

Jens Grut Vorpvik

## **Bak kulissene: Borteboende videregåendeelevers Dual Career – erfaringer**

En kvalitativ studie av hvilke kontekstuelle faktorer borteboende videregåendeelever opplever som fasiliterende og utfordrende for Dual Career - balansen

Masteroppgave i Idrettsvitenskap

Veileder: Niels B. Feddersen

Mai 2023



Jens Grut Vorpvik

## **Bak kulissene: Borteboende videregåendeelevers Dual Career – erfaringer**

En kvalitativ studie av hvilke kontekstuelle faktorer borteboende videregåendeelever opplever som fasiliterende og utfordrende for Dual Career - balansen

Masteroppgave i Idrettsvitenskap  
Veileder: Niels B. Feddersen  
Mai 2023

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet  
Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap  
Institutt for sosiologi og statsvitenskap



Kunnskap for en bedre verden



## Sammendrag

Tidligere Dual Career - forskning har hovedsakelig fokusert på universitetsstudenters erfaringer angående balansen mellom studier, idrett og privatliv. Lite forskning har derimot sett på videregåendelever, og ingen på borteboende videregåendelevers erfaringer. Denne studien har dermed som formål å bidra med å tette kunnskapshullet omkring hvilke kontekstuelle faktorer borteboende videregåendelever opplever som fasiliterende og utfordrende for Dual Career - balansen.

For å tolke funnene er det benyttet et todelt fagfelt, hvorav tidligere forskning innen Dual Career, karriereoverganger og miljømessige faktorer er benyttet på den ene siden og litteratur omkring det å flytte hjemmefra i ung alder er benyttet på den andre.

Det ble gjennomført åtte kvalitative dybdeintervjuer med utøvere som befant seg på ulike årstrinn. De representerte tre forskjellige idretter og to forskjellige skoler, som har gitt rike og varierte perspektiver på situasjonen. Dataene er blitt analysert gjennom en refleksiv tematisk analyse, med en narrativ linse.

Funnene indikerer at det er flere faktorer også utenfor det idrettslige og akademiske som spiller inn på deres refleksjoner omkring kombinasjonen. Disse omhandler å bli komfortabel med den nye bosituasjonen, navigere i nye sosiale relasjoner samtidig som man skal opprettholde de gamle, finne seg til rette i et nytt skole- og idrettsmiljø, samt tidshåndtering på tvers av tre domener. Funnene viser at overgangene både kan være fasiliterende og begrensende for gjennomførelsen av en Dual Career. Det kommer derimot an på om de skisserte kontekstuelle faktorene er fordelaktige eller ikke.

For støttenettverket rundt borteboende Dual Career – utøvere, vil det være viktig å være klar over at de ulike overgangene oppstår simultant og kan interagere og påvirke hverandre. Flere av overgangene kan være «usynlige», da de ikke spesifikt omhandler skolemessige eller idrettslige hendelser, og det vil være viktig med en helhetlig interesse overfor utøverne for å fange opp eventuelle barrierer for en sunn balansegang.



## **Abstract**

Previous Dual Career research has mainly focused on the experience of university level students in balancing studies, sports and private life. Little research has been produced with a focus on upper secondary school students - and none has been conducted on such students that also live alone. This study therefore aims to fill the knowledge gap around which contextual factors upper secondary school student-athletes living away from home experience as facilitating and which they experience as challenging, in balancing a Dual Career.

In order to interpret the findings, two different fields of study were used. One comprised of previous research within the Dual Career topic, career transitions and environmental factors, while the other comprised of literature relating to the experiences of leaving home at a young age.

Eight qualitative in depth interviews were conducted with athletes in different upper secondary grades. The participants represented three different sports and were enrolled in different schools, which provided varied and rich perspectives to the study. The data has been processed through a reflexive thematic analysis, with a narrative lens.

The findings indicate that there are several factors, including those outside the sporting and academic domain, that play into their reflections upon the experience. These factors include becoming comfortable with new living accommodations, navigating new social relationships while maintaining the old ones, settling into a new school and sports environment and dealing with time management across three domains. The findings illustrate that the transition can be both facilitating and limiting in actualising a Dual Career. However, it depends on whether the outlined contextual factors are beneficial or not.

For the support networks of Dual Career athletes who are living away from home to be successful, it is important for them to be aware that the various transitions occur simultaneously and can also interact and influence each other. Some of these transitions may be "invisible", as they do not specifically involve or appear in regard to school or sporting events. Due to this, it is important to have a holistic interest in the athlete in order to detect any barriers impeding a healthy balance.





## Forord

Dette forordet blir mitt siste litterære verk på NTNU. Da er det smart å velge ordene med omhu. Tiden på Dragvoll har vært fantastisk. Jeg har fått kombinert en livslang interesse for idrett i skjønn forening med samfunnsmessige perspektiver, som også står mitt hjerte nært. Årene har fløyet forbi, mye takket være en idrettsstab som har budt på interessante forelesninger som har gitt meg nye briller for hvordan vi ser idrettens rolle på individ- og samfunnsnivå. Alle i staben fortjener dermed en stor takk.

Videre vil jeg takke informantene som stilte opp for intervju i forbindelse med denne masteroppgaven. Dere sitter med viktig kunnskap om et tema som er for lite forsket på. Takk for deres ærlighet og åpenhet, og at dere tok meg med bak kulissene.

Til min veileder, Niels Feddersen. Samtalene med deg har vært uvurderlige i forbindelse med prosjektet. Du utfordrer meg, deler refleksjoner og er åpen for samtaler som ikke nødvendigvis er oppgaverelatert. Alt dette har jeg satt enormt stor pris på, tusen takk. Håper den ferdigstilte oppgaven retter opp ditt «skjeve smil».

Mamma og Pappa, dere fortjener også oppmerksomhet. Gjennom oppveksten har dere alltid bedt meg om å se på saker fra forskjellige perspektiv, og har med dette formet meg til den personen jeg er i dag. Dere er også trygge havner som man kan benytte seg av i hardt vær. Tusen takk!

Og sist, men ikke minst, tusen takk til kompisgjengen på Dragvoll. Det startet med en invitasjon til lesesalen «over broen», og etter dette har vi ikke sett oss bakover. Lunsj- og kaffepauser har vært en arena for sterke faglige diskusjoner kombinert med de tørreste og mest interne humoristiske krumspring. Disse pausene har vært uvurderlige og kommer til å bli sterkt savnet. Tusen takk til dere alle!

Jens Grut Vorpvik

Trondheim, Mai 2023



# Innholdsfortegnelse

<b>1.0 Innledning</b> .....	1
<b>1.1 Formål og problemstilling</b> .....	3
<b>2.0 Fagfelt</b> .....	4
<b>2.1 Dual Career og tidligere forskning innenfor feltet</b> .....	4
2.1.1 Karriereoverganger for idrettsutøvere – et holistisk bilde .....	4
2.1.2 Dual Career: fordeler og utfordringer .....	8
2.1.3 Viktigheten av miljøet – en holistisk økologisk tilnærming .....	11
<b>2.2 Hybellivelsen</b> .....	13
2.2.1 Hjem som noe uavklart og midlertidig .....	13
2.2.2 Hjemlengsel og følelsen av ensomhet .....	14
2.2.3 Selvstendighetens ambivalens .....	15
2.2.4 Kostholdsvaner .....	16
2.2.5 Strategier for å trives med hybellivet .....	17
<b>3.0 Metode</b> .....	19
<b>3.1 Vitenskapsteoretisk ståsted og metodevalg</b> .....	19
<b>3.2 Semistrukturert intervju som forskningsdesign</b> .....	20
<b>3.3 Tilgang til feltet og strategisk utvalg</b> .....	22
<b>3.4 Utforming av intervjuguide</b> .....	24
<b>3.5 Gjennomføring av intervju</b> .....	25
<b>3.6 Bearbeiding og analyse av datamaterialet</b> .....	27
<b>3.7 Etske hensyn</b> .....	30
<b>3.8 Forskningskvalitet</b> .....	30
<b>4.0 Resultater</b> .....	33
<b>4.1 Finne komfort i den nye bosituasjonen</b> .....	33
4.1.1 Hybelens utforming setter premisser for trivsel .....	34
4.1.2 Viktigheten av romkamerater .....	38
4.1.3 Flukten fra hybelen .....	41
<b>4.2 Sosiale overganger</b> .....	43
4.2.1 Eksisterende klikker kan være vanskelig å komme inn i .....	43
4.2.2 Idrettsmiljøforskjeller – fordelene ved å ha kjennskap til miljøene før skolestart .....	46
<b>4.3 Nære relasjoner er viktig å ha kjær, men kan også bli en kilde til besvær</b> .....	50
4.3.1 Familie - og vennerelasjoner fra hjemplassen .....	50
4.3.2 Konkurrerende arenaer kan ende med kræsje .....	52
<b>4.4 Struktur, struktur, struktur</b> .....	54

4.4.1 Struktur på alle fronter.....	54
4.4.2 Tid til å slappe av .....	56
4.4.3 Personlig utvikling .....	59
<b>5.0 Diskusjon.....</b>	<b>62</b>
<b>5.1 Fysiske og sosiale premisser konstituerer følelsen av et hjem.....</b>	<b>62</b>
<b>5.2 Overgang til ny skole og klubb – klikker, distanse og miljø som viktige faktorer .....</b>	<b>64</b>
<b>5.3 Relasjonsstress .....</b>	<b>67</b>
<b>5.4 Dual Career - kompetanser .....</b>	<b>69</b>
<b>5.5 Oppsummerende kommentarer .....</b>	<b>70</b>
<b>6.0 Avslutning .....</b>	<b>72</b>
<b>6.1 Sentrale funn.....</b>	<b>72</b>
<b>6.2 Praktiske implikasjoner .....</b>	<b>73</b>
<b>6.3 Videre forskning.....</b>	<b>74</b>
<b>7.0 Metoderefleksjon.....</b>	<b>75</b>
<b>Litteraturliste.....</b>	<b>77</b>
<b>Vedlegg 1: Informasjonsskriv .....</b>	<b>81</b>
<b>Vedlegg 2: Godkjennelse fra NSD.....</b>	<b>84</b>
<b>Vedlegg 3: Intervjuguide .....</b>	<b>86</b>

## 1.0 Innledning

Idretten og skolevesenet er to av de største institusjonene vi har i landet, og kan nesten sies å være umulig å ikke ha vært en del av i løpet av livet. Tall viser eksempelvis at ca. 85% av barn og unge har vært medlemmer av organisert idrett gjennom oppveksten (Mehus, 2019). Samtidig viser tall fra skolevesenet at det kun er 2 – 3 % som ikke starter på videregående skole (VGS) (Bufdir, 2022). Det kan dermed argumenteres for at skolegang til og med endt VGS er en nærmest kollektivt forstått selvfølge i Norge.

For de ivrigste idrettsutøverne virker starten på VGS å være et veiskille, hvor de som ønsker å satse hardt på idretten fortsetter investeringen (Sæther, 2017), mens andre slutter for å utforske andre sider ved seg selv og livet (Hjelseth, 2016). Med bakgrunn i dette veiskillet, kan det derfor sies at kombinasjonen mellom skolegang og idrettssatsing gjennom VGS er et grunnvilkår innen talentutvikling og idrettssatsing i Norge (Olympiatoppen, u.å.). Derfor er denne perioden av stor forskningsmessig interesse.

Det å kombinere idrettssatsing med skolegang er anerkjent som en krevende balansegang (Cartigny, Fletcher, Coupland & Taylor, 2019), og har blitt et viktig forskningsområde innenfor idrettsvitenskapen, kjent som *Dual Career* (DC) (EU, 2012). Hovedvekten av studier innen DC har undersøkt erfaringene og opplevelsene til studenter på universitetsnivå (Henriksen, Storm, Kuettel, Linner & Stambulova, 2020; Linnér, Stambulova & Henriksen, 2022; Linnér, Stambulova & Ziegert, 2021; Linnér, Stambulova, Lindahl & Wylleman, 2019). Kombinasjonen er blitt sett på som utfordrende på bakgrunn av store krav til tidshåndtering og prioriteringer (Linnér et al., 2019), samt stort press på fysisk og mental energi (Cosh & Tully, 2014). Når man starter på universitetet er det vanlig å flytte hjemmefra, og dette medfører økt personlig ansvar på andre arenaer enn idrett og skole også (Linnér et al., 2022). Dette medfører forandringer i det sosiale livet, og man ser at mange utøvere hovedsakelig får sine sosiale behov dekt gjennom idretten (Linnér et al., 2021), og i mindre grad har tid eller energi for å være sosiale med ikkeidrettslige relasjoner (Ryba, Stambulova, Selänne, Aunola & Nurmi, 2017).

Det er med andre ord mange elementer som skal balanseres for å kunne håndtere en DC på en best mulig måte, og det er nettopp dette som Linnér et al. (2021) argumenterer for at er den største utfordringen. En optimal DC - balanse er blitt definert av Stambulova, Engström, Franck, Linner og Lindahl (2015, s. 12) som “*a combination of sport and studies that helps student-athletes achieve their educational and athletic goals, live satisfying private lives and*

*maintain their health and wellbeing*». Gjennom definisjonen ser vi at dette omhandler å oppnå idrettslige- og studierelaterte mål, noe som den tidligere forskningen har vært opptatt av. Samtidig ser vi at en stor del av definisjonen tar for seg viktigheten av å ha et godt privatliv ved siden, som legger til rette for helsen og velværen til utøverne. Denne balansegangen er derimot mindre undersøkt blant VGS – elever (Knight, Harwood & Sellars, 2018). Tre norske studier har derimot sett på denne kombinasjonen i nyere tid (Solhaug, Høigaard & Sæther, 2021; Sæther, Feddersen, Andresen & Bjørndal, 2022; Sæther, Nygaard, Johansen & Erikstad, 2021), men ingen av de har sett eksplisitt på VGS – elever som flytter hjemmefra for å gjennomføre en DC. Dette vil dermed være et viktig tema å undersøke, da denne gruppen må balansere flere aspekter av livet på et tidligere tidspunkt enn universitetsstudenter.

For å ha et tilbud for ungdommer som ønsker å satse på idretten for fullt gjennom tiden på VGS, har det vokst frem egne toppidrettslinjer, både i offentlig og privat regi (Sæle, 2020). Norges toppidrettsgymnas er kanskje den mest kjente private institusjonen, som har gymnaser på sju lokasjoner i landet (NTG, u.å.-a). I mangel på toppidrettslinjer i proksimal nærhet av hjemlplassen, må noen ungdommer flytte hjemmefra for å kombinere idrett og VGS. Den profilerte skihopperen, Johann André Forfang, måtte eksempelvis flytte fra Tromsø til Trondheim for å fortsette skihopperkarrieren gjennom VGS, på grunn av ikkeeksisterende rammevilkår for å ta idretten til neste nivå i nærmiljøet. Han selv og familien skildret dette som en veldig tøff overgang (NRK, 2021). For å gjøre slike overganger enklere, har eksempelvis NTG opprettet et eget hybelhus for førsteårselever i Lillehammer, som er utformet som studentsamskipnader (NTG, u.å.-b). Ulike rapporter viser at det er alt fra 20 til 29 prosent av VGS – elever som er definert som borteboere (flyttet fra foreldre for å gå VGS) (Andersson, 2010; Breidablik & Meland, 2001; Oslo Economics, 2022). Disse tallene representerer VGS – linjer generelt og man kan anta at dette er representativt også for toppidrettselever.

Selv om en relativt stor andel av VGS – elever er borteboere, er temaet derimot lite forsket på i norsk kontekst, og det er kun to artikler som har beskrevet hvordan dette oppleves fra et elevperspektiv tidligere (Wannebo, Devik & Uhrenfeldt, 2017, 2018). Wannebo et al. (2017, s. 230) konkluderer eksempelvis med at overgangen til en ny skole og et nytt liv i hybler, er en kritisk periode preget av endring og frikobling, som stiller krav til utviklingsprosesser innenfor dimensjoner omkring tid, sosialt liv, selvstendighetsutvikling og identitet. Videre har det blitt skissert at slike overganger kan påvirke velværen og den mentale helsen til borteboere (Wannebo et al., 2018). Det kan derfor argumenteres for at det skjer mange

endringer også utenfor det idrettslige og skolemessige, som kan tenkes å ha en innvirkning på DC – balansen til borteboende DC – utøvere på VGS (Stambulova et al., 2015). Det er derimot ingen studier som har kombinert forskningstemaene Dual Career og det å flytte hjemmefra for å gå på VGS, og vil dermed være særs viktig å gå i dybden på, for å se om det finnes unike opplevelser og erfaringer knyttet til dette.

## **1.1 Formål og problemstilling**

Som vist innledningsvis har majoriteten av forskning omkring DC, både i VGS og på universitetet, hatt fokus på kombinasjonen mellom det idrettslige og det akademiske. Noen studier har også tatt inn aspektet om det å balansere et fullverdig privatliv i tillegg, men dette har hovedsakelig vært med voksne studentutøvere på universitetsnivå (Linnér et al., 2022; Linnér et al., 2021). Denne studien har derfor som formål å bidra med å tette kunnskapshullet som virker å eksistere, angående borteboeres opplevelse av det å balansere idrett, skolegang og privatlivet på videregående skole, da denne gruppen opplever store overganger innenfor alle disse domenene samtidig, men på et tidligere tidspunkt enn universitetsstudenter. Oppgavens problemstilling er dermed formulert slik:

*Hvilke kontekstuelle faktorer opplever borteboende videregåendelever som fasiliterende og utfordrende for Dual Career - balansen?*

## 2.0 Fagfelt

På bakgrunn av at ingen tidligere studier har kombinert de to forskningstemaene omkring DC og det å flytte hjemmefra i ung alder, fant jeg det hensiktsmessig med et todelt fagfelt.

Kapitlene presenterer de mest sentrale aspektene ved begge forskningstemaene, som igjen brukes som teoretiske linser for oppgavens diskusjon. Først vil de mest sentrale aspektene omkring DC – feltet bli presentert, med de mest anvendte teoretiske tilnærmingene som belager seg på Wylleman og Lavalley (2004) sin modell om karriereoverganger og Henriksen og Stambulova (2017) sin innfallsvinkel angående det miljømessige perspektivet. I del to av fagfeltet vil forskningstemaet omkring det å flytte hjemmefra i ung alder bli presentert gjennom delkapittelet «hybeltilværelsen».

### 2.1 Dual Career og tidligere forskning innenfor feltet

DC omhandler det å skulle kombinere idrettssatsing med skolegang/utdanning og/eller jobb (Cartigny et al., 2019). For mange er drømmen å kunne leve profesjonelt av idretten, uten å måtte studere eller ha en jobb ved siden av. Veien dit er derimot ofte usikker, og man vet at det er kun et lite fåtall som klarer å gjøre en fullverdig karriere ut av idretten. Det er også ulike muligheter innenfor ulike idretter, med tanke på hvor levedyktig en profesjonell status innenfor valgt idrett er (Stambulova et al., 2015). Det er eksempelvis stor forskjell på lønninger i herre – og damefotball, noe som gjør at utdanning virker å være en viktig reserveplan for spillere innenfor damefotballen (Harrison, Vickers, Fletcher & Taylor, 2022). Med bakgrunn i det trange nåløyet om å bli profesjonell idrettsutøver som kan leve fullt og helt av idretten, har derfor DC blitt sett på som en god løsning for å balansere idrett og andre deler av livet, og derav legges til rette for et liv etter idretten (Stambulova et al., 2015). Selv om DC er sett på som en god løsning for å balansere disse domeneene, betyr ikke dette at det kommer uten utfordringer. Forskning omkring utfordringer og fordeler vil bli presentert senere i kapitlet.

#### 2.1.1 Karriereoverganger for idrettsutøvere – et holistisk bilde

DC – forskningen kom ikke på banen av seg selv, men har heller blitt et eget forskningsområde basert på utgangspunktet som omhandler ulike overganger som atleter møter i løpet av sine karrierer og liv (Cartigny et al., 2019). Wylleman og Lavalley (2004) tok utgangspunkt i å se utøvere som hele personer og ikke bare som idrettsutøvere. De forklarer at flere studier har sett på overganger innenfor selve idretten, slik som hva fikk de inn i idretten og hva som igjen fikk de til å slutte med idretten. Det har derimot vært mindre fokus på hvilke



overganger i andre deler av livet som også kan påvirke utøveres idrettslige involvering (Wylleman & Lavallee, 2004). Med bakgrunn i en slik holistisk tilnærming lagde Wylleman og Lavallee (2004) en modell som tar for seg ulike karriereoverganger for idrettsutøvere, som tar høyde for overganger innenfor fire forskjellige plan: det idrettslige, det psykologiske, det psykososiale og det akademiske/yrkesmessige (se modell 1).

AGE	10	15	20	25	30	35
<b>Athletic Level</b>	Initiation	Development		Mastery		Discontinuation
<b>Psychological Level</b>	Childhood	Adolescence			Adulthood	
<b>Psycho-social Level</b>	Parents Siblings Peers		Peers Coach Parents		Partner Coach	Family (Coach)
<b>Academic Vocational Level</b>	Primary education	Secondary education	Higher education		Vocational training Professional occupation	

Note. A dotted line indicates that the age at which the transition occurs is an approximation.

Modell 1: Wylleman og Lavallee (2004) modell om karriereoverganger for atleter.

### Det idrettslige planet

På det idrettslige planet er overgangen fra junior til seniornivå beskrevet som en av de vanskeligste overgangene innen idrett (Sæther, 2017). Denne overgangen går gjerne fra utviklings- til mestringsfasen (Wylleman & Lavallee, 2004). Rye, Ransom, Littlewood og Sæther (2022) undersøkte denne overgangen med fokus på stressorer blant akademispillere som hospiterte og trente fast med A – lagene i en eliteserielubb og en Obosligaklubb i Norge. De fant at utøverne kjente på et ekstra prestasjonspress med tanke på å unngå å gjøre feil (Rye et al., 2022). Norske spillere i aldersspennet 16 – 18 år som tok steget fra Norge og til profesjonelle engelske akademier, hadde lignende erfaringer angående prestasjonspress, samtidig som kulturelle forskjeller viste seg i form av hardere tilbakemeldinger (Hem, Fuhre, Høigaard & Sæther, 2022). Studien handlet ikke om overgangen junior til senior, men funnene understreker at overganger til et annet miljø og kultur kan gi lignende erfaringer. Forskning har også vist at miljøer som har en sterk familiefølelse med tette bånd mellom

junior og seniorspillere kan gjøre slike overganger enklere (Larsen, Alfermann, Henriksen & Christensen, 2013)

### *Det psykologiske planet*

Dette planet vil innebære viktige overganger i livet til en utøver, slik som overganger fra barndom til ungdom og ungdom til voksen. I Norge driver de fleste med idrett i løpet av livet, men mange slutter når de kommer i 16 – årsalderen, som er starten på VGS (Mehus, 2019). VGS kan også bli sett på som en overgang fra ungdomsårene og over til voksenlivet, hvorav modellen viser at skillet går like etter VGS er ferdig, fordi det som regel er da man går mer over i de voksnes rekker. Wylleman og Lavalley (2004) beskriver ungdomsårene som en periode hvor individer blir konfrontert med en rekke identitetsutviklende scenarier. For utøvere som har en sterk idrettsidentitet og har motivasjonen for å satse idrett, velger noen å gå «all in» for å se hvor langt man kan ta idretten. I perioden der det store frafallet kommer, kommer ofte også beslutningen om videre satsning, som igjen virker å sammenfalle med tidspunkt for valg av VGS. Mange utøvere som ønsker å satse velger dermed studieprogrammet idrettsfag for å kunne kombinere idrettssatsingen og skolegangen (Sæther et al., 2021).

Ut fra modellen går skillet fra ungdomsår til voksenlivet rundt 19 – årsalderen. Dette er et tidspunkt da ungdommene skal ta valg om hva de skal gjøre etter VGS, om de skal studere videre, finne seg jobb eller dra til militæret. Om man skal studere videre og bedrive idrett er det vanlig å må flytte fra barndomshjemmet sitt. Med slike overganger kommer økte krav til selvstendighet, slik som husarbeid og tidsplanlegging (Linnér et al., 2022). En viktig påpekning er at denne studien ble gjort med informanter med snittalder på 21 år. Studier angående utøvere som flytter hjemmefra for å satse idrett på VGS er det derimot lite om, og de få som nevner situasjonen har ikke gått spesifikt og dypt nok inn i det. Solhaug et al. (2021) sin studie tok eksempelvis for seg borteboere som en halvdel av informantene sine i en studie omkring balansegangen mellom skole og fotball mens de gjennomgikk en overgang fra en amatørklubb til en profesjonell klubb. Funnene er dog ganske normative, med hensyn til overganger om husholdningsoppgaver. Det samme gjelder også en norsk studie av skigymnaselever, hvorav slike utfordringer blir nevnt (Sisjord & Sørensen, 2016).

### *Det psykososiale planet*

Det psykososiale planet omhandler relasjoner med mennesker som er en viktig del av livet til utøvere. Det som er relevant for idrettsutøverens psykososiale utvikling er hans eller hennes

rolle i det sosiale miljøet og rollen andre relasjoner spiller i kvaliteten på idrettsengasjementet gjennom karrieren (Wylleman & Lavallee, 2004). Wylleman og Lavallee (2004) argumenterer videre for at det er viktig å anerkjenne at nøkkelpersoner (trenere, foreldre) rundt utøveren kan spille en viktig rolle for utøverens utvikling og at mangelen på slike nøkkelpersoner kan være hindrende eller skadende for utvikling. Det å ha gode relasjoner med foreldre og trenere er viden kjent for å være viktig i overgangsfaser for utøvere og er blitt kjent som *det atletiske triangelet*. Derfor har Wylleman og Lavallee (2004) kun beskrevet forhold med foreldre og trenere i artikkelen sin, men studier peker på at andre relasjoner er særskilt viktige også. Linnér et al. (2022) beskriver eksempelvis at det er viktig med gode forhold med likesinnede utøvere som er i samme situasjon. I sin casestudie av et universitet i Skandinavia fant de at utøverne satte pris på at de møtte mange andre som hadde samme ambisjoner og tankesett som de selv. På denne måten kunne de dele informasjon og hjelpe hverandre, både med idrettslige og skolemessige utfordringer (Linnér et al., 2022). Overganger til en ny VGS byr også på nye lærere. I en DC – kontekst øker både den idrettslige og akademiske belastningen i en slik overgang, og det viser seg derfor at viktigheten av gode forhold med lærerne er essensiell. Spesielt når det kommer til at lærerne forstår den belastende situasjonen utøverne står i, vil det være viktig å kunne være fleksibel med tanke på innleveringsfrister og tilrettelegging av skoleopplegg om utøvere befinner seg på samlinger (Knight et al., 2018).

### *Det akademiske planet*

Det siste planet i modellen belager seg på overganger innenfor skoleverket, samt overgangen inn et eventuelt yrke ved siden av idretten (Wylleman & Lavallee, 2004). Med tanke på at denne studien omhandler informanter på VGS, vil ikke det yrkesmessige bli gått videre inn på. Rent intuitivt kan det tenkes at jo høyere opp i utdanningsløpet man kommer, jo større blir overgangene med tanke på akademiske krav. De fleste studier som er lest i forbindelse med denne masteren viser at jo høyere utdanningsnivå, desto mer krevende føles balanseringen av DC (Harrison et al., 2022; Linnér et al., 2022; Wylleman & Lavallee, 2004). Ikke nødvendigvis fordi det er flere timer undervisning, men fordi at det er større frihet og større ansvar for egen læring, som igjen stiller krav til strukturering og personlig investering for å få ting gjennomført (Wylleman & Lavallee, 2004). På en annen side virket nettopp denne friheten og fleksibiliteten på universitetet å gjøre DC – balansen enklere for noen informanter, som mente at fulle skoledager på VGS var mer hemmende og stressende for balansen (Cartigny et al., 2019). Samtidig kan det også tenkes at innsatsen man legger i skolearbeidet på VGS er lavere enn den man legger inn på universitetet, i og med VGS er sett på som

utdanning man «uansett skal gjennom» (Sæther et al., 2021). Det er med andre ord ingen fasit på hvilken overgang som er «tøffest», da dette virker å variere fra individ til individ.

Hovedpoenget med denne gjennomgangen er å være klar over hvilke overganger som kan forekomme på de ulike planene. De er gått gjennom individuelt, men det er viktig å ha et helhetlig syn på at forskjellige overganger kan forekomme samtidig for utøvere og dermed interagere og påvirke hverandre (Wylleman & Lavalley, 2004). Modellen er av stor interesse for å forstå kompleksiteten ved denne studien av borteboere som satser idrett på VGS. Ifølge modellen starter voksenlivet i 19 – årsalderen og den viser at utøvere som regel har de samme støttespillerne med tanke på relasjoner rundt seg frem til de er 22 år (Wylleman & Lavalley, 2004). Med tanke på at informantene i denne studien flytter for seg selv i en alder av 16 år, kan det argumenteres for at deres overgang til voksenlivet starter to år tidligere enn hva den normative overgangen i modellen viser. Logisk nok medfører dette at de flytter fra sitt gamle sosiale nettverk med støttespillere, som også blir en overgang på det psykososiale planet (Knight et al., 2018). De opplever også en overgang fra ungdomsskolen til VGS. Alt i alt kan det argumenteres for at det vertfall er tre overganger innenfor Wylleman og Lavalley (2004) sin modell som trer i kraft på samme tidspunkt. Dette bakteppet vil dermed være viktig å ha med videre når funnene skal analyseres.

### 2.1.2 Dual Career: fordeler og utfordringer

Det å kombinere både skolegang og idrettssatsing er sett på som en utfordrende balansegang, fordi det setter store krav til tidshåndtering, samt stort press på fysisk og mental energi (Cosh & Tully, 2014). Dette kan føre til nedprioriteringer av en av arenaene, og i verste fall terminering av enten skolegang eller idrettssatsing (Cartigny et al., 2019). I Cartigny et al. (2019) sin studie av atleteres DC – erfaringer gjennom et helt livsspenn, ville de finne svar på erfaringer og årsaker som kunne være med å forklare hvorfor enkelte prioriterte bort det ene over det andre, samt hvordan noen greide å kombinere begge arenaene. De presenterer derfor tre «veier»: *Sporting pathway*, *educational/vocational pathway* og *dual career pathway* (Cartigny et al., 2019). *Sporting pathway* illustrerer en vei der den atletiske identiteten for utøveren er den desidert viktigste og at det akademiske er det minst viktige og risikerer å bli nedprioritert for å fokusere på idretten. *Educational/vocational pathway* blir derfor motparten, hvor utøvere reduserer innsatsen sin innenfor idretten for å kunne prioritere skolearbeid. Den siste veien kan ansees som idealet, nemlig *dual career pathway*. Denne veien illustrerer en simultan utvikling innenfor både idretten og utdanningen, der utøveren ikke trenger å prioritere ned eller bort målene innen de to domenene (Cartigny et al., 2019). Det er flere

årsaker til at utøvere ender opp med en av disse veiene, da det finnes både fordeler og ulemper ved DC. Videre vil det bli presentert noen hovedfordeler og hovedutfordringer som er forbundet med et slikt løp.

### *Fordeler*

Wylleman og Lavallee (2004) vektlegger som nevnt det å ha et helhetlig bilde på utøveres liv. Ikke alle utøvere greier å slå gjennom som profesjonelle og det eneste som er sikkert er at alle utøvere en dag skal gi seg med idretten. Det å gjennomføre en DC har derfor vist seg å gi en enklere overgang til livet etter idretten. Ved å ha en utdanning i bakhånd har man derfor et annet aspekt ved livet og identiteten sin, slik at utøvere ikke opplever en situasjon der de ikke vet hva de skal gjøre etter endt karriere (Cartigny et al., 2019). Det å ha utdanning å fokusere på samtidig mens man satser idrett, vil også kunne gi en form for avkobling fra idretten om det er en periode med dårligere prestasjoner innenfor det idrettslige. Slike situasjoner hjelper utøvere å sette ting i perspektiv (Aquilina, 2013). Gjennom slike situasjoner kan det også virke som at utøvere lærer at de må tillate seg selv å ha skifte i fokus når situasjonen tillater det (Stambulova et al., 2015). Dette beror på å legge ned mere innsats i skolearbeidet i perioder hvor det er mindre idrettslig påkjenning og vice versa. Dette støttes av Linnér et al. (2019) som viser at evnen til å prioritere hva som trengs å gjøres til enhver tid er en essensiell DC – kompetanse. Det er sett på som vanskelig å gjøre det godt på begge domener og mange funn peker mot at utøvere ofte må prioritere, og da gjerne idretten over det akademiske (Cartigny et al., 2019; Christensen & Sørensen, 2009; Ryba et al., 2017; Sæther et al., 2021). Storm og Eske (2022) fant derimot at ved tilrettelagte DC – institusjoner, går ikke idrettssatsingen negativt ut over karakterene. Samtidig fant de at det å bo hjemme med foreldre hadde negativ effekt på karakterer opp mot de som bodde borte. Dette funnet er ikke videre diskutert i artikkelen, men det kan ha sammenheng med Burlot, Richard og Joncheray (2016) sine funn om at utøvere som greide å optimalisere kombinasjonen mellom idrett og utdanning, ofte hadde høy grad av autonomi og ansvar. Dette kan igjen tenkes å være på bakgrunn av selvstendigheten som kommer ved å ha flyttet for seg selv og bort fra foreldre, og at man derfor tilegner seg «lifeskills» som kan være overførbare til både idrettslig og akademisk suksess.

### *Utfordringer*

Som nevnt tidligere, har det blitt sett på som ekstremt krevende å kombinere skolegang og idrettssatsing på bakgrunn av totalbelastningen dette medfører. Det virker derfor å være en tung tendens til at utøvere minimerer innsatsen sin på det akademiske, slik at skolearbeidet

ikke stjeler energi fra idrettssatsingen (Cosh & Tully, 2014). Tidligere norske DC – utøvere beskriver eksempelvis deres valg om toppidrettslinje på VGS, som en lettere rute for å oppnå studiekompetanse, som igjen viser til en lavere dedikasjon for skolearbeidet (Sæther et al., 2021). Cosh og Tully (2014) finner på en annen side at utøverne oppfatter seg selv som mer enn kapable til å prestere godt på skolen i teorien, men at de ikke får praktisert dette på grunn av deres tunge investering i idretten. Om en slik følelse vokser seg sterkere og sterkere gjennom et DC – løp, kan det resultere i at utøveren ikke greier å gjennomføre og må velge et rent idrettsløp eller et rent akademisk løp (Cartigny et al., 2019). Forskning har derimot vist at om utøvere har gode støttespillere rundt seg i miljøet, kan dette være hjelpelig på totalbelastningen og derfor være med å fasilitere for å gjennomføre en DC (Knight et al., 2018). Dette stiller derimot krav til miljøet rundt utøveren, og om miljøet ikke er støttende og tilrettelagt kan dette igjen være negativt for å gjennomføre en DC (Henriksen & Stambulova, 2017). Dette kan gå på motstridende uttrykte verdier fra lærere og trenere, hvor de uttrykker at deres domener er de viktigste. Dette kan gi utøverne en følelse av at de ikke strekker til på begge arenaer og blir dermed oppfattet som et personlig problem og et ekstra stressелеment i hverdagen (Christensen & Sørensen, 2009). Noen studier viser også at mange utøvere som ønsker å gjennomføre en DC, setter privatlivene sine på «pause» for å kunne etterkomme kravene som stilles fra idretten og skolen (Linnér et al., 2021; Ryba et al., 2017). De påpeker samtidig at et slikt ensrettet fokus kan være hemmende for den psykososiale utviklingen (Linnér et al., 2021; Ryba et al., 2017). Med disse utfordringene, samt overgangsutfordringer som kan oppstå ved bytte av lag og skole, har det vist seg at aspekter som det å konstant skulle prestere godt, redselen for å feile eller ikke bli godtatt av lagkamerater, balansegangen mellom idrett og skole, manglende tilbakemeldinger fra trenere, samt et redusert sosialt liv på grunn av store trenings – og skolemengder, er stressorer som i verste fall kan bidra til utbrenthet (Gustafsson, Kenttä & Hassmén, 2011, s. 5).

Det er med andre ord liten tvil om at doble karrierer kan medføre både positive og negative aspekter. For å kunne håndtere denne situasjonen argumenteres det for at det er flere DC – kompetanser som er viktige for å gjennomføre en DC. DC – kompetanser kan bli definert som personlige ressurser eller egenskaper ved utøvere, som hjelper de å tilvenne seg og mestre gjennomføringen av en DC (Linnér et al., 2019). De vanligste kompetansene som går igjen i litteraturen og som er ansett som særs viktige, er god planlegging og organisering, tidshåndtering, samt evnen til å prioritere (De Brandt, Wylleman, Torregrossa, Defruyt & Rossem, 2017; Linnér et al., 2019; Stambulova et al., 2015).

### 2.1.3 Viktigheten av miljøet – en holistisk økologisk tilnærming

Som nevnt sporadisk i de tidligere delkapitlene, er det ikke kun opp til utøveren selv å skulle gjennomføre en DC. DC – kompetanser og individuelle trekk ved utøverne er viktig for å kunne gjennomføre dette på en god måte, men det betyr ikke at det kun er opp til dem og at slike kompetanser og trekk ikke er mulig å tilegne seg. Tidligere forskning innen idrett og talentutvikling har hatt stort fokus på å undersøke individuelle trekk ved utøvere, treningstimer og treningskvalitet for å finne suksesskriterier (Henriksen & Stambulova, 2017). I sin doktorgradsavhandling tok derimot Henriksen (2010) til orde for et skifte i fokus, der man heller ser på miljøenes egenskaper med tanke på å fasilitere gode utviklingsmiljøer som utøvere kan blomstre i, også kjent som en *holistic ecological approach* (HEA). Med bakgrunn i dette lanserte Henriksen (2010) en modell som skulle kartlegge ulike roller og funksjoner innenfor ulike utviklingsmiljøer, også kjent som *Athletic Talent Development Environment* (ATDE). På denne måten kunne man undersøke suksesskriterier og barrierer for god talentutvikling innenfor utviklingsmiljøer. Suksesskriterier vil kunne være gunstige for ulike miljøer å adoptere for å kunne fasilitere unge talenters idrettshverdag. Disse kriteriene blir identifisert i den andre modellen til Henriksen (2010); *Environment Success Factors* (ESF), som gjør det enklere å strukturere funn om hva som kan bidra i å gjøre et utviklingsmiljø suksessfullt.

I forlengelsen av dette arbeidet og i samarbeid med et prosjekt som ville kartlegge miljøers evner for å fasilitere DC, undersøkte Henriksen et al. (2020) et dansk idrettsvennlig universitet som et *Dual Career Development Environment* (DCDE). DCDE blir definert som et miljø som er lagt opp med et eksplisitt hensyn om å fasilitere utøveres investering i det å kombinere idrett med utdanning eller jobb (Henriksen et al., 2020). I denne studien lanserte derfor Henriksen et al. (2020) en ny modell (DCDE – modellen) som er en videreutvikling av ATDE.

Denne modellen baserer seg også på å se på strukturer innenfor miljøet, og da spesielt på ulike roller og samhandling mellom nøkkelpersoner og organisasjoner. Modellen er strukturert på to nivåer (mikro og makro) og tre domener (Idrett, studie og privatliv), hvor mikronivået omhandler utøverens nære relasjoner med nøkkelpersoner (lærere, trenere, klassekamerater, lagkamerater, familie, idrettspersonell) som omgås hver dag og hvor makronivået går mer på «usynlige» strukturer som legger føringer for handlingsrommet til disse individene, samt kulturelle trekk (Henriksen et al., 2020). På lik linje med ATDE sin ESF – modell, er det også

her en modell som summerer faktorer som prøver å forklare miljøets effektivitet, nemlig *Dual Career Environment Success Factors* (DC – ESF).

På bakgrunn av den voksende mengden med studier som har sett på DCDE, samt Morris et al. (2020) sin identifisering av åtte forskjellige institusjonstyper av DCDE blant ulike land i Europa (Norge ikke inkludert), gjennomførte Storm et al. (2021) en tverrsaksanalyse av sju forskjellige Europeiske DCDE. Studien resulterte i 10 essensielle trekk ved miljøene som har vist seg å være positive med tanke på å hjelpe utøvere å gjennomføre DC.

De 10 trekkene er delt opp i to hovedtemaer; *holistisk struktur* og en *felles DC – filosofi*, hvor hver av hovedtemaene har fem subtemaer. Innenfor den holistiske strukturen finner man viktigheten av; *dedicated DC – support team* (ansatte som har ansvar for å hjelpe utøvere med koordinering av kombinasjonen), *integrated efforts* og *understanding and support from the environment* (kommunikasjon mellom viktige personer i mikromiljøene i de tre domene og at de drar i samme retning), *role models and mentorship* (å ha tilgang på andre utøveres erfaringer som har greid balansegangen), og til slutt *access to expert support* (bredt støtteapparat innenfor idretten, eller lærere som hjelper med skoleutfordringer) (Storm et al., 2021). Under det andre hovedtemaet angående en felles DC – filosofi, kommer viktigheten av å ha *a whole person approach* (går på at folk fra et domene kan fatte interesse for utøverens involveringer i de to andre domene, og forstår at alle domene påvirker utøvernes liv), *an empowerment approach* (fasilitere utøverne slik at de blir mer autonome), *flexible DC – solutions* (tillater gjensidig skifte i fokus mellom idrett og skole når det kreves), *care of DC athlete's mental health and wellbeing* (DC blir håndtert på en sosialt forsvarlig måte og at institusjoner og nøkkelpersoner innen institusjonene anerkjenner dette ansvaret), og som siste punkt; *an open and proactive approach to the development of the environment* (som går på miljøets ønske om å tilegne seg ny kompetanse og forståelse for hvordan man kan ivareta og utvikle miljøet for utøvernes beste) (Storm et al., 2021).

#### *Norsk kontekst*

Studien til Sæther et al. (2022) viser at det kan være ulik DC – støtte blant ulike toppidrettsinstitusjoner. Med bakgrunn i Morris et al. (2020) sin inndeling av ulike DCDE, undersøkte de en idrettsvennlig skole og en eliteidrettsskole. I tråd med Morris et al. (2020) sine kjennetegn for disse to skoletypene, fant Sæther et al. (2022) at eliteskolen hadde et tettere samarbeid mellom klubb og skole, som gjorde reguleringen av totalbelastning enklere for elevene. I den mindre strukturerte idrettsvennlige skolen, var denne reguleringen mer opp til utøverne selv og lærerne fungerte mer som fasilitatorer som skulle hjelpe utøverne å bli



mer selvstendige og selvgående (Sæther et al., 2022). Dette ble eksemplifisert gjennom at utøvere i den idrettsvennlige skolen selv måtte kontakte lærere i de ulike fagene om det måtte gjøres endringer i skoleplanen på grunn av idrettslige årsaker. På eliteidrettsskolen hadde derimot utøverne en egen idrettskoordinator som tok for seg denne jobben, da han/hun var ansatt både i klubben og ved skolen (Sæther et al., 2022). En slik løsning med idrettskoordinator som hadde bosted i begge leirer ble også identifisert i Solhaug et al. (2021) sin studie, som også gjorde denne koordineringen enklere for utøverne. Hva slags type DCDE – institusjon i lys av Morris et al. (2020) sin inndeling var derimot ikke spesifisert i studien. En annen norsk studie av fotballspilleres erfaringer med DC i VGS, antyder at tilretteleggelsen innenfor en og samme skole kan være skjevfordelt med tanke på nivået på utøverne (Sæther et al., 2021). Dette ble eksemplifisert ved at spillerne opplevde at de dyktigste spillerne gjerne fikk et valg om de skulle stå over treninger på grunn av totalbelastning, hvorav de som var i andre enden av ferdighetsspekteret ikke fikk dette valget. Informanter som var ansett som de beste pekte også på dette fenomenet, hvor de reagerte på manglende belastningsregulering for de andre (Sæther et al., 2021).

## **2.2 Hybeltilværelsen**

Med bakgrunn i at ingen forskning innenfor DC – litteraturen har sett spesifikt på aspektet om å flytte hjemmefra for å kombinere idrett og skole på VGS, fant jeg det interessant og hensiktsmessig å gjennomføre en litteraturstudie i høstsemesteret 2022 omkring dette temaet. Ingen av studiene er i en idrettskontekst, og derfor har det vært interessant å prøve å koble denne kunnskapen opp mot DC. Interessant nok er det også få studier som har beskrevet bortbeoversituasjonen eksplisitt blant VGS – elever i Norge. Det var hovedsakelig tre artikler fra en norsk forsker, Wenche Wannebo, som traff temaet (Wannebo et al., 2017, 2018; Wannebo & Wichstrøm, 2010). I en mailkorrespondanse med nevnte forfatter, bekreftet hun mangelen på forskning omkring temaet, som igjen underbygger viktigheten av denne masteroppgavens bidrag. Videre vil de mest sentrale aspektene fra de gjennomgåtte studiene bli presentert.

### **2.2.1 Hjem som noe uavklart og midlertidig**

Å flytte ut fra barndomshjemmet er en stor overgang i livet til de fleste mennesker, og er sett på som en viktig del av det å bli voksen og skape sin egen identitet (Balloo, Gravett & Erskine, 2021). Overganger er gjerne assosiert med å være permanente til en viss grad. Det å

forlate barndomshjemmet markerer et skille fra sitt gamle liv og inn i det nye «voksenlivet». Samtidig virker ikke slike overganger å være så lineære som man tidligere har antatt (Balloo et al., 2021; Lahelma & Gordon, 2003). Goldscheider og DaVanzo (1986, s. 187) beskriver eksempelvis det å flytte hjemmefra for å studere som «*residential semiautonomy*». Slik jeg forstår denne definisjonen handler dette om å ha flyttet bort fra foreldrene rent geografisk, men at man samtidig ikke er totalt selvstendig eller uavhengig.

Balloo et al. (2021) støtter betraktningene om at man ikke nødvendigvis er totalt uavhengig og selvstendig når man flytter hjemmefra i ung alder. Dette må heller ses på som en dynamisk prosess som ikke trenger å bli strengt definert og at total uavhengighet ikke trenger å være et kriterium for å ha flyttet hjemmefra. De legger til grunn at prosessen heller må forstås gjennom et *Rhizomatisk* perspektiv, som omhandler at overganger må ses på som noe pågående og dynamisk, som kan være rotete og uavklart til tider, og som ikke har noen klar start eller slutt (Balloo et al., 2021). I dette perspektivet virker det som at prosessen med å flytte hjemmefra skjer gradvis, selv om man i geografisk forstand har flyttet hjemmefra. Hybellivet har dermed blitt beskrevet som et hjem borte fra hjemmet (Balloo et al., 2021) og at man dermed kommer og går mellom de to hjemmene (Lahelma & Gordon, 2003).

### 2.2.2 Hjemlenssel og følelsen av ensomhet

Hjemlenssel og ensomhet er et tema som dukker opp når unge mennesker forlater barndomshjemmet. Stroebe, Vliet, Hewstone og Willis (2002) mener det er gode grunner til å karakterisere hjemlensselen som kan oppstå som en følelse av «minisorg». Dette kan forklares med at man mister den daglige kontakten med familie og venner, samt lokasjoner og rutiner som man assosierer med hjemmet (Calaguas, 2014). Denne følelsen av tap kan ses i lys av Lahelma og Gordon (2003) sine funn om hva unge mennesker assosierer med et hjem. Her kommer det frem at hjem er både en fysisk, sosial og mental plass (Lahelma & Gordon, 2003). Det fysiske kan være tilknytningen til nabolaget eller spesifikke gjenstander og rom i hjemmet. Det sosiale går på relasjonene som er bygget opp gjennom barndommen og knyttes gjerne til interaksjonsmønstre slik som samtaler rundt middagsbordet. Det mentale går på ideer og tanker som man knytter til ideen om «hjemmet». Forskning fra England, Nederland og Filippinene viser at hjemlenssel er sterkest blant førsteårsstudenter (Calaguas, 2014; Stroebe et al., 2002). I de samme studiene blir det også skildret at kvinner opplever dette sterkest (Calaguas, 2014; Stroebe et al., 2002), noe som Wannebo og Wichstrøm (2010) også fant angående borteboende jenter på VGS. Det virker også å være belegg for å anta at hjemlenssel kan være en forløper for depresjonssymptomer (Stroebe et al., 2002). I

forlengelsen av dette argumenterer Stroebe et al. (2002, s. 163) for at hjemmesyke og deprimerte studenter som ikke greier å tilpasse seg de nye omgivelsene, vil kunne slite med å fungere godt akademisk og også på andre områder.

Med denne kunnskapen i bakhånd, undersøkte Wannebo og Wichstrøm (2010) om hybelboere på videregående skoler hadde en større risiko for «*internalizing problems*» (indre problemer på norsk). Indre problemer kan defineres ved negative emosjoner og tanker, slik som hjemlengsel, ensomhet og også depresjon. Funnene viste at jenter som bodde på hybel hadde signifikant større verdier på indre problemer i forhold til deres jevnaldrende som fortsatt bodde hjemme hos foreldrene. Hybelboerne hadde også mer depressive symptomer og følte seg mer ensomme (Wannebo & Wichstrøm, 2010). Et annet interessant aspekt ved denne studien var om disse problemene ville vedvare etter endt skolegang. Funnene viste at effekten av å bo på hybel når det kom til indre problemer var situasjonsavhengig og dermed hadde få eller ingen langvarige negative effekter og forsvant når hybelboerne flyttet hjem til foreldrene igjen (Wannebo & Wichstrøm, 2010).

### 2.2.3 Selvstendighetens ambivalens

«*There is something to be won and something to be lost when moving away from parental homes, but the gains and losses are not equal for all young people.*» (Lahelma & Gordon, 2003, s. 387). Sitatet illustrerer et ambivalent forhold til det å skulle bli selvstendig. Positive tanker og forhåpninger omkring økt frihet og selvstendighet står sterkt (Balloo et al., 2021; Lahelma & Gordon, 2003; Wannebo et al., 2017), men også redselen for å miste sosiale relasjoner (Lahelma & Gordon, 2003), samt utfordringen med å bli komfortabel med det å være alene (Wannebo et al., 2017), eller det å greie å sette rutiner og få gjort praktiske hverdagsrutiner kan virke utfordrende (Lahelma & Gordon, 2003; Wannebo et al., 2017).

I Balloo et al. (2021) sin studie av psykologistudenter, mente mange at det å flytte hjemmefra var en del av den typiske studieopplevelsen. De var altså sosialisert inn i et tankesett om at slik skulle det være. De resonnererte rundt at dette var frigjørende og «på tide», samt at friheten og uavhengigheten var mye av det som fristet dem til å ta dette steget. Frihet blir ofte tolket som det å ha tid og plass for seg selv, uten å måtte forholde seg til hverken foreldre eller søsken (Lahelma & Gordon, 2003). Med denne nyvunne selvstendigheten kunne de finne nye sider ved egen personlighet, eller til og med «skape en ny» identitet (Balloo et al., 2021), som igjen kan virke positivt med tanke på personlig vekst og utvikling (Wannebo et al., 2017). Wannebo et al. (2017) fant eksempelvis at borteboere på VGS ble mer bevisste på hvem de

var, hva de stod for og hva de verdsatte i livet. I kraft av dette ble de også tryggere på seg selv og kunne argumentere for egne meninger og verdier (Wannebo et al., 2017).

Selv om den økte friheten og autonomien i eget liv er forbundet med flere positive aspekter, virker det også å være en bakside ved medaljen. En av informantene i Lahelma og Gordon (2003, s. 381) sin studie uttrykte eksempelvis at det var en fordel å bli selvstendig, men at det også var «*the greatest source of horror*». Med frihet kommer også økt ansvar over eget liv, og studentene kan komme til å føle på usikkerheten ved egne evner til å tilpasse seg det nye livet og dets krav. De nye kravene som studentene kjenner på er gjerne knyttet til praktiske gjøremål som man tidligere har tatt for gitt (Lahelma & Gordon, 2003; Wannebo et al., 2017), slik som innkjøp av dagligvarer og matlaging (Wannebo et al., 2018) eller det å kunne opprettholde et ryddig og rent hjem som man kan trives med å bo i (Lahelma & Gordon, 2003). Med disse nye kravene og ansvarsområdene, kommer det også tydelig frem et perspektiv om tidskontrollering til syne for hybelboerne (Wannebo et al., 2017). Mange skisserer hybellivet på videregående for å være travelt (Wannebo et al., 2018), og Wannebo et al. (2017, s. 224, Min oversettelse) fanget dette i et tema som karakteriserte følelsen som å «*streve mellom å kontrollere tiden og bli kontrollert av tiden*». Dette handler i hovedsak om de nye kravene ved å bo alene (planlegge måltider, innkjøp av mat, vaske klær, husholdningsarbeid, holde avtaler og styre budsjett) som setter visse rammer på tiden deres, som de ikke trengte å tenke over tidligere (Wannebo et al., 2017). Tidsdisponering virker dermed å være en utfordring som ikke alltid er like enkel, som igjen kan føre til at hybelboere føler seg overveldet (Wannebo et al., 2017).

#### 2.2.4 Kostholdsvaner

Som nevnt i forrige delkapittel er matlaging ofte et nytt krav for borteboere. Kosthold og matvaner er en faktor som har stor innvirkning på helsen til mennesker. Hybelboere legger vekt på at det er viktig å ta vare på seg selv i henhold til ernæring (Wannebo et al., 2018), men at dette kan være vanskelig i en hektisk hverdag med mange andre gjøremål (Wannebo et al., 2017). Lahelma og Gordon (2003) fant også at ungdom ikke så frem til det å skulle lage mat på egenhånd, fordi dette var sett på som kjedelig merarbeid. Noen var også skeptisk til om den nye boplassen hadde gode nok fasiliteter for å lage god mat (Lahelma & Gordon, 2003). I større kvantitative forskningsartikler ser man tydelige tegn til at hybelboere har et mer usunt kosthold enn de som bor hjemme hos foreldrene sine (Andersson, 2010; Bagordo, Grassi, Serio, Idolo & De Donno, 2013; Breidablik & Meland, 2001). Breidablik og Meland (2001) fant blant annet at de yngste hybelboerne spiste frokost signifikant sjeldnere i forhold til de

som bodde hjemme, og at inntak av brus var høyere. Sintefs rapport finner lignende tendenser, hvor ungdom som bor hjemme på allmennfag spiser mer sunn mat enn ungdom som bor på hybel (Andersson, 2010). En italiensk studie fant også at de som flyttet hjemmefra for å gå på universitetet hadde et dårligere kosthold. De hadde høyere inntak av frossenmat og hurtigvarianter, og spiste generelt mindre hjemmelagd og ernæringsrik mat (Bagordo et al., 2013).

### 2.2.5 Strategier for å trives med hybellivet

De fire foregående delkapitlene har kartlagt aspekter ved bortbeoersituasjonen både for VGS - elever og universitetsstudenter. Det er kommet frem både positive og utfordrende sider ved situasjonen. Et siste viktig aspekt er hvilke strategier som anvendes for å trives med hybellivet. Når man tenker strategier er det fort gjort å tenke at dette er noe som kun er opp til individet selv, men to norske studier peker i retning av at det ikke kun er hybelboeren selv som er ansvarlig for å trives, men at det stiller krav til både miljøet rundt individet og individet selv (Wannebo et al., 2017, 2018). For ryddighetens skyld vil strategier knyttet til individet bli presentert i neste avsnitt, før de miljømessige faktorene blir presentert etter dette.

Et viktig aspekt er å lære seg praktiske ferdigheter som å vaske klær, holde styr på økonomien, lage middag, og fikse ting som blir ødelagt (Wannebo et al., 2018). Disse praktiske gjøremålene faller også inn under en av de aller viktigste strategiene, som handler om å opprette gode rutiner og strukturer (Wannebo et al., 2018) i en hverdag hvor de kan føle seg mellom barken og veden i en vanskelig tidshåndtering (Wannebo et al., 2017). Ved å planlegge og ha gode rutiner, minsker de stresset som kan bygge seg opp og hybelboerne får en følelse av kontroll (Wannebo et al., 2018). En annen praktisk ting for å trives var å gjøre hybelen til en hjemmekoselig plass å være på (Wannebo et al., 2018). I tråd med Lahelma og Gordon (2003) sitt perspektiv om hjemmet som en mental plass, altså hvilke bilder og tanker man forbinder med ideen om «hjemmet», virker det som mange synes det er godt å ha innredning som minner de om barndomshjemmet (Balloo et al., 2021; Wannebo et al., 2017, 2018). Dette fungerer som «kontinuitetsankere» som kan dempe eventuell hjemlengsel (Balloo et al., 2021). Som nevnt tidligere rapporterer borteboerne at de blir bedre kjent med seg selv. Dette virker igjen å føre til at de lytter mer til sin egen kropp og mentale tilstand (Wannebo et al., 2018). På bakgrunn av dette erfarer borteboerne at det er viktig å balansere aktivitetsnivå og hvile. Avslapning virker dermed å være viktig for å håndtere hybellivet (Wannebo et al., 2018).

Egeninnsatsen blant borteboerne er viktig for å trives med hybellivet, men litteraturen indikerer også at miljøet rundt er viktig. Selv om borteboerne er blitt mer selvstendige, er det å motta praktisk og relasjonell støtte i denne fasen meget viktig for trivselen med den nye tilværelsen (Wannebo et al., 2018). Mange hybelboere på videregående skoler drar hjem til foreldrene i helgene (Andersson, 2010), og dette kan gjerne være for å motta praktisk støtte slik som å få klær vasket og få med seg matvarer for neste skoleuke (Wannebo et al., 2017). Relasjonell støtte er en annen ekstremt viktig ting, slik som å ha kontakt med foreldrene sine over telefon (Balloo et al., 2021) og at lærere ser og forstår situasjonen deres (Wannebo et al., 2018). Det å ha en tilgjengelig voksen som er der for unge hybelboere på videregående virker å være av stor hjelp, spesielt i det første året (Wannebo et al., 2018). Et annet aspekt som er viktig for trivselen, er å finne sin sosiale gruppe. Det å skaffe seg nye venner og komme inn i en gruppe er blitt beskrevet av borteboerne selv som helt essensielt for velværen (Wannebo et al., 2018).

### 3.0 Metode

I forskningens verden er det gjerne resultatene og funnene man er mest interessert i. Det er derfor universiteter eksisterer, for å fremme kunnskap. Resultatene er derimot lite verdt om vi ikke vet hvordan de ble produsert. Her er forskningsprosessen essensiell. Dermed er det viktig å ta med leseren på den metodiske reisen til studiens funn, eller *veien til målet* som metode opprinnelig betyr (Kvale & Brinkmann, 2015). Derfor vil det i dette kapittelet bli redegjort for vitenskapelig teoretisk ståsted, valg av forskningsdesign, utvalgsstrategi, bearbeiding, samt forskningens kvalitet og etikk.

#### 3.1 Vitenskapsteoretisk ståsted og metodevalg

På universitetene og i forskningslitteraturen er det ikke uvanlig at man kobler enkelte forskere til en type metode eller forskningsdesign. Ofte ser man at forskere har en overvekt av enten kvalitative eller kvantitative artikler, og de kan dermed bli satt i «bås» for hvilken tilnærming de er størst tilhenger av. Dette står i stil med Creswell (2009) sine betraktninger om at forskningsdesignet ofte reflekterer forskerens vitenskapsfilosofiske ståsted. Creswell (2009, s. 6, min oversettelse) har valgt å kalle dette for et «filosofisk verdenssyn» og argumenterer for at dette blir formet gjennom tradisjoner ved fakultet og institutt, veilederes ståsted og pensumlitteratur. Samtidig er det ikke bare tradisjoner og nøkkelpersoner ved universitetet som institusjon som er med på å forme våre filosofiske verdenssyn, men også vår sosiale bagasje gjennom livet. Dermed er Tjora (2017) sitt argument om refleksivitet i forskningen viktig, noe som betyr at man må være klar over hvorfor man tolker som man tolker. Kommer man eksempelvis fra en familie med lærere eller psykologer, kan det antas at man er mer interessert i menneskers samspill med andre, og deres refleksjoner rundt livet, heller enn å søke etter det som naturvitenskapen gjerne kaller objektiv sann kunnskap (Robson & McCartan, 2016). Objektiv sann kunnskap er gjerne knyttet til positivismen eller postpositivismen, mens interessen for menneskers livserfaringer og tolkninger heller mer mot sosialkonstruktivismen (Creswell, 2009). Disse retningene er omtalt av Morgan (2007) som to forskjellige paradigmer innenfor vitenskapen. I dette delkapittelet vil jeg med bakgrunn i at Creswell (2009) mener metodevalget bør reflekteres i forskerens vitenskapsteoretiske ståsted, begrunne valg av semistrukturert intervju som kvalitativ metode i lys av det sosialkonstruktivistiske paradigmet.

I tråd med studiens mål om å samle opplevelser og erfaringer fra borteboende idrettssatsende ungdom i VGS, virker sosialkonstruktivismen som det mest nærliggende verdenssynet å ta

utgangspunkt i. Her er ikke de objektive sannhetene de mest interessante, men heller hvordan mennesker oppfatter verdenen de lever i (Ringdal, 2018). Tjora (2017) støtter denne forståelsen og forklarer videre at dette bygger på fenomenologiens syn om at menneskers erfaringer og beskrivelser er interessante for å forstå et fenomen (Creswell, 2009). Slik jeg forstår sosialkonstruktivismen gjennom det Creswell (2009) beskriver, handler det om å forstå livsverdenen til utvalget for studien man gjennomfører. Mennesker utvikler egne meninger rundt deres erfaringer knyttet til hendelser i livet. Disse kan være komplekse og forskjellige fra individ til individ, og konteksten er dermed viktig for å forstå helheten (Creswell, 2009). Meningsgenereringen vil alltid være sosial og oppstå ut av og gjennom interaksjoner i informantenes miljø og samfunn (Creswell, 2009). Man må derfor oppsøke informantene gjennom å sette seg inn i deres kontekst og samle informasjonen de har å tilby rundt deres livssituasjon (Creswell, 2009). Dermed er spørsmål innenfor forskning i sosialkonstruktivismen ofte brede og generelle, som åpner for at informantene kan konstruere mening ut av svarene sine gjennom lengre resonnementer (Creswell, 2009). Roulston (2010) argumenterer derfor med at desto lengre svarene fra informantene er, og desto kortere og åpnere spørsmålene fra forskeren er, så vil forskningen få høyere kvalitet i et slikt paradigme. Sosialkonstruktivistiske prinsipper har dermed lagt grunnmuren for forskningsdesignet i denne studien, med intensjon om å få innblikk i livsverdenen til informantene og konstruere mening og forståelse gjennom deres erfaringer og refleksjoner (Kvale & Brinkmann, 2015). Gjennom semistrukturerte intervjuer, vil man kunne finne svar på oppgavens problemstilling rundt borteboernes opplevelser og erfaringer omkring egen livssituasjon og idrettssatsing. På denne måten kan man fortolke hvordan informantene forstår seg selv og seg selv i samspill med sine omgivelser, som er en grunnpilar i studiens vitenskapsteoretiske verdenssyn (Creswell, 2009).

### **3.2 Semistrukturert intervju som forskningsdesign**

Med bakgrunn i studiens problemstilling, samt det vitenskapsteoretiske grunnlaget, virket det mest hensiktsmessig med en kvalitativ tilnærming i form av det som Kvale og Brinkmann (2015) skisserer som semistrukturerte intervju. Studien ønsker å få en dypere innsikt i hvordan hverdagen oppleves for borteboende idrettssatsende elever på VGS, og derfor virket ikke et kvantitativt design som søker årsakssammenhenger i form av spørreundersøkelser som riktig fremgangsmåte (Creswell, 2009). Intervju som kvalitativ metode har blitt en av de mest populære metodene innenfor samfunnsforskning de senere årene, basert på at det er anerkjent som en god fremgangsmåte for å få tilgang på informantenes meninger, erfaringer og



holdninger (Silverman, 2017). Dette underbygges av Roulston (2010) som forklarer at intervju er det hun veileder masterstudenter og doktorgradsstipendiater desidert mest i. Intervju er også det som er blitt mest brukt i studier med beslektede tema som i denne masteroppgaven, slik som DC (Christensen & Sørensen, 2009; Sæther et al., 2022), og det å flytte hjemmefra i ung alder (Wannebo et al., 2017, 2018).

Hensikten med intervju er å få et dypt innblikk i informantenes tanker og erfaringer, hvor man analyserer en stor mengde tekstdata rundt et relativt lite utvalg (Kvale & Brinkmann, 2015). Kvale og Brinkmann (2015, s. 46) har spesifisert navnet på intervjumetoden til å hete «*semistrukturert livsverdenintervju*». Spesifiseringen med «livsverden» er interessant og viktig i henhold til denne studien, fordi Kvale og Brinkmann (2015, s. 46) forklarer ordet som «*verden slik vi møter den i dagliglivet, og slik den fremtrer i den umiddelbare og middelbare opplevelse, uavhengig av og forut alle forklaringer.*». Denne definisjonen samsvarer godt med det vitenskapsteoretiske bakteppet for studien, men ikke minst for studiens problemstilling. Gjennom intervjuet vil man kunne få tilgang på informantenes refleksjoner angående hybellivets særegenheter og hvordan dette er med å påvirke deres forhold til skolegangen og idrettssatsingen. Definisjonen av livsverden samsvarer også med en induktiv nysgjerrighet som Creswell (2009) argumenterer for at kjennetegner kvalitativ forskning. Den induktive tilnærmingen passer også med temaet for denne oppgaven, da borteboeres DC – erfaringer på VGS ikke har fått eksplisitt oppmerksomhet tidligere.

Ved å bruke semistrukturerte livsverdenintervju, får informantene snakke relativt fritt om et tema de har førstehånds erfaringer omkring (Tjora, 2017). Det at intervjuet er semistrukturert åpner også for at dersom informantene kommer med interessante beretninger som det er naturlig å stille oppfølgingsspørsmål omkring, kan jeg som intervjuer endre rekkefølgen på temaene underveis, slik at gangen i samtalen ikke blir unaturlig robotaktig. Dette har med det Kvale og Brinkmann (2015) kaller for aktiv lytting å gjøre. Ved å aktivt lytte til informanten, i stedet for å følge intervjuguiden slavisk, vil man derfor kunne stille relevante oppfølgingsspørsmål som kan frembringe tydeligere og mer presise forklaringer rundt fenomener informantene kommer med (Kvale & Brinkmann, 2015).

For å kunne fortolke meningen med det som kommer frem gjennom slike intervju, argumenterer Kvale og Brinkmann (2015) for at det er viktig at forskeren er velinformert om intervjuets tematikk. Selv om temaet for denne studien ikke er mye forsket på tidligere, har jeg satt meg godt inn i litteraturen som omhandler «dual career», og også det som er å finne om hybelboere på VGS gjennom en litteraturstudie i høstsemesteret 2022. Her vil det også

være viktig for oppgavens transparens å være åpen om min egen forforståelse for studiens tematikk, da jeg selv var borteboer på VGS og satset idrett gjennom «toppidrettslinjen». Det er også viktig å påpeke at bachelorstudien hadde lignende tematikk, som gjør at man har et lite forskningsinnblikk fra før av. Min erfaring som borteboer gjør at jeg har egne opplevelser og refleksjoner rundt hvordan det er å være i denne situasjonen. På den ene siden vil dette være en fordel med tanke på å forstå informantenes historier og kunne stille relevante oppfølgingsspørsmål. I tråd med Tjora (2017) og Kvale og Brinkmann (2015) sine tanker rundt den mellommenneskelige situasjonen som oppstår under intervjuet, vil det kunne opprettes en form for tillitt mellom meg og informantene, gjennom at de føler at dette er en person som har forståelse for deres situasjon, og at i kraft av dette kan det være enklere å «åpne seg» rundt tematikken. Samtidig er det viktig at jeg som forsker er bevisst på min egen forforståelse rundt tematikken, og at jeg dermed prøver å fortolke svarene i analyseprosessen så nøytralt eller refleksivt som Tjora (2017) kaller det, som mulig. Ved en slik refleksiv tilnærming, er hensikten å unngå at jeg som forsker bare ser bevis som støtter mine egne meninger og konklusjoner, og unngår å utforske andre perspektiver og fortolkninger (Kvale & Brinkmann, 2015).

### **3.3 Tilgang til feltet og strategisk utvalg**

For å kunne besvare studiens problemstilling gjennom kvalitative intervjuer, forklarer Creswell (2009) at det er viktig å velge informanter med omhu, slik at de best mulig kan hjelpe forskeren å forstå fenomenet som forskes på. Dette resonnerer godt med det som Tjora (2017) beskriver som *strategiske utvalg*. Dette innebærer at informantene besitter hensiktsmessige karakteristikk og kriterier for å kunne besvare problemstillingen. Kriteriene for utvalget i denne studien er: (1) Informantene befinner seg i et studieløp på VGS, hvor alt fra 1. – 4. studieår er akseptabelt (4. studieår er relevant for noen toppidrettslinjer, hvor den akademiske arbeidsmengden er fordelt over 4 år, for å senke totalbelastning), (2) de er borteboere, som vil si at de har flyttet vekk fra mor og far og dermed bor alene (kan fortsatt bo i kollektiver med andre jevnaldrende), og til sist (3) de satser på sine respektive idretter.

Widerberg (2001) argumenterer for at forskeren i flere tilfeller allerede kan ha et nettverk som gjør innsamling av informanter mer effektiv. I mitt tilfelle stemmer dette kun en liten brøkdel. Som tidligere fotballsatsende borteboer hadde jeg kjennskap til min tidligere skole, som har lang tradisjon for sine idretts- og toppidrettslinjer. Med denne kjennskapen hadde jeg en inngang gjennom min tidligere fotballtrener på skolen. Han ble dermed min kontaktperson eller «gatekeeper» som Broadhead og Rist (1976) betrakter som nøkkelpersoner som sørger

for tilgang til feltet man ønsker å se nærmere på. Jeg brukte samme kontaktperson for innhenting av informanter til min bacheloroppgave, som hadde lignende tematikk som i denne studien. Denne prosessen endte med tre tilgjengelige informanter, hvorav to jenter og en gutt.

Det kan argumenteres for at tre informanter ikke er tilstrekkelig for å kunne beskrive problemstillingen grundig nok, fordi man risikerer å ikke å oppnå en metning i historiene fra informantene (Kvale & Brinkmann, 2015; Tjora, 2017). Med kunnskap om dette, samt ønsket om å skildre borteboeres opplevelse av det å gjennomføre DC i VGS, bestemte jeg meg for å kontakte flere skoler for informanter som oppfylte kriteriene. Dette ble gjort med tanke på erfaringene fra bacheloroppgaven, hvor alle informantene kom fra samme skole og fotballklubb. I en slik case får man gode og grundige beskrivelser for hvordan en slik situasjon oppleves for akkurat disse informantene, men man kan risikere å miste viktige nyanser ved det å være idrettssatsende borteboer, da erfaringene kun kommer fra et spesifikt DCDE – miljø (Henriksen et al., 2020). Ved å inkludere flere informanter ved ulike skoler og idretter, kan man forhåpentligvis oppnå en rikere innsikt i de ulike perspektivene informantene kommer med og det kan argumenteres for at man dermed trenger flere informanter for å oppleve metning i fortellingene som kommer frem (Kvale & Brinkmann, 2015).

I søket etter flere skoler for tilgang på informanter, ble Trøndelag fylkeskommune sine utdanningssider benyttet (Trøndelagfylke, u.å.). Her ble det lokalisert to skoler, som begge lå geografisk et godt stykke unna den første, men alle i samme fylke. Det endte derimot bare med samarbeid med en av dem. Thagaard (2018) argumenterer for at det kan være fordelaktig å ha en kontaktperson som kan være behjelpelig i utvalgsprosessen. Jeg sendte derfor en e-post til avdelingslederne for idrettsfag ved begge de to nye skolene. Skole en sin avdelingsleder sa at de hadde mange henvendelser angående studier innenfor idrettsvitenskap og hadde derfor et møte neste dag for å diskutere hvilke studier som var av interesse for de å være med på. Denne studien rakk derfor akkurat å bli med i vurderingen, og neste dag kom det positive svaret om at de ville være med. Det at denne studien kom med i vurderingen i siste liten og at de måtte velge bort andre studier som hadde forhørt seg i god tid før, er interessant. Det kan tolkes positivt i form av ønsket om kunnskap på dette området, og at det er et faktisk kunnskapshull, som også virker å komme frem gjennom litteraturen.

Prosessen med innhenting av informanter endte til slutt med 3 informanter (1 gutt og 2 jenter) fra skolen som også ble benyttet i bacheloroppgaven, samt 5 informanter fra skole nummer to (1 gutt og 4 jenter). Det å avtale intervjuetidspunkt kan være en krevende prosess med tanke på

timeplaner og lignende, men dette gikk overraskende fort og smertefritt. Dermed endte prosjektet med 8 informanter, hvorav 6 jenter og 2 gutter (se tabell 1).

Informant	Årstrinn VGS	Idrett	Satsingsnivå	Bostatus	Tid til hjemsted
I1	3. året	Fotball	Akademi i Obosserielag	Bor med bror og en kompis	2 t 30 m
I2	3. året (spisset 4 – årig)	Fotball	1. divisjon seniorkvinnefotball	Bodde med søster	1 t 30 m
I3	3. året	Håndball	4. divisjon senior	Bor med en skolekamerat	1 t 30 m
I4	3. året (spisset 4 – årig)	Friidrett	Skjult av hensyn til anonymitet	Alene i sokkelleilighet til mormor og morfar	1 t 30 m
I5	4. året (spisset 4 – årig)	Friidrett	Skjult av hensyn til anonymitet	Bor med en klassevenninne	9 t
I6	1. året (spisset 4 – årig)	Friidrett	Skjult av hensyn til anonymitet	Bor med en klassevenninne og en student	30 m
I7	1. året (spisset 4 – årig)	Friidrett	Skjult av hensyn til anonymitet	Bor med informant 8	3 t 30 m
I8	1. året (spisset 4 – årig)	Friidrett	Skjult av hensyn til anonymitet	Bor med informant 7	3 t 30 m

Tabell 1: Informantprofiler

### 3.4 Utforming av intervjuguide

Semistrukturerte intervjuer bør alltid utføres på grunnlag av en intervjuguide (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette gir en viss struktur til intervjuet uten at den lukker døren for fleksibilitet for å forfølge interessante nyanser (Thagaard, 2018). Intervjuguiden for denne masteroppgaven er en videreføring av guiden jeg brukte i bacheloroppgaven rundt lignende

tematikk fra våren 2021. Intervjuguiden er delt opp i fem temaer: (1) Oppvarming, (2) privatlivet/hybellivet, (3) skole, (4) idretten/klubben og (5) balansen mellom skolegang, idrettssatsing og privatliv som borteboer (Se vedlegg 3). Det er derimot gjort noen endringer for at den skal være optimalisert for denne studiens problemstilling. Den første strukturendringen som er gjort er å flytte privatlivet/hybellivet frem til det første ordentlige temaet i intervjuet. Det ble gjort fordi det er dette temaet som er mest unikt for studiens utvalg. Den andre endringen er at tema nummer 4 heter «idretten/klubben» og ikke bare «klubben», som den het i bacheloroppgaven. Dette er gjort fordi denne studien besitter utøvere fra forskjellige idretter, og dermed måtte spørsmål revideres for å kunne tilpasses denne endringen.

De tre hovedtemaene i midten av intervjuguiden er inspirert av Henriksen et al. (2020) sin modell av studentutøveres hoveddomener som de må forholde seg til i hverdagen. Disse domenene er privatlivsdomenet, studiedomenet og idrettsdomenet og danner derfor grunnlag for tema 2 – 4. Med bakgrunn i litteraturstudien som ble gjennomført høstsemesteret 2022 omkring det å flytte hjemmefra i ung alder, er privatlivet/hybellivet det temaet som har fått flest endringer fra bachelorguiden. Det er i tillegg dette temaet som har blitt mest forandret fra bacheloren når det kommer til å forfølge interessante poenger eller hint som kommer fra informantene (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette kan tilskrives litteraturstudien, og uten den kunnskapen kunne denne studien ha mistet interessante nyanser som er med å besvare problemstillingen. Det siste temaet handler om balansegangen mellom tema 2 – 4 og ønsker derfor å summere opp informantenes refleksjoner rundt de foregående temaene. Dette er lagt opp som det siste temaet på bakgrunn av at når informanten har svart separat på spørsmål om privatlivet, skolegangen og idretten, vil det kunne tenkes at dette hjelper på den helhetlige refleksjonen til slutt.

### **3.5 Gjennomføring av intervju**

Tjora (2017) argumenterer for at valg av intervjusted kan ha innvirkning på hvor komfortable informantene er under selve intervjuet. Mine informanter var i aldersspennet 16 – 19 år, og det kan argumenteres for at det er ulikt nivå på modning og tryggheten på seg selv i sosiale settinger og at dette dermed kan spille inn. Bachelorintervjuene fra 2021 ble gjort gjennom møteapplikasjonen Zoom på grunn av coronapandemien og undertegnede følte at informantene var veldig komfortable med en slik digital setting. I denne studien ønsket jeg primært å ha intervjuene ansikt til ansikt for å kunne ta de i hånden og hilse ordentlig på dem, og prate litt løst om forskjellige ting før vi begynte intervjuet. Jeg endte derfor opp med å

sende de 3 informantene som var innenfor reiserekkevidde tekstmelding om hvor og når det passet best å ta intervjuene og at det var de som bestemte lokasjon, slik at det var på deres premisser. Jeg slengte likevel med en «*Om du er mest komfortabel med å gjennomføre dette digitalt, er det heller ikke noe problem*» på slutten av meldingen, slik at de visste at dette også var en mulighet. De to jentene ville ta det digitalt, henholdsvis fordi hun ene hadde flyttet langt på grunn av ferskt klubbytte og hun andre fordi det passet best å ta det i vinterferien når hun var på hytten. Den ene gutten ville ta det på skolen og ble gjennomført på et privat møterom. De fem siste informantene gikk på en skole som hadde for lang reisetid til at dette kunne gjennomføres fysisk, så disse ble kun forespeilet Zoommuligheten.

Intervjuene hadde en gjennomsnittslengde på 45 minutter, hvorav tre intervjuer var i tidsintervallet 31 – 36 minutter, tre i tidsintervallet 46 – 49 minutter og to i tidsintervallet 55 til 65 minutter.

Ved iscenesettelsen av intervjuet forklarer Kvale og Brinkmann (2015) at de første par minuttene er avgjørende med tanke på hvilken oppfatning intervjupersonene får omkring intervjueren. Tjora (2017) argumenterer for at en av dybdeintervjuets viktigste kvaliteter hviler på en opparbeidet tillit mellom forsker og informant. Dermed vil det være viktig å legge grunnlag for en slik tillit i starten av intervjuet, slik at det føles trygt å åpne seg om personlige følelser og opplevelser (Kvale & Brinkmann, 2015). For å gjøre intervjueteori til praksis, startet jeg derfor alltid møtene med å fortelle kort om oppgavens mål og at de som informanter satt på uvurderlig kunnskap om den situasjonen de befant seg i. Videre ble formaliteter som samtaleopptak gjennomgått, at det kun var jeg som hadde tilgang på opptakene og at disse ble slettet etter oppgaven var levert. Det ble også forklart at opptaket var for at jeg skulle transkribere samtalene etter møtene var over, og at dette ble gjort slik at det de sa ikke kunne bli mistolket. En annen ting jeg tydelig presiserte i starten, var at alt av informasjon om de ble anonymisert, slik som navn, idrettslag, skole og hjemsted, slik at ingenting kunne spores tilbake til dem. Til sist i den innledende brifingen kommer det jeg anser som det viktigste grepet for å skape tillit i intervjusituasjonen, nemlig å fortelle at jeg selv også var borteboende idrettssatsende elev på VGS. Her la jeg vekt på at det var ingen erfaringer eller tanker rundt situasjonen som var tabu eller kleine i den forstand, og at jeg ville at dette skulle være en trygg plass der man kunne snakke fritt om sine egne erfaringer rundt situasjonen. Reaksjonene rundt dette oppfattet jeg som positive og flere svarte «*Åja, kult!*», på at jeg også hadde vært idrettssatsende borteboer. På denne måten oppfattet jeg at tillitten økte. Samtidig skal det påpekes at tillitt er noe som bygges gjennom hele intervjuet og må ivaretas.

Dette gjorde jeg gjennom forståelsesfulle små setninger som «*Mm, ikke vanskelig å forstå det*» eller det å validere viktigheten av det informantene forteller gjennom sitat som «*Men det du forteller der er egentlig veldig interessant*». På denne måten viste jeg som intervjuer at jeg lyttet aktivt på informantene og at det de brakte på banen var av interesse, noe som kan tenkes at bygde videre tillitt gjennom samtalen (Kvale & Brinkmann, 2015).

En refleksjon etter bacheloroppgaven var at flere av informantene kom med små «hint» om erfaringer de hadde gjort seg rundt sin livsverden uten å utdype dette til fullverdige eksempler. Som uerfaren forsker og i redsel for å tråkke over grenser med tanke på sensitive temaer, gravde jeg ofte ikke videre i disse hintene. Denne erfaringen var uvurderlig i forberedelsene til masterintervjuene, hvor jeg har vært veldig bevisst på å fange opp disse hintene og be om utdypelser. Kvale og Brinkmann (2015) argumenterer nemlig for at intervjusituasjonen har et asymmetrisk maktforhold, som vil si at det er intervjueren som sitter med den vitenskapelige kompetansen og bestemmer temaet for intervjuet og hvilke spørsmål som stilles. Det er en felles forståelse blant både intervjuer og den intervjuede at rollene er delt opp i spørsmålgiver og spørsmålssvarer. Tjora (2017) argumenterer videre for at asymmetrien legger til rette for at intervjueren kan grave i hint som informanten kommer med og be de om å utdype og konkretisere sine tanker og erfaringer. Videre er det viktig å ikke la seg skremme av å be om mer konkrete beskrivelser ved å tenke at dette er noe som informanten ikke har lyst til å dele, for det kan like gjerne være at vedkommende tenker at informasjonen ikke er av interesse for intervjueren (Tjora, 2017). Med denne kunnskapen i bakhånd var jeg tryggere på å forfølge brødsmulene som informantene la ut. Informantene virket komfortable med å gå nærmere inn på de små hintene, som støtter opp om betraktningene rundt asymmetrien i intervjusituasjonen.

For å avrunde intervjuene ble det tatt en kjapp gjennomgang av det som ble sagt innledningsvis med tanke på anonymitet og etiske hensyn. Jeg takket de for tiden deres og spurte om de satt igjen med noen spørsmål til meg eller prosjektet. Ingen lurte på noe, men enkelte kom derimot med tilbakemeldinger om at det hadde vært interessant å reflektere over temaet og at det var hyggelig å få snakket om egen livssituasjon (Kvale & Brinkmann, 2015).

### **3.6 Bearbeiding og analyse av datamaterialet**

Det å bearbeide og tolke datamaterialet sitt er en spennende prosess og starter ofte allerede under selve intervjuene. Jeg stilte eksempelvis noen spørsmål underveis til informantene som lød «forstår jeg deg riktig hvis...?», hvor informantene kunne bekrefte eller avkrefte

tolkningen (Kvale & Brinkmann, 2015). Disse spørsmålene er også tatt med i noen sitater i resultatene, for å gi et eksempel på samtalens dynamikk. Eksempelet om fortolkning underveis underbygger Braun og Clarke (2012) sine argumenter om at analyseprosessen ikke er lineær, og at man gjerne går frem og tilbake i notater og transkripsjoner underveis. Samtidig er det viktig å ha en struktur på prosessen og jeg har derfor tatt utgangspunkt i refleksiv tematisk analyse, ved å gjennomføre de seks stegene i denne analysestrategien (Braun & Clarke, 2012).

Med tanke på studiens sosialkonstruktivistiske ståsted, har det vært ønskelig å analysere transkripsjonene på en induktiv måte (Creswell, 2009). Dette vil si at analyseprosessen har vært datadrevet, uten å være for påvirket av eksisterende forskning og teori innenfor beslektede tema (Braun & Clarke, 2012). Samtidig er det viktig å være åpen om forfatterens allerede gode kjennskap til forskningslitteraturen omkring DC, samt gjennomføringen av en litteraturstudie omkring hybeltilværelsen i høstsemesteret 2022, som vil si at en fullstendig induktiv tilnærming er nærmest umulig da det alltid vil være en form for teoretisk sensitivitet i analyseprosessen (Tjora, 2017). Det er også viktig å påpeke forfatters egen forforståelse av informantenes livsverden, da han selv var borteboende DC – utøver på VGS, noe som igjen kan tenkes å ha vært med på å forme forkunnskaper og tilnærming til analysen.

Det første steget som blir presentert av Braun og Clarke (2012), omhandler det å gjøre seg kjent med datamaterialet. Dette gjorde jeg ved å transkribere alle intervjuene i sin helhet og deretter lese over de individuelt. En slik gjennomgang gjorde meg kjent med hver enkelt historie og jeg antydte likheter og nyanser allerede her. Jeg tok også små notater av nøkkelord som virket å ha en betydning i et større bilde, noe som Tjora (2017) kaller for empirisk – analytiske referansepunkter. Disse fungerte som trygge huskeknagger, som videre kunne brukes for utvikling av analytiske konsepter i studien (Tjora, 2017). En av disse punktene endte eksempelvis som subtemaet «flukten fra hybelen».

For å kunne sette taket på et hus, er det viktig med et godt fundament, og det er her kodingsprosessen kommer inn i bildet, da det er sett på som byggeklossene for analysen (Braun & Clarke, 2012). Her tok jeg for meg intervjuene hver for seg og kodet avsnitt som var interessante for studiens problemstilling. Enkelte avsnitt kunne bestå av flere forskjellige koder, da refleksjoner fra informantene kunne bringe frem flere aspekter ved en og samme situasjon. Det ble laget individuelle profiler for hver informant med tilhørende koder. De fleste kodene var bygget opp av ord som var tett på informantenes utsagn og derav semantiske



(Braun & Clarke, 2012). Noen få koder var latente, som betyr at jeg som forsker tolket meninger som lå under overflaten av sitatene (Braun & Clarke, 2012).

Etter dette ble alle kodene fra de åtte intervjuene skrevet ut og jeg begynte en fysisk kategorisering av koder som berørte samme tema for å søke etter temaer for resultatkapittelet (Braun & Clarke, 2012). Et eksempel på denne prosessen var fremveksten av det første hovedtemaet: «finne komfort i den nye bosituasjonen». Her var det flere koder fra forskjellige informanter som tok for seg erfaringer rundt samme tema. Det som ble viktig i dette eksempelet, var at jeg hadde mange nok koder, slik at jeg fikk frem både likhetene og ulikhetene i erfaringene deres, noe som Braun og Clarke (2012) også påpeker som essensielt.

Braun og Clarke (2012) påpeker også at jobben med å finne temaer, handler om å kunne besvare studiens problemstilling, og ikke presentere alt som ble funnet i datamaterialet. Med dette i bakhodet var det flere interessante aspekter i materialet som jeg hadde kodet og som kunne ha lagd interessante temaer, men som i lys av problemstilling og oppgavens omfang dessverre måtte kuttes. Denne måten å skille ut og revidere temaene sine på er sett på som en viktig prosess i fase fire (Braun & Clarke, 2012). Hovedtemaene som studien sitter igjen med var gjeldende på tvers av de fleste informantene, utenom hovedtema 3, hvor det siste subtemaet presenterer en informants historie. På denne måten kan det sies at dette temaet ikke var en oppsamling av kvantifiserbare koder, men heller en tolkning fra forfatters side, om hva totaliteten av erfaringene som ble gjort i fremstillingene kunne kulminere i for DC – utøvere i en slik situasjon.

I fase fem leste jeg over alle intervjuene på nytt, for så å se på kodene og temaene jeg satte igjen med, for å reflektere omkring hvorvidt temanavnene ga mening og kunne lage en sammenhengende presentasjon (Braun & Clarke, 2012). Hovedtema tre er et godt eksempel, som først het «Konkurrerende arenaer kan ende med kræsje», men som senere ble endret til «Nære relasjoner er viktig å ha kjær, men kan også bli en kilde til besvær», som fanget både viktigheten av familie og venner, men også hvordan dette kunne bli et negativt element. Den første tittelen på hovedtema tre ble i stedet et subtema. Dermed ble temaet mere representativt for studiens funn, samtidig som den tok vare på den unike historien til informant 3.

Den siste fasen går på å fremstille resultater med utgangspunkt i temaene som ble generert fra datamaterialet (Braun & Clarke, 2012). Presentasjonen av temaene er forsøkt bygget på en logisk rekkefølge, som gir leseren innblikk i informantenes livsverden. Den refleksive tematiske analysens fleksible tilnærming, ga meg friheten til å bli inspirert av Ryba et al.

(2017) som presenterte sine funn gjennom en narrativ linse, som innebærer å se etter mønstre i historiene til informantene (Kvale & Brinkmann, 2015). I resultatkapittelet vil derfor temaene bli fortalt gjennom både kortere og lengre sitater, for å kunne få et innblikk i informantenes refleksjoner rundt egen situasjon. Gjennom disse sitatene er det forsøkt å lage en sammenhengende fortelling på grunnlag av episodene som forekommer i intervjuene, med påfølgende tolkninger fra forfatter (Kvale & Brinkmann, 2015).

### **3.7 Etiske hensyn**

God forskning handler også om å ta vare på forskningsdeltakernes anonymitet i henhold til etiske retningslinjer (Kvale & Brinkmann, 2015). Gjennom intervju får man tilgang på informasjon som gjør at opplysninger kan knyttes direkte tilbake til informantene. Derfor er det viktig å ha dette i bakhodet under hele forskningsprosessen, slik at identifiserende informasjon blir behandlet på en sikker måte (NESH, 2021). For å berolige informantene på at informasjonen skulle forbli anonym (Tracy, 2010), forsikret jeg de om at intervjuene, lydopptakene og transkriberingene ble lagret ved bruk av en passordbeskyttet enhet. Alle informantene ble også spurt om lydopptak var greit og at de hadde rett til å trekke seg fra studien på hvilket som helt tidspunkt. Lydopptakene ble lagret gjennom UIO sin diktafonapplikasjon, hvorav alle lydopptak blir slettet etter endt prosjektperiode (UIO, 2021). Det ble også sendt et informasjonsskriv på e - post som informantene måtte signere før intervjuene, som inneholdt informasjon om prosjektet, dets hensikt og hvordan gjennomføringen av intervjuet ville foregå (se vedlegg 1). Før dette, ble prosjektet også meldt inn til og godkjent av norsk senter for forskningsdata (se vedlegg 2).

### **3.8 Forskningskvalitet**

Kvaliteten i ethvert forskningsprosjekt avhenger av de metodiske tilnærmingene og transparensen rundt valgene (Kvale & Brinkmann, 2015). Kvale og Brinkmann (2015) påpeker at innenfor kvalitativ forskning vil datainnsamling alltid være påvirket av et samspill mellom informant og forsker. Dermed er validitetsdrøfting sentralt innenfor kvalitativ forskning (Dalen, 2011). Herunder vil den håndverksmessige dyktigheten og troverdigheten til forskeren være viktig (Kvale & Brinkmann, 2015). Det er flere begreper som blir påpekt som viktige kvalitetskriterier og etter en gjennomgang av flere kriterier vil dette delkapittelet ta utgangspunkt i forskningens *pålitelighet, refleksivitet og generaliserbarhet*.

Pålitelighet belager seg på hvor troverdig forskningsfunnene er, ved at funn kan gjenfinnes med samme metodikk i andre studier (Tracy, 2010). For å øke påliteligheten og

troverdigheten var derfor informantene plukket ut strategisk, slik at informantenes betraktninger kom fra to forskjellige skoler og tre forskjellige idretter. Dette samsvarer med Tracy (2010) sitt punkt om å gi studien en rikere kompleksitet gjennom triangulering, som vil kunne være med å gi et bedre svar på problemstillingen. Med en rikere kompleksitet kan det også tenkes at flere teoretiske linser kan være relevant for å angripe materien med et større «akademisk sikte» (Tracy, 2010). I denne studien er dette gjort ved å kombinere to fagfelt; dual career og det å flytte hjemmefra i ung alder. Gjennom å være transparent omkring hvordan datamaterialet er innhentet, bearbeidet og analysert, vil også påliteligheten øke, da dette øker reliabiliteten ved at det blir enklere for andre forskere å reprodusere studien, samt at det også gir innblikk i om studiens metodiske valg stemmer overens med det som studien ønsker å få svar på, som går på studiens validitet (Kvale & Brinkmann, 2015).

En annet viktig kriterium for kvalitet, omhandler forskerens refleksivitet. Dette belager seg på å være bevisst omkring hvordan man tolker funnene og at dette kan være formet av forskerens egne erfaringer og forhåndskunnskap om temaet (Tjora, 2017). Jeg har vært transparent når det kommer til min egen erfaring om det å selv være en borteboende DC – utøver på VGS, samt tidligere bachelorprosjekt omkring lignende tema, og har derfor prøvd å distansere meg fra egne erfaringer og opplevelser i forfølgelsen av aspekter som informantene kom med. Samtidig kan denne forforståelsen være en fordel med tanke på å tolke selve funnene, etter man har fått datamaterialet på bordet. Det har uansett vært viktig å være bevisst over egen situasjon, slik at leseren får innblikk i og kan ta en avgjørelse hvorvidt dette har hatt en innvirkning på studiens kvalitet (Dalen, 2011).

Generaliserbarhet handler om i hvor stor grad forskningen er overførbar på tvers av konteksten som er undersøkt i gjeldende studie (Tracy, 2010). Denne studien har ingen voldsom ambisjon om generalisering, men ønsker heller å være et bidrag til å tette et åpenbart kunnskapshull i litteraturen omkring DC. Innledningsvis i oppgaven viste jeg studiens relevans og behovet for å undersøke hvilke opplevelser og erfaringer borteboende DC – utøvere på VGS sitter inne med, da dette ikke er forsket på tidligere. Dermed vil jeg argumentere for at denne studien lever opp til det som Tracy (2010) anser for å være et verdig tema. Samtidig kan det argumenteres for at en moderat generalisering kan være tenkelig, da det er opp til forfatteren å skildre hvilke situasjoner og kontekster resultatene kan være overførbare til (Tjora, 2017). Payne og Williams (2005) argumenterer for at det er stort potensial for generalisering innenfor kvalitativ forskning. Det er derimot viktig at utvalg og forskningsdesign er gjort tidlig i prosessen, på bakgrunn av gode argumenter for å etterstrebe

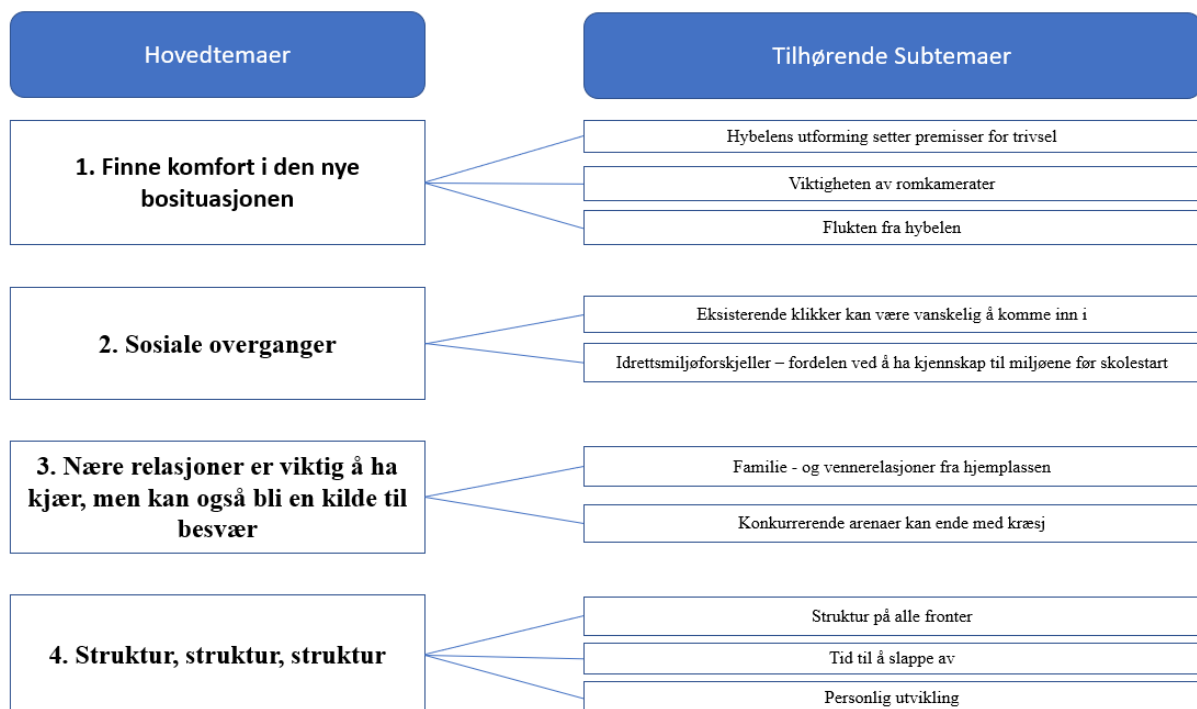
denne ambisjonen (Payne & Williams, 2005). I denne studiens tilfelle ble dette gjort ved triangulering, basert på erfaringer om for lite kompleksitet gjennom bachelorstudien.

## 4.0 Resultater

I dette kapittelet vil resultatene fra den refleksive tematiske analysen bli presentert.

Analyseprosessen resulterte i fire hovedtemaer: (1) finne komfort i den nye bosituasjonen, (2) sosiale overganger, (3) Nære relasjoner er viktig å ha kjær, men kan også bli en kilde til besvær, og (4) struktur, struktur, struktur. Disse har igjen fått til sammen 10 subtemaer, som er med å gi et godt bilde på de viktigste nyansene innenfor hovedtemaene. Fullstendig oversikt over temaene illustreres ved figur 1.

Resultatene vil bli presentert i form av sitater fra de semistrukturerte dybdeintervjuene. Lengre sitater er inkludert for å få med informantenes refleksjoner omkring ulike aspekter, og det er videre forsøkt å presentere en fortellende historie som også viser ulike erfaringer omkring samme tema. Kapittelet består derfor av sitater og forfatters tolkninger av dem.



Figur 1: Oversikt over tema fra den refleksive tematiske analysen

### 4.1 Finne komfort i den nye bosituasjonen

Gjennom kodingsprosessen ble det klart at bosituasjonen utkrystalliserte seg som et unikt tema i denne studien. Syv av åtte informanter levde i hybelleiligheter sammen med en eller flere romkamerater. Den siste informanten bodde også i en hybelleilighet, men da i form av en sokkelleilighet under huset til besteforeldrene. Alle informantene skisserte hybelleiligheter

som faller inn under det man vanligvis forbinder med hybler, nemlig felles kjøkken og egne rom, hvorav det var varierende grad av såkalte fellesareal. En informant skilte seg ut størrelsesmessig med tanke på bosituasjonen, hvorav hun bodde med en klassevenninne i en sokkelleilighet på hele 90 kvadratmeter. Hvordan tilværelsen i boligene påvirket informantene vil bli videre presentert i dette kapittelet, der man ser tydelige tegn på at utforming av hybel, samt romkamerater, har stor innvirkning på trivselen. Det som derimot var felles for alle informantene, var at de gledet seg og var spente på den nye tilværelsen som mer selvstendige individer:

(...) Jeg hadde gledet meg siden 10.klassen med å flytte da. Fant vel ut seint i 10. at jeg skulle flytte også. (...) Det var det å bli mere selvstendig da. Mye lettere å bestemme mat selv, hva jeg skulle lage og slik. Det er ganske kult å kunne være så selvstendig da, som 15 – åring da.» (I1)

Men det var liksom.. aldri når jeg flyttet dit så.. så var det aldri sånn at jeg grudde meg til å flytte dit. Det var mere at jeg gledet meg til det. (I2)

Det var.. ja ingen andre i familien som hadde gjort det, så det var helt nytt. Ehh.. veldig spennende å flytte hjemmefra (I3)

Informantene har tatt eksplisitte valg om å flytte for å satse på idretten mens de går VGS, og slik spenning og forventning virker dermed å være forventet. Gjennom intervjuenes gang viser det seg derimot ofte at de positive forventningene også har noen baksider når det kommer til bosituasjonen. Det virker å være ganske tydelige indikasjoner på at boligens utforming og hvem man bor med har mye å si for opplevelsene deres. Derfor vil det videre bli skissert to hovedhistorier som dekker funnene for studien på en god måte, nemlig «hybelens utforming setter premisser for trivsel» og «viktigheten av romkamerater». Til slutt vil «flukten fra hybelen» gi bilde på et scenario som kan oppstå dersom de to foregående premissene ikke er på plass.

#### 4.1.1 Hybelens utforming setter premisser for trivsel

Innledningsvis i oppgaven ble NTG sin hybelhusløsning for idrettssatsende videregåendelever nevnt. For informantene i denne studien, hadde skolene derimot ikke en lignende løsning som NTG har for sine DC – utøvere. De måtte dermed ut på det private leiemarkedet for å finne seg en plass å bo under VGS - løpet. Dermed har hybler med forskjellige størrelser og planløsninger for informantene i denne studien, kommet til uttrykk i

erfaringene deres. En av informantene beskrev eksempelvis sokkelleiligheten hun bodde i under førsteåret på VGS:

Førsteåret så bodde jeg i en sånn kjellerleilighet, sånn hybelgreier, med to fremmede. Ehh.. det synes jeg var ganske tøft skulle jeg til å si, det var jo sånn man hadde eget rom som man var på og det var ikke noe fellesareal bortsett fra kjøkken liksom. Ehh.. så det var liksom sånn.. det synes jeg var en tøff overgang å gå fra liksom å bo hjemme med familien og folk man kjenner til å flytte til en hybel sånn da. (I2)

Her presiserer informanten fraværet av et fellesareal, som var en gjenganger for flere av informantene. Videre reflekterte hun omkring følelsen av å bli sittende mye på rommet sitt, da muligheten for å skifte oppholdsplass ikke var tilgjengelig på grunn av hybelens utforming:

Det er jo som om man skulle tilbrakt hele dagen på soverommet, så det er jo.. det ble jo på en måte.. det var jo fint når man var der.. men sånn.. det hadde vært fint å ha liksom en stue man kunne gått til eller.. komme seg litt ut av rommet. (...) Men så i tillegg så var det ganske sånn.. det blir litt mørkt i en sånn kjellerleilighet. Det var på en måte ikke bygd som en plass man skulle bo.. det var litt mer sånn bare satt inn rom for å få plass til rom liksom. (I2)

Ut fra disse sitatene kan det tolkes som at informanten slet med å finne komfort i den nye tilværelsen på bakgrunn av den fysiske dimensjonen til hybelleiligheten. Følelsen av å være «innesperret» på rommet, kan føles som et midlertidig oppholdsrom hvor man oppbevarer seg selv mellom de hendelsene og aktivitetene som faktisk blir sett på som meningsfulle i livet. I så måte kan hybelen eller hybelrommet nesten føles som et venteværelse, hvor man kun er på midlertidig besøk. En annen informant beskrev en lignende hybelleilighet som heller ikke hadde noe fellesareal:

Det er privat ja, så vi bor oppe på garasjen til et hus da. Så vi deler kjøkken da og så har vi ikke noe fellesareal. Så jaa.. egne rom med egne bad. (I6)

Med bakgrunn i at flere informanter fortalte om mangel på fellesareal, stilte jeg et oppfølgings spørsmål angående størrelsen på selve hybelrommet:

Ja, og som sagt så har vi ikke noe fellesareal, så han hybeleieren vår har jo heller prioritert å bygge ut selve hybelrommet litt større. Han vil egentlig unngå sosiale sammenkomster og sånn her. (Jens: Han tenker på å unngå festing og den type ting?)  
Ja. (I6)

I lys av de tre sitatene ovenfor, kan dette tenkes å ha sammenheng med at noen private utleiende ønsker å maksimere penger i kassen, slik at plassen må utnyttes til flere hybelrom i stedet for fellesarealer. Det kommer også frem at rommene er gjort større og at mangelen på fellesareal er gjort fordi utleier ønsker å unngå festlige sammenkomster. Da dette er privatmarkedet kan man forstå utleier, fordi alkohol kan eskalere både lydnivå og eventuelle skader på bolig. Samtidig, hvis man skal se på det fra informantens perspektiv, vil igjen denne mangelen på «rom å vandre i», eller muligheten til å fjerne seg fra liggeavtrykket i sengen sin på hybelrommet, kunne påvirke informantens sinnstilstand i en negativ retning. Samme informant kommer også innom skolestreiken som pågikk høsten 2022 og at dette igjen førte til veldig mye tid på rommene deres:

Altså, jeg kjente jo at særlig i streike.. vi hadde jo streik i starten av skoleåret. Da var det jo veldig lite skole, så det var jo egentlig ganske lite sosialt der. Og da var jo veldig mange.. mye tid her på hybelen da. Og da kjente jeg jo litt.. liksom på det.. både jeg og hun jeg bor med som er jevnaldrende.. vi kjente at det ble veldig simpelt og egentlig ganske kjedelig da.. det å skulle være på rommet sitt hele tiden. Og vertfall når vi ikke hadde noe fellesareal å dra på heller. Så ble det ganske sånn.. litt trist da (I6)

Her ser vi at faktorer på makronivå også får konsekvenser for hybelboerne, da muligheten for fritimer ut av hybelen ble fratatt informantene da skolen som fysisk arena var utilgjengelig. Her påpekes igjen mangelen på fellesareal som en ulempe, da denne «ekstra» tiden på hybelen kan føles som en tvangstrøye. Videre presiserte derimot informanten at de etter hvert fikk tak i et sammenleggbart spisebord, som vertfall gjorde at de kunne spise frokost og middag sammen på kjøkkenet. Gjennom dette eksempelet ser man at små ting kan være med å legge til rette for økt trivsel på hybelen.

Gjennom datamaterialet vises det derfor at de som trivdes bedre på hyblene sine, som regel hadde større hybler med fellesarealer som gav en mer dynamisk tilværelse som menneske. Det å ikke være bundet fast til et rom hvor man spiser, drikker, ser filmer, gjør lekser og slapper av på en og samme plass virker å være viktig. En av informantene som skilte seg ut med tanke på hybelstørrelse reflekterte rundt hva dette kunne legge føringer for:

Ja, det er veldig gunstig... fordi, altså det.. de hadde en 92 – kvadrats kjellerleilighet, så det er veldig god plass til både å.. ja.. være litt sosial.. ehmm.. til å lage mat, til å kunne ha med venner og til å tørke klær, vaske klær. Vi har også veldig sånn.. vi har eget fryseskap som vi kan ha masse.. ta med mat hjemmefra og.. hverdagen gjør det



veldig enkelt.. hverdagen blir veldig enkel fordi at vi har, bor så fint som vi gjør her da. (I5)

Ut fra dette sitatet kan det virke som at størrelsen på hybelen legger til rette for flere viktige aspekter for trivsel. Det å ha fysisk plass til å invitere med seg venner hjem virket å være en fin mulighet, i motsetning til de informantene som ikke hadde arealer til dette. I tillegg hadde hun et stort kjøkken med alle fasiliteter for å kunne lage seg gode måltider, noe som også er viktig for idrettsutøvere. En annen interessant ting som nevnes, som for mange kan virke som helt uvesentlig, er det å ha rom nok til å kunne henge opp klesvask uten at den henger som en skygge over deg og forsterker følelsen av å være «fanget» på hybelrommet konstant. Dette med å ha en hybel eller leilighet som har gode fasiliteter og plass, viste seg igjen gjeldende gjennom informant 2 sine refleksjoner etter at hun flyttet inn i ny leilighet 2. året på VGS, i motsetning til sokkelleiligheten hun bodde i 1. året:

Men sommeren etterpå så flyttet jeg inn i en helt ny leilighet Mamma og Pappa kjøpte. Altså det var en veldig fin leilighet.. det var jo nybygg. Så det var veldig greit. (...) Ja altså det var jo mye bedre, for det første så føltes.. altså man hadde jo på en måte en hel leilighet der man kunne gjøre til SIN. Så var det litt sånn.. det tok veldig kort tid før den føltes som hjemme. Så det var liksom, når man kom dit så var det liksom.. da hadde man kommet hjem og man kunne sette seg og slappe av og man hadde på en måte.. man hadde jo et fellesområde der man.. der hun jeg bodde med kunne være sammen og man satt og så på tv sammen og man var mye sammen, og det var sånn (...) Og i tillegg så var det jo.. der var jo på en måte en ny og fin leilighet.. så det var jo liksom sånn: alt var i orden rundt deg og det var litt sånn.. det var lyst og det var liksom.. det synes jeg var veldig greit. (...) Det var.. jeg kjente VELDIG overgang, eller sånn... både humøret og energien etter man fikk flyttet til en ny og fin leilighet (I2)

Gjennom dette sitatet ser vi at overgangen til en plass man kan forme slik man selv vil, hjelper på å bli komfortabel med å ha flyttet hjemmefra. Her er det også viktig å påpeke et viktig aspekt om økonomisk støtte, da det er langt fra alle som har foreldre som har ressursene til å kjøpe en sekundærbolig for sine ungdommer. Uansett, sett bort fra den økonomiske støtten og den heldige situasjonen denne informanten befinner seg i, kommer det tydelig frem at selve boligen har mye å si for velværen til informantene. At leiligheten har gode lysforhold blir igjen påpekt, som på et noe filosofisk nivå virker å kunne forsterke følelsen denne informanten satt med. Da det var lyst i den nye leiligheten og mørkt i den gamle leiligheten

ble påpekt flere ganger som en trivselsfaktor. Igjen ser man også viktigheten av fellesareal, som virker å fasilitere trivsel. På denne måten slipper informanten å være innesperret på rommet sitt, og det kan virke som at leilighetens utforming setter premisser for den sosiale omgangen med andre. Til slutt er det en interessant refleksjon om hvordan hun selv merket stor forskjell på eget humør og energinivå etter overgangen til den nye leiligheten. Gjennom denne refleksjonen får man en indikasjon på at boligsituasjonen kan ha en direkte innvirkning på helhetssituasjonen til borteboere og det er ikke utenkelig at dette igjen kan ha innvirkninger på hvordan de fungerer i det daglige, med tanke på energi til prestasjoner i idretten og skolen.

Oppsummert gjennom dette subtemaet ser vi indikasjoner på at hybelens utforming setter premisser for trivselen og dermed kan bidra til en positiv eller mindre positiv overgang for utøveren. Det å ha fellesareal for å kunne ha miljøskifter innad i boligen virker å være viktig for å unngå følelsen av å være innesperret og få «brakkesyken». Samtidig ser vi også en klar indikasjon til at disse fellesarealene legger opp til et annet viktig premiss, nemlig en arena for å være sosial. Dette bringer oss til det neste subtemaet som omhandler viktigheten av romkamerater.

#### 4.1.2 Viktigheten av romkamerater

Som nevnt i forrige delkapittel er utformingen av hybelen viktig for trivsel og den setter visse premisser for sosial omgang med tanke på fellesarealer. Et annet viktig aspekt for informantene, som de aller fleste legger vekt på, er det å ha romkamerater man trives med. Dette virket å ha tydelige innvirkninger på hvordan informantene håndterte overgangen til den nye bosituasjonen. To informanter flyttet til hybler med to personer de ikke kjente fra før, andre informanter ble kjent med romkameraten(e) fordi de hadde felles interesser eller drev på med det samme, mens to av informantene kjente hverandre fra plassen de kom fra og beskrev dette som en stor trygghet. Sitater fra begge perspektiver vil bli presentert, for å vise forskjellene i erfaringene og hvordan det påvirket dem. Informant 1 bodde eksempelvis de to første årene med to tilfeldige studenter som var 23 og 25 år og beskrev det på denne måten:

Det var ganske spesielt, for vi snakket ikke så veldig mye. Så når jeg lagde mat og slikt, så var det bare å rydde og gjøre ferdig det og gå på rommet og spise. Så det var ganske trist sånn sett egentlig. (Jens: Det var det ja). Snakket veldig lite med de andre da. (...) Njææ.. det er ikke så mye.. det var mest at det var trist å liksom.. når du ikke kjenner folk engang og har litt lyst å bli kjent og slikt.. og de bare låser seg inne på

rommet, så er det liksom ikke noe mere du kan gjøre da. For de var.. de var ikke akkurat hyggelige heller. Jeg var ikke heldig med de jeg fikk bo med liksom. Så de hadde ikke lyst til å ta initiativ med å lage mat sammen og slikt. (...) Nei de var ganske frekke da, siden jeg sa fra flere ganger hvis de ikke hadde gjort pliktene sine.. som å ta pannen og slikt etter maten, så var det at hun ble sur og sa at hun skulle ta det.. men så tok det fort noen timer før hun ble ferdig. Noen ganger endte det opp med at jeg bare måtte ta det selv. Det var ganske irriterende vertfall. (I1)

Det første som er åpenbart er aldersforskjellen, hvorav en person på 16 år, bor sammen med studenter som er sju og ni år eldre. Det er forståelig at disse to ikke føler på en veldig stor interesse for å bli kjent med en person som er så mye yngre og er på et annet sted i livet. Samtidig viser sitatet at dette kan oppleves som trist for en forventningsfull borteboer som ønsker å gå overens og bli kjent med de man bor med. Samtidig er det lite som sender et like tydelig signal som en låst dør, om at det å lage en sosial arena på hybelen ikke er av prioritet for de andre beboerne. Informant 2 opplevde også en tøff overgang med tanke på sine romkamerater, hvor hun beskrev en personlighetsbarriere for å bli kjent og være sosial med de to andre som bodde der:

Hun ene var jo 04, like gammel som meg.. hun gikk restaurant og matfag. Hun andre var sånn 24 år kanskje og jobbet som.. jobbet på skole. Man hadde på en måte ingen felles interesser og det var litt sånn.. ja.. det var på en måte bare 3 tilfeldige som var satt sammen (...) Og så i tillegg så var det på en måte.. litt det at man går i en.. altså sånn.. en hybel der man ikke kjenner eller føler man på en måte kjenner de andre og på en måte «connecter» med de, så blir det jo litt sånn.. man går jo på en måte konstant.. man føler seg jo ikke noe hjemme der, føler man bruker litt ekstra energi på å gå rundt der (...) jeg husker jeg følte det var litt sånn.. tiltak å gå på kjøkkenet og kanskje må slå av en prat med noen jeg egentlig ikke følte jeg kjente.. (I2)

Dette sitatet illustrerer hvordan borteboere kan føle på et ubehag rent sosialt på hybelen og derav bli ukomfortabel i eget skinn. Bare tanken på å skulle gå ut av rommet og møte noen man ikke kjenner for å slå av en klein småprat, kan bli energitappende. Det er selvfølgelig ikke alle mennesker man går like godt overens med eller har noe felles å prate om, men dette er noe man kommer til å møte på senere i livet også. Det kan tenkes at disse småpratsferdighetene ikke var tilstrekkelig utviklet på dette tidspunktet for informanten. Samtidig er det også legitimt å anta at det å være 16 år og føle at man må forberede seg på et samtaleemne eller en sosial interaksjon som ikke kommer naturlig av seg selv, med folk som

man bor under samme tak med, kan bli energikrevende i lengden. Om man derimot har personer man er på bølgelengde med rent aldersmessig og interessemessig, vil selve romkameratskapet kunne føles naturlig og uanstrengt, og at man derav kan slappe mer av i sitt eget hjem.

Dette med å ha personer man er på bølgelengde med både aldersmessig og interessemessig, kommer tydelig frem gjennom intervjuene med de som trivdes bedre på hyblene sine. Dette gjorde informantene tryggere i overgangsfasen og de hadde mye enklere for å trives sosialt. Informant 8 beskrev eksempelvis seg selv som en introvert person, som igjen gjorde at hun brukte masse energi på sosiale interaksjoner med personer hun ikke kjente godt eller følte seg trygge på. Hun presiserte videre:

Ja, det var jo så klart litt sånn skummelt å skulle flytte hjemmefra. Men det gikk jo greit når jeg har med meg ei som jeg kjenner (...) Ja det er.. jeg synes egentlig det går greit, for jeg har jo som sagt hun jeg bor sammen med og går i klassen med.. så er vi liksom, vi er jo sammen nesten hele tiden. (Jens: Skjønner, det har hjulpet på en måte å ha med hun venninnen i fra?) Ja, det har hjulpet veldig masse. (I8)

I intervjuet med informant 7, som var romkameraten til informant 8, kom det frem at de to ofte tilbragte fritiden på hybelen sammen i fellesarealet:

Ja, vi spiser.. vi har alle måltider der, og så sitter vi ofte og ser på tv om kvelden og sånt så. (Jens: Skjønner.. dere har på en måte en sosial arena der da?) Informant: Ja. (I7)

I kontrast til informant 1 & 2, har informant 7 & 8 en bedre opplevelse av møtet med hybellivet. Dette illustrerer viktigheten av å ha personer man trives med og kan slappe av sammen med på hybelen. Det å kunne bevare noen små institusjonaliserte rutiner fra hvordan man levde livene sine hjemme, virker å være særs viktig for at overgangen føles enklere for informantene. Slike rutiner kan være det å ha måltider sammen, eller det å møtes rundt et samlingspunkt som en tv ofte kan vise seg å være. Neste sitat viser hvordan møtet med ukjente romkamerater og prosessen med å bli komfortable med dem, er enklere når de er jevnaldrende og har samme interesser:

For det kan jo bli litt ensomt her i helgene.. jeg er veldig glad jeg bor sammen med ei annen ei, som driver på med akkurat det samme.. for vi er veldig.. har blitt veldig gode venner det siste 1,5 året. Og det merker jeg at.. det har veldig mye å si for at jeg trives

her da. At jeg ikke bor alene på en hybel og.. får veldig mye tid bare for meg selv.

(Jens: Nei, så du og hun du bor med har blitt ganske close da på en måte?) Ja, mm. (15)

Med en slik romkamerat åpnet det seg flere muligheter med tanke på sosial omgang. De delte både idrett og skolegang, som igjen åpnet for at de kunne diskutere problemstillinger og dele informasjon og inntrykk med hverandre. Flere av informantene som bodde med romkamerater de var komfortable med presiserte også at rutiner og strukturer, som eksempelvis husarbeid, var enkelt med tanke på samarbeid. Dette står i sterk kontrast til informant 1 & 2 sine eksempler, som skisserte husarbeid som et frustrasjonselement med sine romkamerater. Samtidig er det verdt å nevne at informant 1 bodde på samme hybel i 3. året på VGS, men at han da hadde fått to nye romkamerater, henholdsvis sin yngre bror og en klassekamerat. Med tanke på trivsel var dette en kjempepositiv forandring ifølge han selv, og han la vekt på at han endelig kunne være sosial og ha felles middager.

Gjennom dette subtemaet ser man at ulike relasjoner med romkameratene på hybelen har mye å si for overgangen til hybellivet og prosessen med å bli komfortabel i den. Kort oppsummert virker det å være viktig at man bor med noen som er jevnaldrende og har felles interesser og hobbyer. Dersom det er for stor avstand i enten alder eller interesser, virker dette å være en dårlig kombinasjon med tanke på å trives sosialt på hybelen. Det virker også som at det å flytte sammen med noen fra hjemplassen kan være en smart løsning, da overgangen blir mindre skremmende ved at man har med seg et kjent fjes på flyttelasset.

#### 4.1.3 Flukten fra hybelen

I forlengelsen av funnene omkring de informantene som hadde negative erfaringer med utformingen av hybelen og romkamerater de ikke kom over ens med, har et siste subtema vist seg relevant å ta med, nemlig «flukten fra hybelen». Denne flukten kan vise seg både å ha en fysisk og en mental dimensjon, som videre vil illustreres gjennom relevante sitater. Informant 2 reflekterte over hvordan hun håndterte det tøffe førsteåret i sokkelleiligheten:

Ja det var jo.. man gikk jo veldig mye liksom for seg selv da skulle jeg til å si. Det var jo ikke noen plass sånn.. det var ikke en plass man hadde lyst til å på en måte invitere hjem folk.. og det var jo ikke noe sånn.. når man var der så gikk man egentlig alene. Jeg gikk ikke så veldig godt overens med de jeg bodde med og det var veldig sånn.. de var ganske dårlige til å rydde opp etter seg og vaske og alt sånt. Så man gikk jo liksom fra å få hjelp til alt hjemme, til å plutselig måtte for det første klare seg helt alene uten det å på en måte å ha noen å prate med eller sånt. Og så det at man måtte ta all

oppvask.. all vasskingen og all ryddingen og ta alt ansvar selv.. så det var litt sånn.. det var litt tøft da. Det året så benyttet jeg jo veldig mye det å.. så fort jeg hadde sjansen, så dro jeg hjem eller så dro jeg til liksom besteforeldre eller slektninger som bodde nærmere og det var.. ja, jeg brukte lite av tiden kanskje i den hybelen da.. det var heller å dra hjem. Og så hadde jeg jo heldigvis gode venner da, som jeg kunne dra til og være til på fritiden.. (I2)

Her ble utfordringer knyttet til hybelens utforming, samt den dårlige relasjonen til romkameratene gjentatt. Det interessante kommer derimot i slutten av sitatet, altså hva disse utfordringene kulminerte i. Her kom det tydelig frem at hun benyttet seg av et bredt og godt nettverk av støttepersoner, som befant seg i samme by. Viktigheten av familie gjennom besteforeldre og andre slektninger, hjalp hun å komme seg vekk fra det triste på hybelen, og hun nevnte videre at hun fikk komme på middag og slikt hos dem. Det kommer også frem at hun benyttet seg av venner og satte stor pris på å kunne tilbringe fritid med dem. Dermed ses det tydelige tegn til en «copingmekanisme», ved å komme seg fysisk vekk fra hybelen så ofte som mulig. Informant 1, som også hadde en tøff overgang til hybellivet, likte heller ikke det å sitte alene på hybelen:

Nei.. det var ganske trist. Og.. så jeg gledet meg til å komme hjem til [STEDSNAVN]. Sånn det var.. jeg hadde ikke lyst til å være på hybelen og sitte på rommet og slikt. For jeg er ikke noe glad i å være alene liksom. (I1)

Dette sitatet illustrerer en normativ måte å håndtere hybellivet, spesielt det første året. Det å dra hjem i helgene for å komme seg vekk fra hybelen var noe nesten alle informantene skisserte at de gjorde førsteåret. Men med de tidligere sitatene fra informant 1 i bakhånd og informasjonen om at han ikke likte å være alene, spurte jeg om hva han gjorde med tiden sin hjemme på hybelen, når han ikke var på trening eller jobbet med skole:

Nei.. enten så sov jeg eller så snakket jeg med kompiser og sånn.. eller så spilte jeg litt. (Jens: Ja.. snakket med kompiser sier du.. hvor var det du snakket med de da, var det over spilling da eller?) Ja. (Jens: Over onlinespilling?) Ja. (Jens: Skjønner.. på en måte sånn.. spilling da, på rommet der, ble på en måte en sosial plattform da?) Ja! Ja, uten det så hadde jeg ikke villet bo i byen lengre nei. Det var det som reddet meg vertfall.. at jeg kunne snakke med kompiser. (I1)

Gjennom dette ser vi at også denne informanten hadde en copingmekanisme for å komme seg «vekk» fra det triste på hybelen. Ikke i fysisk forstand, men i mental forstand gjennom å tre

inn i en virtuell verden hvor han kunne være sosial med venner og holde kontakt på den måten. Det mest interessante var at han skildret dette verktøyet som helt essensielt for å komme seg gjennom hverdagen i den nye tilværelsen, og at uten dette så ville han mest sannsynlig droppet ut av skolen og reist hjem. Fortellingene til informant 1 og 2 kan dermed indikere at hybelen og hendelser i privatlivet kan være viktige med tanke på om en greier å gjennomføre en DC. Det er også interessant å tenke over hva informant 2 ville gjort, dersom hun ikke hadde hatt det nettverket av støttepersoner rundt seg under førsteåret, og om mangelen på dette eventuelt kunne ført til et terminert DC – løp. Dette blir spekulasjoner, men er interessante aspekter å ta med seg videre.

## **4.2 Sosiale overganger**

Det andre hovedtemaet går på de sosiale overgangene som informantene har møtt gjennom å skifte både skole og idrettsmiljø. De skal finne seg til rette på begge domene og gjennom intervjuene har det vist seg to hovedretninger i informantenes opplevelser av disse overgangene. Den første retningen går på hvordan det oppleves å ha null kjennskap til noen på skolen fra før, som også virker å ha sammenheng med lengre flytteavstand fra hjemplassen. Den andre går på de som har kjennskap til noen på skolen fra før gjennom tidligere idrettserfaringer, som virker å være en fordel for den sosiale overgangen. Noe av de samme tendensene sees også i idrettsmiljøene og hvordan overgangene føltes der. Disse funnene har resultert i de to subtemaene «eksisterende klikker kan være vanskelig å komme inn i» og «Idrettsmiljøforskjeller – fordelene ved å ha kjennskap til miljøene før skolestart».

### **4.2.1 Eksisterende klikker kan være vanskelig å komme inn i**

Subtemanavnet refererer til tre av fire av de informantene som kom lengst fra skolen de gikk på, sine refleksjoner rundt hvordan det var å komme inn i det sosiale på skolen. De skildret utfordringer knyttet til hvordan det var å komme i kontakt med personer som allerede hadde eksisterende relasjoner i klassen. Informant 1 beskrev det slik:

Nei altså, du kjente jo ingen på skolen fra dag en liksom. Og.. sånn som i klassen, så var det ganske mange hybelboere i starten. 10 av 30 var hybelboere, så det var ganske mye lettere å få kontakt med de og sånn da, siden de også var helt nye. Men sånn som de andre i klassen, som kjente hverandre fra før.. de var litt sånn.. de var egentlig fra starten veldig ekskluderende og sånn. De ville ikke ta inn noen flere. Men det gikk seg

til jentene i starten, så kom det seg vertfall 2. året. Men 1. året var ganske tungt sånn sett. Det å få nye venner i klassen. (I1)

Han beskrev hele førsteåret som ganske tungt med tanke på å komme inn i det sosiale og mye virket å være på grunn av et ekskluderende klassemiljø, hvor det allerede var klikker med personer som hadde kjent hverandre lenge før de startet på VGS. Interessant nok fortalte han om at jentene i klassen var mere sammensveiset, noe som samsvarer med informant 2 sine erfaringer om egen situasjon på samme skole, hvor hun beskrev at alle jentene hun spilte på fotballag med gikk i samme klasse. Dette var fordi laget hadde et eksplisitt samarbeid med skolen og dermed var alle samlet i en klasse, som igjen virket å være positivt for den sosiale overgangen:

Jeg ble jo kanskje aldri kjent med noen utenfor klassen.. men sånn.. klassen var jo.. hele jentegjengen var sammen og det var litt sånn.. så det følte jeg ikke var noe problem. At man var i samme klasse som de man spilte på lag med, som man brukte veldig mye tid med var veldig kjekt. (I2)

Informant 1 fortsatte tankerekken sin om hvordan klikkene fungerte og hvordan det opplevdes ekskluderende ved å eksemplifisere «hockeyguttene»:

Eh nei altså, jeg kan jo si litt om hockeyguttene i klassen da.. For de er jo sveiset sammen fra dag en. De har jo kjent hverandre siden de var fem år liksom. Så da var det... skal ikke kalle det mobbing da.. men veldig mye erting da. Så hvis vi ble satt sammen.. det ble vi vertfall de første ukene, så ble vi læringspartnere med noen random folk i klassen da. Jeg måtte jo sitte med han verste i klassen, som var ganske sånn ertende og litt ekkel da. Så det var.. var ganske dumt av lærerne å sette oss med.. og ikke la oss bestemme liksom. Sette oss vertfall med noen som kanskje har samme hobbyer vertfall. Så vi blir kjent. Så hvis vi fikk en oppgave, så var det sånn «DU GJØR DET». Hvis jeg ikke gjorde oppgaven, så får jeg jo dårlig karakter. (I1)

Her ble flere klikker innad i klassen som kjente hverandre godt fra før nevnt. Hockeyguttene hadde kjent hverandre hele livet og var dermed trygge i sine sosiale relasjoner innad i klassen. På den måten kan det forstås at de også hadde en del makt over nye klassekamerater som ikke hadde kjennskap til noen. Det kan derfor tenkes at det var vanskelig å stille opp mot et slikt press som ble skildret i sitatet, da man ikke hadde lyst til å havne på kant med disse klikkene. Hockeyguttene, på lik linje med fotballjentene som informant 2 representerte, hadde også et samarbeid med denne skolen. For logistikkens del, med tanke på koordinering av treninger for



disse to gruppene, virket det som de ble satt i samme klasse. En konsekvens av dette kan dermed tenkes å være at personer som informant 1, opplever vanskeligheter for å komme inn i det sosiale på grunn av at disse sterke relasjonene blant elevene befant seg i en og samme klasse. Han skildret videre at det kun var han og en annen gutt i klassen som spilte fotball og at alle de andre fotballguttene gikk i parallellklassen.

En informant ved den andre skolen i utvalget skildret et lignende scenario som informant 1, med tanke på å få kontakt med elevene som allerede hadde etablert relasjoner:

Ehh.. det tok egentlig ganske lang tid før man begynte å bli sånn ordentlig gode venner. For at.. vi kom jo veldig langt bortefra. Og de fleste i klassen følte tror jeg kjente veldig mange fra tidligere. Og da blir det på en måte litt sånn.. vi som er nye er veldig interessert i å bli kjent med folk, men så har liksom ikke de andre like stort behov for det.. så det tok ganske lang tid før vi liksom begynte å bli sånn komfortabel med folk og ordentlige venner med folk da (I7)

Dette sitatet hadde flere likhetstrekk med informant 1 sin beskrivelse av eksisterende relasjoner innad i klassen, og at dette kan gjøre de sosiale overgangene i klassemiljøet vanskelig. Et aspekt om avstand kom også tydelig frem, da både informant 7 & 8 kom fra et annet fylke enn hvor skolen var lokalisert. Avstand virket dermed å være en barriere med tanke på å gli fort inn i det sosiale miljøet på skolen, da mange i klassen kunne tenkes å være fra mer proksimale steder i henhold til hvor skolen var lokalisert. Informant 6 bekreftet denne tendensen i datamaterialet og var interessant nok på den motsatte enden av spekteret og illustrerte derfor de forskjellige erfaringene til informant 7 og 6 på en glimrende måte:

Ja, egentlig. Såå.. selvfølgelig så gjør det det jo litt lettere å kjenne til folk fra før av.. fordi der.. eller sånn, folk vil jo også bli kjent med nye.. men sånn, i starten i vertfall så er jo mange sånn at de på en måte går til de dem kjenner liksom. Så jeg hadde jo ikke noe problem med å finne noen i starten i vertfall. (I6)

En friidrettsinformant fra den andre skolen skildret også lignende tendenser ved at hun hadde god kjennskap til mange av klassekameratene gjennom både friidrett og fotball fra før av:

Jeg kjente egentlig nesten alle jentene i klassen. Fordi jeg trente jo med [KLUBBNAVN] friidrett helt fra jeg gikk i 8. klassen på ungdomsskolen. Så mange av venninnene mine i treningsgruppen som også gikk i klassen min. Og så gikk jeg jo også på fotball på kretslaget tidligere.. og veldig mange av de begynte i klassen min på

fotball. Så jeg kjente egentlig veldig mange, så det var veldig BETRYGGENDE liksom. (I4)

I hele to år før hun startet på VGS pendlet hun 1 time og 30 minutter for å trene med friidrettsklubben og sikret seg derfor mange gode relasjoner med klubbvenninder på forhånd av overgangen til å bytte skole. Hun skildret også det faktum at involvering i andre idretter også gjorde at hun hadde et bredere nettverk av personer hun kjente og at dette gjorde overgangen til ny skole mye tryggere. På denne måten trengte ikke informantene som allerede hadde oppbygde relasjoner å bruke masse tid og energi på å finne sin plass i det sosiale landskapet.

4.2.2 Idrettsmiljøforskjeller – fordelene ved å ha kjennskap til miljøene før skolestart  
Med tanke på overgangen inn i de nye idrettsmiljøene, virket det å være en klar tendens til at det å ha kjennskap til miljøene på forhånd var en stor fordel. Dette kunne være å ha kjennskap til trenere, utøvere de visste om fra før, ryktet til miljøet eller det å ha hospitert med idrettsmiljøet før de startet på VGS, noe som var tydelig utbredt blant friidrettsutøverne ved begge skolene. Informant 4 beskrev eksempelvis det faktum at hun hadde hospitert med klubben allerede to år i forveien av skolebyttet som en stor del av årsaken til at hun trivdes veldig godt med sine lagkamerater:

Ehm, det er veldig bra. Vi er ganske mange jenter på ganske likt nivå. Og vi er også veldig gode venner utenom, så det er veldig bra miljø. (I4)

Informant 8 hadde i likhet med informant 7, en vanskeligere overgang sosialt på skolen som nevnt i forrige subtema. I det nye idrettsmiljøet var derimot erfaringene hennes hittil positive, mye på grunn av at hun hadde kjennskap til trenerne fra før av og at flere eldre utøvere kom fra samme plass som seg selv:

Jeg synes det er veldig bra, der folk er veldig på og skal jobbe hardt. Så den treningsgruppen min med kastere, der er flesteparten av folk fra samme plass som jeg er fra, som jeg kjenner fra før, og det er veldig bra miljø at vi møter opp på trening og ja.. eh jobber. (...) Det er ganske bra, jeg har jo han som jeg har hatt i alle årene jeg har vært på friidrett.. det er jo veldig bra, han kjenner jo meg. Siden jeg har jo trent med han i mange år. Og han som er litt ny, han kjenner jeg også egentlig, fordi han har vært veldig aktiv på stevner og samlinger og sånn. Så jeg har jo møtt han også før og sånn. (I8)

Her kom det frem at treneren kjente hun, noe som igjen kan tenkes å gi en form for trygghet i en overgang med mange endringer på andre plan. Det å ha en kontinuitetsbjelke i form av trenere og utøvere de hadde kjennskap til fra før av virket derfor å være en fordel for flere av informantene:

Men jeg tror ikke jeg hadde turt å gjøre det, hvis jeg ikke hadde visst om folk og kjent til treneren litt fra før.. visst hvem de var og hadde vært på hospitering. Det var veldig avgjørende. (I5)

Et annet aspekt ved idrettsmiljøene som viste seg å være en viktig faktor, var forholdet med trenerne. I5 la eksempelvis vekt på at det sosiale forholdet mellom seg selv og treneren var særs viktig, både på det idrettslige, men også på det personlige planet:

Det er veldig bra. Han er veldig forståelsesfull og.. jeg synes han er veldig god til å kommunisere og sette av tid til å prate med oss. Høre hvordan vi har det, han lager opplegg som skal... ja, være bra for hver enkelt utøver (I5)

Samtidig kom det frem at det ofte var hun selv som initierte samtalene omkring det personlige, da hun selv opplevde dette som viktig:

Ja, det er egentlig veldig viktig for meg å på en måte ha et veldig åpent.. altså ha god kommunikasjon med treneren min da. Sånn at jeg tar kanskje ofte initiativ til det automatisk.. fortelle hvordan jeg har det, fortelle at det er viktig for meg å dra hjem og at det gir meg energi. Ehhm.. snakker om ja.. ting som er viktig for meg og diskuterer med han hvordan treningen kan legges til rette for at man skal ha det fint i hverdagen og.. ja, hvis at det er noe som er tungt, så har jeg ikke noe problem med å ta det opp med han (I5)

Slik jeg tolket informant 5 og flere av de andre informantene, var trener-utøver-relasjonen viktig. Det å ha et godt forhold med åpen kommunikasjon med treneren i fraværet av de menneskene som stod de nærmest, var en gjenganger. Det kan tenkes at å ha en voksen person å støtte seg på for borteboende DC – utøvere kan være viktig om man opplever utfordringer i privatlivet. Samtidig skal det eksempelvis nevnes at informant 2 ikke ville bry treneren sin med utfordringene hun møtte med tanke på hybelsituasjonen, og brukte heller familie og venner som støtte. Dette kan dog tolkes på to måter. Det kan tenkes at enkelte ikke føler et behov for et så tett forhold med trener, men det kan også tenkes at man ikke føler at det er

rom for å åpne seg om utenomsportslige aspekter. Funnene indikerer derimot mot at relasjonen er viktig og det kan tenkes at det er viktig at det er treneren som initierer slike samtaler, og ikke utøveren selv.

Gjennom sitatene til I5 i forrige avsnitt, så vi viktigheten av en god relasjon med trener, både med tanke på tilrettelegging og helhetlige samtaler. Informant 7, som var førstearselev ved samme skole reflekterte derimot over en annen form for tilrettelegging, nemlig rehabiliteringsopplegg. Hun hadde vært skadet siden skolestart og var frustrert over manglende støtte fra trenerne:

Ja, det er mange forskjellige trenere, men han er.. treneren min fra [STEDSNAVN] jobber jo på skolen her.. så det er jo på en måte han som fremdeles er min trener. Og så har han bare sagt det at han er så dårlig på sånn skadetrening, så han kan ikke hjelpe meg på noen måte.. kan ikke lage noe opplegg til meg. Så nå har jeg vært i kontakt med han som har hovedansvaret for friidrett og så har han sagt at han skal koble meg opp med noen andre trenere som kan hjelpe meg. Men så har det liksom aldri blitt gjort da. Så.. jeg har nå egentlig laget mitt eget treningsopplegg, for det meste. Det er jo noen få økter.. som trener er med på.. men har på en måte styrt det ganske selv siden jeg begynte på VGS. (Jens: Ja.. hva synes du om det da?). Nei, jeg er jo ikke noe fornøyd med det egentlig. Det er litt det.. jeg er ikke så fornøyd med den idrettslige delen på VGS.. eller her egentlig. For, jeg tror det er veldig bra hvis du ikke er skadet.. men det er ikke så mye oppfølging når du er skadet.. det er min opplevelse av det vertfall. Ja, og det er jo flere folk som på en måte har hatt det likt som meg, og vært skadet hele VGS og de har jo.. de fleste har den samme opplevelsen. Men det spørs jo litt hvordan trener du har egentlig. Og det er jo litt slitsomt å må styre det selv, for det er jo på en måte ikke mitt ansvar, når man har en trener liksom. Så jeg skulle jo egentlig ønsket at det var noen som hjalp meg med det da egentlig. (I7)

Dette sitatet viser at selv om man har kjennskap til trenere eller personer i idrettsmiljøet fra før av, hjelper ikke dette på følelsen av å bli etterlatt til seg selv under en slik situasjon. Ifølge informanten har treneren foretatt en ansvarsfraskrivelse og ikke engang hjulpet med å eventuelt kontakte personell som kan lage et godt rehabiliteringsprogram. Videre tok hun kontakt med ansvarspersonen for friidrett ved skolen, men satt igjen med en følelse av å ikke bli tatt på alvor på grunn av at det hadde vært null fremgang med tanke på hjelp fra kvalifiserte trenere eller fysioterapeuter. Dette, slik jeg tolket informanten, førte til en følelse av å bli etterlatt til seg selv og selv måtte ta ansvar for egen situasjon, noe som også kan føles

tungt når du ikke har dine vante støttepersoner i mikromiljøet ditt ellers. Hun reflekterte også over at flere andre utøvere som hadde vært skadet også hadde den samme opplevelsen, noe som kan peke mot at miljøet ikke har en gode nok strukturer for slike utfordringer, og at støtten man får innad i miljøet er personavhengig.

Et annet viktig aspekt ved overgangen til de nye idrettsmiljøene virket å være hvordan klubben fikk utøverne til å føle seg. Dette gikk hovedsakelig på om miljøet føltes som en åpen og inkluderende plass, eller om den fremstod som mer lukket. De aller fleste informantene hadde gode opplevelser i forbindelse med dette, og la vekt på trenere som brydde seg om de og at utøverne i klubbene var hyggelige og inkluderende. Informant 2 la eksempelvis vekt på at klubben var veldig åpen og la til rette for at man kunne bruke fasilitetene til enhver tid:

var veldig på at.. det var jo egentlig.. før vi kom flyttende, så var de jo veldig på sånn at treningsarenaen er alltid åpen og kan komme dit etter trening og lage dere mat og.. eller mellom skole og trening og alt mulig sånn. (I2)

På denne måten kunne informanten bruke fasilitetene til gjøremål som ikke var idrettslige også, som det å lage mat sammen med andre lagkamerater. Dette, som vist i første hovedtema, kunne være positivt med tanke på å komme seg bort fra bosituasjonen om den ikke var gunstig. Informant 3 hadde derimot en helt annerledes erfaring med sitt møte med ny klubb og lagkamerater. Han opplevde et lukket miljø og en allerede sammensveiset gjeng, som var lite villig til å ta inn en nykommer i varmen:

Men miljømessig så var det jo... hva skal jeg si da.. det var veldig blandet.. det var.. du måtte være en del av klubben, av folket, av gjengen.. for å ha det greit på trening for å si det sånn. (Jens: Ja okei. Ja du måtte være en del av... var det litt vanskelig å komme inn i gruppen da?). Ja, det var det! Det var [KLUBBNAVN] pluss en som hadde kommet til [KLUBBNAVN] for å si det på den måten. (I3)

Gjennom samtalen med informant 3 var det liten tvil om at hans forventninger til den nye klubben ikke ble innfridd. Han hadde nemlig blitt fortalt at klubben hadde et skikkelig satsningsmiljø, noe som han ifølge seg selv følte at ikke helt stemte overens med virkeligheten. Når disse forventningene ikke stod i stil med virkeligheten, var det også vanskelig å bli sosialt ekskludert i klubben og kjenne på kroppen at han ikke var velkommen. Dette skulle også vise seg å være en del av et større bilde, hvor totaliteten av borteboertilværelsen skulle vise seg å være spesielt tøft det første året. Dette vil bli utdypet nærmere i neste hovedtema.

### **4.3 Nære relasjoner er viktig å ha kjær, men kan også bli en kilde til besvær**

For de aller fleste informantene ble det lagt vekt på den gode støtten de hadde fra familiene sine. Mange nevnte den økonomiske støtten, slik at de ikke trengte å ha en jobb ved siden av for å betale for hyblene og levekostnader. Den aller viktigste støtten var derimot den relasjonelle støtten. Det å vite at foreldrene var der for dem, og at de alltid kunne komme hjem en helg hvis de trengte et avbrekk fra hverdagen for å samle overskudd og møte søsken, var viktig for velværen. Vennerelasjoner fra hjemplassen ble også beskrevet som viktig. Dette var hovedmønsteret som gikk igjen blant informantene. Informant 3 hadde derimot en historie som skilte seg fra de andre, hvor han skisserte en kræsje mellom det å opprettholde god kontakt med familie, kjæreste, venner og det å finne seg til rette i det nye miljøet som han hadde flyttet til. Disse funnene vil bli videre skissert gjennom subtemaene «familie og vennerelasjoner fra hjemplassen» og «konkurrerende arenaer kan ende med kræsje»

#### **4.3.1 Familie - og vennerelasjoner fra hjemplassen**

Den eneste fjerdeårseleven i studien fortalte at når hun flyttet for å satse på friidretten ved den nye skolen, tenkte hun at det var viktig for prestasjonene å alltid være i miljøet og trene der. Dette innebar å ikke dra hjem i helger og dermed optimalisere treningshverdagen sin der hun nå bodde. Dette hadde med å gjøre at hun hadde lang reisetid til hjemplassen og at det kunne påvirke restitusjon. Samtidig merket hun at dette var en plan som ikke var bærekraftig i lengden og kom med disse refleksjonene omkring det å dra hjem til familien noen helger eller ferier:

Ehmm.. nei fordi.. jeg tror at jeg kom frem til den konklusjonen at det var stress over at alt var nødt til å være så... stress over at jeg skal perfektionere treningen her i [STEDSNAVN]. Det kan egentlig bryte meg litt mer ned, og så vet jeg det at relasjonene mine er så viktig for meg.. har jo vennene mine på trening selvfølgelig, men at jeg kan bli litt ensom og savne å være hjemme. Og jeg tror det gir en negativ treningseffekt over tid også, eller prestasjonseffekt rett og slett. Jeg merket at når jeg har vært hjemme, at jeg får energi og overskudd og at jeg faktisk får lagt inn veldig gode økter. Og så har jeg småsøsken som er veldig interessert i å trene sammen med meg og det gir meg veldig masse. Ehh.. og ja.. jeg har funnet ut at fokuset har veldig mye å si, hvis jeg har et fokus på det som gir meg energi og... og på en måte prøver å begrense de faktorene som tar energi.. så ja.. det hjelper vertfall veldig på da. (Jens: Ja.

Så hvis jeg på en måte skal forstå deg riktig her da, så er det sånn du har merket at det å tillate deg selv å reise hjem og på en måte kan gi overskudd og en ekstra boost fremover?). Absolutt, mm! Det gir.. det gir en ekstra boost inn i treningen seinere også, å bare ha fått et lite.. ja.. ha fått være med de folkene som betyr noe for meg. (I5)

Gjennom sitatet ser vi viktigheten av familierelasjoner og hvordan det å fortsatt ha kontakt med dem og hjemlassen kan være viktig for velværen og motivasjonen fremover innen idretten og skolen. I5 og flere informanter skildret at det var viktig å ta vare på relasjonene med småsøsknene sine, som også kan vise til at borteboerne har fått en endret status i familien. I idrettsfysiologien har det blitt snakket om overkompensasjon og superkompensasjon med tanke på å presse kroppen hardt en periode, for så å slippe opp på treningsmengden, slik at man for en overskuddsperiode rent fysisk. Gjennom samtalen med denne informanten og flere av de andre, vil jeg argumentere for at en slik overkompensasjon også kan tenkes å eksistere på det mentale, da flere av informantene la vekt på at det å komme hjem og møte familie, ga de et avbrekk fra mentalt stress, som gav dem mer energi i ettertid.

Et annet aspekt ved miljøet de hadde forlatt, var de gamle vennene. De aller fleste informantene skildret gode forhold til dem. Av naturlige årsaker møttes de ikke like mye som før, og det kunne ofte hende at de kun møttes i de større fellesferiene, men når de først møttes igjen var alt som vanlig. Dette var på grunn av at vennene var forståelsesfulle for satsingen, og at de selv også hadde sine ting som tok mye av deres tid. Sosiale medier virket også å være et viktig hjelpemiddel med tanke på det å holde kontakten:

De har alltid vært veldig flink til å liksom.. fortsatt inkludere meg og vi snakker jo mye iløpet av ukene uansett, så da får vi på en måte litt sånn input i hva som skjer når man er borte da. (I2)

En informant skilte seg derimot ut med tanke på forholdet til de gamle vennene, spesielt det første året. Han kom fra en liten plass med få innbyggere og reflekterte rundt det å bli ekskludert fra den gamle vennegjengen:

Altså jeg ble jo ekskludert nesten av vennegjengen der jeg kommer fra. De var ikke så glad for at jeg flyttet og de likte ikke forandringer liksom. Men for meg hadde jo ikke det så veldig mye å si.. fordi at miljøet der er jo at det drikkes hver helg og sånn. Jeg har ikke lyst å være en del av det liksom. Greit en og annen gang en helg.. men man kan ikke drikke hver helg slik som de gjør.. det går ikke an. (Jens: Hvordan rent sånn.. kan du gi noen eksempel på hvordan du ble ekskludert?). Nei.. det er jo det å ikke bli

invitert på ting da. Fordi det er jo.. mest fester og slikt i helgene.. det er jo forståelig at man ikke blir invitert på det hvis man ikke kommer liksom. Men det er jo blant annet Sverigeturer og litt slikt som jeg ikke fikk bli med på heller. Så det var jo litt ekkelt da. (I1)

Her fikk man et inntrykk av en vennegjeng som ikke hadde like stor forståelse for satsingen, og at dette la enkelte bånd på hva informanten kunne være med på av sosiale lag. Interessant nok skildrer informanten en miljøforskjell fra plassen han kom fra til den han flyttet til, gjennom en utbredt drikkekultur som ikke var forenelig med satsing og en av grunnene til at han flyttet. Dette virket også å være en av grunnene til at han ble ekskludert, da han ikke alltid kunne være med på fester i helgene. Dette gjorde også at han ikke ble invitert på andre tilstelninger. Slik jeg tolket informanten var dette sårt og det var heller ikke behjelpelig å bli ekskludert fra den gamle vennegjengen, samtidig som tilpasningen inn i det nye sosiale feltet på skolen ikke var av den letteste, som skildret tidligere i oppgaven. Dette kunne gi en følelse av å falle mellom to stoler, da både det nye og det gamle sosiale miljøet føltes ekskluderende. Dette var medvirkende til at det første året på VGS opplevdes spesielt utfordrende.

#### 4.3.2 Konkurrerende arenaer kan ende med kræsje

Informant 3 sin historie fanget opp flere elementer som mange av informantene var innom og påpekte som scenarioer de møtte på i dagliglivet. Det unike var at han opplevde flere av disse scenarioene samtidig, som endte i et negativt utfall, spesielt førsteåret på VGS. Disse utfordringene gikk på å komme inn i et nytt idrettsmiljø, skaffe seg nye venner og samtidig ta vare på de han hadde fra hjemmeplassen, ta vare på nære relasjoner som familie og kjæreste, samt det å ta vare på seg selv opp i det hele. Samtidig er det viktig å påpeke at denne historien ikke er normen for funnene, men at den er viktig å belyse, da den forteller hva mange forskjellige overganger på en og samme tid kan føre til for unge DC – utøvere som flytter hjemmefra for å gå på VGS:

Det var jo ganske nytt.. kan jo ta mamma som eksempel da. Hun synes det var veldig spesielt da, at jeg skulle flytte hjemmefra. Jeg er jo førstefødte og alt sånt. Så jeg synes.. det ble jo litt negativt at det ble mye draing mellom hjem i helgene og om jeg skulle være her, eller om jeg skulle på håndballkamp og.. det ble dradd mellom å være her, kjæreste og familie og sånne ting. (I3)

Dette sitatet ble sagt helt innledningsvis i intervjuet. Slik jeg oppfattet det, hintet han til at det hadde vært en utfordring å skulle balansere alle arenaene i livet sitt på en god måte, ikke bare



for seg selv, men også overfor andre personer i livet. Han la vekt på at moren spesielt syntes det var rart at han flyttet hjemmefra og jeg lurte derfor på om han følte på et ansvar for å dra hjem ofte i helgene:

(Jens: Var det å dra hjem.. var det mer for å på en måte gjøre moren din og kjæresten din glad, eller var det mest for din egen del?). Ja, det blir jo litt.. det er jo akkurat det! Jeg følte meg jo bedre når jeg var her skulle jeg til å si. For jeg følte at jeg måtte.. MÅTTE dra hjem skulle til å si.. måtte dra dit og ble dratt litt mellom... ehh, det hjalp ikke. (I3)

Dermed tolket jeg det som at han følte på et ansvar for å komme hjem og ta vare på relasjonene sine, noe som også ble vist i forrige delkapittel med I5 og I1. Samtidig som han følte på dette ansvaret, pågikk det også en prosess hvor han skisserte et behov for å prestere på vennefronten og komme inn i det sosiale på det nye bostedet:

Ehmm.. jeg tror.. ehh.. jeg hadde et skikkelig behov for å vise meg frem og skulle være god og skulle være.. skulle til å si.. ordne meg mye nye venner og sånt når jeg kom hit og var alt for fokusert på det, at jeg glemte av alt det jeg allerede hadde. Kan si det på den måten. (I3)

Videre skisserte han også at foreldrene mente han på at han måtte ta vare på de tidligere vennene sine også, slik at han ikke mistet de. En slik beskjed fra foreldre kan være helt harmløs og velment, men det kan også virke som det kan føre til et mentalt stress hvor informanten følte på et ansvar for å ta vare på gamle venner, familie og kjæreste:

Det var jo.. i starten spesielt.. det første halvåret når jeg flyttet hit, det var en spesiell tid da, for det var mye reising mellom (Familie, kjæreste, venner) og sånne ting. Helt til jeg fikk fikset alt det etter hvert da. Men akkurat det halvåret såå.. ja.. var det litt tøft da. Og da var det vanskelig å ordne venner og sånn (...) Jeg trivdes her.. men kjæreste og familie.. det var mye kræsje altså. (I3)

Samtidig som denne personlige kræsjen pågikk, pågikk det også en prosess med å bli inkludert i det nye håndballmiljøet i klubben. Som skissert i hovedtema 2, var dette derimot ingen enkel oppgave, da miljøet opplevdes veldig ekskluderende. Med den personlige kræsjen på hjemmebane, samt det lite imøtekommende håndballmiljøet, gikk det så langt at det fikk konsekvenser for oppmøte både på skolen og treninger:

Jo, det var vel (håndballmiljøet) en faktor til at det ikke var like artig å komme på skolen og være på treninger og.. det var.. det var.. jeg klarte ikke å være med alle fire treningene i uken.. det var jeg ikke. Det ble for mye. (...) Når jeg.. først og fremst når jeg ikke får til å komme meg avgårde på skoledagene, så blir jo det et dumt element i seg selv. Men det at jeg blir alt for fokusert og tar for mye energi familie og kjæreste.. da blir det vanskelig å prestere på skolen og idretten, ble det. (I3)

Gjennom informant 3 sin historie, får vi illustrert kompleksiteten ved det å være borteboende DC – utøver. Hans historie peker tydelig på hvordan balansegangen mellom ulike arenaer kan ende med å bli for mye. Ikke fordi det er umulig å balansere, da de andre informantene ikke har lignende historier, men fordi at flere utfordrende overganger på en og samme tid kan være med å fylle glasset slik at det renner over. Relasjoner på privaten som ikke er med og drar i samme retning som det borteboende DC - utøvere trenger, lite inkluderende idrettsmiljø, samt energi som brukes på å balansere gamle og nye vennskap kan være medvirkende faktorer som gjør en slik balanse vanskelig og i verste fall kan ende med et lite vellykket DC – løp.

#### **4.4 Struktur, struktur, struktur**

I dette hovedtemaet vil informantenes betraktninger angående viktigheten av struktur og planlegging i livene deres bli presentert. Informantene brukte mye tid på idretten og skolearbeid, og hadde rutiner for å balansere dette. Det var derimot en tydelig tendens til at struktur og planlegging forekom vel så mye i dagligdagse situasjoner og gjøremål, og at informantene brukte mye energi på å planlegge og strukturere dette også. Deres erfaringer omkring dette vil bli videre skissert gjennom subtemaene «struktur på alle fronter» og «tid til å slappe av». Til slutt vil subtemaet «Personlig utvikling» vise hvordan de to foregående subtemaene i samspill med de andre hovedtemaene, påvirket deres syn på bortbeoersituasjonen sett under ett.

##### **4.4.1 Struktur på alle fronter**

Ved å ha flyttet for seg selv fikk informantene stilt selvstendighetsevnene sine på prøve. De fleste informantene la vekt på at de likte følelsen av selvstendighet og syntes det var spennende å stå på egne bein og klare seg selv. Med slik selvstendighet kom også krav om daglige gjøremål som de tidligere ikke hadde trengt å ta like stor del i. Flere aspekter gikk igjen i datamaterialet, slik som husarbeid, innkjøp og laging av mat, økonomihåndtering, vasking av klær og transport. Flere av informantene la vekt på at det å bli selvstendig kunne

være en fordel med tanke på det idrettslige, fordi de kunne tilrettelegge dagen på sine premisser. En av informantene fanget dette aspektet godt:

Ehmm.. jeg har også muligheten til å strukturere hverdagen min AKKURAT sånn som jeg selv vil.. jeg kan bestemme selv når jeg skal lage mat, jeg kan bestemme selv når jeg skal gjøre de ulike tingene som trengs for å tilpasse treningen min, og det er veldig viktig! (I5)

På denne måten kunne informantene legge opp til måltider som passet inn i timeplanen, men som også passet inn med tanke på å få i seg riktig mat i henhold til næringsstoffer som er viktige for restitution. I forlengelsen av matlaging virket det også som flere hadde et veldig bevisst forhold til prosessen omkring innkjøp av matvarer og hadde laget seg ukentlige strukturer på dette:

Man har jo liksom passet på at man har handlet inn det meste man trenger på mandag slik at man har kunnet bruke minst mulig tid på det å handle da, slik at man har mere tid når man er ferdig på skolen til å slappe av og få laget seg mat og alt mulig sånn. (I2)

Ja, vi er ganske flinke å ukeshandle.. så vi på en måte gjør unna handlingen på mandag og så trenger vi ikke å tenke så mye mere på det. Og det er egentlig veldig greit å gjøre det sånn. Litt for å spare tid og så er det litt for å spare penger.. for man slipper å liksom, ja man går å bare plukker med seg par ting man ikke trenger og sånt. (I7)

Ukeshandlingen gjorde at de slapp å sløse bort dyrebar tid hver dag. Samtidig viste det seg også at denne strategien kunne være av økonomiske hensyn, da færre butikkbesøk minsket fristelsen med å kjøpe med seg unødvendige småting.

Dette med bevissthet rundt økonomi virket også å være i pannebrasken på flere av informantene og noe som var med i rasjonalisering av valg de gjorde på privaten. Informant 1 reflekterte eksempelvis rundt inflasjonen i matvarepriser og hvilken påvirkning dette hadde på hans egen situasjon:

Jeg er egentlig ganske flink å kjøpe og lage mat selv. Jeg er ikke sånn Fjordland og sånn.. jeg er ikke noe glad i det. Så jeg er blitt liksom.. Mamma har lært meg å lage mat, så jeg har tatt med meg det nå da. Det er som regel jeg som lager mat på hybelen og sånn. (...) Det er ganske mye dyrere å lage.. nei hvis man ikke lager maten selv. Så vertfall i tiden nå da, lages det vertfall mye selv vertfall. (I1)

Det virket dermed som at de fleste hadde blitt økonomisk bevisst og tenkte grundig gjennom valgene sine når det kom til innkjøp av ulike ting.

Viktigheten av tidsbesparelse, som nevnt tidligere, viste seg på flere plan. Flere informanter «foodpreppet» middager for flere dager fremover for å slippe å bruke masse tid i hverdagen på matlaging. Aspektet om tidsbesparelse viste seg også gjennom refleksjoner rundt hvor lang reisetid det var til forskjellige gjøremål i hverdagen, slik som trening, skole og butikken:

Det er på vinteren. For da kan jeg ikke sykle til plasser og sånn. Sånn, det går jo fort 20 minutter å gå fra butikken og hjem da. Så med en sykkel hadde jo det tatt to minutter. (I1)

Oppsummert virket det dermed som at informantene var oppmerksomme på hvilke fordeler det brakte med seg å gjennomføre en DC som borteboer, men også hvilke ekstra utfordringer som krevde god organisering, struktur og planlegging. Datamaterialet skildret også mer normative utfordringer knyttet til struktur og planlegging med tanke på skolearbeid og treningshverdagen, men de spesifikke utfordringene med tanke på struktur innenfor privatlivet ble vektlagt i dette kapittelet, da dette utpekte seg som unikt for studiens utvalg.

Tidsbesparelse var et viktig aspekt ved struktureringen av bortboersituasjonen, og tid som ble til overs virket å være dyrebar.

#### 4.4.2 Tid til å slappe av

I forlengelsen av funnet om store krav til struktur og planlegging også i privatlivet, viste det seg en annen tung tendens i datamaterialet. Dette var informantenes stadige påpekning av viktigheten og nødvendigheten ved å slappe av. Mye energi, tid og tankekraft ble brukt til planlegging av både skole og trening, samtidig som privatlivet også krevde planlegging og organisering. Mange oppgaver i hjemmet, som de ikke hadde i livene sine før virket å være en kilde til at utvalget kunne bli slitne mentalt. Isolert sett var ikke små gjøremål veldig krevende, men flere av informantene reflekterte over at når mange små gjøremål ble en del av den nye hverdagen, så kjente de på en totalitetsfølelse av at ting kunne hope seg opp og bli litt mye. En av førsteåringene reflekterte over hvordan dette påvirket henne i hverdagen:

Altså jeg er.. jeg merker at jeg ofte kan være veldig sånn.. jeg kan stresse meg opp ekstremt da. Og så i tillegg sånn.. når du ikke får liksom hvilt.. en ting er å hvile det fysiske.. men å hvile det mentale også liksom.. så merker jeg at det kan bli veldig fullt i hodet, som igjen gjør at jeg blir veldig veldig glemsk. Sånn særlig, jeg har jo hatt

perioder hvor jeg har glemt av ting hele tiden. Både på trening og på skolen, for at det er så fullt i hodet. Og det.. ja.. man merker jo litt sånne ting da. (I6)

I så måte kan overgangen til flere ansvarsområder i hjemmet, i verste fall føre til negative konsekvenser for både skole og idrett. Hvis den mentale påkjenningen fører til glemsel av innleveringer eller prøver, kan dette få konsekvenser med tanke på karakterer. Idrettslig kan det også få konsekvenser, om man glemmer å få i seg nok ernæring (for idretter som krever dette) eller væske i løpet av øktene. Med bakgrunn i dette virker det særdeles viktig å kunne greie å slappe av i dagliglivet utenom idretten og skolen, for at man igjen skal kunne prestere på disse frontene. Fjerdeårseleven ved samme skole, skildret også lignende betraktninger med tanke på små oppgaver som kunne føles store i sum. Samtidig kom hun med en betraktning om at man måtte senke prestasjonsfokuset i hjemmet og at ikke alt trengte å være perfekt til enhver tid:

Ja, det kan bli litt sånne småting.. altså det at man kommer hjem og så har du vært på butikken og så er man sliten i skuldrene og så «åhhhh! Nå må jeg lage mat sjøl» hahahaha. Så kanskje man kan bli litt sånn opphengt i det da.. eller det kjente jeg mere til i starten, og nå vet jeg hvordan jeg kan gjøre det litt effektivt og litt fort og trenger... kanskje ikke så stort prestasjonsfokus heller på.. «Åh, jeg skal prestere sånn på hybelen», så det.. jeg prøver vertfall å tenke at «Nei, nå gjør jeg det som.. nå har jeg hatt en lang dag på skolen, så da må jeg gjøre det som gjør at jeg er klar til neste dag». Om det er å lage noe enkelt og.. eller kanskje vente med litt husarbeid frem til helgen, så får det bare gå greit sånn sett. (I5)

Tidligere hadde informant 5 snakket om at hun i starten hadde et voldsomt prestasjonsfokus i hjemmet for at alt skulle være så bra som mulig der også. Dette kunne være at det alltid måtte være ryddig og vasket, samt det å skulle lage kreative og varierte middager, noe som også to andre informanter hadde et bilde av at var viktig å gjøre når man ble «voksen». Gjennom erfaring og alder virket det derimot som at de lærte at det var viktig å tillate seg å puste mellom slagene, og at det var viktig å lytte til kroppen sin med tanke på den helhetlige belastningen. I så måte virket det å være viktig å prioritere også på hjemmebane, hva man trengte å gjøre der og da, og hva man eventuelt kunne utsette for å ikke slite seg ut. Dermed kan det tolkes som at informantene ble bedre kjent med sine egne personlige behov for å kunne slappe av, og dermed være klare for å yte både i idretten og på skolen neste dag og uke.

En annen tendens med tanke på det å få nok avslapning både mentalt og fysisk, var at flere av informantene fortalte at de var lite sosiale på fritiden. Etter en lang skoledag og trening virket det som at de aller helst bare ville slappe av hjemme i stedet for å finne på ting:

Men noen ganger gjør vi det da.. drar ned til liksom kjøpesenteret og drar og ser der liksom. Eller går tur ute kanskje. Men som oftest er det nok med skole og trening og så vil man bruke resten av tiden til å slappe av egentlig. Så det er egentlig det det går i for det meste. (I7)

Samtidig skal det sies at flere la vekt på at idretten var deres sosiale arena og følte de fikk utløp for deres trang for å være sosiale der:

Nei, egentlig ikke, fordi jeg trives såppas godt med å være alene og så er jeg sosial på skolen og på trening.. så jeg har egentlig ikke så mye behov for å være veldig sosial på en måte.. eller, utenom da (I4)

Generelt ble det skissert dager som gikk i ett med tanke på idrett, skole og det å gjøre dagligdagse oppgaver i hjemmet, som frigjorde få smutthull i timeplanen. De fleste informantene virket å akseptere at situasjonen var slik og at dette var en del av hverdagen når man hadde et sterkt ønske om å oppnå suksess med idretten samtidig som de gikk på skole. En av førsteårsstudentene reflekterte derimot over en veldig forutsigbar hverdag:

Ehh.. det er kanskje ikke krevende.. men jeg merker jo på en måte at det er litt lite variasjon i hverdagen da. Det går mye i det samme og det er på en måte.. blir litt lei av hverdagen og det.. sitter litt masse på hybelen og litt dårlig å kanskje finne på ting. Det blir veldig sånn.. gjør på en måte det samme hver dag.. så det går bare på repeat på en måte. Det er litt utfordrende på en måte. (I7)

Jeg tolket dette som en følelse av at hverdagen som idrettsutøver og skoleelev kunne føles litt endimensjonal i lengden, og at hun savnet «noe mer». Det å ha en form for stimuli som utforsker og bygger på andre aspekter ved livet enn kun idrettsidentiteten eller elevidentiteten kan tenkes å være viktig for den helhetlige trivselen, som dette sitatet kan tenkes å illustrere. Dette er et scenario som kan tenkes at DC – utøvere med samme karakteristikk som dette utvalget, vil kunne kjenne på i løpet av deres år på VGS, da det virker som at nødvendigheten av hvile og avslapning kan gå utover den helhetlige utviklingen av utøverne på andre arenaer enn kun det idrettslige og skolemessige.

#### 4.4.3 Personlig utvikling

I slutten av alle intervjuene, når informantene hadde fått snakket ut om privatlivet, skolegangen, idretten og balanseringen av disse domene, hadde jeg alltid et spørsmål jeg syntes var interessant å få refleksjoner omkring. Dette omhandlet hvordan de trodde deres situasjon med skole og idrettssatsing hadde vært, dersom de ikke var borteboere på den plassen de hadde flyttet til, men hadde bodd med familiene sine på den tilflyttede plassen. Logisk nok var det ofte de som gikk sisteåret som hadde de lengste refleksjonene rundt dette, da de hadde vært i situasjonen i 2,5 og 3,5 år. En av førsteårsstudentene derimot, reflekterte rundt det å savne «noe mer» i hverdagen som vist i siste sitat i forrige delkapittel:

Ehh.. det hadde kanskje vært.. ikke så mye forskjell. Men litt forskjell med at du ikke trenger å gjøre sånn hybelting på en måte. Så det hadde kanskje hatt enda litt bedre tid og ja.. kanskje litt mere overskudd.. og så kanskje litt mer sånn at du hadde hatt litt lettere for å på en måte dra ut å gjøre andre ting og.. for at du har liksom ja, folk som kan kjøre deg og du kjenner folk og sånn. (I7)

Her kom det frem at hun tenkte at det ville ha gitt mere overskudd til å orke å finne på flere ting på fritiden som ikke hadde noe med idrett eller skole å gjøre. Hun reflekterte også over at dette kunne ha med å gjøre at man manglet transportmuligheter fra foreldre som kunne kjøre henne, samt faktoren om at det sosiale nettverket mest sannsynlig hadde vært mye større om hun ikke hadde vært borteboer på samme plass. Dermed tolket jeg det som at hun følte hun ville hatt mere overskudd med tanke på idretten, men ikke minst også for å gjøre flere ting i livet som var urelatert til idrett og skole, som kunne hatt en positiv effekt på den generelle velværen. Flere av de yngre informantene hadde lignende refleksjoner, som gikk på de instrumentelle forskjellene ved å bo alene i forhold til det å bo borte.

De eldre informantene hadde derimot en mer helhetlig refleksjon omkring hvordan situasjonen påvirket dem. Den eldste informanten som gikk 4. året på spisset toppidrettslinje, hadde en veldig reflektert diskusjon med seg selv hvor hun påpekte både fordeler og ulemper ved både det å bo på hybel og det å bo hjemme:

Ehh.. (puster ut). Jeg tror det hadde vært veldig stor forskjell, men jeg vet ikke om det hadde vært mot det positive egentlig. Det er litt sånn.. det har vært mange fordeler med det, fordi at jeg trives med å være selvstendig. Emmm.. og det er godt å kjenne på å være selvstendig. Ehh.. jeg tror kanskje jeg hadde kjent litt på en følelse av at jeg har lyst til å se noe annet, en følelse av at jeg har... at.. at man har lyst å bryte fri fra og bli

litt mer selvstendig. Det var det jeg vertfall kjente på når jeg bodde hjemme. Jeg tror det hadde vært mere optimalt med tanke på restitusjon kanskje i noen settinger.. at jo, jeg hadde hatt mindre å gjøre her, altså jeg hadde hatt.. kunne kommet.. slippet å lage middag hver dag.. men samtidig så hadde jeg på en måte.. jeg kjenner jo når jeg er hjemme at jeg må tilpasse meg veldig.. jeg må jo tilpasse meg litt deres interesser også. Sånn at når jeg har vært hjemme i noen uker, så synes jeg det er godt å komme på hybelen, hvor jeg bare har meg selv å forholde meg til. Ehh.. heheh. Slipper å føle at jeg kanskje trenger å ta hensyn. Ehhmm, sånn at jeg ville nok ha bodd på hybel ja. (I5)

Her kom hun inn på aspekter om at restitusjon i enkelte tilfeller ville vært gunstig, med tanke på totalbelastning med alle gjøremål i privatlivet. Samtidig kom hun også inn på at hun følte på et ansvar om å tilpasse seg familiens strukturer og familierutiner hjemme, som igjen kunne være ugunstig med tanke på å disponere sin egen tid optimalt for idrett og skole. Gjennom denne tankeprosessen sees det at ved å bo alene, så kan man ta mer hensyn til egne behov for å kunne optimalisere trenings – og skolehverdagen.

Informant 3 var derimot mere sikker i sin sak på at det hadde vært en stor fordel å ha bodd med foreldrene sine i stedet for å være borteboer, med tanke på prestasjoner både på skolen og håndballbanen.

Ehh.. gjennom hele VGS så tror jeg det hadde gjort ganske stor forskjell. Tror jeg.. hadde vært.. hadde sluppet alt det styret i VG1. Og så hadde jeg fått mye mere bra mat. Og de kunne hjulpet å minne meg på forskjellige ting, som å passe på litt mere sånn sett.. sånn satsningsmessig og skolemessig så hadde det vært veldig bra. Men privat og for min egen del, så er det bedre at jeg bor alene. For MIN del, hvis vi tar bort skole og håndball. (Jens: Ja, og når du sier for DIN del, hva tenker du.. tenker du utviklingsmessig da eller hva?) Ja ehh.. meg som person, jeg har utviklet meg på en HELT annen måte ved å bo alene og være mer selvstendig. Det har preget mye av den senere tid. (Jens: Skjønner, så hvis jeg på en måte skal prøve å tolke deg riktig da og forstå deg riktig, så er det sånn at du tror kanskje det ville hjulpet med tanke på skoleprestasjoner og idrettsprestasjoner.. men for deg som person da og bli mer voksen, så tror du at det ikke ville vært bra på en måte da.) Ja, stemmer! (I3)

Samtidig kom han med en interessant distinksjon, hvor han skilte sin personlige utvikling fra det idrettslige og det skolemessige. Gjennom forrige hovedtema så vi at denne informanten



hadde hatt en trøblete erfaring med det å opprettholde alle domener på en god måte, spesielt i det første året på VGS. Om han hadde bodd hjemme hadde han sluppet å stå i en personlig spagat, hvor han måtte balansere det å finne seg til rette i sitt nye miljø, samtidig som han skulle ta vare på familierelasjoner, kjæreste og venner. Gjennom sin presisering av at han personlig hadde kjempegodt av å flytte, kan det tolkes som at han hadde fått øynene opp for en helhetlig utvikling ved seg selv, som var frakoblet fra både idretten og skolen. Dette presiserte han derfor som en kjempeviktig del av erfaringen med det å være borteboende DC – utøver, og noe som han ikke ville vært foruten, selv om det påvirket skoleprestasjoner og idrettsprestasjoner negativt en periode. Slike erfaringer kan dermed tenkes å være formende for en helhetlig utvikling ved utøvere, som igjen kan være positivt med tanke på mental robusthet i det lengre løp og møtet med fremtidige overganger og utfordringer.

## 5.0 Diskusjon

Formålet med studien har vært å bidra med å tette kunnskapshullet omkring borteboeres opplevelse av det å balansere idrett, skolegang og privatliv på videregående skole, da denne gruppen opplever store overganger på flere plan samtidig. De viktigste funnene som ble belyst gjennom resultatkapittelet har vist seg å være: (1) Hvordan bosituasjonen, med hybelens utforming og romkamerater gjør seg gjeldende for trivsel, (2) Sosiale overganger, hvorav eksisterende klikker og distanse gjør seg gjeldende på skolen, og idrettsmiljøets karakteristikk og trener-utøver-relasjonen er viktige faktorer for å trives i det nye idrettsmiljøet, (3) Relasjonsstress som kan oppstå angående det å balansere familie og gamle og nye venner, (4) Hvordan utøverne utvikler seg som personer på bakgrunn av en veldig strukturert hverdag. Videre vil diskusjonen se funnene i lys av de teoretiske linsene og tidligere forskning.

### 5.1 Fysiske og sosiale premisser konstituerer følelsen av et hjem

Gjennom resultatkapittelet så vi at boligsituasjonen var et sentralt tema for studiens funn. I Henriksen et al. (2020) sin DCDE – modell er bolig/bosted beskrevet som en spesifikk dimensjon når man ser på DC – utøvere i et holistisk økologisk perspektiv. Dette har derimot hatt lite eksplisitt fokus innenfor DC – forskningen. Enkelte studier har tatt for seg aspektet om flere daglige gjøremål når man flytter for seg selv, men har ikke med aspektet om selve boligsituasjonen og hvordan dette kan påvirke informantenes velvære (Linnér et al., 2022; Solhaug et al., 2021). Boligenes konstruksjon, slik som det å ha gode nok fasiliteter til å lage ernæringsrik mat og muligheten til å skape en plass som føles som et «hjem», har vist seg å påvirke velværen til studenter og elever som flytter hjemmefra (Lahelma & Gordon, 2003; Wannebo et al., 2018). Dette har også vist seg gjeldende i denne studien, og da spesielt viktigheten av fellesarealer som tillot miljøskifter innad i boligen og la premisser for sosial omgang (Wannebo et al., 2017). Videre vil den fysiske og sosiale dimensjonen ved hyblene bli diskutert og hvordan dette kan tenkes å ha en innvirkning på velværen og deres idrettslige og akademiske innsats.

I likhet med Wannebo et al. (2018) sin studie av ikkeidrettslige borteboere på VGS, la også informantene i denne studien stor vekt på hvordan boligen var konstruert. Som nevnt i første underkapittel i første hovedtema, ble aspektet om små hybler uten fellesareal sett på som negativt for velværen ved at de følte seg innesperret. Funn fra Wannebo et al. (2018) viste

også dette, samt at aspekter som en lys og behagelig atmosfære, var viktig for velværen. Dette ble også nevnt av en av informantene i denne studien, og var medvirkende sammen med manglende fellesareal til at hun mistriivdes og ble tappet for energi og humør. Felles for alle informantene var at de leide hybler og leiligheter på privatmarkedet, som vil si at det ikke fantes noen standardisering på romstørrelse og fellesareal. På universitetsnivå finnes det såkalte samskipnader, som er en boplass for studenter, som har like hybelløsninger for mange studenter og det å flytte inn i slike ordninger er sett på som en tradisjonell form for det å bli student (Balloo et al., 2021). På videregående finnes det derimot ingen slike institusjonaliserte løsninger for elever som velger å flytte hjemmefra, vertfall ikke i det offentlige systemet som forfatter har greid å finne. Enkelte private idrettsgymnaser, slik som NTG, har derimot samme løsning som det offentlige har for universitetsstudenter for sine DC – utøvere på VGS (NTG, u.å.-b). På denne måten legger de til rette for utøvernes velvære, gjennom å ha store rom hvor de kan ha tid og plass for seg selv, men også fellesareal hvor de kan få et miljøskifte innad i hjemmet (NTG, u.å.-b). Ved en slik tilrettelegging eliminerer de dermed muligheten for at hyblenes utforming er basert på utleiers premisser, som i lys av funnene i denne studien kan tenkes å ikke være velværefremmende for utøverne.

Den andre dimensjonen ved funnene angående hybellivet, gikk på det sosiale aspektet (Lahelma & Gordon, 2003). Alle informantene beskrev hvor viktig det var med romkamerater de trivdes sammen med. Resultatene fra en tidligere norsk studie, mente å antyde at utøverne som hadde flyttet hjemmefra fikk et ekstra støttenettverk gjennom å bo med jevnaldrende utøvere som var i samme situasjon som dem selv (Solhaug et al., 2021). Nettopp dette med å bo med jevnaldrende som har samme hobbyer og interesser, virker dermed å være essensielt for å skulle trives med hybeltilværelsen, noe som også samsvarer med denne studiens resultater. Det er derimot interessant å påpeke at Solhaug et al. (2021) sine informanter spilte for en og samme fotballklubb på elitenivå, og at de dermed bodde med sine egne lagkamerater. Informantene i min studie hadde noen likheter med tanke på friidrettsutøverne som gikk på samme skole, da alle disse bodde med jevnaldrende som drev med friidrett. Disse skisserte samme fordeler som vist i Solhaug et al. (2021) sin studie. De to informantene som derimot ikke kom overens med sine romkamerater, viste til stor aldersforskjell og ingen felles interesser, noe som forsterker det forestående argumentet om at like interesser og jevn alder er viktig for å trives med de nye romkameratene. Disse funnene kan også peke i retning av at en klubbs ressurser og tilrettelegging for sine utøvere, kan være behjelpelig med tanke på overgangen til en ny bosituasjon hvis klubben har hybelleiligheter de kan disponere til

utøverne sine. På denne måten kan ressurssterke miljøer med et helhetlig syn på utøverne (Storm et al., 2021), være positivt med tanke på tilrettelegging for en fordelaktig overgang med tanke på bosituasjon, fordi de da får bo med jevnaldrende med like interesser (Henriksen et al., 2020). For utøvere som ikke er i et tilrettelagt eliteakademi, som selv må ut på det private boligmarkedet, kan de derimot være uheldig både med boligens utforming og romkamerater.

Gjennom studiens funn, samt hva tidligere forskning har vektlagt som viktig for velværen i hybellivet (Wannebo et al., 2018), kan det argumenteres for at når hverken det fysiske eller sosiale aspektet ved hybelsituasjonene er optimale (Lahelma & Gordon, 2003), kan dette gi en ekstra mental byrde på skuldrene til unge DC – utøvere som tærer på. I slike situasjoner viser det seg at utøvernes støttenettverk vil være av stor verdi for å greie å komme seg gjennom situasjonen, som vist i delkapittel 4.1.3 «flukten fra hybelen» (Knight et al., 2018).

## **5.2 Overgang til ny skole og klubb – klikker, distanse og miljø som viktige faktorer**

Tidligere forskning som har sett på overganger innenfor skoleverket og idrettsmiljøer, har vektlagt større akademiske krav (Linnér et al., 2022), koordinering og samspill mellom skolen og idretten (Christensen & Sørensen, 2009), samt de økte prestasjonskravene innenfor idrettskonteksten (Hem et al., 2022; Rye et al., 2022). Informantene i denne studien la derimot mere vekt på de sosiale overgangene som fant sted både på skolen og i idrettsmiljøene. Jeg vil argumentere for at grunnen til at de vektlegger dette som den største overgangen, er fordi de har flyttet vekk fra sine respektive mikromiljøer og derav må skape og finne trygghet i de nye sosiale relasjonene innenfor både skole- og idrettsdomenet (Henriksen et al., 2020). Dermed er det legitimt å foreslå at det psykologiske og det psykososiale planet i Wylleman og Lavalley (2004) sin modell kan ha like stor innvirkning på hvordan et DC – løp utspiller seg for borteboende DC – utøvere, da Cartigny et al. (2019) sine DC – veier i størst grad har vektlagt utfordringer angående økte skole- og idrettskrav.

Wannebo et al. (2018) har presisert viktigheten av støttende klassekamerater for at borteboere skal finne seg til rette i den nye skolehverdagen. Samtidig viser resultatene i denne studien at dette ikke alltid oppleves som tilfellet. Eksisterende klikker som «hockeyguttene» fra delkapittel 5.2.1 er et eksempel på, viser til at det kan eksistere veletablerte sosiale relasjoner innen en klasse som kan oppleves ekskluderende og lite imøtekommende. I samme kapittel

fikk vi også et innblikk i at «fotballjentene» spilte for en og samme klubb og også hadde opparbeidet seg et sterkt bånd de imellom. Disse funnene kan dermed peke mot at det eksisterer flere miljøer innad i et og samme DC – miljø (Henriksen et al., 2020), noe som også en tidligere norsk studie peker i retning av, i form av ulik tilrettelegging basert på ferdighetsnivå (Sæther et al., 2021). Dette kan skape gode og sammensveisete miljøer for de som er en del av det, men for en borteboer som ikke kjenner noen fra før av, kan dette gi en følelse av utenforskap i sin egen klasse.

Denne følelsen av utenforskap vil jeg argumentere for at kan være et resultat av hvordan klassene er strukturert fra skolens side. Morris et al. (2020) kategoriserte ulike DCDE – institusjoner, som belagde seg på ulik struktur med tanke på kommunikasjon mellom klubber, skole og forbund. Det faktum at «hockeyguttene» og «fotballjentene» befant seg i en og samme klasse kan tenkes å være gjort av organisatoriske hensyn, slik at det er enklere for skolepersonell å håndtere logistikk med tanke på eventuelle regionale samlinger eller klubbtreninger i skoletiden. Jeg argumenterer ikke for at dette er en dårlig ordning, tvert imot kan dette være positive aspekter ved det å gå på en skole som tilrettelegger hverdagen for DC – utøvere (Storm et al., 2021). Det som derimot kan bli en utilsiktet konsekvens ved en klasse som er bygd opp ved slik logistikk, er hvis borteboere som har null kjennskap til andre elever, havner som en av få som ikke er en del av disse klikkene. Et tankekors kan dermed være å prøve å eliminere sjansen for at borteboere havner i en slik klasse, dersom det finnes parallellklasser som har en større blanding av både idretter, klubber og hjemmeboere/borteboere. Sæther et al. (2021) skildret eksempelvis at flere DC – utøvere på VGS valgte gitt skole fordi mange av vennene fra barneskolen gjorde det samme, som gir belegg til argumentet om at det sosiale er viktig. Samtidig skal det sies at en av borteboerne i denne studien tilhørte «fotballjentene». Dette peker på kompleksiteten, hvorav viktigheten av å kjenne til elevenes historie og bakgrunn blant lærerne vil være essensiell for å kunne være behjelpelig i slike overganger (Wannebo et al., 2017, 2018; Wylleman & Lavalley, 2004).

Samtidig er det ikke bare klikker som virker å ha innvirkning på den sosiale overgangen, men også distanse fra hjemsplass til den nye skolen. Solhaug et al. (2021) beskrev eksempelvis at utøvere som bodde hjemme opplevde overgangen til VGS som lettere, fordi de beholdt kjennskap til både idrettslige og ikkeidrettslige venner. Forskjeller blant de borteboende informantene ble derimot ikke diskutert. I denne studien virker det derimot å være forskjeller også innenfor borteboerne i hvor enkel den sosiale overgangen er, basert på hvor langt informantene har flyttet. Logisk nok virker det å være de som har kortest reisetid som har den

enkleste overgangen, og ut fra resultatene kan det tenkes at forskjellen gjør seg gjeldende fra omkring 1,5 t – 2 t reisetid. Grunnen virker å være at de som bor nærmere, har krysset veier med klassekameratene gjennom regionale idrettsarrangementer eller konkurranser tidligere. Dette kan føre til en enklere vei inn i de eksisterende klikkene, ved at de har kjennskap til utøvere som er med i disse fra før, som igjen kan gjøre barrieren ved å bli inkludert enklere.

Når det kom til det idrettslige, pekte de fleste informantene på miljøets karakteristikk (Henriksen et al., 2020; Storm et al., 2021) som viktige for en suksessfull overgang (Wylleman & Lavalley, 2004). Tidligere forskning har vektlagt viktigheten av å ha et støtteapparat rundt utøverne, for å minimere opplevde barrierer for vellykkede DC, hvorav trenere og lærere har vært viktige (Knight et al., 2018). En opplevd barriere i denne studien for informant 2, som diskutert tidligere, var boplass og det å ikke føle seg vel i det nye hjemmet. På denne måten så vi at den helhetlige tilnærmingen klubben hadde, ved å tillate utøverne å komme og bruke fasiliteter som kjøkken og andre arealer, fungerte som et støttenettverk som ivaretok velværen og minimerte en slik barriere (Knight et al., 2018). På den andre siden så vi et eksempel ved informant 3, som beskrev en ekskluderende atmosfære i den nye klubben. Tidligere forskning har lagt vekt på at gode idrettsmiljøer er blitt beskrevet som åpne og inkluderende, nesten som en familiefølelse, hvor alle anerkjenner og respekterer hverandre (Larsen et al., 2013). Gjennom resultatene så vi dermed hvordan disse to forskjellige idrettsmiljøene var behjelpelig for informant 2 det første året for å komme seg gjennom barrieren hun opplevde, samtidig som miljøet for informant 3 nettopp ble en av barrierene i DC – utøvelsen, som var en medvirkende årsak til både trenings- og skolefravær. Disse funnene vil jeg dermed argumentere for at er med å forsterke viktigheten av gode idrettsmiljøer som ser borteboernes holistiske behov for å kunne ha suksessfulle overganger (Linnér et al., 2022).

Et idrettsmiljø er bygget opp av flere individer, hvorav lagkamerater og trenere er viktige personer som utøveren møter nesten hver dag (Henriksen et al., 2020). Storm et al. (2021) påpeker at det er viktig med et godt utbredt støttepersonell som ser og forstår utøvers situasjon på flere domener. Treneren er i så måte særs viktig og er den personen som ofte står utøveren nærmest i idrettskonteksten. Resultatene i denne studien viser hvor viktig treneren er for borteboende DC – utøvere. I fraværet av foreldre som viktige støttespillere, viser det seg at å kunne snakke med treneren om aspekter som ligger utenfor selve idrettsdomenet kan være viktig for den totale sinnstilstanden. På denne måten kan treneren bli en voksenperson som representerer støtte og trygghet i det nye mikromiljøet som utøveren skal finne seg til rette i

(Henriksen et al., 2020). Wannebo et al. (2018) argumenterer også for at dette er viktig i sine funn av borteboere på VGS, hvorav hun vektlegger at det å bli hørt og sett oppleves som en trygghet og at dette kan være hjelpsomt i tider som oppleves som krevende.

Krevende tider for idrettsutøvere er ofte forbundet med skader, og mange blir bevisst omkring viktigheten av skole som «backup» i slike situasjoner (Cartigny et al., 2019; Harrison et al., 2022). Storm et al. (2021) har vist at miljøers tilgang på eksperthjelp, i form av medisinsk personell som fysioterapeuter, er essensielt for å begrense DC - utfordringer. Informant 7 beskrev derimot manglende hjelp og tilrettelegging i henhold til sin skade, hvor hverken treneren eller sjefen for idrett på skolen hadde hjulpet henne med et opplegg eller å komme i kontakt med fysioterapeut. Samtidig reflekterte hun over at flere hadde like erfaringer, men at hjelpen man fikk kom litt an på hvilken trener man hadde. Det kan tyde på at hjelpen og tilretteleggelsen man får er veldig personavhengig og ikke miljøavhengig (Storm et al., 2021), noe som kan være en fare for bærekraften til gode DCDE, hvis det ikke er kunnskap og rutiner som er inngrodd i selve systemet. Gjennom dette eksempelet og det som ble beskrevet i forrige avsnitt ser vi dermed at relasjonen med trener både kan være positiv og negativ, og i kraft av dette lette på følelsen av å være alene eller faktisk forsterke den.

### **5.3 Relasjonsstress**

For å ha energi og overskudd til å gjennomføre en DC, er det bred konsensus i litteraturen omkring viktigheten av gode og støttende relasjoner med mennesker som står utøveren nært (Henriksen et al., 2020; Knight et al., 2018; Linnér et al., 2021). Familie og venner har eksempelvis vært viktige, for å kunne ventilere tanker og frustrasjoner, og derav motta relasjonell støtte (Henriksen et al., 2020). For borteboerne i denne studien derimot, virker aspektet om å opprettholde relasjoner i privatlivet å være kompleks, i motsetning til de som bor hjemme og ikke har et geografisk skifte i privatlivet. Om man tar Henriksen et al. (2020) sin DCDE – modell som utgangspunkt, kan det argumenteres for at *privatlivsdomenet* eksisterer på to plan, et fra hjemlassen og et i det nye miljøet de har flyttet til. Resultatene viser at det oppstår en balansegang også her, mellom det å opprettholde god kontakt med familie og gamle venner, med investering i å skape nye vennerelasjoner i den nye hjemlassen. Slike funn skisserte også Balloo et al. (2021), som beskrev situasjonen som å forhandle mellom det gamle livet de hadde etterlatt og det nye livet de hadde foran seg. Det kan dermed argumenteres for at det oppstår et ekstra relasjonsstress for borteboende DC –

utøvere på VGS, som vil være viktig for både trenere, lærere og skolepersonell å være klar over.

Enkelte studier har påpekt at ikkeidrettslige venner kan ha vanskeligheter for å forstå prioriteringene til DC – utøvere (Linnér et al., 2021). De ikkeidrettslige vennene i denne studien, virket å være de som kom fra mikromiljøet i hjemlassen. De aller fleste informantene i denne studien, virket derimot å ha støttende venner som forstod utøvernes livsvalg. Samtidig var det spesielt en person som skildret det å bli ekskludert fra vennegjengen på den gamle hjemlassen, gjerne fordi han ikke kunne være med på festlige tilstelninger. Dette eksemplifiserer godt hvordan ulike ungdomskulturer fra forskjellige plasser, kan gi innvirkning på en utøvers overgang til etterstrebelen av en DC (Henriksen et al., 2020). Samtidig argumenterer Wannebo et al. (2018) for at det å komme inn i det sosiale i den nye hjemlassen er beskrevet som særs viktig for velværen. Dersom utøveren sliter med lite forståelsesfulle venner fra hjemlassen, samt opplever en tøff overgang med å manøvrere seg inn i det nye sosiale feltet på skole eller idretten, kan dette slå negativt ut for velværen og potensielt bli en faktor til endt DC – løp (Cartigny et al., 2019). Disse funnene viser dermed at det kan eksistere flere faktorer som spiller inn på kombinasjonen, noe som Cartigny et al. (2019) sin modell kan tenkes å ha tatt for lite høyde for.

Stroebe et al. (2002) har argumentert for at unge mennesker som forlater hjemmet, kan oppleve en form for «minisorg» med tanke på hjemlengsel. Ingen av informantene skildret en voldsom hjemlengsel i denne studien, men flere poengterte viktigheten av det å dra hjem for å møte menneskene som betød noe i livet deres. Det kan tenkes at en slik copingmekanisme er for å hindre at en slik hjemlengsel skal bygge seg opp i lengden, da det er skissert at ensomhet er situasjonsavhengig og opphører når ungdommene eventuelt flytter hjem igjen (Wannebo & Wichstrøm, 2010). Samtidig er det viktig å påpeke at informantene ikke bare poengterte at de dro hjem for egen skyld, men at de også følte på et ansvar for å møte søsken eller foreldre som savnet dem. På denne måten kan det argumenteres for at informantene har fått en endret status innad i familien, med ansvar og forventninger også her (Wannebo et al., 2017). Om utøveren derimot føler på en forventning om å komme hjem i helgene for å ta vare på familiens behov, som illustrert ved ekstremtilfellet I3, kan dette bli et ekstra stressелеment for borteboere, dersom de selv føler på et behov for å være alene på hybelen en periode. Dermed er det viktig å understreke at relasjonell støtte bør forekomme på utøverens behov (Knight et al., 2018).



For informant 3, som vist i delkapittel 4.3.2, ble det skissert en kræsje som gikk utover både skole- og treningsoppmøte. Med utgangspunkt i Wylleman og Lavalley (2004) sin overgangsmodell, virker det legitimt å tolke dette som at ulike overganger på forskjellige plan på en og samme tid var en faktor til at dette gikk negativt ut over DC – balansen i en periode (Stambulova et al., 2015). Disse overgangene inkluderte å skulle komme inn i et lite inkluderende idrettsmiljø (Henriksen & Stambulova, 2017), balansere et kjæresteforhold (Linnér et al., 2021), balansere gamle vennskap med det å etablere nye (Wannebo et al., 2017, 2018), samt det å kjenne på en implisitt forventning fra foreldre. Dette var en ekstrem sak, men flere av informantene var innom de samme utfordringene, og jeg vil dermed argumentere for at borteboende DC – utøvere kan møte overganger som hjemmeboere kanskje ikke står ovenfor. Derfor argumenterer jeg, i likhet med Wylleman og Lavalley (2004) at om vi ønsker å bli kjent med *hele* utøveren, må den gjensidige og interaktive gangen i disse hendelsene bli tatt i betraktning. Og her kan det argumenteres for at viktigheten av et godt DCDE rundt utøveren kommer inn i bildet, som anerkjenner utøveren som en person som ikke kun har utfordringer på det idrettslige eller det akademiske (Storm et al., 2021). En skandinavisk studie som så på universitetsstudenters behov og miljøets støtte i overgangen til universitetet, fant eksempelvis viktigheten av et slikt helhetlig syn på utøverne (Linnér et al., 2022). De hadde flere uformelle møter hvor de holdt øye med velværen til studentutøverne. DC – personellet vektla hvor viktig det var å være tilgjengelig, bygge tillit og være åpen om å snakke med studentutøverne omkring aspekter som lå utenfor både idretten og studiene (Linnér et al., 2022). Dette var en studie med snittalder på informantene på 21 år, noe som igjen underbygger viktigheten av denne studien som ser på alle de samme endringene, men for informanter som er opptil fem år yngre og opplever store personlige overganger på et tidligere tidspunkt enn det som er anerkjent som normen ifølge modellen til Wylleman og Lavalley (2004).

## **5.4 Dual Career - kompetanser**

Flere studier har presisert at det kreves nøye tidshåndtering, planlegging og prioritering for å balansere innsatsen innenfor både idretten og det akademiske (Cosh & Tully, 2014; De Brandt et al., 2017; Linnér et al., 2019; Ryba et al., 2017). Disse kravene er blitt skissert som så tidkrevende, at de ofte går utover tid som brukes på andre deler av livet, slik som å omgås med venner eller å gjøre noe på fritiden som er frakoblet skole eller idrett (Linnér et al., 2021; Ryba et al., 2017). Samtidig skisserer studiene til Wannebo et al. (2017, 2018), som tok for

seg borteboere på VGS som ikke bedrev idrett, at det å klare seg på egen hånd i privatlivet med tanke på alle gjøremål også krevde stor grad av tidshåndtering gjennom planlegging og strukturering. Med dette kan det argumenteres for at borteboende DC - utøvere opplever en tilnærmet konstant opplevelse av det å skulle planlegge gjøremål og disponere tiden sin, som igjen virket å gi utslag i resultatene i denne studien gjennom at det å slappe av hjemme var tillagt stor verdi. Wannebo et al. (2017) fant samme tendenser i sin studie og skisserte det som en copingmekanisme for å ha energi og overskudd til kommende uke.

Behovet for å slappe av, virket å gå utover hvor sosiale de var på fritiden. Samtidig skisserte flere av informantene at de følte de fikk dekt det sosiale behovet gjennom treninger, noe som tidligere forskning også har funnet (Linnér et al., 2021). Dermed virket ikke dette å være et stort problem. Samtidig er det viktig å være klar over at en slik måte å leve på, er tungt forbundet med utøverens identifisering som elev og idrettsutøver (Cartigny et al., 2019), og akkurat dette kom til syne gjennom informant 7 som skisserte tilværelsen som veldig repeterende. Dette samsvarer med tidligere funn (Aquilina, 2013; Ryba et al., 2017). Et slikt endimensjonalt fokus kan fungere for noen, men det kan også gi en uønsket effekt hvor utøvere kjenner på at noe mangler. Dermed vil jeg argumentere for at det er viktig å utvikle evnen til å prioritere også innenfor privatlivet, og ikke bare prioriteringer angående innsatsen innenfor det akademiske og idrettslige, som litteraturen omkring DC – kompetanser har hatt fokus på (De Brandt et al., 2017). De Brandt et al. (2017) har derimot presisert viktigheten av å se på DC – kompetanser i et større kontekstuel bilde for videre forskning, og jeg vil argumentere for at funnene i denne studien viser at borteboende DC – utøvere på VGS må utvikle særegne kompetanser med tanke på balansegangen av privatlivet.

## **5.5 Oppsummerende kommentarer**

Kort oppsummert virket det som at livssituasjonen med dens utfordringer og fordeler angående boligsituasjon, sosiale overganger, det å balansere relasjoner i privatlivet sitt og den doble tidshåndteringsdimensjonen, hadde en utviklende effekt på informantene. Den felles utviklingen som de fleste påpekte, var det å vokse som personer på et helhetlig nivå. Ved å ha gått gjennom utfordringer og overganger på flere aspekter ved livet (Wylleman & Lavallee, 2004), virket det som at de ble veldig godt kjent med seg selv, sine behov, verdier, og hva de trengte for å kunne utvikle seg videre. Selv om ikke alle utfordringer virket å være positive der og da, virker det å være belegg for at disse utfordringene er med på å forme utøverne og

gjøre de mer motstandsdyktige for utfordringer i fremtiden. Det kan dermed tenkes at borteboende DC – utøvere på VGS kan ha en lettere overgang til en DC – tilværelse på universitetet, da de allerede har gjennomgått privatlivsoverganger som hovedsakelig har vært skissert som utfordrende av universitetsstudenter tidligere (Linnér et al., 2022; Linnér et al., 2021).

Avslutningsvis kan det argumenteres for at vi ser en forskjell i argumentasjonen omkring hvordan livssituasjonen og de kontekstuelle faktorene som er kartlagt, påvirker skolen og idretten. I delkapittel 4.4.3 så vi at I5 mente det var positivt for idretten og skolen å bo alene, mens I3 mente det slo negativt ut. Som vist gjennom resultatkapitlene var dette et resultat av hvordan de ulike behovene innenfor hovedtemaene var oppfylt i deres nye hverdag, hvorav I5 hadde gunstige kontekstuelle faktorer og I3 opplevde flere utfordrende faktorer innenfor både det idrettslige og det psykososiale (Wylleman & Lavallee, 2004). Med bakgrunn i dette eksempelet kan det være belegg for å anta at om en eller flere av faktorene for å trives med de scenarioene som er skissert i oppgaven ikke er til stede, kan dette få negative konsekvenser med tanke på skole- og idrettsprestasjoner. Dermed vil det være viktig med en holistisk tilnærming til borteboende DC – utøvere på VGS, som har innsikt i hvilke overganger de møter på forskjellige plan (Wylleman & Lavallee, 2004). På denne måten kan støttenettverket rundt utøveren ha bedre forutsetninger for å imøtekomme de holistiske behovene som har blitt skissert i oppgaven (Knight et al., 2018).

## 6.0 Avslutning

Avslutningsvis vil de mest sentrale funnene i lys av problemstillingen bli oppsummert. Videre vil noen praktiske implikasjoner bli foreslått, før forslag til videre forskning for å belyse temaet ytterligere blir presentert.

### 6.1 Sentrale funn

Studiens problemstilling var å utforske hvilke kontekstuelle faktorer borteboende videregåendelever opplever som fasiliterende og utfordrende for DC - balansen. Tidligere forskning har ikke sett spesifikt på denne gruppens erfaringer med kombinasjonen av idrett og skole tidligere. Funnene i denne studien viser at det er flere faktorer også utenfor det idrettslige og akademiske som spiller inn på deres refleksjoner omkring kombinasjonen.

Det har kommet tydelig frem at selve boligsituasjonen er viktig for velværen til utvalget. Det å ha hybler med fellesarealer som gjør at de slipper å føle seg innesperret virket å være viktig for trivselen. Fellesarealer var også en viktig fasilitator for at de kunne være sosiale med romkameratene sine. Fellesarealer uten romkamerater de kommer overens med vil uansett være lite nevenyttig, og funnene viser hvor viktig det er med jevnaldrende romkamerater med like interesser.

Det å flytte til en ny plass for å gjennomføre en DC på VGS, medførte flere sosiale overganger, som nye klassekamerater, nytt idrettsmiljø og nye trenere. Funnene tilsier at det å komme inn i det sosiale på skolen er en prosess, hvor flytteavstand kan være en prediktor på hvor sømløs denne overgangen blir. Det sees også at eksisterende klikker kan dannes i form av samarbeid mellom skole og enkelte klubber, som kan forsterke følelsen av å komme utenifra for borteboere.

Et åpent og inkluderende idrettsmiljø virker å være særs viktig for å finne seg til rette. Det å ha kjennskap til det nye idrettsmiljøet på forhånd, virket å være en faktor som gjorde overgangen lettere. Det viser seg også at en god trener-utøver-relasjon er viktig, hvor treneren kan være en voksenperson man kan finne relasjonell støtte i, ved fraværet av foreldre. Samtidig kan en dårlig relasjon til trener med tanke på manglende oppfølging, gi en forsterkende effekt på følelsen av å være overlatt til seg selv.

Et annet interessant funn var balansegangen mellom å opprettholde gode relasjoner med familie og venner fra hjemplassen, samtidig som de skulle finne seg til rette i sitt nye miljø.

Denne opplevelsen kan føles som et relasjonsstress, hvor en implisitt forventning fra foreldre om at man skal komme hjem i helgene kan bli et negativt element. De fleste informantene hadde forståelsesfulle venner fra hjemplassen, men oppgaven viser også hvordan lite forståelsesfulle venner kan være et resultat av en regional ungdomskultur som ikke er forenelig med idrettssatsing.

Struktur i dagliglivet i tillegg til struktur med tanke på kombinasjonen idrett/skole, virket å være både positivt og utfordrende. Det positive var at de kunne tilrettelegge hverdagen på sine egne premisser, som kunne være positivt for idrett og skole. Samtidig virket denne struktureringen å gjøre at informantene var lite sosiale på fritiden på bakgrunn av et behov for mye hvile og avslapning, samt at noen kjente på et endimensjonalt liv som gikk på repeat.

Om situasjonen deres er fremmede for skole – og idrettsprestasjoner, kan virke å være basert på hvor godt de ulike kontekstuelle faktorene som er skissert i oppgaven er oppfylt. Om det ikke er fordelaktige forhold på en eller flere scenarioer samtidig, kan det tenkes å gå utover den kortsiktige prestasjonen innen skole og idrett. Oppsummert virker livssituasjonen derimot å ha en helhetlig utvikling på informantene, i form av at de blir bedre kjent med seg selv og deres behov, og at dette kan ha en styrkende effekt i møte med fremtidige overganger i livet og idretten.

## **6.2 Praktiske implikasjoner**

I tråd med studiens teoretiske linser omkring flere overganger som inntreffer samtidig på ulike plan og domener (Henriksen et al., 2020; Wylleman & Lavalée, 2004), er det gjennom denne studien også vist at det vil være viktig med et helhetlig blikk på borteboende DC – utøveres hverdag. Det kan være flere «usynlige» utfordringer som inntreffer gjennom det å være borteboende DC – utøver på VGS, og gode relasjoner med lærere, trenere og øvrig DC – personell vil være viktig for å kunne identifisere potensielle barrierer (Knight et al., 2018; Linnér et al., 2022; Wannebo et al., 2017, 2018).

I fraværet av foreldre som trygge støttespillere, kan det argumenteres for at trenere og kontaktlærere får en viktigere rolle med tanke på å gi uformell relasjonell støtte i form av samtaler omkring utøvernes hverdag også utenfor idrett og skole (Linnér et al., 2022; Wannebo et al., 2017).

Et annet interessant tankekors hadde vært om skolene som institusjon kunne ha koblet sammen foreldre til borteboere som skal starte det første høstsemesteret på skolen så tidlig som mulig. Slik kan det åpnes en mulighet for å finne hybler med likesinnede utøvere, som kan tenkes å gjøre overgangen til boligsituasjonen enklere. Om dette er byråkratisk mulig i forbindelse med inntaksdatoer og lignende er uvisst, men hadde vært en interessant mulighet i fravær av institusjonaliserte hybelhus som finnes i universitetssammenheng.

### **6.3 Videre forskning**

Da det ikke er gjort noen eksplisitt forskning på borteboende VGS – elever som gjennomgår en DC, vil det være hensiktsmessig med flere studier av samme format som denne, for å kunne teste gyldigheten ved funnene. Det kunne også vært interessant med større kvantitative undersøkelser som kartlegger utfordringer knyttet til skole, idrett, privatliv, sosialt liv og finanser, som gjort i Linnér et al. (2022), bare i VGS og sammenligne om det er forskjeller mellom hjemmeboere og borteboere.

Foreldre står sine barn og ungdommer nært og kjenner de bedre enn de fleste. Dermed hadde det vært interessant med kvalitative studier av foreldre til borteboende DC – utøvere, for å høre deres erfaringer omkring ungdommens situasjon og hvordan de har opplevd dette.

Med tanke på viktigheten av et godt støttenettverk rundt DC – utøvere (Knight et al., 2018; Storm et al., 2021), hadde det også vært av interesse med intervjuer av lærere, trenere og øvrig DC – personell i det nye miljøet, for å se hvilke refleksjoner de har omkring borteboende DC – utøveres behov.

## 7.0 Metoderefleksjon

I metodekapittelet ble det nevnt at innsamling av data gjennom dybdeintervju bringer med seg utfordringer med tanke på refleksivitet i tolkningsprosessen (Kvale & Brinkmann, 2015; Tjora, 2017). For å være åpen med leser omkring dette, har jeg vært transparent med tanke på egen erfaring som borteboende DC – utøver, samt tidligere forskningserfaring omkring lignende tema på bacheloroppgaven. Mitt inntrykk gjennom studien, er at denne bakgrunnen har vært en større fordel enn det har vært en utfordring med tanke på viktige oppfølgingsspørsmål, men ikke minst med tanke på tilliten mellom intervjuer og informant som gav innsyn til personlige historier (Tracy, 2010).

Denne tilliten følte jeg på, da flere informanter delte historier som kan oppleves som personlige, allerede ganske tidlig i intervjuene. Jeg var spesielt overrasket over at de to guttene i studien var åpne om tøffe erfaringer de hadde kjent på, med bakgrunn i at gutter ofte har større barrierer for å åpne seg (American Psychological Association, 2018). Min refleksjon i ettertid var at dette skyldtes den trygge atmosfæren som ble skapt på forhånd og underveis i intervjuene. Samtidig ser jeg også at min ambisjon om å grave mer i hintene informantene kom med, ikke ble gjort godt nok gjennom I3 sin «kræsj», hvor jeg som intervjuer følte at dette potensielt kunne overskride etiske grenser.

For å etterleve studiens vitenskapsteoretiske utgangspunkt på en enda grundigere måte, kan det argumenteres for at observasjon kunne gitt interessante tilleggsperspektiver omkring informantenes opplevelser og forståelse av seg selv og seg selv i samspill med sine omgivelser, som nevnt i metodekapittelet. Atkinson (2015) argumenterer eksempelvis for at det virkelige sosiale, er dagligdagse rutiner og handlinger som konstituerer dagliglivet. Med dette i bakhodet hadde gyldigheten ved funnene kunne blitt styrket ved observasjon i eksempelvis klasserommet, for å utforske om det er samspill mellom informantenes opplevde overganger i forbindelse med det sosiale og det som faktisk skjer. Samtidig kan det argumenteres for at en slik observasjonstilnærming hadde krevd stor tidsinvestering (Atkinson, 2015), gjerne fra skolestart i August, til skoleavslutning i Juni i løpet av det første året på VGS, for å se utviklingen over tid.

En styrke som ble påpekt i metodekapittelet, var oppgavens rike kompleksitet gjennom å kombinere to fagfelt og derav ha flere teoretiske linser (Tracy, 2010). Samtidig kan det tenkes at en slik tilnærming gjør studien stor og kompleks, og derav komplisert å analysere, slik at man får en følelse av å drukne i datamateriale (Tjora, 2017). Samtidig vil jeg argumentere for

at det er viktig med et bredt akademisk sikte (Creswell, 2009) i et tema som tidligere ikke er forsket eksplisitt på, slik at man unngår å ikke fange opp interessante aspekter ved informantenes livsverden. Om temaet blir forsket mere på, kan man derimot stramme inn siktet for å beskrive de ulike kontekstuelle faktorene som ble funnet i denne studien dypere.



## Litteraturliste

- American Psychological Association. (2018). *APA guidelines for psychological practice with boys and men*. Hentet fra <https://www.apa.org/about/policy/boys-men-practice-guidelines.pdf>
- Andersson, H. W. (2010). *Levekårsmessige forhold for hybelboere i videregående skoler i Nordland* (SINTEF A16427). Hentet fra <https://sintef.brage.unit.no/sintef-xmlui/bitstream/handle/11250/2488320/Til%2brapportbasen%2bRapport%2bA16427%2bLevek%25C3%2583%25C2%25A5rsunders%25C3%2583%25C2%25B8kelse%2bhybelboere%2bNordland.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Aquilina, D. (2013). A Study of the Relationship Between Elite Athletes' Educational Development and Sporting Performance. *The International Journal of the History of Sport*, 30(4), 374-392. <https://doi.org/10.1080/09523367.2013.765723>
- Atkinson, P. (2015). *For Ethnography* SAGE Publications Ltd.
- Bagordo, F., Grassi, T., Serio, F., Idolo, A. & De Donno, A. (2013). Dietary habits and health among university students living at or away from home in southern Italy. *Journal of Food and Nutrition Research*, 52(3), 164 - 171.
- Baloo, K., Gravett, K. & Erskine, G. (2021). 'I'm not sure where home is': narratives of student mobilities into and through higher education. *British Journal of Sociology of Education*, 42(7), 1022 - 1036. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/01425692.2021.1959298>
- Braun, V. & Clarke, V. (2012). Thematic analysis. I H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf & K. J. Sher (Red.), *APA handbook of research methods in psychology, Vol 2: Research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological*. (s. 57-71). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Breidablik, H.-J. & Meland, E. (2001). Ung på hybel – sosial kontroll og helselatert atferd. *Tidsskr Nor Lægeforen*, 121.
- Broadhead, R. S. & Rist, R. C. (1976). Gatekeepers and the Social Control of Social Research\*. *Social Problems*, 23(3), 325-336. <https://doi.org/10.2307/799778>
- Bufdir. (2022). Gjennomføring og frafall i skolen. Hentet fra [https://www.bufdir.no/Statistikk\\_og\\_analyse/Oppvekst/Barnehage\\_og\\_skole/Gjennomforing\\_og\\_frafall\\_i\\_skolen/](https://www.bufdir.no/Statistikk_og_analyse/Oppvekst/Barnehage_og_skole/Gjennomforing_og_frafall_i_skolen/)
- Burlot, F., Richard, R. & Joncheray, H. (2016). The life of high-level athletes: The challenge of high performance against the time constraint. *International Review for the Sociology of Sport*, 53(2), 234-249. <https://doi.org/10.1177/1012690216647196>
- Calaguas, G. M. (2014). Living away from home: Homesickness as experienced by college freshmen. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 9(4), 270 - 279.
- Cartigny, E., Fletcher, D., Coupland, C. & Taylor, G. (2019). Mind the Gap: A Grounded Theory of Dual Career Pathways in Sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 33(3), 280-301. <https://doi.org/DOI: 10.1080/10413200.2019.1654559>
- Christensen, M. K. & Sørensen, J. K. (2009). Sport or school? Dreams and dilemmas for talented young Danish football players. *European Physical Education Review*, 15(1), 115 - 132. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1356336X09105214>
- Cosh, S. & Tully, P. J. (2014). "All I have to do is pass": A discursive analysis of student athletes' talk about prioritising sport to the detriment of education to overcome stressors encountered in combining elite sport and tertiary education. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(2), 180-189. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.015>
- Creswell, J. W. (2009). *Research Design* (3. utg.) SAGE
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode - en kvalitativ tilnærming* (2. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- De Brandt, K., Wylleman, P., Torregrossa, M., Defruyt, S. & Rossem, N. (2017). Student-athletes' perceptions of four dual career competencies. *Revista de Psicología del Deporte*, 26, 28-33.
- EU. (2012). EU guidelines on dual careers of athletes: Recommended policy actions in support of dual careers in high performance sport. Hentet 05.03 2021 fra

- [https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final_en.pdf)
- Goldscheider, F. K. & DaVanzo, J. (1986). Semiautonomy and Leaving Home in Early Adulthood. *Social Forces*, 65(1), 187 - 201. <https://doi.org/https://doi.org/10.2307/2578942>
- Gustafsson, H., Kenttä, G. & Hassmén, P. (2011). Athlete burnout: an integrated model and future research directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(1), 3-24. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2010.541927>
- Harrison, G. E., Vickers, E., Fletcher, D. & Taylor, G. (2022). Elite female soccer players' dual career plans and the demands they encounter. *Journal of Applied Sport Psychology*, 34(1), 133-154. <https://doi.org/10.1080/10413200.2020.1716871>
- Hem, M., Fuhre, J., Høigaard, R. & Sæther, S. A. (2022). Talent development abroad. Young football players' experiences and challenges on being recruited to English academies. *Soccer & Society*, 23(8), 1118-1129. <https://doi.org/10.1080/14660970.2022.2038573>
- Henriksen, K. (2010). *The ecology of talent development in sport: A multiple case study of successful athletic talent development environments in Scandinavia* University of southern Denmark. Hentet fra [http://sportspsykologen.dk/pdf/Henriksen The ecology of talent development in sport.pdf](http://sportspsykologen.dk/pdf/Henriksen%20The%20ecology%20of%20talent%20development%20in%20sport.pdf)
- Henriksen, K. & Stambulova, N. (2017). Creating optimal environments for talent development: A holistic ecological approach. I J. Baker, S. Cobley, J. Schorer & N. Wattie (Red.), *Routledge Handbook of Talent Identification and Development in Sport* (s. 271 - 284). London: Routledge.
- Henriksen, K., Storm, L. K., Kuettel, A., Linner, L. & Stambulova, N. (2020). A holistic ecological approach to sport and study: The case of an athlete friendly university in Denmark. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 1 - 12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101637>
- Hjelseth, A. (2016). Frafall i ungdomsidretten - et overvurdert problem? I Ø. Seippel, M. K. Sisjord & Å. Strandbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 232 - 245). Oslo: CAPPELEN DAMM AS.
- Knight, C. J., Harwood, C. G. & Sellars, P. A. (2018). Supporting adolescent athletes' dual careers: The role of an athlete's social support network. *Psychology of Sport and Exercise*, 38, 137-147. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.06.007>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Lahelma, E. & Gordon, T. (2003). Home as a Physical, Social and Mental Space: Young People's Reflections on Leaving Home. *Journal of Youth Studies*, 6(4), 377 - 390. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/1367626032000162104>
- Larsen, C. H., Alfermann, D., Henriksen, K. & Christensen, M. K. (2013). Successful Talent Development in Soccer: The Characteristics of the Environment. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2(3), 190 - 206. [https://doi.org/DOI: 10.1037/a0031958](https://doi.org/DOI:10.1037/a0031958)
- Linnér, L., Stambulova, N. & Henriksen, K. (2022). Facilitating student-athletes' dual career transition: A Scandinavian university case study. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 11, 107-123. <https://doi.org/10.1037/spy0000275>
- Linnér, L., Stambulova, N. & Ziegert, K. (2021). Maintaining dual career balance: A scenario perspective on Swedish university student-athletes' experiences and coping. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 3, 47 - 55. <https://doi.org/https://doi.org/10.7146/sjsep.v3i.125734>
- Linnér, L., Stambulova, N. B., Lindahl, K. & Wylleman, P. (2019). Swedish university student-athletes' dual career scenarios and competences. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-16. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1611898>
- Mehus, I. (2019). Barne- og ungdomsidrett. I S. A. Sæther (Red.), *Idrettsvitenskap: Perspektiver og praksis* (s. 127 - 136). Oslo: Universitetsforlaget.

- Morgan, D. L. (2007). Paradigms Lost and Pragmatism Regained: Methodological Implications of Combining Qualitative and Quantitative Methods. *Journal of Mixed Methods Research*, 1(1), 48-76. <https://doi.org/10.1177/2345678906292462>
- Morris, R., Cartigny, E., Ryba, T. V., Wyllemann, P., Henriksen, K., Torregrossa, M., ... Erpic, S. C. (2020). A taxonomy of dual career development environments in European countries. *European Sport Management Quarterly*, 21(1), 134 - 151. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/16184742.2020.1725778>
- NESH. (2021). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap og humaniora*. Hentet fra <https://www.forskningsetikk.no/retningslinjer/hum-sam/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-og-humaniora/>
- NRK. (2021). 4. mars kl. 20:05 – VM-kveld. I VM - kveld. Norge: Norsk Rikskringkasting. Hentet fra <https://tv.nrk.no/serie/ski-vm/202103/MSPO50246221/avspiller>
- NTG. (u.å.-a). God alene. Best sammen. Hentet fra <https://ntg.no/>
- NTG. (u.å.-b). Hybelhuset. Hentet fra <https://ntg.no/skoler/ntg-lillehammer/hybelhuset/>
- Olympiatoppen. (u.å.). Skole og idrett. Hentet fra <https://olympiatoppen.no/fagomrader/talentutvikling/skole-og-idrett/>
- Oslo Economics. (2022). *Kartlegging av borteboende elever i videregående opplæring i Nordland*. Hentet fra <https://osloeconomics.no/wp-content/uploads/2022/08/OE-rapport-borteboende-elever.pdf>
- Payne, G. & Williams, M. (2005). Generalization in Qualitative Research. *Sociology*, 39(2), 295-314. <https://doi.org/10.1177/0038038505050540>
- Ringdal, K. (2018). *Enhet og mangfold. Samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode* (4. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Robson, C. & McCartan, K. (2016). *Real World Research* (4. utg.) John Wiley Sons Inc.
- Roulston, K. (2010). Considering quality in qualitative interviewing. *Qualitative research*, 10(2), 199 - 228. <https://doi.org/DOI:10.1177/1468794109356739>
- Ryba, T. V., Stambulova, N. B., Selänne, H., Aunola, K. & Nurmi, J.-E. (2017). "Sport has always been first for me" but "all my free time is spent doing homework": Dual career styles in late adolescence. *Psychology of Sport and Exercise*, 33, 131-140. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.08.011>
- Rye, A., Ransom, D., Littlewood, M. & Sæther, S. A. (2022). Performance and organizational stressors in the junior-to-senior transition in football. *Current Issues in Sport Science (CISS)*, 7, 003. <https://doi.org/10.36950/2022ciss003>
- Silverman, D. (2017). How was it for you? The Interview Society and the irresistible rise of the (poorly analyzed) interview. *Qualitative research*, 17(2), 144 - 158. <https://doi.org/DOI:10.1177/1468794116668231>
- Sisjord, M. K. & Sørensen, M. (2016). Skigymnaselever - forventninger, erfaringer og utbytte. I Ø. Seippel, M. K. Sisjord & Å. Strandbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 315 - 334). Oslo: CAPPELEN DAMM AS.
- Solhaug, M., Høigaard, R. & Sæther, S. A. (2021). The balancing act of combining school and football in the transition from a non-professional club into junior-elite academy football. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 40-46. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v3i.128322>
- Stambulova, N. B., Engström, C., Franck, A., Linner, L. & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 4 - 14. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.009>
- Storm, L. K., Henriksen, K., Stambulova, N. B., Cartigny, E., Ryba, T. V., De Brandt, K., ... Ceci Erpič, S. (2021). Ten essential features of European dual career development environments: A multiple case study. *Psychology of Sport and Exercise*, 54, 1 - 13. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101918>

- Storm, R. K. & Eske, M. (2022). Dual careers and academic achievements: does elite sport make a difference? *Sport, Education and Society*, 27(6), 747-760.  
<https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1919070>
- Stroebe, M., Vliet, T. V., Hewstone, M. & Willis, H. (2002). Homesickness among students in two cultures: antecedents and consequences *British Journal of Psychology*, 93.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1348/000712602162508>
- Sæle, O. O. (2020). Toppidrett. Hentet fra <https://snl.no/toppidrett>
- Sæther, S. A. (2017). *De norske fotballtalentene. Hvem lykkes og hvorfor?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Sæther, S. A., Feddersen, N., Andresen, E. & Bjørndal, C. T. (2022). Balancing sport and academic development: Perceptions of football players and coaches in two types of Norwegian school-based dual career development environments. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 17(6), 1270-1282. <https://doi.org/10.1177/17479541221111462>
- Sæther, S. A., Nygaard, A., Johansen, B. T. & Erikstad, M. K. (2021). Talentutvikling via studieprogrammet idrettsfag: En retrospektiv studie av unge fotballspilleres opplevelse av å kombinere videregående skole og satsning på en fotballkarriere. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 12, 85 - 111.
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse - En innføring i kvalitative metoder* (bd. 5) Fagbokforlaget.
- Tjora, A. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Tracy, S. J. (2010). Qualitative Quality: Eight "Big-Tent" Criteria for Excellent Qualitative Research. *Qualitative Inquiry*, 16(10), 837-851. <https://doi.org/10.1177/1077800410383121>
- Trondelagfylke. (u.å.). Våre skoler. Hentet fra <https://www.trondelagfylke.no/vare-tjenester/utdanning/vare-skoler?category=0&page=1>
- UIO. (2021). Nettskjema. Hentet 30.01 2021 fra <https://www.uio.no/tjenester/it/adm-app/nettskjema/>
- Wannebo, W., Devik, S. A. & Uhrenfeldt, L. (2017). Meanings of Living in Lodgings During Senior High School. *The Journal of School Nursing*, 35(3), 221 - 232.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1059840517742704>
- Wannebo, W., Devik, S. A. & Uhrenfeldt, L. (2018). Conditions and strategies high school students living in lodgings experience as important and helpful for their well-being. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 13, 1 - 14.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1080/17482631.2018.1481310>
- Wannebo, W. & Wichstrøm, L. (2010). Are high school students living in lodgings at an increased risk for internalizing problems? *Journal of Adolescence*, 33(3), 439 - 447.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.06.007>
- Widerberg, K. (2001). *Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Wylleman, P. & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. I M. Weiss (Red.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (s. 503 - 523). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

## Vedlegg 1: Informasjonsskriv

### Vil du delta i forskningsprosjektet

#### *”Balansegangen mellom det å være borteboer på VGS og satse idrett”*

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke hvordan borteboere på VGS opplever balansegangen mellom idrettssatsing, skolegang og privatliv. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

#### **Formål**

Formålet med denne masterstudien er få en dypere forståelse av hvordan borteboende elever på videregående skole opplever balansegangen mellom det å satse på idretten, prestere på skolen og leve et liv alene på hybel. Hvilke fordeler og ulemper det er med denne balansegangen og hvordan elevene selv opplever dette, vil være det mest interessante å få belyst.

#### **Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?**

Instituttet for sosiologi og statsvitenskap ved NTNU Trondheim er ansvarlig for prosjektet.

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

Du får spørsmål om å delta på bakgrunn av at du oppfyller alle kravene for masterstudiet. Disse kravene er at du er borteboer (ikke bor hjemme hos foreldre) og satser idrett samtidig som du er elev på videregående skole. Det vil derfor være interessant å høre med deg hvordan du opplever denne balansegangen mellom det å bo alene, satse idrett og prestere på skolen.

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

For å belyse dette temaet vil metoden som benyttes være kvalitativ. Det vil si at jeg og du har en samtale (intervju) angående temaet for studiet. Dette intervjuet vil ha et omfang på rundt 45 minutter. Samtalen vil bli registrert ved hjelp av et lydopptak, slik at intervjuet vil foregå på en naturlig måte uten at intervjuer må sitte og notere.

- Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer dette at du er tilgjengelig for en samtale på ca. 45 minutter. Sted for intervju er fleksibelt fra min side, da det viktigste er at det er praktisk for din del.

Hvis du er under 18 år, kan foreldre få tilgang på intervjuguiden på forhånd om ønskelig.

#### **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.

- De som vil ha tilgang på opplysningene som kommer frem ved intervjuet er meg selv og min veileder Niels Feddersen.
- Navnet ditt og kontaktopplysningene dine vil jeg erstatte med en kode som lagres på egen navneliste, adskilt fra øvrige data. Intervjuet vil bli lagret på en kryptert forskningsserver.
- Ditt navn vill heller ikke brukes i endelig oppgave, da det vil opprettes fiktive navn for å legge frem funn. Skolenavn, idrettsklubb og hjemsted vil også bli anonymisert.

### **Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?**

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er 31. Mai 2023. Ved prosjektslutt vil personopplysninger og opptak bli slettet.

### **Dine rettigheter**

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

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- å få slettet personopplysninger om deg,
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

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

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra NTNU har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### **Hvor kan jeg finne ut mer?**

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

- Student Jens Grut Vorpvik (jensgv@ntnu.no).
- NTNU ved Niels Feddersen (niels.feddersen@ntnu.no).
- Vårt personvernombud: Thomas Helgesen (thomas.helgesen@ntnu.no eller 93 07 90 38)

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

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Niels Feddersen  
(Forsker/veileder)

Jens Grut Vorpvik  
(Student)

---

-----

## Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet [*Balansegangen mellom det å være borteboer, satse på idrett og prestere på skolen*], og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet


---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## Vedlegg 2: Godkjenning fra NSD

Meldeskjema for behandling av personopplysninger https://meldeskjema.sikt.no/6358f4d7-eac8-4234-8a5d-ef1fcb0ab96/vurdering


---

 Sikt

---

[Meldeskjema](#) / [Toppidrettssatsing\\_videregående skole\\_og\\_borteboer](#) / Vurdering

### Vurdering av behandling av personopplysninger

<b>Referansenummer</b> 572225	<b>Vurderingstype</b> Automatisk 	<b>Dato</b> 16.12.2022
----------------------------------	---	---------------------------

**Prosjekttittel**  
Toppidrettssatsing, videregående skole og borteboer

**Behandlingsansvarlig institusjon**  
Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet / Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap (SU) / Institutt for sosiologi og statsvitenskap

**Prosjektansvarlig**  
Niels B. Feddersen


**Student**  
Jens Grut Vorpvik

**Prosjektperiode**  
01.02.2023 - 01.06.2023

**Kategorier personopplysninger**  
Alminnelige

**Lovlig grunnlag**  
Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 01.06.2023.

[Meldeskjema](#) 

---

**Grunnlag for automatisk vurdering**  
Meldeskjemaet har fått en automatisk vurdering. Det vil si at vurderingen er foretatt maskinelt, basert på informasjonen som er fylt inn i meldeskjemaet. Kun behandling av personopplysninger med lav personvernulempe og risiko får automatisk vurdering. Sentrale kriterier er:

- De registrerte er over 15 år
- Behandlingen omfatter ikke særlige kategorier personopplysninger;
  - Rasemessig eller etnisk opprinnelse
  - Politisk, religiøs eller filosofisk overbevisning
  - Fagforeningsmedlemskap
  - Genetiske data
  - Biometriske data for å entydig identifisere et individ
  - Helseopplysninger
  - Seksuelle forhold eller seksuell orientering
- Behandlingen omfatter ikke opplysninger om straffedommer og lovovertridelser
- Personopplysningene skal ikke behandles utenfor EU/EØS-området, og ingen som befinner seg utenfor EU/EØS skal ha tilgang til personopplysningene
- De registrerte mottar informasjon på forhånd om behandlingen av personopplysningene.

**Informasjon til de registrerte (utvalgene) om behandlingen må inneholde**

- Den behandlingsansvarliges identitet og kontaktopplysninger
- Kontaktopplysninger til personvernombudet (hvis relevant)
- Formålet med behandlingen av personopplysningene
- Det vitenskapelige formålet (formålet med studien)

1 av 2 10.05.2023, 18.39



- Det lovlige grunnlaget for behandlingen av personopplysningene
- Hvilke personopplysninger som vil bli behandlet, og hvordan de samles inn, eller hvor de hentes fra
- Hvem som vil få tilgang til personopplysningene (kategorier mottakere)
- Hvor lenge personopplysningene vil bli behandlet
- Retten til å trekke samtykket tilbake og øvrige rettigheter

Vi anbefaler å bruke vår [mal til informasjonsskriv](#).

#### **Informasjonssikkerhet**

Du må behandle personopplysningene i tråd med retningslinjene for informasjonssikkerhet og lagringsguider ved behandlingsansvarlig institusjon. Institusjonen er ansvarlig for at vilkårene for personvernforordningen artikkel 5.1. d) riktighet, 5. 1. f) integritet og konfidensialitet, og 32 sikkerhet er oppfylt.

## Vedlegg 3: Intervjuguide

<b>Intervjuguide</b>
<p><b>Oppvarming:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Opplysninger angående prosjektet, samt informasjon om meg selv.</li></ul>
<p><b>Oppvarmingsspørsmål til informantene:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kan du fortelle litt om deg selv? (Hvor du kommer fra, alder, idrettsgren)</li></ul>
<p><b>Privatliv/hybellivet:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Hvordan bor du nå? (Alene, med venner?)<ul style="list-style-type: none"><li>○ Hvem er de du bor med? (Om de gjør det samme som informanten eller de har andre interesser)</li><li>○ Har de noen forventninger til deg angående fritiden? (Være med på fester eller lignende?)</li></ul></li><li>• Hvordan var det å flytte hjemmefra og skulle bo alene på hybel?<ul style="list-style-type: none"><li>○ Hva var positive og negative opplevelser rundt dette?</li><li>○ Hvor lang reisetid er det til (sted der du går skole/bor nå) fra der du kommer fra?</li><li>○ Er det mer utfordrende å bo alene, eller er det lite forskjell fra hjemme?</li></ul></li><li>• Hvordan er det å bo alene? (kom med oppfølgingsspørsmål om de trives i eget selskap, ensomhet, hvordan de eventuelt takler dette osv..)<ul style="list-style-type: none"><li>○ Hva gjør du om du ikke er på trening, gjør skolearbeid eller henger med venner? (Eventuelle oppfølgingsspørsmål om hvorfor)</li></ul></li><li>• Kan du beskrive hvordan hybelen/leiligheten du bor i er?<ul style="list-style-type: none"><li>○ Har du en følelse av hjem der? I så fall, på hvilket hvis og hva skaper den hjemlige følelsen? Hvis ikke, hvorfor ikke?</li></ul></li><li>• Hvordan er matvanene? (Frokost, middag, kveldsmat)<ul style="list-style-type: none"><li>○ Lager du selv eller med andre?</li><li>○ Hvordan forberedes dette? (innkjøp osv)</li><li>○ Hva spises mest av? (typer mat osv)</li></ul></li><li>• Hvordan takler du den økonomiske siden ved å bo alene?<ul style="list-style-type: none"><li>○ Oppfølgingsspørsmål om de har jobb ved siden av, og hvordan det eventuelt er.</li></ul></li></ul>

- Hvordan er det å ha flyttet fra familie og allerede etablerte venner?
  - Gikk det fort å få nye venner eller var det krevende?
- Er det noe du synes er spesielt krevende med å bo alene på hybel?
  - Reise til skole/trening?
  - Økonomi?
  - Tid til «alt» som skal gjøres (skolearbeid, trening, fritid, husarbeid)
  - Savn av foreldre, gamle venner, hjemstedet?

### **Skole:**

- Hvorfor valgte du idrettslinjen/toppidrettslinjen?
  - Eget ønske?
  - Føler du at det ligger en forventning om at man skal ta utdanning? (Fra familie, venner eller generelt i Norge som samfunn?)
- Hvordan var overgangen fra ungdomsskolen hjemme, til mer ukjent terreng på VGS?
  - Kjente du noen elever fra før, eller var alle nye?
  - Hvordan har tilpasningen til de nye skolekravene (arbeidsmengde, oppgaver, selvstendighet) gått?
  - Hva gjør du om du sliter med lekser (vanskelige oppgaver)?
- Hvordan er forholdet ditt til lærerne? (kjenner de til idrettssatsingen din?)
  - Vet lærerne at du er «borteboer»?
  - Eventuelt oppfølgingsspørsmål om lærerne er fleksible når det gjelder skolearbeid, med tanke på idretten?
  - Er det noen idrettskoordinatorer på skolen? (som samsnakker med klubben/treneren din?).
- Hva føler du forventningene er til deg som elev, fra skolen og lærere?
- Hva er ambisjonen med skolegangen?
  - Skal du studere videre?

### **Idretten/Klubben:**

- Kan du fortelle litt om prosessen rundt det å finne ny klubb når du flyttet for deg selv?
  - Hvordan opplevdes dette? Fant du lag selv eller var foreldre eller lærere med i prosessen?

- Hvordan er miljøet i den nye klubben? Enkelt å gli inn i gruppen eller var det vanskelig?
  - Hvordan var treneren i denne fasen og hvordan er forholdet med han/hun?
  - Vet treneren at du er «borteboer»?
  - Er det andre personer i klubben enn treneren du har tett dialog/kontakt med?
- Hvor mange treninger og kamper/konkurranser har du totalt i løpet av en uke?
- Hva er ambisjonen med idretten?
- Hvilke forventninger har treneren/trenerne til deg angående idretten?
- Hva er den største overgangen fra forrige klubb til denne?
  - Med tanke på idrettslige krav (nivå, treningsmengde, seriøsitet)
- Hvor langt er det til trening og hvordan kommer du deg dit?

### **Balansen mellom skolegang, idrettssatsing og privatliv som borteboer:**

- Hvordan oppleves det å skulle prestere både i idretten og på skolen?
  - Hvilken arena er viktigst for deg? (og hvorfor?)
- Hvordan disponerer du tiden din for å prestere både på skolen og i idretten?
  - Må du prioritere det ene over det andre?
- Er det enkelte tider på året det er vanskeligere å kombinere idrett, skolegang og det å bo alene, eller er det ganske likt hele året?
  - Eventuelt oppklarende spm.: Med tanke på perioder med mye lekser eller mye trening og kamper?
- Kolliderer forventningene fra lærere og trenere med hverandre, eller er de overkommelige?
- Kan du fortelle meg litt om hvordan du håndterer dagligdagse oppgaver?
  - Er du selv ansvarlig for å handle inn mat, gjøre rent, lage mat og slike ting?
  - Om så, føler du at dette går fint, eller er det noe du skulle vært foruten?
- Går skolegangen og idrettssatsingen utover privatlivet ditt?
  - Alenetid?
  - Venner og familie?
- Tror du balanseringen mellom privatliv, skole og idrett hadde vært annerledes om du foreldrene dine hadde bodd sammen med deg der du går på skole nå, eller tror du ikke det hadde vært noen forskjell?
- Hva opplever du som det mest krevende med å være «borteboer» og skulle prestere både i idretten og skolen?

- Kan eventuelt trenere og lærere(skolen) gjøre noe for å hjelpe deg med disse utfordringene?

