori og bli diskutert hvordan teorien kan forklare hvorfor resultatene ble som de ble. Resultatene vil også bli sett opp imot tidligere studier som er gjort på de ulike teoriene for å se etter eventuelle likheter eller forskjeller som kan ha oppstått ut fra resultatet i denne oppgaven.

## Relativ alderseffekt

Relativ alderseffekt vil kunne skape problemer i ulike situasjoner da utøvere som er født tidlig på året vil kunne være kommet lengre i utviklingen i forhold til utøvere som er født sent på året (Helsen et al., 2005; Musch & Grondin, 2001). Dette vil ikke være et unntak i dette studiet. Uavhengig av hvor mange utøvere som er født når på året så vil fortsatt forskjellen av relativ alder være til stede mellom hver enkelt utøver som vil kunne resultere i at noen av utøverne vil være mer utviklet en andre.

Resultatene i dette studiet viser at det vil være variert i disse gruppene om når utøverne er født på året da det vises at i både gutter 16 og gutter 19 var et overtall av utøvere som var født i den yngre halvdel av gruppene. Teorien om relativ alderseffekt legger ofte vekt på at det vil være fysiske og kognitive forskjeller som vil gi de som er født tidlig på året en fordel. Disse fordelene vil kunne være med på at utøvere som er født tidlig på året vil kunne bli favorisert og kunne bli valgt foran de som er født sent på året på grunn av ferdighetsforskjeller (Helsen et al., 2005). Resultatene i dette studiet viser at dette ikke vil vises i alle gruppene under denne undersøkelsen da det bare ble vist i gutter 14 at mesteparten var født i første halvdel av året.

Selv om teorien om relativ alderseffekt vil kunne se i flere sammenhenger at det vil være et overtall som er født i starten av året så vil dette være vist mest i prestasjonsgrupper (Musch & Grondin, 2001; Peña-González et al., 2021). Ørland ballklubb sin visjon var å kunne drive med idrett på alle mulige nivå som vil kunne inkludere breddeidretten (ØBK, U.Å.). Som flere forskjellige studier har vist tidligere så vil graden av relativ alderseffekt kunne variere ut i fra hvilket nivå som blir spilt på (Del Campo et al., 2010; Peña-González et al., 2021). Dette kan være med på å forklare at det vil kunne være mindre grad av relativ alderseffekt hos dette utvalget da disse gruppene ikke er regnet å spille på toppnivået i Norge. Så ifølge teorien så ville det ha blitt sett en større grad av relativ alderseffekt hvis det hadde blitt sett på de norske ungdomslandslagene innenfor fotball når det gjelder å se på ulike grupper på lavere nivå. Men

som studiene nevner så vil relativ alderseffekt fortsatt kunne være til stede i grupper på lavere nivå i fotball, følge teorien så kan relativ alderseffekt fortsatt være relevant i grupper på et lavere nivå bare i en mindre grad enn på et elitenivå (Del Campo et al., 2010).

Når man ser på gruppene i dette studiet så vil det være viktig å se på at det er veldig lite respondenter som kan være en viktig forklaring på ulike resultat da med et lavt antall svar vil det gi større muligheter for tilfeldigheter. I tillegg så vil det være viktig å ta i betraktning at alle på laget ikke hadde mulighet til å svare på spørreskjemaet da flere var borte på grunn av sykdom og andre grunner når datamaterialet ble samlet inn. Med et så lavt antall så kan ulike frafall ha store konsekvenser for resultatet da det vil kreve mindre for å gi større utslag på resultatet. Dette vil da kunne være vist da under halvparten av gutter 19 var på trening da datamaterialet ble samlet inn.

## **Konkurransedretten**

Når det blir sett på resultatene i dette studiet så vises det at det ikke vil være relativ alderseffekt i både gutter 16 og gutter 19. Når man ser på Ørland Ballklubb sitt formål så vil denne klubben bli sett på å kunne drive med breddelag med deltakelse for alle (ØBK, U.Å.). Dette kan være en grunn til en manglende effekt av relativ alderseffekt. Teorien nevner at det fortsatt vil kunne være vist relativ alderseffekt på et bredde nivå (Del Campo et al., 2010). Ut ifra resultatet så vises det i noen av gruppene at dette ikke er tilfellet. Dette kan være grunnet mangel på respondenter og som det ble nevnt under oppmøte at alle utøverne ikke hadde mulighet til å møte opp på trening. Dette vil resultere i mer tilfeldigheter i forhold til resultatet som kan ha hatt en innvirkning på resultatet. Tidligere studier nevner også at det vil være større grad av relativ alderseffekt på et høyere nivå (Del Campo et al., 2010; Peña-González et al., 2021). Det kunne ha vært forskjellige resultat hvis det hadde blitt sett på ulike konkurransenivå som ville ha støttet teorien da det som regel vil være større grad av relativ alderseffekt på et høyere nivå.

## **Alder**

Relativ alderseffekt handler om at utøvere som er født tidlig på året vil være mer utviklet enn de som er født sent på året (Helsen et al., 2005). Hvis man ser på utvalget for gutter 19 så vises det at det vil være et overtall av utøvere som vil være 16 år og 19 som vil være motsatt i forhold til teorien om relativ alderseffekt. Teorien nevner at i senere år så vil utøvere bli ferdig utviklet og ta igjen de som er eldre som vil gi likere forutsetninger (Helsen et al., 2005; Musch & Grondin, 2001). Da utøverne som er 16 år vil være for ung enda så vil de som er 19 begynne å nærme seg å bli ferdigutviklet. Ørland ballklubb vil også ha et elitelag som kan gjøre at utøvere

vil gå videre fra gutter 19 laget til elitelaget. Det vil også være viktig å legge merke til at 3/4 av 16 åringene som spiller på gutter 19 vil være født i februar som vil kunne støtte relativ alderseffekt i forhold til at det er utøvere som er født tidlig på året som spiller på et høyere nivå.

## **Relasjon mellom relativ alderseffekt og self-efficacy**

Når det skal bli sett på relasjonen mellom relativ alderseffekt og self-efficacy så vil det være graden av self-efficacy hos hver enkelt utøver som vil være i fokus. Spørsmålet som er stilt i denne studien var om utøverne som var født tidlig på året ville ha en større grad av self-efficacy en utøvere som er født sent på året. I dette studiet viser flere av resultatene at dette ikke vil være tilfellet da resultatene først og fremst ikke er signifikante og at det ikke er en lineær sammenheng mellom faktorene i analysene for gutter 14 og gutter 16. Men på den andre siden så viser det andre resultater i gruppen for gutter 19. Sammenhengen mellom relativ alderseffekt og self-efficacy vil kunne bli sett på flere forskjellige måter. Følge teorien så vil utøvere med en høyere grad av self-efficacy ha større sannsynlighet for å lykkes (Bandura, 1989). På den andre siden så vil utøvere som er født tidlig på året kunne prestere bedre på grunn av sine fysiske og psykiske fordeler (Helsen et al., 2005; Musch & Grondin, 2001). Disse faktorene kan tyde på at det skal være mulig å se en sammenheng mellom disse to teoriene og det nevnes i andre studier at de som er født tidlig på året som regel har en større grad av self-efficacy en utøvere som er født sent på året (Mujika\* et al., 2009; Wattie, Cogley, & Baker, 2008). Det nevnes også at lav selvtillit kan føre til frafall i fotballen som vil kunne resultere i at relativ alderseffekt vil være til stede (Mujika\* et al., 2009). Teorien gir ulike grunnlag for å kunne se en sammenheng mellom relativ alderseffekt og self-efficacy men som i dette studiet viser at det vil være varierende resultat i forhold til sammenhengen mellom disse to teoriene.

Ut ifra spørreskjemaet så nevnes at dette vil måle graden av self-efficacy til ulike personer. General self-efficacy scale vil være en generell måling som muligens ikke vil være like relevant i en idrettssammenheng (Sherer et al., 1982). Derfor var presiseringen av å koble spørsmålene opp mot en fotballsammenheng viktig for å kunne gjøre spørreskjemaet relevant for oppgaven. Selv med presiseringen så kan det diskuteres om det vil være mulig å se spørreskjemaet opp mot kildene til self-efficacy. Ut ifra teorien så vil disse kildene være tidligere erfaringer, observasjon og sammenlikning, verbal overtalelse og fysiologiske/psykologiske tilstander (Gilson & Feltz, 2012). Selv om det ikke vil være konkrete spørsmål i spørreskjemaet som vil dokumentere resultat for kildene til self-efficacy så kan det fortsatt tenkes at det vil være en sammenheng. Self-efficacy scale vil være et mål på grad av self-efficacy en utøver har, kildene til self-efficacy vil kunne gjøre at en utøver har høyere grad av self-efficacy. Grunnet at kildene

vil være med på å kunne øke graden av self-efficacy så kan dette kunne være årsaker til at utøvere får en høyere sum via self-efficacy scale.

Det vil også kunne diskuteres om det vil være en sammenheng mellom kilder til self-efficacy og relativ alderseffekt hvis man ser på de ulike teoriene. Et eksempel vil være hvis det blir sett på kilden om tidligere erfaringer som vil være den mest brukte kilden til self-efficacy. Denne kilden handler om at hvis en utøver har klart en oppgave tidligere så vil utøveren ha en større grad av self-efficacy i forhold til en utøver som tidligere har feilet (Bandura, 1977; Bandura & Wessels, 1994; Gilson & Feltz, 2012; Maddux & Gosselin, 2012). Hvis man ser dette opp imot relativ alderseffekt så sier denne teorien at utøvere som er født tidlig på året vil ha større sannsynlighet for å lykkes (Helsen et al., 2005; Musch & Grondin, 2001). Dette kan da tenkes å ha en sammenheng da utøvere som er født tidlig på året har lyktes vil skaffe seg bedre erfaringer. Det vil være viktig å se på at det ikke nødvendigvis vil være slik øvelser kan være lagt opp til at alle skal lykkes og skaffe seg gode erfaringer.

Ut ifra alt dette kan det diskuteres hva som er årsakene til resultatene av spørreskjemaene. Kilder til self-efficacy vil kunne øke en utøvers self-efficacy som kan ha en påvirkning på resultatet i spørreskjemaet. Det kan diskuteres for og imot om self-efficacy og relativ alderseffekt har en sammenheng. Ut ifra teorien så vil det være mange punkter som kan se en sammenheng mellom disse, men ifølge resultatene i dette studiet så vises det at det ikke vil være en sammenheng hos gutter 14 og gutter 16.

## **Frafall**

Når man ser på relativ alderseffekt så viser et studie av Boiché, & Raspaud (2010) en overrepresentasjon i frafall fra utøvere som var født i siste halvdel av året i lave aldersgrupper. Studiet viser at det ikke vil være like store forskjeller hos voksne når det gjelder frafall i idretten (Delorme, Boiché, & Raspaud, 2010). Ut ifra resultatene hos gutter 14 så kan det hende at flere av utøverne som er født sent på året har sluttet med idretten, men vil være vanskelig å si ut ifra antall respondenter og sykdom under innsamling av data. Opp imot self-efficacy kan en lav grad av self-efficacy føre til lavere prestasjon og i verste fall føre til at utøvere dropper ut da utøvere får mindre troen på egne ferdigheter (Bandura & Wessels, 1994).

# Avslutning

Denne oppgaven forsøkte å undersøke hvilken relasjon det var mellom relativ alderseffekt og self-efficacy. Resultatene viser at relativa alderseffekt ville være kun hos gutter 14 der 64,28% var født første halvdel av året mens dette ikke var vist i de andre to gruppene. Når det ble sett på sammenhengen mellom self-efficacy og fødselsmåned så vistes det ingen signifikante funn hos gutter 14  $p=0,826$  og gutter 16  $p=0,401$ . Gutter 19 viste en viss korrelasjon mellom fødselsår og self-efficacy som sier at det vil være en sammenheng mellom relativ alderseffekt og self-efficacy. Problemet med resultatet i regresjonsanalysen vil være antall respondenter da det var et veldig lite antall som vil føre til større sannsynlighet for tilfeldigheter. I forhold til forskingsspørsmålet som var hvilken relasjon vil det være mellom relativ alderseffekt og self-efficacy så sier resultatene i dette studiet at det ikke vil være en sammenheng mellom disse hos gutter 14 og gutter 16, men at det vil være hos gutter 19. Ut ifra antall respondenter så vil det ikke være mulig å konkludere med disse resultatene da det vil være for store muligheter for tilfeldigheter å spille inn på resultatet. Det vil ikke være mulig å kunne si at dette utvalget vil være representativt for hele populasjonen.

For å forbedre studiet så ville det først og fremst være viktig å øke antall respondenter som svarer. Dette vil kunne øke reliabiliteten for studiet og kunne gi flere muligheter for å konkludere med resultatet. En annen ting som kan ha forbedret studiet vil være å bruke et instrument som er mer spesifikt rettet mot fotball og idrettssammenheng da general self-efficacy scale kan bli for generelt og lite spesifikt i forbindelse med fotball uten presisering. Det kunne også vært undersøkt flere variabler i undersøkelsen som kunne ha vært relevant i forhold til self-efficacy og relativ alderseffekt. Et eksempel kan være antall idretter en utøver driver med. Dette kan ha en innvirkning på self-efficacy ved at utøveren har flere idretter å forholde seg til og i relativ alderseffekt ved at utøvere i yngre alder oftere driver med flere idretter enn eldre utøvere. Denne oppgaven er ikke optimal for å kunne konkludere med et resultat og kan forbedres på ulike måter, men legger til grunnlag for videre forskning på dette området da det ikke er alt for mye forskning mellom relativ alderseffekt og self-efficacy innenfor fotball.





# Kilder

- Ahsan, M. (2014). Self-efficacy among male and female intervarsity football players. *Journal of Physical Education Research, 1, December, 08, 12.*
- Arrieta, H., Torres-Unda, J., Gil, S. M., & Irazusta, J. (2016). Relative age effect and performance in the U16, U18 and U20 European Basketball Championships. *Journal of sports sciences, 34(16), 1530-1534.*
- Augste, C., & Lames, M. (2011). The relative age effect and success in German elite U-17 soccer teams. *Journal of sports sciences, 29(9), 983-987.*
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review, 84(2), 191.*
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American psychologist, 44(9), 1175.*
- Bandura, A., & Wessels, S. (1994). Self-efficacy. In: na.
- Bell, J. F., & Daniels, S. (1990). Are summer-born children disadvantaged? The birthdate effect in education. *Oxford Review of Education, 16(1), 67-80.*
- Cetinkalp, Z. K., & Turksoy, A. (2011). Goal orientation and self-efficacy as predictors of male adolescent soccer players' motivation to participate. *Social Behavior and Personality: an international journal, 39(7), 925-934.*
- Del Campo, D. G. D., Vicedo, J. C. P., Villora, S. G., & Jordan, O. R. C. (2010). The relative age effect in youth soccer players from Spain. *Journal of sports science & medicine, 9(2), 190.*
- Delorme, N., Boiché, J., & Raspaud, M. (2010). Relative age and dropout in French male soccer. *Journal of sports sciences, 28(7), 717-722.*
- Delorme, N., & Raspaud, M. (2009). The relative age effect in young French basketball players: a study on the whole population. *Scandinavian journal of medicine & science in sports, 19(2), 235-242.*
- DeMeis, J. L., & Stearns, E. S. (1992). Relationship of school entrance age to academic and social performance. *The Journal of Educational Research, 86(1), 20-27.*
- Gilson, T. A., & Feltz, D. L. (2012). Self-efficacy and motivation in physical activity and sport: mediating processes and outcomes. In *Advances in motivation in sport and exercise: Human Kinetics.*
- Helsen, W. F., Van Winckel, J., & Williams, A. M. (2005). The relative age effect in youth soccer across Europe. *Journal of sports sciences, 23(6), 629-636.*

- Jiménez, I. P., & Pain, M. T. (2008). Relative age effect in Spanish association football: Its extent and implications for wasted potential. *Journal of sports sciences*, 26(10), 995-1003.
- Maddux, J. E., & Gosselin, J. T. (2012). *Self-efficacy*: The Guilford Press.
- Mestring. (2021). The general self-efficacy scale (GSE). Retrieved from <https://mestring.no/laerings-og-mestringsaktivitet/evaluering-av-aktivitet/standardiserte-sporreskjemaer/the-general-self-efficacy-scale-gse/>
- Mujika\*, I., Vaeyens\*, R., Matthys, S. P., Santisteban, J., Goiriena, J., & Philippaerts, R. (2009). The relative age effect in a professional football club setting. *Journal of sports sciences*, 27(11), 1153-1158.
- Musch, J., & Grondin, S. (2001). Unequal competition as an impediment to personal development: A review of the relative age effect in sport. *Developmental review*, 21(2), 147-167.
- Peña-González, I., Javaloyes, A., Sarabia, J., & Moya-Ramón, M. (2021). Relative age-related differences between different competitive levels and field positions in young soccer players. *Research in Sports Medicine*, 29(3), 254-264.
- Schwarzer, R. (2014). *Self-efficacy: Thought control of action*: Taylor & Francis.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. *J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs*, 35, 37.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological reports*, 51(2), 663-671.
- Sierra-Díaz, M. J., González-Víllora, S., Pastor-Vicedo, J. C., & Serra-Olivares, J. (2017). Soccer and relative age effect: a walk among elite players and young players. *Sports*, 5(1), 5.
- Skog, O.-j. (2005). Å forklare sosiale fenomener: en regresjonstilnærming. Gyldendal Akademisk, Oslo.
- Smith, K. L., Weir, P. L., Till, K., Romann, M., & Coble, S. (2018). Relative age effects across and within female sport contexts: a systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 48(6), 1451-1478.
- Vincent, J., & Glamsner, F. D. (2006). Gender differences in the relative age effect among US Olympic Development Program youth soccer players. *Journal of sports sciences*, 24(4), 405-413.

Vroom, V. H. (1964). Work and motivation.

Wattie, N., Cogley, S., & Baker, J. (2008). Towards a unified understanding of relative age effects. *Journal of sports sciences*, 26(13), 1403-1409.

Yagüe, J. M., de la Rubia, A., Sánchez-Molina, J., Maroto-Izquierdo, S., & Molinero, O. (2018). The relative age effect in the 10 best leagues of male professional football of the Union of European Football Associations (UEFA). *Journal of sports science & medicine*, 17(3), 409.

Yagüe, J. M., Molinero, O., Alba, J. Á., & Redondo, J. C. (2020). Evidence for the relative age effect in the spanish professional soccer league. *Journal of Human Kinetics*, 73(1), 209-218.

ØBK. (U.Å.). Historie og formål. Retrieved from

<https://www.orlandballklubb.com/portal/arego/club/861/contentcategory/948538786>

# Vedlegg

## Vedlegg 1: informasjonsskriv

### Vil du delta i forskningsprosjektet

#### Relasjon mellom relativ alderseffekt og self-efficacy i fotball

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke om relativ alderseffekt vil ha en påvirkning på en utøvers motivasjon (self-efficacy) innenfor fotballen. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

#### Formål

Innenfor fotballen så er det forsket mye på relativ alderseffekt og sett på at dette er et problem i yngre alder da det er sett på at det er et overtall av utøvere som er født tidlig på året som blir valgt ut på de beste lagene. Self-efficacy er en motivasjonsteori som sier noe om utøvernes tro på at de kan gjennomføre en oppgave som vil være viktig i forhold til prestasjon innenfor fotballen. I denne masteroppgaven skal jeg undersøke om motivasjonen (self-efficacy) til de som er født senere på året vil være forskjellig i forhold til de som er født tidlig på året da relativ alderseffekt kan være til stede i disse gruppene. Formålet med oppgaven er å identifisere forskjeller innenfor ulike årsklasser og identifisere om dette kan være et problem innenfor fotballen.

#### Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

NTNU institutt for sosiologi og statsvitenskap er ansvarlig for prosjektet.

#### Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Dere får spørsmål om å delta i hovedsak på grunn av at jeg undersøker fotballen i spesifikke aldersgrupper og dere har de gruppene jeg leter etter. Informasjonsskrivet er sendt ut til flere idrettslag som vil være aktuelt å delta i studiet for å få et størst mulig utvalg som mulig.

#### Hva innebærer det for deg å delta?

I dette forskningsprosjektet så vil jeg benytte et spørreskjema som undersøker General self-efficacy og spørsmål som avdekker fødselsmåned for å kunne avdekke om det er relativ alderseffekt. Spørreskjemaet vil være anonymt da navn ikke vil benyttes. Spørreskjemaet vil leveres manuelt på trening etter avtale. Skjemaet vil bestå av 13 spørsmål og vil kunne basevares på ca 5-10 minutter.

#### Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

### **Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det vil kun være meg selv og min veileder i dette prosjektet som vil ha tilgang til resultatene av spørreskjemaene og navn vil ikke være nødvendig så spørreskjemaet vil være anonymt.

### **Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?**

Prosjektet vil etter planen avsluttes i slutten av mai, datamaterialet vil bli delt opp i grupper av når personer er født på året for å kunne anonymisere disse dataene ytterligere slik at det ikke skal være mulig å gjenkjenne hvem som har svart hva. Dataene skal kun brukes i denne oppgaven så svarene vil bli slettet etter at dataene er behandlet og analysert

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra *NTNU* har Personverntjenester vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### **Dine rettigheter**

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å vite mer om eller benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

Joakim Røland ved telefon: 95430264 email: j-roland12345@hotmail.com

NTNU institutt for sosiologi og statsvitenskap Ingar Mehus ved email: ingar.mehus@ntnu.no

Vårt personvernombud: Thomas Helgesen ved email: thomas.helgesen@ntnu.no

Hvis du har spørsmål knyttet til Personverntjenester sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- Personverntjenester på epost (personverntjenester@sikt.no) eller på telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Ingar Mehus  
(Forsker/veileder)

Joakim Røland

# Vedlegg 2: spørreskjema

## Self efficacy scale

Dette spørreskjemaet vil være en kort undersøkelse på motivasjon innenfor fotballen ved bruk av et general self-efficacy spørreskjema. Spørreskjemaet vil ta ca 5 minutter og vil bestå av 13 spørsmål. De tre første spørsmålene må besvares med skriftlige svar uten svaralternativ. De 10 siste spørsmålene vil bestå av ulike uttalelser der du må krysse av i det svaralternativet som passer deg selv best. Spørreskjemaet vil være frivillig så du behøver ikke å besvare hvis du ikke vil.

**Hvilket lag spiller du på?**

**Hvilket år er du født i?**

**Hvilken måned er du født i?**

	Helt uenig	Litt uenig	Litt enig	Helt enig
Jeg klarer alltid å løse vanskelige problemer hvis jeg prøver hardt nok				
hvis jeg møter motgang, så kan jeg finne måter for å få det som jeg vil				
Det er lett for meg å holde planene mine og nå målene mine				
Jeg føler meg trygg på å kunne takle uventede hendelser på en effektiv måte				
Takket være resursene mine så vet jeg hvordan jeg skal takle uventede situasjoner				
Jeg kan løse de fleste problemer hvis jeg går helt inn for det				
Jeg beholder roen når jeg møter vanskelige situasjoner fordi jeg stoler på ferdighetene mine				

Når jeg møter et problem, finner jeg vanligvis flere løsninger på det				
Hvis jeg er i trøbbel, så finner jeg vanligvis en vei ut				
Uansett hva som hender så er jeg vanligvis i stand til å takle det				



### Vedlegg 3: Cronbach's alpha

Average interitem covariance:	<b>.1011396</b>
Number of items in the scale:	<b>10</b>
Scale reliability coefficient:	<b>0.7905</b>

Viser en cronbach's alpha av spørreskjemaet om general self-efficacy. viser en cronbach's alpha på 0,7905 som vil være over den nedre grensen på 0,7

**Vedlegg 4: Normalfordeling av data.**

