

Jan Åge Hermundsgård

## Hva forårsaker frafall i ungdomsidretten?

Hvordan påvirkes frafallet av faktorene og er det forskjell mellom lagidrett og individuell idrett

Bacheloroppgave i Samfunns- og idrettsvitenskap

Veileder: Martin Nesse

Mai 2020



Jan Åge Hermundsgård

## **Hva forårsaker frafall i ungdomsidretten?**

Hvordan påvirkes frafallet av faktorene og er det forskjell mellom lagidrett og individuell idrett

Bacheloroppgave i Samfunns- og idrettsvitenskap  
Veileder: Martin Nesse  
Mai 2020

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



# Innholdsfortegnelse

Sammendrag	1
1.0 Innledning	2
2.0 Giddens og det sen-moderne	3
2.1 Frafall fra idrett i det sen-moderne	6
3.0 Metode	8
3.1 Valg av design	8
3.2 Valg av metode	8
3.3 Utvalg og rekruttering	9
3.4 Gjennomføring av intervju	10
3.5 Kvalitetsvurderinger	10
4.0 Diskusjon	12
5.0 Avslutning	19
6.0 Refereanseliste	20

# Sammendrag

Oppgavens formål er å forklare hva som forårsaker frafall i ungdomsidretten gjennom et kvalitativt forskningsperspektiv. Gjennom 6 fokuserte dybdeintervju av tidligere idrettsutøvere som sluttet med idrett i alderen 15-20 år, forsker jeg på hvilke faktorer som påvirker utøverne til å slutte med organisert idrett og i hvilken grad de påvirker utøverne. Oppgaven tar også for seg om det er noen forskjell på disse faktorene mellom utøvere fra individuelle idretter og utøvere fra lagidretter.

Oppgaven tar for seg Giddens teorier om den moderne og sen-moderne samfunn og dets trekk for å gi en dypere forståelse på hvorfor og hvordan dette frafallet skjer.

Oppgavens hovedfunn er at det er oftest flere faktorer som har innvirkning på frafallet og de mest hyppige er dalende motivasjon eller interesse grunnet forandringer innad i idretts/klubbmiljøet, fokus på konkurranse, prestasjonspress og prioritering av andre interesser eller arenaer som skole og utdanning. I de fleste tilfeller er det et resultat av flere av disse faktorene og en evaluering og beslutning over lengre tid som fører til frafallet.

# 1.0 Innledning

Norges Idrettsforening (NIF) er landets største frivillige organisasjon. I deres nyeste langtidsplan for Norsk idrett, «Idretten vil!» som drar seg fra 2019-2023 beskriver de sine byggeklosser på følgende måter. Deres formål er å jobbe for at alle skal gis en mulighet til å utøve idrett etter egne ønsker og behov, uten å bli utsatt for noen form for usaklig forskjellsbehandling (NIF, 2019). Deres visjon er «Idrettsglede for alle», og virksomhetside er at «alle skal oppleve idrett, mestring og utvikling i idrettens trygge og gode fellesskap» (NIF, 2019). I denne planen er en av deres viktigste mål at de ønsker at flere er deltakende i idrett og at de som deltar skal være med lenger. Måtene de vil nå dette målet på er å gjøre tilbudet for å drive med livslang idrett bedre ved et mangfoldig idrettstilbud til alle, gjøre idrettslagene bedre og å skaffe flere og bedre anlegg som gjør det mulig at all ønsket aktivitet kan gjennomføres. Ifølge årsrapporten deres fra 2018 lå medlemstallene til NIF rett i overkant av 1,9 millioner (NIF, 2018). Nesten halvparten av disse er barn og ungdom opp til 19 år. Og studier fra Ungdata viser at om lag 93 prosent av alle ungdommer i Norge har på et tidspunkt i oppveksten deltatt i organisert idrett (Bakken, 2017). Altså tar barne- og ungdomsidretten opp en svært stor del av deres aktive utøvere. Andelen aktive medlemmer i alderen 20-25 år er under halvparten av den for aktive medlemmer i alderen 13-19 år (NIF, 2018). Det betyr at det er et stort frafall i denne aldersgruppen. En artikkel fra NIF sine hjemmesider om en rapport basert på Ungdata-undersøkelsen fra 2018 viser at seks av ti ungdommer som er aktive i idretten slutter allerede før de kommer til 17-18 årsalderen (Fredheim, 2019). Rådgiver for breddeidrett i Norges Idrettsforbund uttaler seg i artikkelen og sier at de tar en slik utvikling på alvor og at den Norske idretten jobber sammen for å redusere frafallet i barne- og ungdomsidretten.

Man kan se frafallet i lys av Giddens teorier om de strukturer og trekk som definerer det sen-moderne samfunnet, deriblant refleksiviteten, skille mellom tid og rom, ekspertsystemer og selvidentitet, og hvordan de påvirker individet til å ta de valgene og beslutningene en gjør.

## *Problemstilling*

Problemstillingen for denne oppgaven er derfor å se på hvorfor ungdom slutter med den organiserte idretten, og å se på både tilfeller i lagidretter og individuelle idretter for å se om det er en forskjell der. Oppgaven er satt i lys av Giddens teorier om det sen-moderne og hvilken grad det forklarer frafallet.

## 2.0 Giddens og det sen-moderne

For å få en bedre forståelse har jeg knyttet en del av forskningen til teoriene til Anthony Giddens om det sen-moderne, tid og rom, ekspertsystemer og selvidentitet. Giddens har gjennom flere bøker og teorier vært en viktig bidragsyter til blant annet idrettssosiologien.

I 1991 kom han med en bok om modernitet og selvidentitet. Her beskriver han samspillet mellom dagens samfunnsforhold og individuelle psykologiske forhold (Thing & Wagner, 2016). Med modernitet og senmodernitet sikter Giddens til institusjoner og atferd som kjennetegner det industrialiserte vestlige samfunn.

### *Ekspertsystemer*

I hans tanker rundt det sen-moderne tar han også for seg det han kaller «ekspertsystemer».

Før moderniteten brukte man tradisjonell veiledning og kunnskap som man baserte handlingene sine på. Moderniteten og utvikling av vitenskapene gjorde at de la nye områder inn under sine kunnskapsfelt og formaliserte kunnskapen. Slik formalisert kunnskap vokste fram som det Giddens kaller «ekspertsystemer» (Krange, 2004). Etter hvert som moderniteten vokste fram, bidro det til en økt dannelses flere slike abstrakte kunnskapssystemer og de fikk større og større betydning (Krange, 2004). Giddens peker på dette som en av de svært viktige motorene for de raske forandringene som er en stor del av moderniteten og det sen-moderne (Krange, 2004). Ekspertsystemer kan være alt fra familieterapi til globale systemer for finanstransaksjoner (Krange, 2004). Dagens samfunn er eksponert for et økende mangfold av kunnskap som vi mennesker må holde oss reflekssive til og vi føler oss forpliktet til å forholde oss til kunnskapen. Slike ekspertsystemer tilbyr garantier. Men de tilbyr det ikke uten risiko. Tilliten som man gir disse ekspertsystemene, er essensielt for at ekspertsystemene skal fungere (Thing & Wagner, 2016). Ekspertsystemene er med på å produsere omgivelsene som mennesket lever under i dag, på både gode og vonde måter (Krange, 2004). Siden en forutsetning for å leve i den verden man lever i dag er å måtte sette sin tillit til slike store systemer, kan det føre til katastrofale konsekvenser om disse systemene skulle svikte, og på den måten mener Giddens at risiko er et grunn tema i moderniteten og den sen-moderne verden (Krange, 2004). Risikoen er med på å forme det moderne menneskets livsanskuelse og virkelighetsoppfatning (Krange, 2004). Han mener at den tilliten dagens mennesker har til ekspertsystemene ikke kan begrunnes med enkeltmenneskets egne vurdering av systemenes



effekt og funksjon, på grunn av deres antall og abstrakte og kompliserte natur. Han knytter tilliten mot begrepet basal tillit hentet den psykoanalytiske tradisjonen til Erikson. «Gjennom den basale tilliten barnet lærer å feste til sine nære omsorgspersoner, dannes et fundament for mer alminnelig tillit til omgivelsene.» (Krange, 2004, s.25). Selv om moren er borte en stund forsvinner hun ikke, og det skapes et grunnlag for en lignende grunnleggende tillit til diverse aktører eller institusjoner som man har en indirekte relasjon til (Krange, 2004).

### *Skille mellom tid/sted*

Giddens har flere grunntrekk som han mener er det som skiller det moderne og sen-moderne samfunnet fra det tradisjonelle samfunnet. Et av de er forholdet mellom tid og rom. Utgangspunktet for trekket er at tid og rom er noe alle sosiale systemer strekker seg utover. Og måten dette skjer på er har grunnleggende påvirkninger og konsekvenser ovenfor systemenes sosiale integrasjon (Krange, 2004). I det tradisjonelle samfunnet var tid og rom mer sammensveiset. Tid ble erfart gjennom organisering av oppgaver knyttet til spesielle steder (Krange, 2004). Gjøremål som var basert på dato eller årstid som slakting fester og religiøse ritualer befant seg på konkrete steder (Krange, 2004). Spesielt gjennom innføring av universell klokke tid, gjorde at tiden ble abstrakt slik vi kjenner til den i dag og er løsrevet fra rommet (Krange, 2004). I det moderne samfunnet er ikke lenger tid og rom kun knyttet opp mot steder, som betyr at sosiale interaksjoner og relasjoner ikke lenger behøver å skje på samme tid og sted siden man kan kommunisere, samarbeide og samhandle gjennom relasjoner og kjennskap til mennesker og felleskap som befinner seg på en annen sted og tid (Thing & Wagner, 2016).

Dermed har det moderne mennesket i mye større grad vært nødt til å planlegge tiden de har å bruke, og selv bestemme hvilke aktiviteter eller sysler de har tid til å gjøre (Krange, 2004). I det sen-moderne har samfunnet utviklet seg raskt og våre nomadiske bosettingsmønstre, reisevaner og spesielt gjennom teknologi og kommunikasjonsmidler gjør det svært enkelt for oss å gjøre sosiale relasjoner uavhengig av rommet/stedet og de begrensningene avstandene satte tidligere famler bort (Krange, 2004).

### *Selvidentitet*

Giddens bruker refleksiviteten som et sterkt holdepunkt i skille mellom moderniteten og det tradisjonelle, og særlig som holdepunkt for det som skiller senmoderniteten ut som en egen

historisk fase (Krange, 2004). Et trekk ved mennesket i det sen-moderne er alle situasjonene hvor en kommer ovenfor ulike og ofte motstående kunnskapsbaserte handlingsalternativer. Dette kan sees iblant annet miljøhensyn, oppdragelse av barn og i mange andre sammenhenger (Krange, 2004). Et utfall av dette er at man har utviklet en evne til å se situasjonen man står i fra utsiden, og vurdere handlingsmulighetene for så å ta valget med å velge en løsning, og det er dette som kjennetegner refleksivitet (Krange, 2004). At man derfor alltid må ha et forhold og bevissthet ovenfor forskjellig kunnskap gjør at det har blitt dannet en strukturell tvang rundt refleksiviteten i det sen-moderne, og at denne kraften fører til at individet ikke bare må holde seg refleksiv mot omverdenen og alle andre, men også ha et refleksivt forhold til seg selv (Krange, 2004). Ved å måtte forholde seg til selvrefleksiviteten har det dannet en ny måte å se på seg selv utenifra og reflektere over egne valg, livsprosjekter og mål, og det er dette som skaper det begrepet Giddens er mest kjent for, nemlig selvidentiteten (Krange, 2004).

Selv om selvidentiteten tar for seg hvem man er, så er det ikke statisk. Det forutsetter at individet har en refleksiv bevissthet om selvet, og er ikke noe som dannes i løpet av livet gjennom opplevelser eller erfaringer, men det er noe som hele tiden må produseres og holdes vedlike av individene, gjennom refleksivt arbeid. «Selv-identiteten er altså ikke noe som oppstår gjennom individets konkrete biografi. I stedet må den forstås som individets anstrengelser for å skape en biografi» (Krange, 2004, s.26). Gjennom fortid, nåtid og fremtidens interesser og verdier knytter man det sammen og sitt eget «selv». Og på samme måte som på alle de andre momentene ved det sen-moderne, legger dagens samfunn opp til en egen form for refleksivitet som fører til at alle våre handlinger og selvidentitet kontinuerlig blir utsatt for tvil og endring (Krange, 2004).

Man kan knytte selvidentiteten sammen med individualisering. I dette legger Giddens hva ikke-materielle verdier som kulturell smak, utseende, suksess osv. betyr for hver og en av oss. I det moderne mennesket er spesielt ungdomsårene viktige for å forme selvidentiteten, og det oppfattes også som viktig for ungdommen (Seippel, Sisjord & Strandbu, 2016). Her skal man bestemme seg for hva slags type person man ønsker være, hvordan man vil oppfattes av andre og hva man ønsker å oppnå. I dagens samfunn står blant annet idretten sentralt i manges liv, både i form av deltakelse og generell interesse (Seippel et al., 2016). Da er det også naturlig at blant annet idrettsinteresse og deltakelse i andre fritidsaktiviteter som dans eller musikk tar en del plass i individualiseringen og selvidentiteten hos norsk ungdom i dagens samfunn.

## 2.1 Frafall fra idrett i det sen-moderne

I 2005 kom Ørnulf Seippel med en rapport om frafallet i norsk idrett. Den tok blant annet for seg hvilke grunner som førte til at utøverne sluttet eller ble mindre aktive i idretten. Den tok også for seg hvor viktige de diverse grunnene var til at man sluttet.

Av de som sluttet i idretten, var de grunnene som flest oppga som viktige forklaring for frafallet at de fikk andre interesser, at de flyttet, bruke mer tid på skole/utdanning, prioritere jobb foran idrettsdeltakelse, manglende godt tilbud i laget/klubben og at det ikke var gøy lenger. Grunner som at venner sluttet, at idretten tok for mye tid og at man ikke fikk nok tid til venner ble ikke ofte satt opp som de viktigste grunnene, men mange hadde disse som mindre viktige grunner til frafallet (Seippel, 2005). Når de skulle peke ut kun en grunn, som den viktigste til at de sluttet, svarte nesten 20% at det var at de flyttet. Deretter skader, manglende tilbud, tidsbruk på andre områder.

Denne utviklingen skaper utfordringer for NIF, som ønsker å holde så mange som mulig aktive i den organiserte idretten så lenge som mulig (NIF, 2019). Og det er naturlig at dette er en uønsket utvikling hos NIF, men Hjelseth stiller spørsmål om frafallet i ungdomsidretten er et overvurdert problem i et samfunnsperspektiv. Han kommer fram til at om den organiserte idretten ikke hadde like mye fokus på å få ungdommen tilbake til den tradisjonelle idretten, men heller så på muligheter for å videreutvikle deres måte å tilby fysisk aktivitet på, ville det å snu frafallstrenden være et mer realiserbart mål. «Det ville i så fall bygge på idrettens fundamentale begrunnelse og legitimitet, selv om deltakelse i organisert idrett også har andre positive effekter (Seippel et al., 2016, s. 245).

Ungdommen vil ta egne valg, og velge egne måter å gjøre ting på, noe man kan se i hvordan trening og aktivitetsformer endres hos ungdommen gjennom frafall fra den organiserte idretten og økning i egentrening i form av blant annet bruk av treningssenter. Denne endringen av treningsform har sett stor utvikling de siste 30 årene. Studier gjort på bakgrunn av data fra Norsk Monitor viser en økning antall aktive på treningssenter i alderen 15-20 år har økt fra 17% i 1989 til 42% i 2013 (Seippel et al., 2016). Og fra og med 2005 har det vært flere i denne aldersgruppen som har vært aktive på treningssenter enn det har vært aktive i idrettslag. Den totale andelen 15-20 åringer som har drevet med egentrening i har økt fra 55% til opp mot 80% i den samme perioden. Antallet aktive 15-20 åringer i idrettslag var på sitt laveste i det siste året av studien da det var nede på 33% (Seippel et al., 2016).

Tall fra Enoksens studie av frafall i friidrett viser at skader (24%) er den største faktoren, tett etterfulgt av prioritering av skole (21%) og mangel på motivasjon (20%) (Enoksen, 2011). Det er et klart skille fra de tre øverste på rundt 20% til de neste faktorene som er sosiale faktorer, andre idretter og jobb som ligger fra 4-8%. Enoksens studie viser også at frafallet var størst i 17 års alderen.

En studie fra Kroatia forsket på forskjeller i motivasjon og frafall mellom utøvere i individidretter og lagidretter (Nekic, Mavra & Penzic, 2018). Den fant ingen signifikante forskjeller i frafall eller frafallsårsaker mellom lagidretter og individuell idrett. Men støtter under på at negative faktorer relatert til idretten eller idrettsmiljøet følger til frafall i konkurranseidrett og organisert idrett. Studien finner forskjeller i motivasjon avhengig av idretten, der blant annet basketball som en lagidrett skårer best, mens den individuelle idretten svømming skårer lavest. De knytter dette opp mot at basketball er den mest populære sporten i byen hvor dataen til studien ble innsamlet og at populariteten rundt idretten er med på å bygge på motivasjonen.

## 3.0 Metode

I denne delen av oppgave vil jeg beskrive min framgangsmåte for innhenting av data, altså min metodiske tilnærming til oppgaven. Her kommer jeg til å ta for meg mitt valg av forskningsdesign, valg av metode, utvalg og rekruttering, gjennomføring av intervju og kvalitetsvurderinger av det metodiske aspektet av oppgaven.

### 3.1 Valg av design

Denne oppgaven tar for seg frafall i ungdomsidretten, og det er flere måter man kan forske på temaet og diverse forskjellige forskningsdesign avhengig av hvordan man ønsker å ta for seg temaet. Til denne oppgaven valgte jeg å bruke et intensivt forskningsdesign. Det vil si at datainnhenting baseres på å gå i dybden og grundigere undersøke et fåtall informanter om et tema som er avgrenset. I samfunnsforskningen har man kvalitativ og kvantitativ forskning som de to vesentlige paradigmene i det som omhandler datainnsamling og analysering (Tjora, 2018). Det som skiller kvalitativ forskning fra kvantitativ forskning er dens vektlegging på forståelse framfor forklaring, ofte gjennom nærhet mellom forskeren og deltakerne og deres åpne interaksjon gjennom forskningsprosessen (Tjora, 2018). Jeg valgte en kvalitativ metode på grunn av at mye tidligere forskning om frafall fra organisert idrett er bygget rundt kvantitativ forskning og surveys. En slik forskning gir et godt statistisk resultat av hvilke faktorer som påvirker frafall, men gjennom denne oppgaven ønsket jeg å gå litt dypere i temaet og se hvordan og i hvilken grad disse faktorene påvirket noen enkelte utøvere og å få fra utøvernes egen beskrivelse til hvorfor de sluttet med den organiserte idretten.

### 3.2 Valg av metode

I mitt valg av metode for denne oppgaven valgte jeg en kvalitativ tilnærming, gjennom bruk av dybdeintervju.

Jeg valgte bruken av dybdeintervju fordi det gir en mulighet til å skape en fri og åpen samtale om de temaene jeg ønsket å ta opp (Tjora, 2018). Ettersom temaene jeg ønsket å ta opp var relativt snever, valgte jeg å bruke det man kaller et fokusert dybdeintervju, som er bygd opp på samme måte som et dybdeintervju, men i en kortere form. I motsetning til surveyer som benytter lukkede spørsmål med gitte svaralternativer, benytter det fokuserte dybdeintervjuet

mer åpne spørsmål som gir informanten en mye større mulighet til å gå i dybden og forklare svaret sitt ved hjelp av sine erfaringer og egne opplevelser.

Intervjuet var delt inn i tre deler som informantene var klar over at intervjuet skulle ta for seg. Den første delen tok for seg deltakernes deltakelse i organisert idretten gjennom barne- og ungdomstiden og fram til de sluttet. Der fikk de blant annet forklare og utdype seg om sine motivasjoner ved idrett, hvor interessen kom fra, forhold til trening, miljø, trenere, økonomi og idrett som identitetsskaper. Den andre delen tok for seg selve frafallet fra den organiserte idretten. Hvilke faktorer som spilte inn og på hvilken måte, og hvordan man kom fram til beslutningen om å slutte. Den avsluttende delen tok for seg om frafallet fra organisert idrett har påvirket dem på noen måte, og om hvordan deres forhold til idrettene de drev med, organisert idrett generelt og fysisk trening har endret seg siden de valgte å slutte med idrett. Hovedfokuset av intervjuet lå i den delen om frafallet. Her fikk de gå i dybden og forklart handlingsforløpet før frafallet og hvilke konflikter de sto ovenfor før de tok det valget. Men jeg synes også det var viktig å skaffe informasjon om deres deltakelse før frafallet, ettersom forklaringer i hvorfor man slutter med aktiviteter eller hobbyer, ofte kan bli gitt en ytterlig forståelse om man har informasjon om historien og motivasjonen bak deltakelsen.

### 3.3 Utvalg og rekruttering

Utvalget av deltakere besto av 6 forskjellige individer bestående av kvinner og menn som hadde vært aktive i idrett i barne- og ungdomstiden men som sluttet med organisert idrett en gang i alderen 16-20 år. Utvalget var bestående av både utøvere som hovedsakelig hadde drevet med lagidretter og utøvere som hovedsakelig hadde drevet med individuelle idretter. Rekrutteringen av deltakerne gikk på bakgrunn mitt eget nettverk. Dette var en effektiv måte å skaffe deltakere ettersom jeg visste passet rammen for oppgaven med tanke på idrettsbakgrunn og de var lette å komme kontakt i. Jeg prøvde i den grad det var mulig å skaffe deltakere jeg har hatt kontakt med gjennom forskjellige nettverk, slik at deltakerne ble bestående av individer fra forskjellige deler av landet, forskjellige idretter, idrettslag og miljøer, for å skaffe et bredere utvalg. Ved å ha tidligere kjennskap til deltakerne av undersøkelsen hadde de fra starten av større tillit til meg enn om vi hadde vært bekjente, som gjorde det enklere for meg å stille spørsmål som gikk litt under overflaten. Jeg har selv vært aktiv i idrett i over 13 år og selv på et tidspunkt sluttet med idrett, som gjør det enklere å forstå synspunktene og meningene til informantene. Det har også gjort jobben lettere i utvalget av informanter ettersom jeg har erfaring innen temaet.

### 3.4 Gjennomføring av intervju

På grunn av restriksjoner som følger av Covid-19 pandemien måtte intervjuene som opprinnelig var ment å tas ansikt til ansikt, endre gjennomføringsmetode. Intervjuene ble dermed tatt over telefon, og svarene deres ble notert underveis, og transkribert og analysert senere. Alle de seks intervjuene varte i et sted mellom 25 - 30 minutter og var bestående av de samme spørsmålene. Det var totalt 17 spørsmål i intervjuguiden. Den første delen av intervjuet besto av spørsmål om deltakelseshistorikk i barne- og ungdomsidretten, hvilke drivkrefter og motivasjon man hadde for å delta, interesse om idretten som helhet, hvorfor man deltok i lagidrett eller individuell idrett, forhold til trening i og utenfor den organiserte idretten, idretten som identitetsskaper, idrettens påvirkning på sosiale omgangskretser, forhold til trenere og ledere i idretten og erfaringer rundt det økonomiske aspektet av deltakelse i barne- og ungdomsidrett. Den andre delen av intervjuet tok for seg spørsmål om hvorfor man sluttet og hvordan man kom fram til beslutningen, om man prøvde å løse eventuelle problemstillinger, om andre tilbud fra idretten kunne forlenget deltakelsen og om økt konkurransefokus var med på å fremme motivasjon eller svekke motivasjon. Den tredje delen av intervjuet tok for seg tiden etter man sluttet med organisert idrett og spørsmål om hvordan frafallet fra den organiserte idretten har påvirket forholdet til idrett og trening, om det har påvirket den sosiale omgangskretsen, om det har påvirket selv-identiteten og om man har deltatt i noen form for organisert idrett siden.

### 3.5 Kvalitetsvurderinger

Oppgavens gyldighet tar for seg hvorvidt forskningen svarte på de spørsmålene vi ønsket å stille (Tjora, 2018). Noe som oppgaven gjorde. Oppgavens spørsmål var relativt konkret i å finne ut hvilke faktorer som forårsaker frafall i ungdomsidretten og hvordan faktorene påvirker utøverne og om man kan finne en forskjell blant de som drev med individuell idrett og de som drev med lagidrett. Gjennom både intervjuprosessen og skriveprosessen var det stort fokus på at dette skulle komme frem.

Som forsker skal en alltid strebe etter at forskningen skal være så nøytral som mulig og at jeg som forsker skal opprettholde meg så objektiv som mulig (Tjora, 2018). Det at jeg hadde bekjentskap til informantene kunne vært en utfordring og ha ført til at sekvensen ble annerledes enn den hadde vært om vi ikke hadde hatt noe bekjentskap, men jeg var tydelig på at de skulle forklare seg på en slik måte at jeg ikke skulle være kjent med noe av deres historie slik at de forklarte alle aspektene av den. Det at

jeg kjente informantene kan også ha ført til at de ønsket å være mer utdypende i denne forskningen enn de kanskje hadde vært om forskningen hadde blitt gjennomført av andre.

Forskningens generalisering og overførbarhet tar for seg hvorvidt den kan overføres til utover de tilfeller som har vært utforsket (Tjora, 2018). Ettersom forskningen er kvalitativ har den ikke samme statistisk overførbarhet slik som mye av den tidligere kvantitative forskningen har. Denne forskningsprosessen bærer preg av moderat generalisering grunnet dens redegjørelse av resultater og koblingen mellom forskningsprosjektet og sosiale prosesser (Tjora, 2018).



## 4.0 Diskusjon

I denne delen av oppgaven blir det presentert en gjennomgang av svarene fra de 6 fokuserte dybdeintervjuene fra undersøkelsen, og en diskusjon av disse i lys av Giddens teorier om den sen-moderne samfunnet.

Deltakelse: Svarene fra undersøkelsen viser at alle deltakerne har startet i den organiserte idretten i tidlig barneskolealder (6-8år) og vært aktiv fram til 16-19 årsalderen. Alle har også vært deltakende i flere en idrett, og alle har vært deltakende i en eller annen form for organisert lagidrett i en periode.

Det som motiverte utøverne var først og fremst følelsen av mestring og miljøet hos de aller fleste. Andre drivkrefter som også ble nevnt av flere var det at man konkurrerte og så at man var god i idretten sammenliknet med andre, jobbe mot å bli proff eller andre mål og glede av å drive med idretten på en generell basis. Når det kom til hvorfor de trodde at de valgte å drive lengst på med den idretten de gjorde, kunne man se en forskjell blant de som drev lengst med individuell idrett og de som drev lengst med lagidrett. De som drev med individuell idrett, mente at de foretrakk individuell idrett framfor lagidrett ettersom at man de var mer i kontroll av prestasjoner og utvikling. Deres prestasjoner og utvikling var ikke avhengig av andres innsats eller ferdigheter. De som var aktive i lagidrett derimot mente at de foretrakk å drive med lagidrett på grunn av de elementene som går i det å være på lag med andre og konkurrere sammen med noen.

Forhold til trening i og utenfor idretten var godt hos alle deltakerne, men hos de som hadde større målsetninger med idretten var all trening de gjennomførte rettet mot idretten og forbedre ferdigheter, mens de med andre med mindre målsetninger var treningen utenfor det organiserte eller, gjennom andre idretter, mer basert på generell interesse.

Forholdet til trenerne hadde vært godt jevnt over, men utøverne i de individuelle idrettene forklarte forholdet sitt med de diverse trenerne som mer personlig enn det de fra lagidretter gjorde. Dette kan skyldes av forholdet mellom trener og utøver i individuelle idretter er mer en til en kommunikasjon og «coaching», men i lagidretter er kommunikasjonen og «coachingen» mellom trener og utøver mer basert på laget som helhet.

Måten idretten og idrettsmiljøet hadde en innvirkning på å utforme informantenes sosiale venne- og omgangskrets var representert på mange forskjellige måter. Noen hadde venner innad i idretten som de dermed ofte var i lag med grunnet idretten, men som de ikke tilbrakte

mye tid med hverandre utenfor idrettens rammer, noen beskrev at sine eldste og beste venner som de man vokste opp i lag med og spilte på lag med i idretten som ung også var hovedvekten av deres sosiale omgangskrets senere, og noen hadde en sosial omgangskrets som i ungdomstiden var svært preget av de man drev idrett med ettersom flere av dem gikk i samme idrettsklasse på videregående.

På spørsmålet om hvordan de knyttet deltakelsen i idrett som en del av identiteten deres i ungdomsårene påpekte flere at det var et utspring for deres personlighet enten det var gjennom konkurranseinstinkt og gleden ved å konkurrere, være dedikert til å bli god innenfor et felt, være i en sosial setting eller gjennom interesse som de også har tatt med videre ved utdanningsvalg og karriere på en annen måte enn som utøver. Mange oppfattet også at det at de drev med en idrett var en måte mange andre assosierte dem på. Enten det var på grunn at de utmerket som gode slik at folk kjente til dem, eller at de var en del av «fotballgjengen» for eksempel. Spesielt hos de som kom fra små steder virket det som om idrettsdeltakelsen var noe folk assosierte de med svært mye. Selv folk i nærområdet de ikke personlig kjente til kunne vite hvem de var gjennom blant annet dekningen av lokalidrett i aviser og lignende. Ingen av informantene mente at det økonomiske aspektet satte noen hindring for deres deltakelse idrett, men flere anerkjente at det kan skape problemer for personer med annet økonomisk utgangspunkt. De fleste dro fram at deres idrett ikke var en spesielt dyr idrett å delta i med tanke på utstyr og at det som måtte komme av årsavgifter, kostnader ved deltakelse i turneringer og reise enten ble dekket av foreldre, dugnad, fra egen lommebok eller av klubben. Hos den av utøverne som deltok i idrett hvor utstyr hadde større kostnader poengterte at en hadde foreldre som var engasjert i idretten og at barna skulle få lov til å holde på med idretter eller aktiviteter de ønsket selv om det kunne koste en del.

Da informantene skulle forklare handlingsforløpet som førte til at de valgte å slutte i den organiserte idrett var det mange som relaterte frafallet til flere grunner. To av informantene knyttet den største faktoren til frafall til skader og sykdom. Skaden en informant beskrev var ikke en direkte stopper for deltakelse, men det var en mindre skade som de aldri helt fikk helbredet, selv etter lengre perioder med forsøk gjennom eksperthjelp. Denne skaden førte til endringer i treningsprogram og metode, og ble et hinder både fysisk og psykisk ettersom han ikke så noen utvikling med skaden. Dette førte igjen til en endring av framtidige mål. Disse gikk fra å satse på å bli toppidrettsutøver til å ha større fokus på utdanning. Og dette førte til en realisering av mangel på motivasjon i idretten da den ble andreprioritet og han valgte å slutte. Hos informanten som sluttet grunnet sykdom var dette kysseyke, som førte til et år

uten trening. Etter et tilbakeslag på sykdommen i tillegg, hadde informanten mistet mye progresjon sammenliknet med lagkamerater og det viste seg også at kroppen aldri tålte den samme treningsmengden som før sykdommen. Grunnet den manglende progresjonen mistet informanten kontrakten med klubben og startet å prøve i en annen klubb, men motivasjonen dalte på grunn av nivået og hindringene sykdommen fortsatt bar med seg og informanten valgte å slutte med idretten siste året på videregående ettersom informanten også skulle inn i militæret etter endt skolegang.

To av de andre informantene hadde konkurrert på svært høyt nivå i ungdomsårene og foruten om skolegang hadde alt fokus vært mot idretten gjennom stor dedikasjon. Begge disse sluttet med den organiserte idretten ved avslutningen av videregående skolegang, men av litt forskjellige grunner. Den ene hadde gjennom oppveksten alltid trent mot å bli toppidrettsutøver, men så at en etter en av lagkameratene og treningspartnerne, som en hadde konkurrert med opp gjennom årene, sluttet og at man til slutt var den siste som var aktiv. Dette tapet av interne miljøet i idretten slått sammen med en opplevelse av prestasjonspress fra klubben og yngre lagkamerater som så opp til informanten sportslig, dalende motivasjon og et imøtekommende veivalg i form av slutten av ordinær skolegang gjorde at informanten valgte å slutte etter sesongslutt. På grunn av nivået informanten konkurrerte på følte informanten at de to valgene en hadde, var enten å slutte med idretten eller å satse 100% for å bli proff og for toppidrettsutøver på heltid. Og informanten bestemte seg for å gjøre det førstnevnte. Den andre av informantene som konkurrerte på svært høyt nivå sto også ovenfor et liknende veivalg ved slutten av videregående. Selv om denne informanten også konkurrerte på høyeste nasjonale nivå hadde en ikke samme mål med idretten. Da informanten var ferdig med videregående tok var det en usikkerhet på hvordan en skulle fortsette idrettsutviklingen og tok valget å ta et år i militæret og gikk inn med et håp om å kunne opprettholde form og trening rettet mot idretten for å fortsette som aktiv utøver igjen etter dette året. Da informanten fant ut at dette ikke var mulig ble valget tatt litt av seg selv og informanten sitt hovedfokus etter endt tjeneste ble på utdanning og hun startet ikke opp med idretten igjen senere.

Hos de to siste informantene var det endring i miljøet innad i idretten som var hovedfaktoren for frafallet fra idretten. Den ene informanten hadde stort sett vært en del av samme laget hele oppveksten og konkurrert med de samme lagkameratene i alle år. Men da en kom til

junioralder ble de en del av en klubb slått sammen av flere klubber. Dette førte til at tidligere lagkamerater og venner ble spredt på forskjellige lag avhengig av ferdigheter. Denne overgangen skjedde omtrent likt som begynnelsen av videregående skolegang. De gamle lagkameratene var også klassekamerater før videregående så da de også her ble mer skilt fra hverandre åpnet det for andre impulser og dannelse av andre interesser utenfor idretten og gjennom andre former for trening. Informanten var fortsatt aktiv i over et år til etter dette og beskrev at valget om å slutte kom fra nye interesser utenfor idretten og dalende motivasjon grunnet endring av miljø og skuffelse ved å ikke bli tatt ut til lag og ikke nå de målene som en hadde satt.

Den siste informanten beskrev forholdet til idretten som en arena informanten presterte godt fra ung alder og at dette alltid hadde gitt motivasjon i tillegg til det å være i en del av et lag. Etter å alltid ha spilt på lag med spillere fra det motsatte kjønn, grunnet manglende tilbud, ble det en stor overgang til juniorklassen da informanten ikke lenger fikk lov til å spille på laget en var vant med, og ikke kom like godt overens med det nye laget. Dette, sammen med en opplevelse av veldig mye ansvar i det nye laget, ført til at informanten følte seg utbrent og ikke lenger spilte for sin egen skyld og dermed tok valget med å slutte med idretten.

Selv om alle informantene var svært aktive i idretten før frafallet har den vært mer varierende i idrettslig deltakelse senere. Noen har startet opp igjen med idretten eller nye idretter, enten på hobbybasis eller med lavere terskel gjennom for eksempel studentorganisert idrett eller på et lavere nivå. Andre har startet nye tilknytninger til idrett gjennom å være trener i et idrettslag, eller å velge et utdanningsløp som gir mulighet for å jobbe med idrett eller kroppsøving. Noen har ikke kunnet fortsette eller starte opp med idrett igjen på grunn av skader, sykdom eller lignende, men er fortsatt fysisk aktive gjennom andre former for trening. Alle informantene beskriver seg selv den dag i dag fysisk aktive og bruker tid på trening enten på grunn av treningsglede eller for å opprettholde god helse.

På spørsmål om hvordan frafallet har påvirket deres selvilde eller selv-identitet forklarer enkelte av de som la mye tid og energi inn i idretten som ung at de følte at de på en måte mistet en del av seg selv da de sluttet. Og det var til tider vanskelig å vite hva de skulle bruke tid på og gjennom fikk de muligheter til å dyrke andre interesser og fikk en bedre oversikt over hva de ønsker å bygge en framtidig karriere rundt. Selv om frafallet førte til et tomrom i deres hverdag forklarte flere av informantene at de egenskapene og personlighetstrekkene de dyrket fram gjennom idretten i oppvekstårene fortsatt sitter i dem og at de er med på hvordan de definerer seg selv som personer i dag.

Gjennom disse beskrivelsene kan man se at de gjenspeiler mye av den tidligere forskningen som er gjort på frafall i idrett, der de store faktorene er framvekst av andre interesser, manglende motivasjon, flytting og prioritering av utdanning eller jobb, men at det ofte er en kombinasjon av flere faktorer som gjør at når man velger å slutte når man veier det opp mot å fortsettelse deltakelsen. Det er ingen klare forskjeller på frafall knyttet til lagidretter og individuelle idretter, men et punkt man kan ta opp er at hos de som deltar i individuelle idretter er det et mindre vindu for å delta i idretten på seniornivå uten å satse, og å delta og konkurrere på et høyt nivå. Dette kan komme som følge av at hos lagidretter som har svært mange aktive utøvere, som fotball og håndball, er det mulighet for å konkurrere på forskjellige nivå basert på ferdigheter og terskel, mens hos individuelle idretter oppleves det som at man må satse som toppidrettsutøver om man skal delta i senioridretten. Det kan også komme av at det som driver mange av de individuelle utøverne er konkurransen og det å måle seg opp mot hverandre, og hvis man da må gå ned i konkurransenivå vil man også miste det som skapte idrettsleden.

Nå skal jeg gå igjennom den informasjonen jeg har fått fra informantene om frafallet deres i lys av Giddens sine teorier om det sen-moderne for å gi en dypere forståelse av hvordan de påvirker oss.

Trenere, klubbene og forbundene er ekspertsystemer som er med på å forme hvordan individene driver idrett. De sitter på kunnskapen som kan hjelpe utøverne til å nå de målene de ønsker, og bestemmer ovenfor utøverne hvordan man skal drive idretten. Gjennom deltakelse i organisert idrett gir man tillit til disse ekspertsystemene (Krange, 2004). Selv om se aller fleste informantene hadde gode relasjoner til lederne i idretten, oppsto det slitasje mellom individet og de diverse ekspertsystemene enten det var gjennom endring av målsetninger, uttak, organisering eller konkurransefokus.

Giddens teori om skille mellom tid og sted tilsier at det sen-moderne samfunnet vi lever i, i dag gjør at vi selv kontrollerer hva vi skal bruke fritiden vår på og at vi selv må beregne og disponere sin tid og hva man vil bruke den på (Krange, 2006). På bakgrunn av de svarene som er samlet inn i denne forskningen kommer det fram at etter hvert som individene vokser opp og blir eldre, at de også selv tar mer ansvar for hva de bruker tid på. De velger hvilken linje de skal ta på videregående skole og må også ta for seg hvilken karriere de ønsker å forfølge. Mange unge som finner stor glede gjennom idrett som ung ser for seg at de ønsker å bli proffe, men etter hvert som de innser hvor trangt det nåløye er for å oppnå dette og alt arbeid som trengs for å nå dette målet er det mange som distanserer seg fra tankene om å bli

toppidrettsutøver, og at deltakelsen baseres på idrettsgleden og det som følger med å delta i idrett. Spesielt gjennom de tre årene på videregående får man mange nye impulser og blir kjent med nye mennesker og sosiale omgangskretser som kan føre til endring av interesser. På samme måte som valget av tidsbruken endres, er ungdomsårene viktige år for å definere seg selv og sin selvidentitet (Seippel, Sisjord, Strandbu, 2016). Selvidentiteten er knyttet til individualiseringen og det å knytte sammen fortiden, nåtiden og fremtidens interesser sammen for å reflektere «selvet». Det moderne samfunnet legger opp til en egen form for refleksivitet som fører til at alle våre handlinger og våre sosiale former kontinuerlig blir utsatt for tvil og endring. Og om man ikke lenger ser for seg å delta i idretten i framtiden kan det føre til refleksjon om hvorfor man deltar på nåværende tidspunkt. For de som hadde de sosiale elementene som de viktigste elementene for å delta, gjør dagens teknologi det mulig og opprettholde sosiale bånd selv om man ikke møtes ansikt til ansikt. Og dermed fjerner eksklusiviteten idretten hadde til å dekke dette behovet tidligere.

I Arve Hjelseths diskusjon om frafallet i ungdomsidretten er et overvurdert problem tar han opp at det ligger i ungdomstidens natur å frigjøre seg fra foreldre og tre inn i de voksenes rekker gjennom mer eller mindre grad av selvstendigjøring av hverdagen, og at «fracfall fra idretten kan forstås som uttrykk for et positivt og forventet brudd med voksenstyrte aktiviteter» (Seippel, Sisjord & Strandbu, 2016, s. 241). Og at man heller prioriterer på nye måter, noe som gjør innebærer andre og mer egenorganiserte former for trening og fysisk aktivitet. De samme mønstrene kan man se gjennom denne forskningen.

På mange måter har idrettsdeltakelsen fulgt skolegangen for mange av informantene ved at de startet med organisert idrett rundt samme tid som man startet på skolen og mange av dem har vært lagkamerater med de samme folkene man gikk på skole med. Og den største forandringen på miljø er mest sannsynlig da de ble ferdige med videregående skole. 4 av 6 informanter sluttet med den organiserte idretten i samme kalenderår som de var ferdig med skolen. Det kan skyldes i både at tiden etter videregående kan oppleves som en ny start eller starten på voksenlivet. Enten de hadde et år i forsvaret eller startet med videre studie. Mange var allerede usikre på om de skulle fortsette med idretten før de bestemte seg for å slutte og dermed følte det naturlig og slutte med idretten samtidig som skolegangen som en måte å reflektere over fremtiden og hva man ønsker å oppnå. Alle informantene flyttet også bosted etter videregående skole, og beskrev det også som grunner til at de ikke fortsatte. Om de skulle fortsatt med idretten et nytt sted måtte de også ha funnet seg nye idrettslag og bli integrert i nye miljø, som man kan forstå at kan bli utfordrende når man ser på hvor mange av

dem som trekker fram miljøet de var en del av i idretten som en av de største bidragsyterne for å gi dem motivasjon. Disse overgangene, enten de er brå eller gradvise er viktige for individets selvidentitet og forandringene utenom og miljøet er med på å påvirke individenes valg og avgjørelser, og dermed også med på å diktere individenes deltakelse i idrett.

## 5.0 Avslutning

En stor del av de som deltar i organisert idrett i ungdomsårene opplever frafall før de fyller 20 år. Dette skjer på bakgrunn av flere faktorer som spiller en rolle i individets avgjørelse å slutte med idretten. For utenom skader sykdom som på en aller annen måte «tvinger» utøvere til å slutte eller trappe ned, er de største faktorene til frafall dalende interesse eller motivasjon grunnet forandringer innad i idretts/klubbmiljøet, fokus på konkurranse, prestasjonspress og prioritering av andre interesser eller arenaer som skole og utdanning. I de fleste tilfeller er det et resultat av flere av disse faktorene og en evaluering og beslutning over lengre tid som fører til frafallet.

Forskningen finner ingen klar forskjell på hva som forårsaker frafall mellom utøvere fra individuell idrett og utøvere fra lagutøvere. Men forskningen viser at utøvere fra individuell idrett opplever vanskeligheter for å drive med individuell idrett inn i senioralder uten at man gjør det på et toppidrettsnivå og med dedikering deretter.

Satt i lys Giddens teorier om hvilke strukturer og trekk ved det sen-moderne samfunnet og hvordan det påvirker individet, ser man at spesielt refleksjonen rundt selv-identiteten er viktig for deltakelsen i ungdomsidretten. Fram til de senere tenårene har de fleste aktive i idretten følt en tilknytning til idrett eller elementer av idretten i hvordan de karakteriserer seg selv. Med større refleksjon over fortidens, nåtidens og fremtidens interesser og verdier gjennom nye impulser og interesser, som man får øynene mer opp for i ungdomsårene, fører det til at alle våre handlinger og våre sosiale former kontinuerlig blir utsatt for tvil og endring. Og spesielt ved tiden rundt avslutning av videregående skolegang blir beslutningen om å slutte med den organiserte idretten tatt.



## 6.0 Refereanseliste

Bakken, A. (2017). *Ungdata 2017*. (NOVA rapport 10/17). Hentet fra

<https://kriminalitetsforebygging.no/wp-content/uploads/2017/08/Ungdata-rapport-2017-4-august-2017-web-utg-med-omslag.pdf>

Enoksen, E. (2011). Drop-out rate and drop out reasons among promising norwegian

Track and field athletes. *Scandinavian sport studies forum*, 2, 19-43. Hentet fra

<https://nih.brage.unit.no/nih-xmlui/bitstream/handle/11250/170719/Enoksen%20ScandSportStudiesForum%202011.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Fredheim, G. O. (14.03.2019) Tre av fire ungdommer er med i et idrettslag i løpet av ungdomstiden – men fortsatt er frafallet for stort. Hentet fra

<https://www.idrettsforbundet.no/nyheter/2019/tre-av-fire-ungdommer-er-med-i-et-idrettslag-i-lopet-av-ungdomstiden--men-fortsatt-er-fracfallet-for-stort/>

Krange, O. (2004). *Grenser for individualisering: Ungdom mellom ny og gammel modernitet*.

(NOVA Rapport 4/04) Hentet fra [http://www.ungdata.no/asset/4368/1/4368\\_1.pdf](http://www.ungdata.no/asset/4368/1/4368_1.pdf)

Nekic, J., Mavra, N.& Penzic, Z. (2018) Differences in motivation and dropout among

athletes from different individual and team sports. *World Congress of Performance*

*Analysis of Sport XII*, 392-400. Hentet fra [https://bib.irb.hr/datoteka/954353.ISPAS-](https://bib.irb.hr/datoteka/954353.ISPAS-2018-final.pdf#page=392)

[2018-final.pdf#page=392](https://bib.irb.hr/datoteka/954353.ISPAS-2018-final.pdf#page=392)

Norges Idrettsforening. (2018). *Årsrapport 2018*. Hentet fra

<https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/a65b470317c44489b9a91e0255808ba9/nif-arsrapport-2018.pdf>

Norges Idrettsforening. (2019). *Idretten Vil! Langtidsplan for norsk idrett 2019-2023*.

Hentet fra

[https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/8149372c5d4d439cb1b34fc1625032f0/idretten-vil-langtidsplan-for-norsk-idrett-2019-2023\\_lr.pdf](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/8149372c5d4d439cb1b34fc1625032f0/idretten-vil-langtidsplan-for-norsk-idrett-2019-2023_lr.pdf)

Seippel, Ø. (2005.) *Orker ikke, gidder ikke, passer ikke? Om frafallet i norsk idrett*. Oslo. Institutt for samfunnsforskning.

Seippel, Ø., Sisjord, M. K. & Strandbu, Å. (Red.). (2016). *Ungdom og idrett*. Oslo: Cappelen Damm

Thing, L.F. & Wagner, U. (Red.). (2016). *Grundbog i idrætssociologi (2.utg)*. København: Munksgaard

Tjora, A. (2018). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis (3.utg.)*. Oslo: Gyldendal

