

Emma Eidem Olsen

Ferdighetsutvikling i håndball

Regionale samlinger sin påvirkning på utviklingen hos unge håndballspillere

Masteroppgave i Lektorutdanning i kroppsøving og idrettsfag

Veileder: Stig Arve Sæther

Juni 2023

Emma Eidem Olsen

Ferdighetsutvikling i håndball

Regionale samlinger sin påvirkning på utviklingen hos unge håndballspillere

Masteroppgave i Lektorutdanning i kroppsøving og idrettsfag
Veileder: Stig Arve Sæther
Juni 2023

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



Kunnskap for en bedre verden

Sammendrag

De norske landslagene i håndball kjennetegnes av gode prestasjoner år etter år, hvor både kvinnesiden og herresiden kjemper mot de beste lagene i verden. Disse gode prestasjonene gjør det interessant å se hvordan det arbeides med ferdighetsutvikling for unge håndballspillere. Håndballforbundet består av ulike regioner, som alle har ansvaret for spillerutvikling i sitt område. Formålet med denne oppgaven er å belyse hvilken påvirkning regionale tiltak har på ferdighetsutvikling hos unge håndballspillere, og problemstillingene er som følger: *Hvordan opplever trenere og spillere at regionale samlinger bidrar til ferdighetsutviklingen til kvinnelige spillere i 17-18 årsalderen, med fokus på utviklingsmiljø, trener-utøver relasjon og feedback? Og i hvilken grad opplever trenere og spillere at regionale samlinger fungerer som utviklingstiltak?* For å besvare problemstillingene er det i denne studien benyttet et kvalitativt design, der det er gjennomført 11 semistrukturerte intervju. I utvalg av informanter er det gjort et strategisk utvalg, hvor 8 spillere og 3 trenere er plukket ut. Alle spillerinformantene måtte være jenter født i 2004 eller 2005, og ha erfaring fra deltakelse på regionale samlinger i håndball. Trenerne måtte være trenere på regionale samlinger, samt ha erfaring med å være trener i klubb.

Sentrale funn fra studien viser at det er lite kommunikasjon mellom de ulike aktørene i spillernes utviklingsmiljø. Trenerne på samling opplever at den relasjonen de eventuelt har med spillernes klubbtrenerne, avhenger av at klubbtrenerne selv er engasjerte og tar kontakt. Funn knyttet til trener-utøver relasjon på regionale samlinger viser at spillerne har noe ulike opplevelser av denne. Trenerne mener relasjonene er god, men opplever at spillerne blir nødt til å vise initiativ, grunnet lite tid sammen. Dette samsvarer med funn fra spillerne, da flere av spillerne som har deltatt mer sporadisk på samlinger opplever at de ikke har en god relasjon til trenerne. De som deltar sporadisk på samling er gjerne de spillerne som beskriver at de ikke opplever å få feedback fra trenerne på samling. Også de som deltar fast etterspør mer feedback, og begrunner dette med at de ser på feedbacken fra trenerne på samling som verdifull. Trenerne er enige med spillerne om at de helst skulle gitt flere tilbakemeldinger, men opplever også at de ikke har nok tid og ressurser til å klare det. For å oppsummere funnene kan man si at alle informantene anser regionale samlinger som en god arena til å skaffe seg en referanse på hvor man som spiller befinner seg i utviklingsprosessen, men at mesteparten av utviklingen foregår mellom samlingene. For at de regionale samlingene skal bidra til utvikling, er man dermed avhengig av god kommunikasjon ut til utviklingsmiljøene, og en god trener-utøver relasjon der trenerne vet hvilke tilbakemeldinger hver enkelt spiller bør få.

Abstract

The Norwegian national handball teams are characterized by good performances year after year, with both the women's and men's sides competing against the best teams in the world. These impressive performances make it interesting to see how skill development for young handball players is being approached. The Norwegian Handball Association consists of different regions, each of which is responsible for player development in their respective area. The purpose of this study is to shed light on the impact of regional initiatives on skill development among young handball players, with the following research questions: *How do coaches and players perceive that regional gatherings contribute to the skill development of female players aged 17-18, with a focus on developmental environment, coach-athlete relationship, and feedback? And to what extent do coaches and players perceive regional initiatives as effective developmental measures?* To address these research questions, a qualitative design was employed in this study, involving 11 semi-structured interviews. A strategic selection was made for the informants, consisting of 8 players and 3 coaches. All player informants had to be girls born in 2004 or 2005, with experience participating in regional initiatives. The coaches had to be coaches at regional initiatives and have experience coaching at the club level.

Key findings from the study show that there is little communication between the various stakeholders in the players' developmental environment. Coaches perceive that the relationship they have with the players' club coaches depends on the engagement and initiative of the club coaches themselves. Findings related to the coach-athlete relationship at regional initiatives indicate that players have somewhat different experiences in this regard. Coaches believe the relationships are good, but find that players need to show initiative due to limited time together. This aligns with the players' findings, as several players who have participated sporadically in the initiatives says that they don't have a relationship with the coaches. Those who participate sporadically in the initiatives report receiving little or none feedback from the coaches. Even those who participate regularly request more feedback, citing the feedback from the coaches as valuable. Coaches agree with the players that they would prefer to provide more feedback, but also feel that they do not have enough time and resources to do so. In summary, all informants consider regional initiatives as a good arena to gauge their position in the developmental process, but most of the development occurs between the initiatives. Therefore, for the regional initiatives to contribute to development, effective communication with the developmental environments and a strong coach-athlete relationship where coaches know what feedback each player should receive, are crucial.

Forord

Da nærmer det seg slutten på en 5-årig lektorutdanning her i Trondheim. Det å nå skulle levere en masteroppgave gjør meg stolt, og spent på hva framtiden bringer. Denne masteroppgaven er skrevet med utgangspunkt i en stor interesse for håndball og ferdighetsutvikling innenfor idretten. Jeg har selv spilt håndball siden jeg var 5 år gammel, og spiller fortsatt aktivt på relativt høyt nivå. Da jeg var 14 år gammel deltok jeg på min første regionale samling i håndball, og startet på et samlingsløp som varte over 4 år. Mine opplevelser fra disse samlingene ga meg inspirasjon til å forske på disse regionale tiltakene, og dermed også skrive denne masteroppgaven. Det å få jobbe med et tema som jeg virkelig interesserer meg for har vært lærerikt og inspirerende, og jeg håper studien vil bidra til at flere får mer kunnskap om prosesser knyttet til ferdighetsutvikling i håndball.

Når det nå nærmer seg slutten er det mange jeg ønsker å takke. Først og fremst vil jeg takke min gode **veileder Stig Arve**. Tusen takk for alle gode samtaler, som har gitt meg både inspirasjon og veiledning i arbeid med denne masteroppgaven. Videre vil jeg takke alle **mine informanter** for deres deltakelse. Dere har satt ord på deres egne erfaringer og opplevelser, og uten dere ville det ikke vært mulig å gjennomføre denne studien. Setter veldig pris på at dere har valgt å delta i min studie. Jeg vil også takke alle gode **lagvenninner i Utleira**, som har gjort håndballen til et fristed de dagene og ukene skolearbeid ikke har vært motiverende. Jeg er stolt av hva vi har fått til sammen, og gleder meg til fortsettelsen sammen med dere. Alle **mine medstudenter** fortjener også en stor takk, for 5 fine år sammen på studiet og for å ha vært gode støttespillere i masterprosessen. Helt tilslutt vil jeg takke **venner og familie** for all inspirasjon og motivasjon. Dere stiller alltid opp, og legger til rette for at jeg kan leve det travle livet som jeg lever.

Tusen takk!

NTNU Trondheim, 6.juni 2023

Emma Eidem Olsen

Studiens profesjonsrelevans

Selv om denne studien i all hovedsak er tilknyttet ferdighetsutvikling i håndball, vil den også være profesjonsrelevant for lektorutdanningen i kroppsøving og idrettsfag. I skolen vil studien være spesielt relevant for programfaget «toppidrett», hvor elevene gis mulighet til å kombinere videregående opplæring med toppidrettssatsing. Studien ser nærmere på dimensjonene utviklingsmiljø, trener-utøver relasjon og feedback, som alle vil være relevante for en lærer på toppidrettslinje. Programfaget «toppidrett» skal legge til rette for at elevene kan prestere på et høyt nivå i sin idrett, gjennom å tilby gode ressurser i et godt utviklingsmiljø. En av disse ressursene vil være læreren, og relasjonen med elevene vil ha mange likheter med en trener-utøver relasjon i idretten. Det å skape en god relasjon til elevene vil være viktig for å kunne gi feedback av god kvalitet, og dermed også bidra til utvikling. Nettopp dette med å skape en god relasjon med elevene for å kunne gi gode tilbakemeldinger, vil også være relevant i et vanlig klasserom. Læreren har ansvaret for å skape et godt læringsmiljø, hvor undervisningen bidrar til elevenes læring. Det å ha en god lærer-elev relasjon vil kunne gi elevene trygge rammer til å utfolde seg, og også gi lærer mulighet til å gi individuelt tilpassede tilbakemeldinger.

Innholdsfortegnelse

| | |
|---|-----------|
| Sammendrag | 1 |
| Abstract | 3 |
| Forord | 5 |
| Studiens profesjonsrelevans | 7 |
| 1.0 Introduksjon | 11 |
| 1.1 Fokus i oppgaven og problemstilling | 12 |
| 2.0 Case: Spillerutvikling i norsk håndball | 14 |
| 2.1 Regionale samlinger..... | 14 |
| 3.0 Fagfelt | 15 |
| 3.1 Ferdighetsutvikling i håndball..... | 15 |
| 3.1.1 Viktige ferdigheter i håndball | 16 |
| 3.1.2 Talentidentifisering og talentselektering | 17 |
| 3.2 Utviklingsmiljøet | 18 |
| 3.3 Trener-utøver relasjonen | 20 |
| 3.4 Feedback..... | 23 |
| 3.0 Metode | 26 |
| 3.1 Vitenskapsteoretisk vurdering og valg av metode | 26 |
| 3.2 Utvalg og rekruttering..... | 28 |
| 3.3 Gjennomføring av intervju..... | 31 |
| 3.4 Analyse av data..... | 32 |
| 3.5 Forskningens kvalitet og etiske betraktninger | 34 |
| 4.0 Analyse | 38 |
| 4.1 Utviklingsmiljø | 39 |
| 4.1.1 Det daglige utviklingsmiljøet | 39 |
| 4.1.2 Regionale tiltak sin påvirkning på utviklingsmiljøet..... | 41 |
| 4.2 Trener-utøver relasjon..... | 43 |
| 4.2.1 Informantenes definisjoner..... | 43 |
| 4.2.2 Trener-utøver relasjon i klubb..... | 45 |
| 4.2.3 Trener-utøver relasjon på regionale tiltak | 46 |
| 4.3 Feedback..... | 50 |
| 4.3.1 Foretrukket feedback..... | 50 |
| 4.3.2 Mottakelse av feedback..... | 52 |
| 4.3.3 Feedback på regionale tiltak | 53 |
| 4.4 Hva kan forbedres? | 54 |
| 4.5 Metodisk diskusjon..... | 55 |
| 5.0 Konklusjon | 58 |
| 5.1 Praktiske implikasjoner..... | 59 |
| 5.2 Veien videre | 59 |
| Referanser | 60 |
| Vedlegg | 65 |

1.0 Introduksjon

Ferdighetsutvikling er en viktig del av idrettsutøveres evne til å yte og prestere. Det vil være variasjon mellom hvilke ferdigheter ulike idretter setter krav til, men å ha fokus på utvikling av disse ferdighetene vil være fordelaktig i alle idretter. Fokus på å utvikle ulike ferdigheter kan påvirke idrettsutøveres evner på ulike områder, både fysisk, teknisk og mentalt. Med variasjonen mellom de ulike idrettene ser man spesielt et skille mellom individuelle idretter og lagidretter. I de individuelle idrettene blir det ofte rettet fokus mot spesifikke fysiske kapasiteter som skal forbedres. Selv om fysiske ferdigheter også er viktig i mange lagidretter, kreves det her ofte mer sammensatte ferdigheter (Bjørndal & Ronglan, 2018; Michalsik, 2018). Et uttalt mål i den norske idretten er å ha en toppidrett som inspirerer og bidrar til rekruttering av utøvere. Ved å legge til rette for spillerutvikling og utvikling av utøvernes potensiale (i mange sammenhenger omtalt som talentutvikling), legges det også til rette for utvikling av toppidrettsutøvere. Den norske idrettsmodellen er bygd opp slik at det er de enkelte særforbundene som har ansvar for utvikling av særidrettene (Sandbakk et al., 2019). Dette ansvaret blir også trukket fram i idrettspolitisk dokument, hvor det står at en styrking av Norge som toppidrettsnasjon, krever at særforbundene blant annet utvikler egne utviklingsmiljøer (Norges idrettsforbund, 2015).

Én av de idrettene Norge kan vise til gode resultater i, er lagidretten håndball. Både på dame- og herresiden har Norge i flere mesterskap på rad vist at vi kan utfordre de aller beste nasjonene i verden. På klubbnivå har vi også i begge kjønnklassene spillere som presterer i verdensstoppen, som viser at Norge har mange gode håndballspillere. Bak disse spillerne med gode resultater, ligger et årelangt fokus på spillerutvikling. Dette ansvaret for spillerutvikling i håndball ligger hos Norges håndballforbund. Utviklingsmodellen i norsk håndball er en sammensatt organisatorisk modell som består av både klubb og skole, samt regionalt og nasjonalt organiserte aktiviteter (Bjørndal et al., 2015; Bjørndal & Gjesdal, 2020). Dette betyr at det er flere ulike aktører som har ansvar for å skape utvikling blant norske håndballspillere, og samspillet mellom disse aktørene vil spille en sentral rolle i utviklingsprosessen (Sandbakk et al., 2019).

Utvikling i håndball setter krav til fokus på flere ulike ferdigheter, både fysiske, taktiske, sosiale og kognitive (Wagner et al., 2014). Kvaliteten på den daglige treningen vil dermed være sentral i utviklingsprosessen, og utviklingsmiljøet man er en del av vil ha sterk påvirkning på denne (Sandbakk et al., 2019). I litteraturen er det flere eksempler på ulike modeller for ferdighetsutvikling, der viktige faktorer og aktører beskrives. En mangel i mange av disse

modellene er imidlertid en helhetlig forståelse og beskrivelse av utøvernes situasjon (Sæther, 2017; 2019). Henriksen (2010) har utviklet en holistisk og økologisk modell, Athlete Talent Development Environment (ATDE), i et forsøk på å beskrive gode idrettslige talentutviklingsmiljøer på en helhetlig måte.

I og med at håndball er en lagidrett som setter krav til sammensatte ferdigheter, vil det være viktig at de med ansvaret for at håndballspillere opplever utvikling, har kunnskap om hvilke ferdigheter som kreves for å lykkes i idretten. Én av de viktige aktørene Henriksen (2010) trekker fram i sin modell for utviklingsmiljøene, er dermed treneren. Treneren skal bevisstgjøre spilleren i egen utviklingsprosess, og oppfordre til refleksjon rundt egne ferdigheter. Treneren bør også ha kunnskap om hvilke ferdigheter spillerne bør arbeide med, og tilrettelegge treningen deretter. Her kommer trener-utøver relasjonen inn, en relasjon der begge parter følelser, tanker og atferd er gjensidig avhengige av hverandre. Kvaliteten på denne relasjonen vil påvirke hvilken kjennskap treneren har til spilleren og dermed i hvilken grad den klarer å tilrettelegge for trening som skaper utvikling (Jowett, 2007;2017). I en slik utviklingsprosess vil det være avgjørende at utviklingsmiljøet, med den ansvarlige treneren, evner å gi spilleren feedback som kan benyttes i treningsarbeidet (Kvelling, 2017; Sæther, 2017). Feedback skal gi spilleren respons på en handling eller atferd, og være retningsgivende for videre arbeid. For at spilleren skal dra nytte av den feedbacken som gis, er man avhengig av at den er tilpasset spillerens individuelle behov og ferdighetsnivå (Mageau & Vallerand, 2003).

1.1 Fokus i oppgaven og problemstilling

Denne oppgaven vil omhandle ferdighetsutvikling i håndball, og sette spesielt fokus på de regionale tiltakene for spillerutvikling. Selv om spilleren vil tilbringe store deler av sin treningshverdag i utviklingsmiljøet i klubb, har håndballforbundet både regionale og nasjonale tiltak for utvikling. Norges håndballforbund er delt inn i geografisk styrte regioner, som alle har ansvaret for identifisering og utvikling av håndballspillere i sitt område. I hver av disse regionene kan spillere potensielt bli plukket ut til deltakelse på regionale samlinger, der spillerne trener sammen på tvers av de ulike klubbene. Gjennom å legge til rette for samlinger med deltakelse fra hele regionen, ønsker de ulike regionene å bidra med kunnskap og inspirasjon ut til de ulike utviklingsmiljøene. Spillere i regionen får mulighet til å delta på ulike typer uttakssamlinger, samt samlinger de kan melde seg på selv.

Spillere som blir tatt ut til slike regionale samlinger blir plassert i et utviklingsmiljø som skiller seg noe fra utviklingsmiljøet de er kjente med i klubb. Blant annet vil spillergruppa på regionale samlinger bestå av spillere fra ulike klubber, noe som argumenterer for at de ikke vil

ha like stor kjennskap til hverandres styrker og svakheter som håndballspillere. Trenerne vil også være andre enn de som er i klubb, og kvaliteten på trener-utøver relasjonen kan dermed være annerledes. Noe av det som skiller trener-utøver relasjon i klubb fra trener-utøver relasjon på regionale tiltak, er tiden partene tilbringer sammen. Store deler av håndballspilleres treningshverdag foregår sammen med klubbtrener, og trenere på regionale samlinger vil få mindre tid til å skape en relasjon med spillerne. Dette vil igjen argumentere for at grunnlaget for å kunne gi spillerne individuelt rettet feedback, er dårligere enn for en klubbtrener. Nettopp dette skal belyses i denne oppgaven. Oppgaven skal se nærmere på hvordan trenere og spillere på regionale samlinger opplever at deltakelse på disse påvirker ferdighetsutvikling i håndball. Fokuset rettes mot de tre dimensjonene utviklingsmiljø, trener-utøver relasjon og feedback, og hvordan disse påvirker utviklingsprosessen. Oppgaven skal også diskutere betydningen av de regionale tiltakene i et utviklingsperspektiv. Problemstillingene for oppgaven er som følger:

Hvordan opplever trenere og spillere at regionale samlinger bidrar til ferdighetsutviklingen til kvinnelige spillere i 17-18 årsalderen, med fokus på utviklingsmiljø, trener-utøver relasjon og feedback? Og i hvilken grad opplever trenere og spillere at regionale samlinger fungerer som utviklingstiltak?

2.0 Case: Spillerutvikling i norsk håndball

Som et eget særforbund i Norges idrettsforbund, har håndballforbundet selv ansvaret for å organisere alle deler av idretten. Dette innebærer dermed at det overordnede ansvaret for spillerutvikling ligger hos forbundet. Modellen for utvikling av norske håndballspillere er en sammensetning av trening og konkurranse i klubb, ulike utviklingstiltak regionalt og nasjonalt gjennom håndballforbundet, og spesialiserte idrettslinjer gjennom skolen (Bjørndal et al., 2015; Øydna & Bjørndal, 2022). Alle disse tiltakene for utvikling er selvstendig organisert, og tilbyr hver sine aktiviteter for utvikling av unge håndballspillere.

2.1 Regionale samlinger

De ulike regionene i Norges håndballforbund legger til rette for at unge håndballspillere kan delta på flere ulike regionale samlinger, og de fleste tilbyr samlinger fra håndballspillere er 11 til 18 år. De første årene av samlingsløpet er enten klubbtrener eller spilleren selv nødt til å melde interesse for deltakelse på samlinger. Når spillerne er 14 til 16 år arrangerer regionene det de har valgt å kalle for spillerutviklingssamlinger (SPU). SPU-samlingene skal skape en utviklingsarena for spillere med utviklingspotensial og lysten til å bli bedre. I startfasen av disse samlingene blir spillerne meldt inn av klubbtrener, mens det etterhvert blir SPU-trenerens oppgave å plukke ut hvilke spillere som skal delta. Samtidig som regionen arrangerer SPU-samlinger, har de også et regionalt tiltak for de av spillerne som anses som aktuelle for landslag. Disse samlingene blir kalt for regionalt landslagsmiljø (RLM), og spillerne blir uttatt på bakgrunn av tidligere aktivitet. RLM-samlingene arrangeres for to og to aldersgrupper samlet, hvor de som er født i partallsår er eldst. Det betyr for eksempel at jenter født i 2004 har RLM-samlinger sammen med jenter født i 2005. Hver av disse samlingstypene gjennomføres i snitt hver 4.-6. uke fram til spillerne er 18 år gamle, og spillerne trener i egne klubbmiljø med egne klubbtrenere i ukene mellom.^{1 2}

¹ Norges håndballforbund, «NHF's organisasjon», på handball.no: <https://www.handball.no/regioner/nhf-sentralt/om-oss/organisasjon/nhfs-organisasjon/>

² Norges håndballforbund, «Utvikling», på handball.no: <https://www.handball.no/regioner/nhf-sentralt/utvikling>

3.0 Fagfelt

Dette kapittelet vil ta utgangspunkt i ordlyden av problemstillingene, og være et rammeverk for den kommende analysen. Kapittelet er delt inn i 4 delkapitler, der alle trekker fram ulike sider av litteraturen og tidligere forskning. Det første delkapitlet er 3.1 Ferdighetsutvikling i håndball, som gir innblikk i sentrale faktorer knyttet til utvikling av ferdigheter i håndball. Delkapittelet beskriver hvilke ferdigheter som er viktig å utvikle i håndball, samtidig som det gis en beskrivelse av hvordan identifiserings- og selekteringsprosesser fungerer. De tre neste delkapitlene tar for seg hver av de tre dimensjonene problemstillingen knytter til ferdighetsutvikling: 3.2 Utviklingsmiljøet, 3.3 Trener-utøver relasjon, og 3.4 Feedback.

3.1 Ferdighetsutvikling i håndball

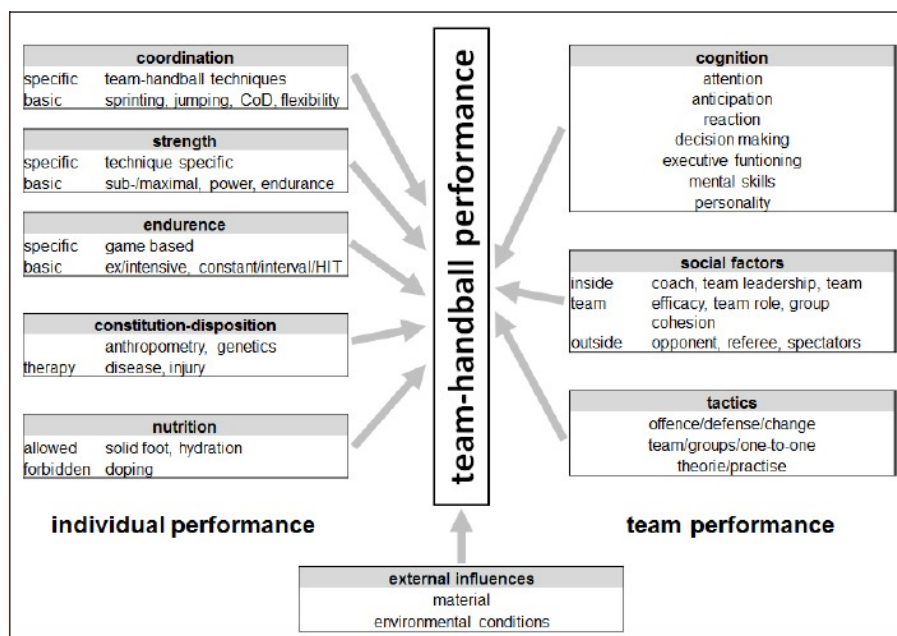
Håndball er en sammensatt lagidrett, som krever besittelse av flere ulike ferdigheter for å lykkes. Å oppnå suksess i idretten avhenger av både fysiske, fysiologiske, psykiske, sosiale og tekniske faktorer, som alle bør fungerer sammen for at spillerne skal nå langt (The International Handball Federation, 2019). Disse faktorene som det internasjonale håndballforbundet (2019) trekker fram, fremheves også som viktig i forskning på andre lagidretter, som fotball (Buekers et al., 2014; Christensen, 2009; Sæther, 2014; Williams et al., 2020). Ferdighetsutvikling i håndball vil sette krav til et variert treningsinnhold, i og med at spillerne må inneha en variasjon av ferdigheter (Bjørndal & Ronglan, 2018; Michalsik, 2018; The International Handball Federation, 2019). I forbindelse med ferdighetsutvikling i håndball trekker Sigmundsson & Wiedemann (2017) også fram tid som en stor utfordring, ettersom dette arbeidet krever mye spesifikk trening over tid.

I arbeid med utvikling av prestasjonsevnen er det flere viktige faktorer som spiller inn, og Sandbakk, Pedersen og Moen (2019) trekker fram kvaliteten på den daglige treningen som den viktigste enkeltfaktoren. En sentral faktor i utviklingsprosessen, er all den treningen spilleren gjennomfører (Sandbakk et al., 2019). *Forenklet framstilt kan man si at mestring krever intensitet og dermed mengdetrening* (Kvelling, 2017, s.84). I utviklingsprosessen vil det også være viktig å se på hvilken type trening spilleren gjennomfører, og ikke kun på mengden trening. Fokuset i treningsarbeidet bør gjenspeile de kravene som settes i idretten. Sandbakk og hans kolleger (2019) poengterer viktigheten av målrettet og spesifikt arbeid, samt gjennomføring av prosesser der spilleren kan tilegne seg lærdom underveis. For at disse prosessene skal være suksessfulle, vil det være viktig at spillerne opplever sosial støtte fra omverdenen. Her trekker Sandbakk og hans kolleger (2019) inn treneren som en viktig aktør, og trenere-utøver relasjonen

vil være sentral i denne støtten. Noe av det som trekkes fram i forskning på både trener-utøver relasjonen og ferdighetsutvikling generelt, er trenernes ansvar for å gi feedback til spillerne sine (Jowett, 2017; Kvello, 2017; Sæther, 2017; Vukadinović & Rađević, 2019).

3.1.1 Viktige ferdigheter i håndball

En viktig oppgave for de som skal identifisere hvilke spillere som skal tas ut på regionale samlinger, vil være å finne ut hvilke ferdigheter som kreves i håndball. For å lykkes i håndball er det flere faktorer som spiller inn, både for hvert individ og for laget. Idretten er kompleks, der flere komponenter må fungere sammen. Wagner og hans kolleger (2014) trekker her fram både individuelle prestasjoner, taktiske komponenter og lagets interaksjoner. Modellen nedenfor (Figur 1) har blitt utviklet for å vise hvilke faktorer som påvirker ferdighetsutvikling i håndball, og illustrerer kompleksiteten og faktorer suksess i idretten baserer seg på.



Figur 1: Faktorer som påvirker prestasjonen i håndball (Wagner et al., 2014)

I modellen (Figur 1) er påvirkningsfaktorer for ferdighetsutvikling i håndball delt inn i en individuell del og en lagmessig del. Den individuelle delen inkluderer de fysiske faktorene koordinasjon, styrke og utholdenhet, konstitusjonelle faktorer og kosthold. På den lagmessige siden av modellen trekkes kognitive, sosiale og taktiske faktorer fram. I tillegg til disse to delene har modellen også en del som omfatter eksterne påvirkningsfaktorer, som også vil spille inn på den kollektive prestasjonen til laget. Her finner man blant annet miljøfaktorer, som sier noe om hvordan utviklingsmiljøet legger til rette for utvikling (Wagner et al., 2014). Modellen viser at prestasjoner i håndball er sammensatt, og at idretten er preget av mer enn kun fysiske egenskaper. En håndballspiller med gode fysiske egenskaper er imidlertid ikke automatisk

suksessfull i idretten, dersom de taktiske, sosiale og kognitive ferdighetene ikke er tilfredsstillende (Michalsik, 2018).

3.1.2 Talentidentifisering og talentselektering

Talentidentifisering og talentselektering er to begreper som er tett knyttet til hverandre, og som ofte trekkes inn i idretten i forbindelse med utvikling av ferdigheter. Talentidentifisering i idrett refererer til den prosessen der man skal gjenkjenne potensielle talenter blant en gruppe idrettsutøvere. Formålet med talentidentifisering er å finne de menneskene som har størst sjanse til å lykkes med å utvikle sine ferdigheter (Vaeyens et al., 2008). Talentselektering viser til prosessen der de mest lovende talentene velges ut blant de identifiserte kandidatene. Ved å selektere talentene ønsker man å gi dem muligheten til å utvikle sine ferdigheter og evner videre. Dette kan blant annet inkludere å gi dem tilgang til spesialister på området, eller gi dem mulighet til å delta på konkurranser og arrangementer der de kan utvikle og teste sine ferdigheter (Gulbin et al., 2013).

I håndball vil identifisering og selektering være en del av ferdighetsutviklingen til unge spillere. Denne identifiseringen og selekteringen innebærer blant annet uttak og deltakelse på regionale og nasjonale samlinger; tiltak med en intensjon om å skape utvikling. Disse tiltakene, både regionalt og nasjonalt, innebærer en prosess der trenere identifiserer og selekterer de spillerne som innehar et potensial til å lykkes i håndball (Sæther, 2014; Vaeyens et al., 2008). Hva det vil si å ha et potensial til å lykkes i håndball, avhenger av hvilke ferdigheter man anser som viktige i idretten. Trenere tilknyttet de regionale og nasjonale tiltakene må dermed finne ut hvilke kriterier de skal se etter i arbeid med identifisering og selektering av spillerne. Her vil det være variasjon i hvilke krav som settes til spillere i ulike posisjoner (Buekers et al., 2014), samtidig som det også vil være mulig for spillere å kompensere for de svakhetene de har med styrker på andre områder (Abbott & Collins, 2004). I sin studie på unge elitehåndballspillere i håndball, fikk Petersen og hans kolleger (2017) resultater som viste forskjeller i fysiske og motoriske ferdigheter mellom de ulike posisjonene på banen.

En konsekvens av identifikasjons- og selekteringsprosessen kan være økt belastning, både fysisk og psykisk. Deltakelse på regionale eller nasjonale samlinger vil komme i tillegg til treningshverdagen i klubb, og for noen spillere også trening på skolen. For mange spillere vil dermed deltakelse på slike samlinger innebære en automatisk økning i fysisk belastning. Dersom den totale belastningen, inkludert både den fysiske og den psykiske, blir for høy, øker risikoen for skader. Når skaden først har skjedd, vil denne kunne påvirke utviklingsprosessen på flere måter. Skaden kan medføre at spilleren må trene alternativt en periode, og dermed ikke

delta på trenings- og konkurranseaktivitet. Sæther & Aspvik (2015) skriver derfor at skader kan ses på som en fiende for ferdighetsutvikling. I Sæther (2017) sin studie på norske fotballtalenter viser resultatene at uttak til regionale eller nasjonale samlinger kan føre til at forventninger og press øker. Spillere på regionale og nasjonale samlinger må vise sine ferdigheter over en kort tidsperiode, noe som skiller seg fra det miljøet de er en del av i klubb eller på skolen (Sæther, 2017). Det økte presset kan påvirke spillerne ulikt. Noen kan oppleve at presset blir en motivasjon og at prestasjonen blir bedre, mens andre kan ha en opplevelse av stress, som igjen kan påvirke prestasjonen negativt. For trenerne vil identifisering og selektering av spillere også innebære å velge bort spillere, noe som skaper et etisk dilemma. Det å bli valgt bort, kan potensielt påvirke spillernes psyke og oppførsel (Baker et al., 2018).

3.2 Utviklingsmiljøet

I ungdomsårene kan treningshverdagen til idrettsutøvere forandre seg mye, og spesielt for de spillerne som har et sterkt ønske om å utvikle seg i idretten sin, hvor spesielt trenings- og kampbelastningen øker. Den økte trenings- og kampbelastningen kan blant annet komme av at man starter på idrettsskole, blir gamle nok for divisjonsspill i klubben, eller opplever større satsing i eget lag (Bahr, 2014; Bjørndal & Gjesdal, 2020). Dette er også tilfelle for unge norske håndballspillere, der flere aktører ofte må fungere sammen for å skape utvikling hos spillerne. For mange spillere vil utviklingen påvirkes av både skole og klubb, samtidig som mange også deltar på regionale og nasjonale aktiviteter (Bjørndal et al., 2015; Bjørndal & Gjesdal, 2020). Alle disse aktørene vil påvirke prestasjonen til spillerne, noe flere forskere (Aalberg & Sæther, 2016; Henriksen, 2010; Hvid Larsen et al., 2013; Li et al., 2014) påpeker viktigheten av å ha fokus på i forskning på utvikling hos idrettsutøvere. Å fokusere på hvilke ferdigheter spillerne har og bør utvikle vil være viktig, samtidig som det vil være avgjørende å se på hvilke faktorer rundt som påvirker. Spilleren vil være en del av et utviklingsmiljø, der de ulike aktørene fungerer sammen i en prosess (Aalberg & Sæther, 2016; Henriksen, 2010; Hvid Larsen et al., 2013; Li et al., 2014). Spesifikt hvordan utviklingsmiljøet ser ut, kan variere mellom miljøene og kan også oppleves ulikt fra ulike spillere i det samme miljøet.

Henriksen (2010) har valgt å kalle slike miljø for talentutviklingsmiljø, og definerer begrepet slik: «An ATDE is a system of an athlete's interactions inside and outside sport on the micro-level and how these interactions are influenced by the macrolevel» (s.29). I sin definisjon deler Henriksen (2010) inn i mikro- og makronivå, som inkluderer de bestanddelene som påvirker spillerne og deres utvikling. Mikronivået inkluderer alle de interaksjonene spillerne har, både i idretten og utenfor. Makronivået består av alle de bestanddelene som kan påvirke

interaksjonene på mikronivå. (Henriksen, 2010; Henriksen et al., 2010; Sæther, 2017). På mikronivå finner man aktører som klubb, familie, venner, skole og trener, mens på makronivå finner man aktører som forbund og politikere. Henriksen (2010) har også valgt å dele inn i idrettslige og ikke-idrettslige domener, for å vise at utviklingsmiljøer påvirkes av faktorer både i og utenfor idretten. Ulike suksessfulle talentutviklingsmiljø kan ha ulike kjennetegn, men felles i miljøene er evnen til å dekke spillernes behov (Sæther, 2019). Suksessen et utviklingsmiljø har vil også være avhengig av kvaliteten på samarbeidet mellom de ulike aktørene (Henriksen, 2010; Sæther, 2017; 2019).

De sentrale aktørene i spillernes utviklingsprosess finner man på mikronivået, og klubben er en av aktørene med størst påvirkning. Mye av spillernes tid tilbringes i klubben, og miljøet her vil være avgjørende for både treningsmengde, treningsinnhold og treningsrammer (Sæther, 2017). Klubben som aktør vil også tilhøre det idrettslige domenet i modellen til Henriksen (2010), i og med at den er direkte relatert til idretten. Klubben og dens miljø er en direkte del av spillernes hverdag, og består først og fremst av trenere og lagkamerater. Her kan også klubbmiljøet bestå av både fysioterapeuter, psykologer og kostholdsekspert, som alle vil kunne påvirke ferdighetsutviklingen til spillerne. I tillegg vil spillerne påvirkes av andre rammer som klubben setter. Økonomi vil blant annet være avgjørende for hvilken kompetanse spillerne kan benytte seg av, samt hvilke fasiliteter som tilbys. Klubben kan også legge til rette for samarbeid mellom aldersgrupper eller med andre klubber, noe som vil kunne påvirke treningshverdagen og bidra til opplevelse av utfordring og mestring (Henriksen, 2010).

I tillegg til klubben vil også familie, venner og skolen være aktører som påvirker spillerne i hverdagen (Henriksen, 2010). Familie og venner tilhører først og fremst det ikke-idrettslige domenet, i og med at påvirkningen på spillerens utvikling skjer utenfor idretten. I noen tilfeller kan det likevel hende at familie og/eller venner er involverte i idretten, og dermed påvirker spilleren på det idrettslige plan også. Når det gjelder skolen, kan den tilhøre begge domeneene. I ungdomsalder kan spillerne velge å inkludere idretten inn i skolehverdagen, enten ved å gå på idrettsungdomsskole eller på idrettslinje på videregående skole (Bjørndal & Gjesdal, 2020; Kristiansen & Stensrud, 2017;2020). Uavhengig av om idretten er en del av spillernes skolehverdag, så vil skolehverdagen påvirke totalbelastningen (Henriksen, 2010).

Ettersom trenere er en viktig del av utviklingsmiljøet til spilleren, vil de bidra med viktig kunnskap og kompetanse som spillerne vil dra nytte av i sin utviklingsprosess. Først og fremst skal treneren bidra til spillernes utvikling, og legge til rette for at de kan utvikle sine evner og ferdigheter (Henriksen, 2010). I tillegg vil treneren ha andre viktige arbeidsoppgaver. Treneren har blant annet ansvar for å velge spillere til å delta i trenings- og konkurransegrupper

(Ingebrigtsen, 2015). I et lag må treneren ta hensyn til både individuelle og kollektive behov, samt passe på at spillerne og laget har både kortsiktige og langsiktige mål. For treneren vil flere aktører sette rammer for trenerpraksisen, hvor forbundet, klubben og spillerne vil påvirke hvordan jobben kan gjennomføres. Jo eldre spillerne blir, jo større krav vil settes til treneren. Forskning (Silva et al., 2019; Sæther, 2017) viser at trenerens rolle i utviklingsprosessen, og betydning av at kvaliteten på treneren er god, vil øke med årene.

3.3 Trener-utøver relasjonen

En trener-utøver relasjon kan defineres som en sosial situasjon der partenes følelser, tanker og atferd er gjensidig forbundet og avhengig av hverandre (Jowett, 2007). Jowett og Shanmugam (2016) bruker denne definisjonen som utgangspunkt når de viser til det de mener er fire nøkkelpunkter i en trener-utøver relasjon: **1)** Det første nøkkelpunktet blir kalt for *closeness* (oversatt nærhet), og viser til det båndet som skapes mellom trener og spiller. Båndet kjennetegnes av gjensidig tillit og respekt, emosjonell omsorg og støtte, i tillegg til at partene verdsetter hverandre (Jowett, 2007;2017; Jowett & Poczwadowski, 2007; Jowett & Shanmugam, 2016). **2)** Det neste punktet, *commitment* (oversatt forpliktelse eller engasjement), gjenspeiler begge parters intensjoner om å opprettholde relasjonen over tid (Jowett & Shanmugam, 2016). **3)** *Complementarity* (oversatt komplementaritet) handler om hvordan atferden og interaksjonene til begge parter i relasjonen skal komplementere hverandre (Jowett & Shanmugam, 2016). **4)** Det siste punktet, *co-orientation* (oversatt samorientering), gjenspeiler i hvilken grad partene er gjensidige avhengige når det kommer til syn på kvaliteten på relasjonen. Dette punktet sier derfor noe om de satte målene, verdiene og forventningene til relasjonen gjør at trener og spiller har et felles grunnlag (Jowett, 2007;2017; Jowett & Shanmugam, 2016).

Som Henriksen (2010) trekker fram, er en av de viktige aktørene i et talentutviklingsmiljø treneren, og kvaliteten på relasjonen med spillerne vil ha stor betydning for utviklingsprosessen (Henriksen, 2010; Jowett, 2017; Sæther, 2017). I den helhetlige utviklingen vil trenere spille en sentral rolle for spillerne, og da spesielt for de unge. Ved å skape en god trener-utøver relasjon vil man legge til rette for at spillerne kan tilegne seg viktige ferdigheter, kompetanse og erfaring (Vukadinović & Rađević, 2019). Her er det dermed viktig at man som trener innehar den kompetansen og kunnskapen det er behov for, i tillegg til at man evner å overføre denne til spillerne (Sæther, 2017; Vukadinović & Rađević, 2019). Kvaliteten på trener-utøver relasjonen vil også kunne påvirke motivasjonen hos begge parter. En trener-utøver relasjon vil bestå av to parter, og Jowett (2007;2017) påpeker hvor viktig det er å ha

fokus på begge. Hun beskriver relasjonen som to individer som sammen skaper muligheten til å nå individuelle og felles mål. En relasjon mellom trener og spiller vil være dynamisk, og det forventes at den vil forandre seg over tid. Etterhvert som partene interagerer med hverandre, vil begge få bedre kjennskap til hverandre, og relasjonen vil påvirkes deretter (Jowett & Poczwadowski, 2007; Mageau & Vallerand, 2003).

Flere studier setter fokus på hvordan en god trener-utøver relasjon kan skapes, hvor respekt, tillit, engasjement og samarbeid blir ansett som viktige komponenter (Jowett, 2007;2017; Jowett & Poczwadowski, 2007; Jowett & Shanmugam, 2016). I studien til Bennie & O'Connor (2012) påpeker trenerne viktigheten av å skape en god toveis kommunikasjon med spillerne. For trenerne i studien er det viktig at spillerne ser på dem som noen de kan ha en åpen kommunikasjon med (Bennie & O'Connor, 2012). Videre vil det være viktig å skape en gjensidig respekt og tillit, noe som kan gjøres gjennom å behandle spillerne individuelt og ut ifra deres ulike behov (Bennie & O'Connor, 2012; Jowett & Poczwadowski, 2007; Jowett, 2007;2017). I relasjonen vil trener og spiller ha både individuelle og felles mål, noe som setter krav til et samarbeid mellom partene (Jowett, 2007;2017). For at samarbeidet skal funke og at målene skal nås, er det viktig å skape engasjement. Bennie & O'Connor (2012) indikerer at treneren gjennom å vise spilleren at de er der for å utvikle dem, kan skape det engasjementet som kreves.

Davis og hennes kolleger (2018) har i sin studie undersøkt trener-utøver relasjonen, med fokus på 4 ulike lagidretter på universitetsnivå. I studien rettes fokuset mot kvaliteten på en slik relasjon, og hvordan spillerne påvirkes både fysiologisk og kognitivt av denne. Basert på resultatene fra studien kan man argumentere for at en trener-utøver relasjon med god kvalitet, vil kunne gi positive fysiologiske og kognitive konsekvenser hos spillerne. Studien trekker spesielt fram de kognitive konsekvensene, der resultatene viser en sammenheng mellom trener-utøver relasjonen og kognitive konsekvenser. Blant annet viser studien at relasjonskvaliteten vil kunne påvirke spillernes opplevelse og oppfatning av stress og angst, og en bedre kvalitet på relasjonen vil virke positivt på hvordan spilleren håndterer møtet med de ulike kravene som settes i idretten (Davis et al., 2018).

Studien til Silva og hennes kolleger (2019) viser hvordan spillernes nivå og prestasjoner også kan påvirke trener-utøver relasjonen. Den undersøker hvordan spillere med ulik suksess i håndball ser på trenerens rolle i deres utviklingsprosess. Her beskriver spillerne de trenerne de anser som mest innflytelsesrik i deres karriere, både fra klubb- og landslagsnivå. Resultatene viser at spillerne med større grad av suksess har mer positive oppfatninger av trenerne sine, enn det de med lavere grad av suksess har. De med en positiv oppfatning opplevde både bedre støtte,

kommunikasjon og tilbakemeldinger fra trenerne sine. Basert på resultatene antyder Silva et al. (2019) at trener-utøver relasjonen er en kritisk faktor i utviklingen av håndballspillere. De påpeker dermed viktigheten av at trenerne skaper gode relasjoner med spillerne sine, for å på best mulig måte kunne tilby støtte i håndballspilleres utviklingsprosess (Silva et al., 2019).

Den tidligere nevnte studien til Bennie & O'Connor (2012) har fokus på trener-utøver relasjon i profesjonell idrett i Australia. Med utgangspunkt i resultatene blir det beskrevet et skille mellom to ulike typer relasjoner. Den ene typen relasjon blir beskrevet som den nære relasjonen, der spillerne betegner den som mer familieorientert. I denne relasjonen har trenerne mer kunnskap om spillernes liv utenfor idretten, og den kjennetegnes derfor av at forholdet mellom partene er mer personlig. Som en motsetning til den nære relasjonen har man den profesjonelle, hvor trenere holder spillerne litt mer på avstand. En slik type relasjon vil ikke være så nær, og treneren vil ikke ha kjennskap til stort mer enn spillerens profesjonelle idrettsliv. Resultater fra studien indikerer at begge typer relasjoner kan anses som effektive, men det krever at begge partene har samme oppfatning av og forventning til relasjonen (Bennie & O'Connor, 2012). Dette krever et godt forarbeid, der forventninger fra begge parter blir kommunisert og avklart i forkant av utviklingsarbeidet. Her blir det viktig å avklare forventninger til både målsetting og roller, slik at begge parter opplever å bli tilfredsstillt i relasjonen (Bennie & O'Connor, 2012).

Storm et al. (2014) har i sin studie sett på hvilke nøkkelpersoner som har hatt betydning i elitespilleres karriere, og hvordan forholdet til disse har påvirket spillernes læring og utvikling. De deltakende spillerne i denne studien har alle trukket fram treneren som en viktig nøkkelperson, og spillerne hadde erfaringer med ulike trenere. Basert på resultatene kan man dele inn i to ulike typer relasjoner med nøkkelpersoner i spillernes karriere (Storm et al., 2014). Den første typen blir kalt for en forbigående relasjon, som tilbyr spillerne retningsgivende støtte i overgangen fra en fase til en annen. Denne typen relasjon eksisterer i et kort tidsrom og har fokuset rettet mot en idrettslig kontekst. Studien til Storm et al. (2014) viser at nøkkelpersonen i en slik relasjon som regel var en trener med høy grad av legitimitet. Den andre typen relasjon blir i studien kalt for en eksistensiell relasjon. En slik relasjon karakteriseres av kontinuitet og har en innflytelse både i en idrettslig og ikke-idrettslig kontekst. Denne typen relasjon er personlig og nær, og eksisterer i et lengre tidsrom. Spillerne i studien beskriver en slik relasjon med mange ulike personer i deres liv, hvor tidligere og nåværende trenere var blant disse (Storm et al., 2014).

3.4 Feedback

Feedback fra treneren er en sentral del av trener-utøver relasjonen (Mageau & Vallerand, 2003). Feedback i sport kan defineres som den informasjonen som blir gitt som respons på en handling eller atferd (Hodges et al., 2007). I løpet av sin utviklingsprosess vil spillerne støte på flere ulike utfordringer. Litteraturen viser at det å møte utfordringer kan ha positive konsekvenser for utviklingen til spillerne, og mange elitespillere har dratt nytte av nettopp dette i sin prosess (Taylor & Collins, 2022). Hvilke konsekvenser utfordringer vil gi avhenger av hvordan spillerne møter de, og hvilken støtte de har rundt seg. For spillerne selv vil blant annet psykologiske egenskaper påvirke på hvilken måte disse utfordringene møtes og håndteres. Den støtten spillerne har rundt seg vil også være avgjørende i møte med utfordringer, og Taylor & Collins (2022) trekker her fram feedback som et kjerneelement i det disse støttespillerne tilbyr.

Kvello (2017) trekker fram det han mener er viktige forutsetninger for læringssituasjoner, der blant annet intensitet og progresjon blir poengtert som viktig for å skape læring. Her blir også feedback nevnt som viktig for å optimalisere læringsprosessen. Feedback er blant annet viktig for å skape bevisstgjøring, som er en sentral del av det å utvikle en ferdighet (Kvello, 2017). Meningen med feedback er å, basert på nåværende prestasjoner, finne svar på hva man kan gjøre for å nå ønskede mål (Taylor et al., 2021; Taylor & Collins, 2022). Kvello (2017) trekker spesielt fram tre måter man kan motta feedback i form av: fra seg selv, av andre, eller gjennom teknologi. All type feedback vil ha en virkning på spilleren. Feedback fra andre blir likevel sett på som ekstra viktig i en læringsprosess, fordi man som spiller vil få tilgang til annen kunnskap og kompetanse enn den man selv innehar (Kvello, 2017).

Det viktigste er i midlertidig ikke nøyaktig hva feedbacken inneholder, men hva mottakeren gjør med tilbakemeldingen som kommer (Henderson et al., 2019; Taylor & Collins, 2022). Nyere forskning (Taylor et al., 2021; Taylor & Collins, 2022) har satt fokus på hva spilleren faktisk får med seg av den feedbacken de mottar, og at feedback er en prosess der spillerne drar nytte av tilbakemeldinger for å skape utvikling. Målet bør være at den feedbacken som gis skal skape refleksjon hos spillerne, som igjen skal påvirke atferden i etterkant (Henderson et al., 2019; Taylor et al., 2021; Taylor & Collins, 2022). Hvordan feedbacken mottas og benyttes, avhenger også av hvem som gir feedbacken. Studien til Taylor, Collins & Cruickshank (2021) viser at spillerne stolte mer på feedbacken de fikk fra de med høyere status innen idretten. Spillerne i studien aksepterte også bedre feedback fra trenere de hadde en nærere relasjon med, og som viste genuin interesse for deres utvikling (Taylor et al., 2021).

Selv om mottakeren spiller en viktig rolle for virkningen på feedbacken, vil også innholdet og kvaliteten ha noe å si. Dersom spilleren opplever feedbacken som ukorrekt, kan

det være vanskelig å benytte denne i utviklingsprosessen (Sæther, 2017). Mageau & Vallerand (2003) viser til at overdrevent positive og hyppige tilbakemeldinger kan dempe motivasjonen til spillerne, fordi de opplever at tilbakemeldingene ikke baserer seg på deres faktiske prestasjoner. Også mangel på feedback vil skape utfordringer for spillerne. I sin studie på norske fotballtalenter, skriver Sæther (2017) at mangel på tilbakemeldinger kan være utfordrende, fordi kriterier for hva som kreves kan være lite konkrete. Det kan dermed være utfordrende for unge spillere å skape utvikling, fordi de ikke vet akkurat hvilke evner og ferdigheter de bør fokusere på. Unge spillere tar ofte del i flere lag samtidig, og må dermed forholde seg til flere trenere (Bjørndal & Ronglan, 2018). I og med at utviklingsmiljøene er såpass sammensatte og komplekse, er det mange personer som er i en posisjon der de kan gi evaluering og veiledende tilbakemeldinger til spillerne. Disse personene skal, ved hjelp av sin kunnskap og kompetanse, gi tilbakemeldinger med mål om å forbedre ferdigheter og atferd (Taylor et al., 2021).

Lagestad og hans kolleger (2017) har gjennomført en studie på feedback gitt av trenere på et junior elitelag og et junior amatørslag. Studien viser at spillere på elitelaget fikk mer verbal feedback fra trenerne enn spillerne på amatørslaget. Elitelaget fikk både mer individuell feedback og mer feedback rettet mot hele laget. Lagestad et al. (2017) skriver også at feedbacken gitt til elitelaget virket å være mer konkret og reflekterende enn den amatørslaget fikk. Resultatene fra studien indikerer at trenerne på elitelaget har mer fokus på individualisering, spesifikk feedback og utvikling av hver enkelt spiller (Lagestad et al., 2017). Studien involverte unge spillere, som vil være avhengig av individuell feedback i sin utviklingsprosess. Forfatterne argumenterer for en tilnærming til feedback som trenerne på elitelaget hadde, fordi denne vil være positiv for spillernes utvikling av ferdigheter.

Winwood og Wrigley (2013) har undersøkt hvordan timingen på feedback kan påvirke læring og utvikling. Studien deler inn i to typer feedback; tidlig og forsinket feedback. Tidlig feedback handler om å gi tilbakemelding umiddelbart etter en handling, mens ved forsinket feedback utsetter man å gi tilbakemelding. Resultatene fra studien viser at tidlig feedback kan være nyttig for å korrigere feil, og vil kunne bidra til rask læring og umiddelbar forbedring. Studien indikerer derimot at forsinket feedback kan bidra til en mer langsiktig læring, og en redusert avhengighet av ekstern feedback (Winwood & Wrigley, 2013). Idrettsutøvere kan også ha ulike preferanser når det kommer til timing av feedback, og de individuelle tilbakemeldingene treneren gir bør ta utgangspunkt i disse (Otte et al., 2020).

3.0 Metode

I dette kapitlet vil jeg gjøre rede for valg av metode, og hvilke vurderinger som er gjort underveis i prosessen. Innledningsvis vil jeg begrunne valg av metode ved å vise til en vitenskapsteoretisk vurdering. Deretter vil jeg beskrive utvalget mitt, og hvilke valg som er gjort i arbeid med rekruttering av informanter. Videre blir gjennomføring av intervju og analysering av resultater beskrevet. Helt tilslutt vil jeg gjøre kvalitetsvurderinger og etiske vurderinger for studien, samt kommentere min rolle som forsker.

3.1 Vitenskapsteoretisk vurdering og valg av metode

I vitenskapsteori deler man gjerne inn i de to retningene ontologi og epistemologi. Ontologien inkluderer de ulike synene på virkeligheten, mens epistemologien inkluderer de ulike synene på kunnskap. Ved diskusjon av valg av metode for datainnsamling kan man trekke inn Wahyuni (2012) sin inndeling i to grunnleggende paradigmer: positivistisk og interpretativt. Det positivistiske paradigme blir gjerne knyttet til kvantitative metoder, som tar utgangspunkt i det ontologiske synet av at virkeligheten har én sannhet. Det interpretative paradigme assosieres gjerne med kvalitative metoder, som tar utgangspunkt i det ontologiske synet av at virkeligheten består av sosiale fenomener man tolker subjektivt. Kvantitativ metode tar utgangspunkt i et større utvalg, hvor formålet gjerne er å generalisere resultater fra ulike fenomen for en større andel av populasjonen. Kvalitativ metode derimot baserer seg på subjektiv tolkning av andres opplevelser og erfaringer, og baserer seg på et mindre utvalg (Wahyuni, 2012).

Formålet med dette prosjektet har vært å få innblikk i hvordan deltakelse på regionale samlinger i håndball har påvirkning på unge håndballspillers utviklingsprosess. Det har derfor vært ønskelig å få innblikk i både trenere og spillere sine tanker, meninger og erfaringer rundt temaet. Målet var å innhente data som sa noe om for forståelsen, holdningene og erfaringene til de utvalgte informantene. Med utgangspunkt i Wahyuni (2012) kan man se at i valg av metode til dette prosjektet, var det det interpretative paradigme som passet best. Jeg vurderte det slik at bruk av en kvalitativ metode ville gi verdifull innsikt i forskningstemaet, som ikke ville vært mulig i bruk av kvantitativ metode. Bruk av kvantitative metoder vil ikke nødvendigvis gi den ønskelige innsikten i informantenes subjektive tanker (Kusenbach, 2003; Silverman, 2017).

De ulike paradigmene settet ulike krav til hvilken tilnærming man har til datainnsamling og analyse. I kvalitativ forskning må man ofte samle inn data gjennom intervjuer, observasjoner og andre metoder som gir forskeren en dybdeforståelse for forskningstemaet. Det finnes flere ulike kvalitative metoder, men for å kunne treffe det som er prosjektets formål, ble det

kvalitative forskningsintervjuet benyttet. Bruk av intervju som metode vil kunne gi forsker bedre innsikt i hva informantene tenker og føler, samt hvordan erfaringer og opplevelser har påvirket dem (Dalen, 2011). I likhet med kvantitative metoder, vil ikke bruk av kvalitativ observasjon nødvendigvis gi denne innsikten i informantenes tanker og følelser (Kusenbach, 2003; Silverman, 2017). Bruk av intervju kan gjøre det mulig å benytte åpne og fleksible spørsmål, som dermed vil kunne gi en mer gjennomtenkt respons, enn ved lukkede og snevre spørsmål (Silverman, 2017).

I forskningen deles det inn i flere typer intervju. Det semistrukturerte intervjuet tar utgangspunkt i forhåndsbestemte temaer (Tjora, 2017). I denne typen intervju er spørsmålene åpne, men formulert på forhånd. Dette gir informanten mulighet til å snakke fritt, samtidig som intervjuer har mulighet til å styre samtalen mot de temaene man ønsker å fokusere på (Kvale & Brinkmann, 2015). Den andre typen intervju er dybdeintervjuet. Denne typen intervju vil være enda mer åpen med mer åpne spørsmål enn i semistrukturerte intervjuer, der det settes større krav til at intervjuer evner å stille de oppfølgingsspørsmålene som kreves. Den siste typen intervju er fokusgrupper, hvor informanter intervjues sammen i små grupper (Tjora, 2017). I dette prosjektet ble det besluttet å benytte det semistrukturerte intervjuet som metode, på grunn av muligheten til å skape en åpen samtale, samtidig som jeg som intervjuer hadde kontroll på hvilke tema det ble snakket om.

Utforming av intervjuguide

I forkant av intervjuene ble det laget en intervjuguide for hver av utvalgsgruppene, henholdsvis trenerne og spillerne (Vedlegg 1). Disse intervjuguidene tar utgangspunkt i samme tema, og spørsmålene er tilnærmet like. På denne måten sikret jeg mulighet til å sammenligne data fra begge gruppene med hverandre. Spørsmålene til intervjuguidene er utformet med utgangspunkt i egen kunnskap om temaet, samt litteratur om temaet i forskningsfeltet. Utformingen av intervjuguidene følger Tjoras (2017) tre faser, hvor man først har oppvarmingsspørsmål, deretter en hoveddel med refleksjonsspørsmål, før man avslutter med avrundingspørsmål. Spørsmålene i intervjuguidene er delt inn i tre hovedtema: Utviklingsmiljø, trener-utøver relasjonen og feedback. Under hvert av disse temaene er spørsmålene også delt inn i en generell del og en del knyttet til regionale tiltak.

For å forsikre meg om at intervjuguidene inneholdt spørsmål som ville gi relevante resultater, gjennomførte jeg to pilotintervju. Intervjuguiden for spillerne brukte jeg i et prøveintervju med en spiller, mens intervjuguiden for trenerne ble brukt i et intervju med en trener. Både spilleren og treneren tilfredsstilte de kriteriene jeg satte for utvalgsgruppene.

Gjennomføring av prøveintervjuene ga meg flere nyttige erfaringer, både knyttet til intervjuguidene og til meg som intervjuer. Den viktigste erfaringen jeg gjorde meg fra intervjuene, var knyttet til strukturen på intervjuguiden. Da begge intervjuene var gjennomført satte jeg igjen med opplevelsen av at det var noe uklart for informantene hva noen av spørsmålene spurte om. Hvert tema i intervjuguiden er delt inn i en generell del og en knyttet til regionale tiltak. Jeg opplevde at informantene slet noe med å forstå når de skulle tenke generelt og når de skulle tenke på regionale tiltak. I gjennomføring av intervjuene til dette prosjektet, hadde jeg dermed større fokus på å være mer konkret når spørsmålene ble stilt. Et eksempel på spørsmål jeg ønsket å være enda mer konkret på, var spørsmålene knyttet til trener-utøver relasjon, og da spesielt spørsmålet der informantene med generelt fokus skulle fortelle hva de anså som en god trener-utøver relasjon. I pilotintervjuene blandet begge informantene inn regionale tiltak da dette spørsmålet ble besvart, noe jeg ikke var ut etter her.

3.2 Utvalg og rekruttering

Ved valg av informanter til denne studien er det gjort et strategisk utvalg. Denne studien har fokus på ferdighetsutvikling hos unge spillere, og det var dermed ønskelig å rekruttere informanter som kunne reflektere godt og hadde god kjennskap til temaet. Det strategiske utvalget som ble gjort sørget for at informantene imøtekom de kriteriene som passet for studiens formål og fokusområde (Thagaard, 2018; Tjora, 2017). Studien ønsket å få innblikk i erfaringer og refleksjoner fra både trenere og spillere, noe som delte det ønskede utvalget inn i to grupper. Den første gruppen inkluderte de ønskede spillerne, mens den andre inkluderte de ønskede trenerne. I forkant av rekrutteringen av informanter, bestemte jeg meg for hvilke kriterier hver gruppe av informanter måtte innfri. Disse kriteriene ble satt for å øke sannsynligheten for å velge informanter med de erfaringene som på best mulig måte kunne besvare forskningsspørsmålet.

For den første gruppen ble det satt kriterier som passet for spillerne. Her ble det satt tre kriterier for utvalget:

1. Informantene må være jenter født i 2004 eller 2005, og fordelingen bør være nokså likt mellom disse aldersgruppene.
2. Informantene må ha erfaring fra deltakelse på regionale samlinger i håndball i samme håndballregion. Her bør det være ulike erfaringer av hvor ofte de har deltatt på samling.
3. Det må være maksimalt to spillere som representerer samme klubb.

Disse kriteriene ble valgt for å sikre et homogent utvalg, med mulighet for å sammenligne de dataene som ble samlet inn. Da det kan være forskjeller mellom kjønn, valgte jeg å kun

inkludere jentespillere. Kriteriet med alder valgte jeg for å øke sannsynligheten for at spillerne hadde mye erfaring, samt at de hadde evnen til å reflektere rundt de erfaringene de hadde fått. Jenter født i 2004 og 2005 nærmer seg slutten av den perioden der de får mulighet til å delta på regionale samlinger. Det vil si at av de aldersgruppene som deltar på regionale samlinger i dag, er det spillerne født i 2004 og 2005 som er eldst. I tilfelle det var store forskjeller mellom spillere født i 2004 og i 2005, forsøkte jeg å ha nokså et likt antall informanter fra begge disse aldersgruppene.

I og med at denne studien ønsker å se nærmere på ferdighetsutvikling i håndball, med fokus på regionale samlinger, ble det naturlig å ha det andre kriteriet. Her står det at informantene må ha erfaring fra deltakelse på regionale samlinger, men akkurat hvilken erfaring, er ikke spesifisert. I utvalget har jeg valgt å inkludere spillere med ulike erfaringer når det kommer til deltakelse. Noen har deltatt mye på samling, mens andre har deltatt litt mindre. De regionale utviklingstiltakene er også mange, og spillerne får mulighet til å delta på flere ulike samlinger. Jeg forsøkte dermed å skaffe informanter med erfaringer fra ulike regionale samlinger. Noen har erfaringer fra det som kalles SPU-samlinger, noen fra RLM-samlinger, og noen fra landslagssamlinger.

Det siste kriteriet handler om klubb og den treningshverdagen spillerne har til vanlig. Intervjuguiden for spillerne inkluderte spørsmål knyttet til trening i klubb og trener i klubb. For å kunne generalisere resultatene for en større andel av gruppen spillere som deltar på slike regionale samlinger, var det dermed viktig for meg at spillerne i mitt utvalg kom fra ulike klubber. Her vurderte jeg at for mange spillere fra samme klubb, kunne gi resultater som ikke var gjeldende for andre spillere fra andre klubber. I det endelige utvalget på 8 spillere, var 6 ulike klubber representert. For å inkludere spillere som tilfredsstilte de to andre kriteriene jeg satte for utvalget, ble to av klubbene representert med to spillere hver.

Den andre utvalgsgruppen består av trenere tilknyttet regionale samlinger i regionen. Også for denne gruppen valgte jeg å ha et noen utvalgs kriterier:

1. Treneren må ha en rolle tilknyttet regionale samlinger for jenter i samme håndballregion.
2. Treneren må trene eller ha erfaring med å trene et klubblag, og da helst et jentelag.
3. Treneren må ha vært en del av regionale tiltak over mer enn 1 år.

Det første utvalgs kriteriet satte jeg med utgangspunkt i tema for prosjektet, samt hvilke spillere jeg har valgt å inkludere i den første utvalgsgruppen. I og med at ett av kriteriene for spillerne er at de skal være jenter, bestemte jeg meg for at trenerne skulle tilhøre jentesiden. Dette gir meg en god mulighet til å sammenligne resultater fra spillerne med resultater fra trenerne. Kriteriet som sier at trenerne må trene eller ha erfaring med å trene et klubblag, har jeg valgt

for å få trenernes perspektiver og refleksjoner rundt forskjellen mellom å være trener på regionale samlinger og i klubb. Også her har jeg satt det som et kriterium at treneren skal trene et jentelag i klubb, for å gjøre det lettere å sammenligne de to trenerjobbene de har. Tilslutt har jeg bestemt at trenerne må ha vært en del av regionale tiltak i over 1 år. Dette kriteriet valgte jeg spesielt med tanker på spørsmålene knyttet til trener-utøver relasjonen. Jeg vurderte at en trener som har vært en del av samlingsløpet i under 1 år, har lite grunnlag til å skape en relasjon med spillerne.

Jeg begynte å ta kontakt med aktuelle informanter i februar 2023. I rekrutteringen av informanter benyttet jeg mine kjennskaper i håndballmiljøet, for å finne de informantene som passet best. Enkelte av de aktuelle informantene hadde jeg kjennskap til selv, mens andre fikk jeg anbefalt å kontakte av personer med enda større innsikt i det aktuelle miljøet. De med større kjennskap til miljøet fikk presentert hvilke kriterier utvalget måtte tilfredsstillte, og ga meg deretter flere forslag på både spillere og trenere som kunne passe til prosjektet. Med denne informasjonen tok jeg dermed et valg av hvilke informanter som passet best. Første kontakt med alle informantene ble gjort av meg, enten på SMS eller Messenger, eller ved at jeg møtte dem i en håndballhall. Jeg sendte enten en melding med en kort presentasjon av prosjektet og hvorfor deres deltakelse hadde passet bra, eller spurte om en kort samtale når jeg møtte dem. Alle de aktuelle informantene fikk også tilsendt et informasjonsskriv (Vedlegg 2), med en mer detaljert beskrivelse av hva de fikk spørsmål om å delta på. Informasjonsskrivet forteller om formålet med prosjektet, hvorfor jeg ønsker deres deltakelse, informasjon rundt frivillighet og samtykke, og hvordan informasjonen som samles inn vil bli behandlet.

Tabell 1: Utvalg (spillere)

| Spiller | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|-------------------|-----------|-----------|----------|------|------|-----------|-----------|------|
| Årskull | 2005 | 2004 | 2005 | 2005 | 2004 | 2005 | 2004 | 2005 |
| Klubb | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 6 | 4 |
| Uttak til samling | Sporadisk | Sporadisk | Fast | Fast | Fast | Sporadisk | Sporadisk | Fast |
| Sted for intervju | Skole | Hall | Digitalt | Hall | Hall | Hall | Hall | Hall |

Utvalg spillere

Det endelige utvalget med spillere ble bestående av 8 jenter. I startfasen av prosjektet satte jeg 6 spillere som et mål for den første utvalgsgruppen. Etterhvert som jeg startet med rekrutteringen, opplevde jeg at alle de spillerne jeg kontaktet var veldig positive til deltakelse. Jeg tok dermed et valg om å øke antallet spillere til 8, fordi jeg tenkte dette ville gi dybde og bredde i svarene. Jo flere spillere jeg inkluderte, jo flere erfaringer og perspektiver fikk jeg.

Som nevnt tidligere tilhører disse spillerne 6 ulike klubber i den aktuelle regionen. 3 av jentene er født i 2004, mens 5 av jentene er født i 2005. Målet var at fordelingen mellom aldersgruppene skulle være helt lik, men for å oppfylle kriteriet om ulike erfaringer rundt hvor ofte de har deltatt, måtte fordelingen i alder bli litt ulik. Gjennomsnittsalderen for utvalget spillere ligger på 17,5 år. Alle jentene har erfaringer fra deltakelse på regionale samlinger, men også her har jeg gjort et strategisk utvalg av spillerne. Halvparten av utvalget har deltatt mye på samlinger, mens den andre halvparten har deltatt i mindre grad.

Tabell 2: Utvalg (trenere)

| Trener | 1 | 2 | 3 |
|--------------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| Alder | 30-34 | 30-34 | 25-29 |
| Antall år som klubbtrener | 13 | 11 | 10 |
| Kjønn klubb lag | Jenter | Jenter | Jenter |
| Rolle i regionen | Spillerutvikler | Spillerutvikler | Spillerutvikler |
| Antall år med regionale tiltak | 4 | 2 | 6 |

Utvalg trenere

Den andre utvalgsgruppen ble tilslutt bestående av 3 trenere. Denne utvalgsgruppen ble litt mindre, hovedsakelig på grunn av tilgangen til informanter som tilfredsstilte kriteriene for utvalgsgruppen. I utgangspunktet ønsket jeg å ha 4 informanter i denne gruppen, men etter flere vurderinger endte jeg opp med kun 3. Etter å ha gjennomført de tre intervjuene vurderte jeg at en ekstra informant ikke ville gi ny betydningsfull informasjon, da de tre informantene jeg hadde, har hovedansvaret for spillerutviklingen i regionen. Alle de tre informantene har en rolle knyttet til regionale samlinger for jenter i den aktuelle regionen og alle har erfaring med å trene et klubb lag i 10 eller flere år. Gjennomsnittsalderen for denne utvalgsgruppen er på 29 år.

3.3 Gjennomføring av intervju

I min forberedelse til intervjuene var det viktig for meg å sørge for at informantene var så komfortable i intervju settingen som mulig. For å gjøre det enklest mulig for informantene, valgte jeg å forhøre meg med dem om hvor det passet best å gjennomføre intervjuet. Her fikk informantene mulighet til å gjennomføre intervjuene digitalt eller i virkeligheten, avhengig av hva de var mest komfortable med. Selve intervjuene ble dermed gjennomført i forbindelse med håndballaktivitet, på et eget rom i en håndballhall. Kun ett av intervjuene ble gjennomført digitalt. I forkant av intervjuet fikk informantene informasjon om hva formålet hva studien var, og hvilke rettigheter de hadde som informanter. I gjennomføringen av intervjuet ble intervjuguidene brukt som utgangspunkt for samtalen, men med forbehold om at jeg kunne

stille oppfølgingsspørsmål eller ekstraspørsmål dersom det var noe jeg følte manglet utdyping på. Å ha evnen til å stille oppfølgingsspørsmål krevde at jeg hadde gjort gode forberedelser, og hadde forkunnskap om intervjuetemaet (Kvale & Brinkmann, 2015).

Roulston (2010) skriver at det å bygge en god relasjon mellom intervjuer og informant vil være viktig i gjennomføring av intervju. I gjennomføring av intervjuene ble det dermed viktig å skape en god atmosfære fra start av, slik at informantene klarte å uttrykke akkurat hva de tenkte og følte. Før jeg offisielt startet intervjuene hadde vi en uformell samtale, uten et forhåndsbestemt tema fra min side. Jeg valgte også ha noen enkle oppvarmingsspørsmål i starten av intervjuet, og spørsmål som krevde litt mer refleksjon litt lengre ut i intervjuene (Tjora, 2017). Her opplevde jeg at jeg måtte jobbe mer med spillerne enn med trenerne, og at jeg gjerne måtte stille flere oppfølgingsspørsmål for å få deres refleksjoner. Selve refleksjonene var også lengre hos trenerne enn hos spillerne. Dette gjenspeiler seg også noe i lengden av intervjuene. Det lengste intervjuet med spillerne varte i 31 minutter, og gjennomsnittet for denne intervjugruppa var på 24,5 minutter. Intervjuene med trenerne var ganske like i lengde, med henholdsvis 43, 45 og 44 minutter varighet.

I informasjonsskrivet fikk informantene informasjon om mitt ønske om å gjøre lydopptak av intervjuene. Ved å lese og godkjenne det som sto i informasjonsskrivet, samtykket informantene til at intervjuet kunne bli tatt opp. Før intervjuene startet, ba jeg igjen om tillatelse til å gjøre lydopptak av samtalen. For å sikre at mitt fulle fokus var på informanten og det den sa, var lydopptak et godt hjelpemiddel. Det ble enklere å følge med på samtalen, da det ikke var behov for at jeg noterte noe underveis. Det å være mer tilstede i samtalen gjør det også enklere å stille nødvendige oppfølgingsspørsmål (Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2018). Lydopptakene ble gjennomført med applikasjonen «Diktafon», som oppbevarer opptakene på en server knyttet til NTNU. I etterkant av intervjuene ble lydopptakene transkribert, før de senere ble slettet.

3.4 Analyse av data

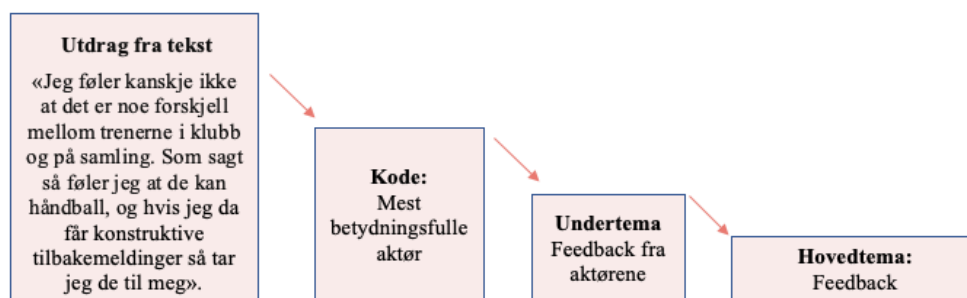
Transkribering

Ved å bruke lydopptakene fra intervjuene, kunne jeg i etterkant transkribere det som ble sagt. Dette ble gjort fortløpende, da intervjuet fortsatt var ferskt i minnet. I og med at informantene hadde ulike dialekter, ble det besluttet å transkribere alle intervjuene til bokmål. Dette trekker også Tjora (2017) fram som en hovedregel i arbeid transkribering. Det å transkribere alle intervjuene til bokmål var også et bidrag til anonymisering av informantene. Kvale og Brinkmann (2015) påpeker også at å en utelatelse av dialekt kan gjøre transkriberingene mer

forståelige og lesbare for leseren. I transkriberingene har jeg anonymisert informantene ved å utelate navn og klubben de tilhører. Da alle intervjuene var ferdig transkriberte, sendte jeg hvert enkelt intervju til de enkelte informantene. Her fikk informantene mulighet til å godkjenne det som var skrevet, samt komme med ønsker om eventuelle korrigeringer de ønsket å gjøre.

Koding og tematisering

Som metode for analyse av data, er det i denne studien gjort det Braun og Clarke (2022) har valgt å kalle en tematisk analyse. Braun og Clarke (2022) skriver at metoden skal utvikle, analysere og tolke mønster i datamaterialet. Metoden åpner muligheten for å knytte innsamlede data til teoretiske rammeverk, og samtidig muligheten for å skape ny og kanskje uventet kunnskap (Braun & Clarke, 2022). En tematisk analyse kan deles inn i seks faser, som jeg i min analyse har valgt å følge (Braun & Clarke, 2022). Den første fasen handler om å gjøre seg kjent med datamaterialet. Dette gjorde jeg gjennom å lytte til lydopptakene flere ganger, i tillegg til å transkribere det som ble sagt. Underveis noterte jeg også ned det jeg syntes var ekstra viktig for det videre arbeidet med analysen. I andre fase blir interessante trekk i det transkriberte datamaterialet delt inn i ulike koder. Ved kodingen i denne studien hadde jeg en deduktiv tilnærming (Tjora, 2017), der det teoretiske rammeverket ble brukt som utgangspunkt for organiseringen av kodene. Eksempler på koder er *samarbeid mellom aktører* og *tillit* knyttet til temaene utviklingsmiljø og trener-utøver relasjon. Etter kodingen kommer fase tre, der man begynner å se på hvordan man kan tematisere kodene. I fase fire dobbeltsjekker man at de temaene man har funnet, passer til de kodede dataene og hele datasettet. I denne fasen kan man ende opp med å forkaste noen ideer, eller legge til nye. Fase fem innebærer at man avgrensner og definerer hvilke tema man ønsker å fokusere på. Før innsamling av data hadde jeg allerede tre hovedtema; utviklingsmiljø, trener-utøver relasjon og feedback. I fase fem av den tematiske analysen fant jeg dermed flere undertemaer som kunne knyttes til disse. Den tematiske analysen ble fullført med fase seks, der denne oppgaven ble skrevet. Denne fasen innebærer utplukking av eksempler, fullføring av analysen og diskusjon opp mot problemstillingen for oppgaven (Braun & Clarke, 2022).



Figur 2: Eksempel på koding til temasentrering.

3.5 Forskningens kvalitet og etiske betraktninger

Kvalitetsvurderinger

I arbeid med denne studien har det vært viktig å ha fokus på å vise kvalitet i forskningen. Noe av det som har blitt prioritert er tilfredstillende av kravene til gyldighet, pålitelighet, refleksivitet og generaliserbarhet (Kvale & Brinkmann, 2015; Roulston, 2010). Kravet til gyldighet handler om at de forskningsspørsmålene man ønsker å undersøke, gjenspeiles i utforming av og funn fra studien (Tjora, 2017). For å sikre gyldigheten til denne studien, har det blant annet vært fokus på gode forberedelser i startfasen av prosjektet. Det å sette seg inn i forskningsfeltet, vil være viktig for videre arbeid med utforming av spørsmål til intervjuene. (Kvale & Brinkmann, 2015; Roulston, 2009). Tidlige undersøkelser av hva litteraturen og tidligere forskning sier om temaet, gjorde det mulig for meg å utforme relevante spørsmål til denne studien. Fagfeltkapittelet i denne masteroppgaven beskriver hvilke deler av litteraturen og forskningsfeltet det er tatt utgangspunkt i ved utforming av spørsmål til intervjuene. Dette øker gyldigheten på funnene som trekkes fram i det kommende analysekapittelet. I denne studien er jeg også åpen om utvalg og rekruttering, for å vise at informantene er relevante for det studien skal se på.

Videre har det vært fokus på påliteligheten til studien. Det å oppnå høy pålitelighet innebærer at man viser en sammenheng gjennom studien, med tanke på datagenerering, analysering og teoretisering (Tjora, 2017). I denne studien er det blant annet benyttet lydopptak i datainnsamlingen, som senere har gjort det mulig å transkribere intervjuene i sin helhet. Dette har igjen gjort det mulig å vise til direkte sitat i analysedelen, noe Tavory og Timmermans (2014) beskriver viktigheten av. Ved å transkribere intervjuene, har jeg unngått at kun partiske minner fra intervjusituasjonen har blitt utgangspunktet for den videre analysen (Tavory & Timmermans, 2014). Her kan man trekke inn kravet til transparens, som sier noe om viktigheten av god og etisk formidling av forskningen for å øke påliteligheten (Yardley, 2015; Tjora, 2017). Åpenheten rundt hvilke metoder som er benyttet i studien, øker også muligheten for at andre kan gjennomgå og godkjenne forskningen, noe som igjen vil øke påliteligheten (Nilssen, 2012). Tjora (2017) skriver at en viktig del av påliteligheten til forskningen vil være at de valgene som er gjort underveis ikke er påvirket av personlige, politiske eller andre faktorer som ikke er gjort rede for. Her er det dermed viktig å påpeke at mine tidligere erfaringer og kunnskaper har påvirket prosessen og min tolkning av funnene, men at en beskrivelse av det teoretiske grunnlaget viser leseren hva som ligger til grunn for mine analyser (Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2018; Tjora, 2017).

Som forsker vil man ha en forutinntatt mening om det man forsker på, noe som er viktig å reflektere over (Dalen, 2011). En viktig del av påliteligheten og transparensen til en studie vil være refleksiviteten. Refleksivitet handler om hvordan forskeren på ulike måter kan ha påvirket studien (Yardley, 2015). Som forsker i denne studien har jeg flere tidligere erfaringer som har påvirket mine valg i forskningsprosessen. Min tidligere deltakelse på regionale samlinger kan blant annet ha gjort det enklere for meg å sette meg inn i informantenes egne erfaringer. I intervjusituasjonen kan dette også ha påvirket den informasjonen informantene kom med, fordi de kanskje så på meg som en som vil forstå hva de fortalte. Dette kommer Thagaard (2018) inn på når hun sier at den sosiale relasjonen kan prege hvilken informasjon som kommer fram i intervjusituasjonen. På den andre siden kan mine forkunnskaper og erfaringer ha gjort det vanskelig å være åpen for nye forståelser, noe som igjen kan ha hindret meg fra å oppfatte nyttig informasjon og tolkninger. Jeg har likevel forsøkt å holde meg så nøytral og åpen som mulig, og samtidig være klar over og kritisk til mine egne forforståelser (Kvale & Brinkmann, 2015).

Videre kan man diskutere hvordan denne studien møter kravet om generaliserbarhet. Dette kravet fokuserer på forskningens relevans utover det som har blitt undersøkt i det aktuelle prosjektet (Tjora, 2017). Her kan man argumentere for at de såpass detaljerte kriteriene for de to utvalgsgruppene, vil gjøre det vanskelig å generalisere studiens funn utover den gruppen som har blitt undersøkt. Det betyr at funn fra denne studien vil kunne ha overføringsverdi innenfor de regionale tiltakene for jentehåndballen i den aktuelle regionen. I og med at det kun er fokusert på denne regionen, vil det være vanskelig å si at funnene også vil være de samme i andre regioner. Noe som øker generaliserbarheten av denne studien, er måten det strategiske utvalget er satt sammen. For å øke sjansen for at funnene faktisk representerer den gruppen som har blitt undersøkt, har fokuset vært på å få et såpass variert utvalg som mulig. Dette ser man spesielt hos spillergruppen, der det er sørget for at begge aldersgruppene og flere klubber er representert. Dette kan øke sannsynligheten for at funnene kan gjelde for en større andel av spillere på regionale samlinger, og ikke kun spillere fra den samme aldersgruppen og klubben.

Etiske betraktninger

I arbeid med forskning, er det flere etiske betraktninger man bør gjøre seg. Et av de sentrale prinsippene for kvalitativ forskning, er det å få formell godkjenning av prosjektet man skal jobbe med. Dette masterprosjektet er godkjent av NSD (Norsk senter for forskningsdata) (Vedlegg 3), som også har beskrevet de etiske prinsippene jeg har hatt fokus på i mitt prosjekt. For å få denne godkjenningen var jeg i forkant av datainnsamlingen åpen om hvordan denne skulle gjennomføres, og hvordan informantenes personopplysninger skulle behandles. Et annet

sentralt etisk prinsipp er informert samtykke, som innebærer at informantene er klare over hva deres deltakelse innebærer og hvilke rettigheter de har i prosessen. Det informerte samtykke skal også sikre at informantene deltar frivillig, og at de er klar over rettigheten til å trekke sin deltakelse når som helst i prosessen (Kvale & Brinkmann, 2015). I forkant av intervjuene fikk informantene tilsendt en kort beskrivelse av prosjektet, med hovedtrekkene i studien. Hver av intervjuene startet også med at jeg ba informantene om et muntlig samtykke til deres deltakelse i studien.

Et annet etisk prinsipp det er viktig å ta hensyn til i kvalitativ forskning, er konfidensialitet. Dette innebærer at den informasjonen som samles inn fra informantene skal være anonymiserte (Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2018). Gjennom å anonymisere informantene i transkriberingene, møtes kravet om konfidensialitet i denne studien. Informantene har også blitt anonymisert i de utvalgte sitatene til analysen, slik at det ikke er mulig å finne ut hvilken informant som har sagt hva. Der det vises til sitater i analysen, har de ulike informantene fått egne kodenavn. Koden sier noe om hvilken utvalgsgruppe informanten kommer fra, og hvilket nummer i utvalgsgruppen informanten er. For eksempel vil spiller 4 bli kalt S4 i analysen, og trener 2 vil bli kalt T2. Nettopp dette med konfidensialitet ble diskutert ekstra med den ene utvalgsgruppen. Trenerne som deltok i studien representerer en liten gruppe mennesker, noe som potensielt kunne gjøre noe av informasjonen som kom fram gjenkjennelig. Her ble det dermed ekstra viktig at informantene var innforstått med hvordan informasjonen skulle håndteres (Kvale & Brinkmann, 2015).

4.0 Analyse

I dette kapittelet vil studiens funn bli presentert og analysert. Analysen vil ta utgangspunkt i fagfeltet og tidligere forskning på temaet, og forsøke å gi svar på problemstillingene for oppgaven: *Hvordan opplever trenere og spillere at regionale samlinger bidrar til ferdighetsutviklingen til kvinnelige spillere i 17-18 årsalderen, med fokus på utviklingsmiljø, trener-utøver relasjon og feedback? Og i hvilken grad opplever trenere og spillere at regionale samlinger fungerer som utviklingstiltak?* Kapittelet er delt inn i de tre dimensjonene denne oppgaven har fokusert på; utviklingsmiljø (4.1), trener-utøver relasjon (4.2) og feedback (4.3). For å tydeliggjøre funnene, vil det under hvert delkapittel bli presentert et utvalg sitater fra intervjuene. Som et fjerde delkapittel (4.4) vil eventuelle forbedringer knyttet til regionale samlinger, diskuteres. Helt tilslutt i dette kapittelet vil det gjøres en metodisk diskusjon (4.5), som vurderer hvordan valg av metode har påvirket funnene.

For å kunne si noe om hvordan de regionale samlingene bidrar til ferdighetsutvikling, ble informantene i første omgang bedt om å beskrive hvilke ferdigheter de mener det er viktig for unge håndballspillere å utvikle. De aller fleste informantene, både trenere og spillere, trekker inn fysiske ferdigheter som viktig, og begrunner dette med at spillerne bør være i stand til å tåle den belastningen som kommer. Videre setter flere av spillerne og trenerne fokus på det taktiske, hvor de anser spilleforståelsen som viktig å arbeide med. Også sosiale ferdigheter, som det å utvikle evnen til å samarbeide med trener og medspillere, blir trukket fram i noen av intervjuene. Enkelte av spillerne og trenerne nevner tilslutt mental trening, og anser det som viktig for unge håndballspillere å ha kjennskap til hvordan mentale prosesser påvirker prestasjonen. Alle de ferdighetene informantene har nevnt, passer inn i Wagner et al. (2014) sin modell om påvirkningsfaktorer på prestasjon i håndball.

Begge informantgruppene ble spurt om hvor viktig de mener at deltakelse på slike samlinger er for ferdighetsutviklingen. Spillerne hadde delte meninger om dette. hvor S3, S4, S5, S7 og S8 uttrykker at de synes samlingene er viktige, og at de bidrar med klarhet rundt hva som kreves av hver enkelt spiller for å lykkes. Samlingene gir spillerne mulighet til å sammenligne seg med andre spillere fra andre klubber, noe flere mener er viktig for å vite hvilke ferdigheter de bør arbeide med å utvikle. Gulbin og hans kolleger (2013) skriver blant annet at selektering av spillere, slik som til regionale samlinger, vil gi disse spillerne mulighet til å delta på arrangementer der de kan teste og utvikle ferdighetene sine. S1, S2 og S6 poengterer likevel at samlingene kun vil være en liten del av spillernes treningshverdag, og at all treningen utenfor vil være mye viktigere. Dette samsvarer i noe grad med det trenerne også mener, hvor alle

trenerne sier at spillerne ikke er avhengige av å være på samling for å ha optimal utvikling, men at samlingene kan gi spillerne god inspirasjon og en referanse på hvor de er i utviklingsprosessen. Trenerne påpeker videre at betydningen samlingene har for hver enkelt spiller, avhenger av kvaliteten på miljøet spillerne har i egen klubb. Dersom det daglige utviklingsmiljøet spillerne er en del av består av gode utviklingstilbud, vil ikke samlingene være like viktige som for de som tilhører mangelfulle utviklingsmiljø.

4.1 Utviklingsmiljø

Dette delkapittelet er delt i to deler; 4.1.1 Det daglige utviklingsmiljøet og 4.1.2 Regionale tiltak sin påvirkning på utviklingsmiljøet. Delkapittelet vil gi en analyse av det utviklingsmiljøet spillerne er en del av i hverdagen, med utgangspunkt i svar fra både spillerne og trenerne.

4.1.1 Det daglige utviklingsmiljøet

Før man kan analysere hvordan regionale samlinger påvirke utviklingsmiljøet til spillerne, vil det være interessant å se nærmere på hvordan det daglige utviklingsmiljøet til spillerne ser ut. Spillerne fikk spørsmål om både mengde og type trening i treningshverdagen, samt hvilke aktører som var en del av deres utviklingsmiljø. Trenerne fikk spørsmål om deres tanker rundt mengde og type trening for unge håndballspillere. Kvello (2017) skriver at i arbeid med ferdighetsutvikling vil det være viktig med intensitet i treningsarbeidet, og utvikling av ferdigheter krever mengdetrening. På spørsmål om antall treninger i uka, svarer spillerne at de har mellom 6-10 treninger i uka. S2 og S5 er de eneste av spillerne som ikke går håndballinje på skolen, noe som kan forklare hvorfor disse to er to av de med færrest treninger i uka. Det er likevel en variasjon i antall treninger mellom de resterende spillerne, noe som kan skyldes flere faktorer. Kanskje har de ulik mengde trening i klubb, eller kanskje går de på ulike skoler med ulikt treningsopplegg? Den ulike mengden treninger behøver ikke nødvendigvis bety at de med flest treninger vil ha bedre utvikling i håndball. Sandbakk og hans kolleger (2019) påpeker at vel så viktig som mengdetrening har man hvilken type trening man prioriterer. For å skape utvikling i en bestemt idrett er det viktig at den treningen som gjennomføres samsvarer med de kravene som settes i idretten (Sandbakk et al., 2019). Håndball setter krav til en variasjon av ferdigheter, og det er dermed viktig at det også er en variasjon i treningsarbeidet (Bjørndal & Ronglan, 2018; IHF, 2019; Michalsik, 2018; Wagner et al., 2014).

På spørsmål om type trening i uka var svarene til spillerne var ganske like, der alle svarte at de har flest håndballtreninger i løpet av uka. Alle har også fysiske treninger i tillegg til

håndballtreninger, men antallet fysiske treninger varierer noe. Sitatet under er et eksempel på hva én av spillerne svarte på spørsmål om type trening hun har i uka:

S7: «Jeg har håndballtreninger, med både spill og teknikk. Også styrketrening, også prøver jeg å få inn litt intervaller også da. Men jeg vil kanskje si at det er mer håndball, kanskje sånn 70-30 fordeling.»

De fleste spillerne ligger på minst 2 styrketreninger i uka, i tillegg til at flere av de som går på håndballinje også har andre typer fysiske treninger. Dette innebærer intervaller, mobilitet, stabilitet og koordinasjon:

S6: «Forskjellig type styrketreninger. Mobilitet og stabilitet. Også har jeg håndballtreninger og rene løpeøkter.»

S8: «Jeg har håndballøkter, og styrkeøkter. På skolen så har vi ofte basisøkter (...). Der trener vi koordinasjon og spenst og sånn fysisk trening.»

Når man ser på de to spillerne som er trukket fram gjennom sitatene over, ser man at ferdighetene de har fokus på i sin treningshverdag, samsvarer med de fysiske kravene som stilles i håndball (Bjørndal & Ronglan, 2018; IHF, 2019; Michalsik, 2018; Wagner et al., 2014).

Trenerne fikk spørsmål om hvor mye trening de mener at unge håndballspillere bør ha i løpet av uka. Her er T2 spesifikk i antall treninger, og sier at 17-18 åringer gjerne bør ha rundt 4-5 halløkter og 2-3 fysiske økter i uka. Dette samsvarer godt med antallet treninger spillerne i denne studien har. T1 og T3 derimot, ønsker ikke å gi noe eksakt tall på hvor mye de mener spillerne bør trene:

T1: «Det varierer jo litt fra person til person, med tanke på totalbelastningen. De har skole, kanskje andre fritidsaktiviteter, og ting på hjemmebane. Men jeg tror kanskje mer trening enn mange unge gjør. Eller misforstå meg rett. Jeg mener kanskje færre timer trening, men mer trening på de timene de faktisk er på trening.»

T3: «Ikke noe eksakt tall eller noe sånn. Det viktigste er at treningsmengden står i stil med at det har vært en progresjon. Det er viktig at de ikke har trent lite, også plutselig over natta skal begynne å trene dobbelt så mye. Derfor så tror jeg de har godt av å ha progresjon.»

T1 tar totalbelastningen i betraktning, og sier at den bør styre hvor mye trening spillerne bør ha. S2 og S5 trener færre antall treninger enn flere av de andre spillerne, men har heller ikke trening gjennom skolen. Det betyr likevel ikke at de ikke har skole, og slik som for de andre spillerne, vil skolearbeid ha en påvirkning. Som Henriksen (2010) beskriver i sin modell for talentutviklingsmiljø, kan skolen tilhøre både det idrettslige og det ikke-idrettslige domenet.

Uavhengig av om idretten er inkludert i skolen eller ikke, vil skolehverdagen likevel ha en påvirkning på spillernes totalbelastning (Henriksen, 2010). T3 trekker fram progresjon i treningsarbeidet som en viktig faktor, noe Kvello (2017) nevner som en sentral del i arbeidet med ferdighetsutvikling.

På spørsmål om hvilken type trening unge håndballspillere bør prioritere, svarer alle trenerne at de bør ha fokus på fysisk trening. De mener det er viktig å prioritere individuelle fysiske ferdigheter, samtidig som de har fokus på tekniske ferdigheter. Selv om trenerne mener at fysisk trening er viktig, har de en opplevelse av at mange av spillerne på samling har manglende fysiske ferdigheter:

T2: «Det er veldig stor forskjell. En god del trener godt og mye. Men generelt sett trener alt for mange, vi har jo mange innom, for lite. Og det ser vi veldig tydelig i det fysiske.»

T3: «(..) Nå har vi flere tiltak med samlinger. I utgangspunktet er det gjerne de som trener mest eller best, som er på de høyeste tiltakene vi har (..)»

Svarene spillerne ga på spørsmål om hvilken type trening de har, samsvarer i noen grad med trenernes oppfatning av at fysisk trening ikke er førsteprioritet. Alle spillerne svarte at de har flest håndballtreninger i uka, noe som indikerer at det er det som prioriteres i deres treningshverdag. Spillerne i denne studien har likevel treninger i uka som støtter utvikling av andre ferdigheter enn håndballferdigheter, noe som gjør det aktuelt å trekke inn det T3 svarer over. T3 sier at det gjerne er de som trener mest eller best som er på de høyeste regionale tiltakene, noe som kan forklare hvorfor det ikke er noe stor forskjell i mengde og type trening blant de utvalgte spillerne. De høyeste regionale tiltakene kalles for RLM-samlinger, og er et tiltak for de spillerne som anses å ha størst utviklingspotensial. Alle spillerne i denne studien har deltatt på en slik RLM-samling minst én gang, noe som i følge T3, betyr at disse gjerne trener mer og bedre enn de spillerne som deltar på lavere tiltak.

4.1.2 Regionale tiltak sin påvirkning på utviklingsmiljøet

De regionale samlingene gjennomføres hver 4.-6. uke, noe som vil si at trenerne på disse samlingene har kort tid sammen med spillerne. Som Sigmundsson og Wiedemann (2017) også påpeker, vil tid være en utfordring i arbeid med ferdighetsutvikling i håndball, fordi det krever såpass mye spesifikk trening. Når man da har analysert hvilken mengde og type trening spillerne har opp mot det trenerne mener er viktig, vil det være interessant å se på om det er noe kommunikasjon rundt dette mellom partene. Vet spillerne hva trenerne mener er viktig å prioritere i den alderen de er i? Trenerne ble derfor stilt spørsmål om deres tanker kommuniseres

ut til spillerne som kommer på samling; et spørsmål trenerne var samstemte på. Alle tre trenerne svarte at de forsøker å kommunisere sine tanker på samlingene, og da spesielt viktigheten av å ha fokus på fysiske ferdigheter. I og med at spillerne er en del av et lag, med klubbtrenerne som styrer den daglige treningen, kan man diskutere i hvor stor grad spillerne selv styrer hvilken trening de skal gjennomføre. Man kan videre argumentere for at trenernes tanker rundt mengde og type trening dermed bør kommuniseres ut til andre aktører i spillernes utviklingsmiljø. Her svarer trenerne at det i etterkant av samlingene blir sendt ut samlingsrapporter til klubbtrenerne, hvor det gis en generell beskrivelse av hva spillere i de ulike alderskullene bør trene på. Ved å sende ut samlingsrapporter med informasjon til klubbtrenerne, vil trenerne på samling være avhengige av at disse blir lest.

Utviklingen til spillerne på samling vil påvirkes av flere ulike aktører i deres utviklingsmiljø, og det er viktig at disse fungerer sammen i prosess (Aalberg & Sæther, 2016; Henriksen, 2010; Hvid Larsen et al., 2013; Li et al., 2014). I tillegg til de regionale og nasjonale aktivitetene som håndballforbundet tilbyr, vil klubben være en sentral del av spillernes miljø. Som Sæther (2017) trekker fram, vil klubben være avgjørende for både treningsmengde, treningsinnhold og treningsrammer. Man kan dermed argumentere for at dersom trenerne på samling ønsker å påvirke spillernes utvikling utover samlingene, vil det være viktig å kommunisere med klubbene spillerne tilhører. Trenerne fikk spørsmål om deres relasjon med spillernes klubbtrenerne. Alle tre svarte at de har lite relasjon med klubbtrenerne, og T3 sier at relasjonen er avhengig av klubbtrenerens evne til å ta initiativ:

T3: «(..) Noen klubbtrenerne er veldig på og tar selv mye initiativ og ansvaret for en god dialog. De spør både om egne spillere og tendenser på generell basis. Mens andre er mer passiv og tar imot det de får av samlingsrapporter, men vi hører aldri fra dem (..)»

T3 sin opplevelse argumenterer i noe grad for at spillerne er avhengig av at klubbtreneren er interessert i å skape en relasjon med trenerne på samling. Spillerne ble også spurt om hvordan de opplever samarbeidet mellom klubbtrener og trenerne på samling, hvor 7 av 8 svarer at det ikke er mye til relasjon. Spillerne sier blant annet at de selv må stå for kommunikasjonen mellom partene. Én av spillerne derimot, S4, svarer at hun synes samarbeidet mellom klubb og region fungerer bra. Grunnen til dette kan være sammensatt, men dersom man viser til det T3 opplever, har man grunn til å tro at klubbtreneren til S4 har tatt initiativ til å skape relasjon med trenerne på samling. Dette kan man likevel ikke vite for sikkert, og spesielt ikke med tanke på at S4 og S8 kommer fra samme klubb, men har ulike opplevelser av hvordan samarbeidet mellom disse to aktørene er.

Noen, slik som S1, S3, S4, S6, S7 og S8, kan også velge å begynne på håndballinje på videregående skole (Bjørndal & Gjesdal, 2020; Kristiansen & Stensrud, 2017;2020). Felles for disse 6 spillerne er at alle synes det er manglende samarbeid mellom skole og region, og at de også her opplever at de må stå for all kommunikasjon mellom partene. Dette samsvarer med det trenerne på samling også opplever, da de ikke har noe kontakt med andre aktører i spillernes hverdag. Henriksen (2010) og Sæther (2017;2019) skriver at suksessen et utviklingsmiljø har vil være avhengig av et godt samarbeid mellom de ulike aktørene. Her kan man dermed argumentere for at manglende kommunikasjon mellom aktørene i spillernes treningshverdag, vil kunne være en hindring for ferdighetsutvikling.

Nettopp dette med manglende kommunikasjon mellom aktørene, er noe trekker S5 fram i sin beskrivelse av hva som er mest utfordrende med å delta på regionale samlinger. S5 sier at hun opplever det som vanskelig å styre totalbelastningen til tider, og at hun før noen samlinger må vurdere om hun skal delta eller ikke. Dette med økt belastning er en konsekvens av identifikasjon- og selekteringsprosessen, og kan påvirke både fysisk og psykisk (Sæther, 2017). For alle spillerne vil regionale samlinger komme i tillegg til trening i klubb, og for noen også skole. Den fysiske belastningen vil dermed økes automatisk, men også psykiske prosesser vil oppstå og påvirke spillerne (Sæther, 2017). Alle spillerne unntatt S5 trekker fram stress og press som det mest utfordrende med å delta på samlinger, hvor de alle har et ønske om å prestere godt. Dette samsvarer med Sæther (2017) sin studie på norske fotballtalenter, hvor resultatene viser at uttak til regionale og nasjonale samlinger kan føre til at forventninger og press øker. Det å ikke bli tatt ut på samling, slik som både S1, S2, S6 og S7 har opplevd, kan også påvirke spillernes psykiske helse (Baker et al., 2018).

4.2 Trener-utøver relasjon

I dette delkapittelet blir funn knyttet til trener-utøver relasjon analysert. Først kommer 4.2.1 Informantenes definisjoner, deretter 4.2.2 Trener-utøver relasjon i klubb, og tilslutt 4.2.3 Trener-utøver relasjon på regionale tiltak.

4.2.1 Informantenes definisjoner

I sin modell for talentutviklingsmiljø trekker Henriksen (2010) fram treneren som en sentral aktør. Treneren skal først og fremst bidra til spillernes utvikling, og legge til rette for at de kan utvikle sine evner og ferdigheter (Henriksen, 2010). For å kunne analysere spillernes og trenernes opplevelse av utviklingsmiljøet på de regionale tiltakene, vil det dermed være aktuelt å se på relasjonen mellom spillerne og trenerne på disse samlingene. Som flere forskere

(Henriksen, 2010; Jowett, 2017; Sæther, 2017) trekker fram, vil kvaliteten på denne relasjonen ha stor betydning for utviklingsprosessen. For å kunne si noe om spillernes opplevelse av relasjonen, ble de først bedt om å beskrive hva en god trener-utøver relasjon innebærer:

I sine beskrivelser trekker flere av spillerne inn viktigheten av at de føler seg trygge på å gå bort til treneren dersom det er noe de lurer på. S3 viser spesifikt til viktigheten av at treneren er noen hun stoler på og har tillit til:

S3: «(..) Samtidig så stilles det krav til hverandre, og at man stoler på at treneren gjør det beste for deg og din utvikling».

Jowett og Shanmugam (2016) beskriver fire nøkkelpunkter i en trener-utøver relasjon, hvor gjensidig tillit er noe som trekkes fram som viktig i det første nøkkelpunktet *closeness*. Det andre nøkkelpunktet, *commitment*, sier noe om partenes forpliktelse og engasjement for å opprettholde relasjonen over tid (Jowett & Shanmugam, 2016). Dette kan man knytte til det S7 sier om å sette forventninger til hverandre, og det å arbeide for utvikling. Som Sigmundsson & Wiedemann (2017) påpeker, krever ferdighetsutvikling i håndball mye spesifikk trening, og dermed mye tid. S7 sier at hun synes det er viktig at partene i en trener-utøver relasjon må arbeide med utvikling, noe man med utgangspunkt i Jowett og Shanmugam (2016) kan tolke som et ønske om forpliktelse og engasjement i en slik relasjon:

S7: «Jeg tenker jo at det er viktig at man har forventninger til hverandre, og at man alltid tenker på totalbelastning og arbeid for utvikling. (..)».

Trenerens beskrivelser av hva som er en god trener-utøver relasjon, samsvarer i stor grad med det spillerne også trekker fram. Felles for alle tre trenerne er fokuset på at spillerne skal kjenne på trygghet og tillit. T1 synes det er viktig at spillerne føler seg sett og inkludert, og setter sterkt fokus på å skape det viktige båndet (Jowett & Shanmugam, 2016) mellom trener og spiller. Her nevnes det å jobbe sammen mot mål, som et grep T1 bruker for å oppnå nettopp dette. Dette kan knyttes til et annet nøkkelpunkt i en trener-utøver relasjon, *co-orientation*, som sier noe om et felles grunnlag partene setter gjennom å sette mål, verdier og forventninger (Jowett, 2007;2017; Jowett & Shanmugam, 2016). T2 og T3 trekker spesifikt fram tillit og respekt, og påpeker viktigheten av at dette går begge veier i relasjonen. Spillerne skal ha tillit til at treneren ønsker deres beste, men treneren skal også ha tillit til at spillerne er i stand til å mestre. T3 sier at kommunikasjonen mellom partene må være respektfull, og at «spillerne må tørre å ta dialogen, og trenerne må være ærlige og direkte» (Utdrag intervju med T3).

Alle informantene, både spillerne og trenerne, trekker fram kommunikasjon og dialog mellom partene som viktig i en trener-utøver relasjon. Informantene ble også spurt spesifikt om

hvordan de tenker at en god trener-utøver relasjon kan opprettholdes over tid. Her er alle ganske klare på at kommunikasjonen må være god, og at begge parter må være i stand til å søke kontakt dersom det er noe som virker usikkert. Studien til Bennie og O'Connor (2012) undersøkte trener-utøver relasjon i profesjonell idrett i Australia, og noe av det trenerne i studien trekker fram som viktig, er å skape en god toveis kommunikasjon med spillerne. Som flere studier (Jowett, 2007;2017; Jowett & Poczwadowski, 2007; Jowett & Shanmugam, 2016) setter fokus på, vil respekt, tillit, engasjement og samarbeid være viktig komponenter i en trener-utøver relasjon. Man kan argumentere for at det å ha en god kommunikasjon begge veier, vil kunne bidra til å skape og bevare en gjensidig og respekt og tillit mellom partene. For å skape gjensidig respekt og tillit, skriver flere forskere (Bennie & O'Connor, 2012; Jowett & Poczwadowski, 2007; Jowett, 2007;2017) at spillerne bør behandles individuelt. S4 og T3 nevner spesifikt spillersamtaler som et grep man kan gjøre for å skape og opprettholde en individuell oppfølging. S5 og T1 trekker fram det å sette mål som viktig, noe som vil sette krav til et godt samarbeid mellom partene. Jowett (2007;2017) skriver at for å skape dette samarbeidet er man avhengig av engasjement fra begge parter, noe S1 også trekker fram:

S1: «Jeg synes det er viktig at utøveren, altså meg, viser engasjement. At jeg stiller spørsmål hvis jeg lurer på noe.»

4.2.2 Trener-utøver relasjon i klubb

Spillerne i denne studien har en trener-utøver relasjon med flere ulike trenere. S1, S3, S4, S6, S7 og S8 har en eller flere trenere å forholde seg til både på skolen, i klubb og på regionale samlinger. S2 og S5 har ikke håndballtrening på skolen, men har også ulike trener(e) i både klubb og på regionale samlinger. Felles for alle spillerne er likevel at det er i klubben de tilbringer mest tid, og at det er klubbtrener(ne) de ser oftest av de ulike aktørene. Spillerne ble dermed spurt om hvordan de ville beskrive relasjonen med deres klubbtrener(e), hvor alle beskriver denne som god. Her trekker de spesielt fram kommunikasjon og tilbakemeldinger, og de fleste er fornøyde med hvordan disse fungerer i relasjonen. Her er det interessant å se hvordan spillerne fra samme klubb og lag beskriver relasjonen med sin klubbtrener, og om det er noe forskjell i beskrivelsene. Selv om spillerne er fra samme utviklingsmiljø, viser forskning (Aalberg & Sæther, 2016; Henriksen, 2010; Hvid Larsen et al., 2013; Li et al., 2014) at spillerne kan oppleve miljø ulikt. S3 og S6 kommer fra samme lag med samme trenere, og S4 og S8 det samme. Besvarelsene til S3 og S6 viser en relativt lik opplevelse av relasjonen. Begge sier at relasjonen er god, men S3 har mer fokus på hvilken betydning treneren har hatt for hennes utvikling. Forklaringen på dette kan være enkel, i og med at S6 også forteller at hun nettopp har

byttet klubb, og at relasjonen med klubbtrener er relativ ny. S4 og S8 har også like besvarelser, men er uenige når det gjelder tilbakemeldinger. S4 svarer at hun synes klubbtrenerne er flinke til å gi gode og utviklende tilbakemeldinger, mens S8 nevner at hun synes de gir for få tilbakemeldinger. Dette betyr at selv om S4 og S8 kommer fra samme utviklingsmiljø i klubb, har de ulik opplevelse av det.

Trenerne fikk også spørsmål knyttet til rollen som klubbtrener, hvor de skulle reflektere over hvordan relasjonen med spillerne på samling skiller seg fra relasjonen med spillerne de har i klubb. Her trekker trenerne fram at de tilbringer mer tid sammen med spillerne i klubb, og at relasjonen til spillerne dermed er bedre. Alle tre trenerne sier blant annet at de i klubb skaper en relasjon til spillerne også utenfor det som skjer på håndballbanen, noe som kjennetegner det man kaller for en nær relasjon (Bennie & O'Connor, 2012). En slik opplevelse har også spillerne, som uttrykker at de har et mer personlig forhold til sin klubbtrener. De argumenterer for en nærmere relasjon, som følge av at de tilbringer mer tid sammen med klubbtreneren sin. Her beskriver flere av spillerne det Storm et al. (2014) har valgt å kalle en eksistensiell relasjon, som karakteriseres av kontinuitet over tid.

4.2.3 Trener-utøver relasjon på regionale tiltak

Én av problemstillingene for denne oppgaven spør derimot om hvordan spillere og trenere opplever trener-utøver relasjon på regionale samlinger. Fra spillernes side er det noe ulike besvarelser, noe som igjen forsterker poenget om at man kan oppleve det samme utviklingsmiljøet ulikt (Aalberg & Sæther, 2016; Henriksen, 2010; Hvid Larsen et al., 2013; Li et al., 2014). 6 av 8 spillere svarer direkte at relasjonen er god. S1 og S2 skiller seg noe ut, da de sier at de egentlig ikke har noe kontakt med dem, og at de ikke har snakket så mye med dem. Grunnen til dette kan være sammensatt, men noe av forklaringen kan ligge i antall samlinger disse spillerne har deltatt på. Silva og hennes kolleger (2019) gjennomførte en studie på håndballspillere, og deres opplevelse av trenerens betydning i utviklingsprosessen. Resultater fra studien viser at spillernes nivå og prestasjoner kan ha påvirkning på trener-utøver relasjonen, og at spillere med større grad av suksess har mer positive oppfatninger av treneren sin (Silva et al., 2019). S1 og S2 er to av spillerne som har mer sporadisk deltakelse på samlinger, og som ikke har blitt tatt ut på alle. Disse to har dermed hatt mindre tid til å skape relasjon med trenerne på samling, enn de spillerne som deltar oftere. Man kan også argumentere for at disse hittil har hatt mindre suksess enn de spillerne som har deltatt hver gang, uten at dette kan sies for sikkert. Resultater fra de andre spillerne viser likevel at dette ikke kan være den eneste forklaringen på manglende relasjon. De to andre spillerne som har deltatt sporadisk på samling, S6 og S7, svarer

at relasjonen med trenerne på samling er god. S7 nevner at det kan være en utfordring at trenerne ikke kjenner spillerne så godt, men at trenerne er veldig flinke til å gi tilbakemeldinger både individuelt og felles.

Trenerne fikk også spørsmål om hvordan relasjonen er med spillerne på samling, hvor de svarer at de opplever relasjonen som god, men at kvaliteten på relasjonen preges av at de har lite tid sammen:

T1: «Utfordringen er at det er mange utøvere, og de er der i kort tid».

T3: «Over tid blir denne relasjonen bare bedre og bedre».

I motsetning til en trener-utøver relasjon i klubb, vil en trener-utøver relasjon på regionale tiltak ha kjennetegn på en profesjonell og forbigående relasjon (Bennie & O'Connor, 2012; Storm et al., 2014). Som T1 sier, foregår de regionale samlingene over en kort tidsperiode, og med mange spillere tilstede. Dette setter krav til at både trener og spiller tar initiativ til å skape en relasjon, og T2 beskriver det som enklere å skape en god relasjon med de spillerne som selv tar kontakt. En viktig komponent i en god trener-utøver relasjon er jo engasjement (Jowett, 2017; Jowett & Poczwardowski, 2007; Jowett, Shanmugam, 2016), og trenerne på samling opplever det som nødvendig at spillerne selv viser dette engasjementet når de er på samling. Denne opplevelsen som trenerne har, kan også bidra med å forklare hvorfor S1 og S2 opplever relasjonen som mangelfull. I tillegg til å delta sporadisk på samling, beskriver de også seg selv som typer personer som ikke er veldig kontaktsøkende med mennesker de ikke kjenner. I og med at de har tilbragt såpass lite tid sammen med trenerne på samling, antyder de at manglende kjennskap gjør det vanskeligere å skape en god relasjon. Som T3 påpeker i sitatet over, vil relasjonen bli bedre og bedre over tid. En trener-utøver vil være dynamisk, og den vil påvirkes etterhvert som partene interagerer med hverandre (Jowett & Poczwardowski, 2007; Mageau & Vallerand, 2003). I og med at S1 og S2 ikke har deltatt på mange samlinger, kan dette forklare hvorfor spillerne og trenerne ikke har fått like god kjennskap til hverandre, og dermed ikke skapt en god trener-utøver relasjon.

Noe av det som trekkes fram som viktig i en god trener-relasjon, og som både trenerne og spillerne beskriver som viktig i en slik relasjon, er gjensidig tillit. På spørsmål om de har tillit til trenerne på samling svarer 7 av 8 spillere at de har det. S1 derimot, svarer at hun ikke har det:

S1: «Nei. Det vil jeg ikke si. Det er jo åpenbart at de er litt skumlere da. Jeg kunne nok ha gått bort og snakket med dem, for jeg føler at jeg er ganske sosial. Men jeg velger å ikke gjøre det. Jeg vet ikke, jeg ser ikke alltid vitsen med det da».

S5 skiller seg mest fra S1 i sin besvarelse:

S5: «Ja, jeg kan gå til de eller sende melding hvis det er noe jeg lurer på».

S5 sier her at hun kjenner seg såpass trygg, at hun kunne ha sendt ei melding til trenerne. For å kunne tolke hvorfor S1 og S5 har såpass ulike opplevelser av tilliten til trenerne på samling, kan man se på hvilke forskjeller det er mellom disse spillerne. S1 er født i 2005 og har deltatt sporadisk på samling, mens S5 er født i 2004 og har deltatt fast på samling. Det betyr at S5 er både eldre, og har hatt flere samlinger til å skape denne tilliten til trenerne.

Spillerne fikk spørsmål om de følte seg sett på samling. Som flere forskere (Jowett, 2007;2017; Jowett & Poczwardowski, 2007; Jowett & Shanmugam, 2016) trekker fram, er engasjement en viktig del av trener-utøver relasjon. Gjennom å føle seg sett, kan spillerne få opplevelse av at trenerne er engasjerte i deres utviklingsprosess, som igjen vil kunne påvirke kvaliteten på relasjonen mellom partene. Når spillerne besvarer spørsmålet, er det et skille mellom noen av spillerne. S3, S4, S5 og S8 svarer med en gang at de føler seg sett på samling. Dette er også de spillerne som deltar fast på samling, noe som kan forklare hvorfor de svarer som de gjør. I og med at disse har deltatt flere ganger på samling, er det også større sannsynlighet for at trenerne har større kjennskap til hvem de er og hvilke behov de har. S6 og S7 svarer også ja på spørsmålet, men at det avhenger litt av om man gjør noe bra eller ikke. S1 og S2 er de to spillerne som er mest skeptiske. S1 sier blant annet at man må gjøre noe bra for å få tilbakemelding, og at trenerne ikke alltid husker hva spillerne heter. Også her er S5 den spilleren som skiller seg mest fra S1, da hun svarer at hun synes trenerne er veldig flinke til å huske alle navnene. S2 opplever at man gjerne må spørre om å bli sett, på grunn av det store antallet spillere på samling samtidig.

For å skape en god trener-utøver relasjon vil det være viktig for treneren å behandle spillerne ut ifra deres ulike behov. Begge parter i relasjonen vil ha både felles og individuelle mål, noe som setter krav til kommunikasjon rundt disse for å skape et godt samarbeid (Bennie & O'Connor, 2012; Jowett, 2007;2017; Jowett & Poczwardowski, 2007). Spillerne fikk spørsmål om de trodde trenerne var klar over hvilke behov og mål de hadde. Her svarte alle spillerne at dette ikke var kommunisert direkte med trenerne, og at denne kunnskapen måtte trenerne tolke seg fram til. S4 og S5 sier at de mener at hvilke mål spillerne på samling har er åpenbart, da de mener at trenerne bør skjønne at spillerne på samling ønsker å bli så god som mulig. Trenerne fikk også samme spørsmål, og svarte at hvilken kunnskap de har om mål og behov, avhenger av hvilken spiller det er. Ingen av trenerne svarer at dette er noe alle spillerne har blitt spurt om direkte, men at noen av spillerne tar mer kontakt selv. Med utgangspunkt i

det forskningen (bl.a. Bennie & O'Connor, 2012; Jowett, 2007;2017; Jowett & Poczwadowski, 2007) sier, kan man argumentere for at samarbeidet mellom trenerne og spillerne på samling har noen mangler. Både spillernes og trenernes opplevelser viser at det er lite kommunikasjon rundt mål og behov, selv om flere av informantene trekker fram det å jobbe sammen for å nå mål som viktig i en god trener-utøver relasjon.

I etterkant av spillernes og trenernes beskrivelser av deres opplevelse av trener-utøver relasjon på regionale samlinger, ble informantene spurt om hvordan de ønsket at relasjonen skulle være. Her trekker spillerne fram kommunikasjon som viktig, samt at trenerne skaper en trygghet i gruppa. S7 påpeker blant annet at det er mange som kommer alene fra sin klubb, og at det er viktig at det skapes trygghet for disse. S5 sier at hun kunne tenkt seg flere samtaler med trenerne på samling, slik at hun hadde enda mer kunnskap om hva de mener hun bør jobbe med i klubb. Dette kan støttes av tidligere forskning (Henriksen, 2010; Sæther, 2017), som påpeker at spilleren tilbringer mesteparten av tiden i klubb. Det er i klubben spilleren gjennomfører det meste av mengde og type trening. Dersom de regionale tiltakene skal bidra til utvikling, vil det dermed være viktig at spillerne har kunnskap om hva de skal fokusere på i klubbhverdagen. Dersom spillerne ikke får denne kunnskapen fra trenerne på samling, er de avhengig av at trenerne i klubb innehar den kompetansen og kunnskapen det er behov for (Sæther, 2017; Vukadinović & Rađević, 2019).

Flere av spillerne sier også at de kunne tenkt seg å kommunisere sine målsetninger enda tydeligere. Dette er også noe av det trenerne trekker fram som ønskelig kunnskap om spillerne på samling.

T1: «Da ville jeg ha visst grunnen til at de spiller håndball, hva er målet. (..) Også om det er noe utenfor som påvirker prestasjonene. Skadesituasjon og totalbelastning er jo også noe det er greit å vite om.»

T2: «Noe som er viktig å vite om, er hvordan klubbhverdagen deres er. (..) I tillegg så er jo helsetilstand viktig å vite noe om.»

I sitatene over ser man at trenerne også ønsker å vite noe om helsetilstand og totalbelastning. Sæther og Aspvik (2015) skriver blant annet at skader kan være en fiende for ferdighetsutvikling, noe som gjør det aktuelt for trenerne på samling å vite noe om spillernes skadesituasjon. Skader kan innebære alternative treningsmetoder, og perioder der spillerne ikke får trent slik de ønsker (Sæther & Aspvik, 2015). Slik kunnskap om spillerne på samling kan gi trenerne nyttige tanker knyttet til prestasjonene deres. Kunnskap om totalbelastning vil også være aktuelt, grunnet det sammensatte utviklingsmiljøet håndballspillere består av, hvor

spillerne skal forholde seg til flere ulike aktører (Bjørndal et al., 2015; Bjørndal & Gjesdal, 2020).

Som trukket fram tidligere, beskriver de fleste spillerne det som utfordrende med det stresset og presset som oppstår i forbindelse med regionale samlinger. Davis og hennes kolleger (2018) satte i sin studie fokus på kvaliteten på trener-utøver relasjon i lagidretter. Med utgangspunkt i resultatene fra studien kan man blant annet argumentere for at en trener-utøver relasjon av god kvalitet, vil kunne påvirke spillernes opplevelse og oppfatning av stress og angst (Davis et al., 2018). Dette er også noe trenerne i denne studien virker å reflektere over. T3 trekker spesifikt fram presset spillerne føler på når de er på samling, og sier at trenerne kan bli enda flinkere til å få ned skuldrene til spillerne. T1 og T2 er tydelige på at relasjonen mellom trenerne og spillerne på samling har rom for forbedring. Begge svarer at det ideelle hadde vært mer tid med spillerne, og at de regionale tiltakene besto av flere ressurser. De sier blant annet at dette ville gjort det enklere å ha tettere oppfølging og mer måldrevet utvikling.

4.3 Feedback

Dette delkapittelet vil fokusere på feedback, og analysen er delt inn i tre deler; 4.3.1 Foretrukket feedback, 4.3.2 Mottakelse av feedback, og 4.3.3 Feedback på regionale tiltak.

4.3.1 Foretrukket feedback

En sentral del av trener-utøver relasjonen vil være feedback (Mageau & Vallerand, 2003). Feedback vil være viktig informasjon som gis som respons på en handling eller atferd (Hodges et al., 2007). Spillerne fikk spørsmål om hva de ønsker å få tilbakemeldinger på, hvor alle svarer at de ønsker en blanding mellom positive og konstruktive tilbakemeldinger:

S6: «Jeg ønsker å få en blanding av positive og konstruktive tilbakemeldinger. Jeg vil jo lære, men vil også vite det når jeg gjør noe bra».

Flere av spillerne er inne på det S6 sier om å få tilbakemeldinger som bidrar til læring. Feedback skal hjelpe spillerne å finne svar på hva som må gjøres for å nå de målene som er satt (Taylor et al., 2021; Taylor & Collins, 2022). Spillerne uttrykker dermed at de ønsker å vite hva de skal bli bedre på, og ikke kun få positive tilbakemeldinger på alt de gjør. Som Sæther (2017) er inne på, kan feedback som oppleves som ukorrekt, være vanskelig å benytte seg av i utviklingsprosessen. Spillerne vil ha både gode og dårlige prestasjoner, noe de ønsker at tilbakemeldingene skal gjenspeile. Flere er likevel inne på dette med å få gode tilbakemeldinger

dersom de gjør noe bra. Dette sier de vil være viktig for å opprettholde motivasjonen i treningsarbeidet.

Trenerne forteller at de ønsker å gi både positive og konstruktive tilbakemeldinger, som samsvarer med det spillerinformantene ønsker. De påpeker likevel at de har fokus på at tilbakemeldingene ikke skal bli for negative, slik at spillerne evner å holde motivasjonen oppe. T1 sier at hen liker å gi individuell feedback der spillerne må reflektere selv over situasjoner, og nevner også individuell feedback som viktig. Lagestad og hans kolleger (2017) argumenterer for at trenere bør ha fokus på å gi individuell, spesifikk og reflekterende feedback. Deres studie studerte et junior elitelag og et junior amatørlag, og resultatene viser at trenerne på elitelaget hadde mer fokus på individualisering, spesifikk feedback og utvikling av hver enkelt spiller (Lagestad et al., 2017). Nettopp dette trekker T1 fram, men hen påpeker også at et slikt fokus er tidkrevende:

T1: «Ideelt sett kunne det ha vært mye mer individuelt, både på trening og kamp, men man har rett og slett ikke tid til det».

Trenerne og spillerne fikk også spørsmål om når de ønsker å gi/motta feedback. Alle spillerne svarer at de gjerne tar tilbakemeldinger til ulike tider, men at det er best å få dem underveis. Det er likevel noen av spillerne som er mer spesifikk på akkurat tidspunkt de ønsker og ikke ønsker å få tilbakemeldinger, noe Otte og hans kolleger (2020) mener er preferanser trenerne bør ta utgangspunkt i. Trenerne forteller at de for det meste gir tilbakemeldinger underveis i trening eller kamp, noe som støtter ønskene til spillerne. Denne typen feedback kan knyttes til det Winwood og Wrigley (2013) har valgt å kalle for tidlig feedback, som gir spillerne tilbakemelding umiddelbart etter en aksjon. T1 og T2 påpeker likevel at de i enkelte tilfeller velger å vente med å gi tilbakemeldinger, fordi de opplever at spillerne ikke er mottakelig for det i øyeblikket. T2 sier også at dette gir spillerne mulighet til å reflektere mer over de handlingene som er gjort. Dette støtter det som sies om forsinket feedback, hvor man utsetter å gi tilbakemelding for å skape en mer langsiktig læring (Winwood & Wrigley, 2013). Flere forskere (Henderson et al., 2019; Taylor et al., 2021; Taylor & Collins, 2022) sier også at målet med feedback bør være å skape refleksjon, som igjen bidrar til å påvirke atferd. Nettopp dette trekker T1 fram som viktig når hen gir tilbakemeldinger til sine spillere:

T1: «(..) Også liker jeg å ha litt individuell feedback til spillerne, der de selv kan få reflektere over situasjoner. (..)»

4.3.2 Mottakelse av feedback

Det viktigste er imidlertid ikke innholdet i feedbacken, men hva mottakeren velger å gjøre med den. Mottakelsen avhenger også av hvem som gir tilbakemeldingene (Taylor et al., 2021). Spillerne fikk spørsmål om de opplever noe forskjell i hvordan de mottar feedback fra de ulike aktørene i deres miljø, og svarene viser at de generelt er mest positive til de tilbakemeldingene de får på regionen. S2, S5 og S7 sier blant annet at det at de ikke ser trenerne på samling så ofte, gjør at de er opptatt av å ta til seg de tilbakemeldingene de får når de først er på samling. S4 og S6 sier noe om at de opplever at både klubbtrener og regionale trenere har mye kunnskap, og at de dermed stoler på de tilbakemeldingene de får fra begge aktørene:

S4: «(..) Og jeg vil jo si at de tilbakemeldingene jeg får i klubb og på samlinger er gode, og jeg stoler på at det jeg får er av noen som hva de snakker om.»

S6: «(..) Jeg føler kanskje ikke at det er noe forskjell mellom trenerne i klubb og på samling. Som sagt så føler jeg at de kan håndball, og hvis jeg da får konstruktive tilbakemeldinger så tar jeg de til meg».

Resultater fra studien til Taylor og hans kolleger (2021) viser at spillerne stolte mer på feedback fra de med høyere status innen idretten. Man kan her argumentere for at disse resultatene samsvarer med det S4 og S6 sier, og at spillerne er mer mottakelig for feedback fra trenere med god håndballkunnskap.

På spørsmål om hvilken aktør de føler at de drar mest nytte av å få tilbakemeldinger fra, svarer 7 av 8 spillere klubbtrener. Dette begrunnes med at klubbtrener kjenner spillerne bedre og evner å se hvilke behov de har, noe som samsvarer med studien til Taylor et al. (2021). I tillegg til å vise at spillere er mer mottakelig for feedback fra de med høyere status innen idretten, viste også studien til Taylor og hans kolleger (2021) at spillerne aksepterte feedback bedre fra trenere de hadde en nærmere relasjon med. Studien argumenterte for at dette skyldtes at spillerne opplevde disse trenerne som genuint interesserte i deres behov og utvikling (Taylor et al., 2021). S4 setter klubbtrener og regionale trenere likt, og begrunner det med at hun føler disse aktørene har bedre kunnskap enn treneren hun har på skolen. S8 trekker imidlertid inn landslagstrenerne som den aktøren hun har dratt mest nytte av å få tilbakemeldinger fra. Akkurat dette er interessant å diskutere, med tanke på den korte tiden S8 faktisk tilbringer sammen med disse trenerne. S8 begrunner svaret sitt med at tilbakemeldingene på landslagssamling er både hyppig, konkrete og individualiserte, noe som samsvarer med det Ligestad og hans kolleger (2017) trekker fram som viktig i sin studie:

S8: «De jeg har fått mest konkrete tilbakemeldinger av er landslagstrenerne. Der får jeg tilbakemeldinger hele tiden. Også har man egne samtaler med trenerne der, så de gir konkrete oppgaver å jobbe med».

4.3.3 Feedback på regionale tiltak

I problemstillingene til denne oppgaven spørres det blant annet om hvordan trenere og spillere opplever feedback på regionale samlinger. Dersom de regionale samlingene skal bidra til ferdighetsutvikling, vil feedback være viktig for å skape bevisstgjøring hos spillerne (Kvello, 2017). På spørsmål om de opplever at de mottar feedback fra trenerne på regionale samlinger, svarer spillerne noe ulikt. S3, S7 og S8 svarer kort at de får tilbakemeldinger. S4 og S5 svarer ja på spørsmålet, men sier også at de gjerne skulle hatt mer. S1, S2 og S6 antyder at det er lite tilbakemeldinger, og at man er avhengig av å gjøre noe bra for å få det:

S1: «Noen ganger. Ikke alltid. Noen ganger er det ingenting».

S2: «Det er jo det med at man som regel må spørre for å få tilbakemeldinger».

S6: «Det varierer litt. (..) Hvis jeg ikke viser meg så mye fram så er det ikke så mye tilbakemeldinger.»

S1, S2, S6 er også tre av spillerne som har deltatt sporadisk på samlingene, og trenerne har dermed hatt færre samlinger å gi tilbakemelding til disse på. Feedback skal virke utviklende, og krever at trenerne har kunnskap om spilleren som skal motta den. I og med at S1, S2 og S6 har deltatt mindre på samlinger, kan man argumentere for at det vil være mer utfordrende for trenerne å gi utviklende feedback til disse, enn til de som deltar fast på samlinger. Dette kommer også S3 inn på, når hun sier at det var mindre feedback i starten av samlingsløpet:

S3: «Ja, jeg synes det er ganske bra feedback. (..) Det var kanskje litt mindre i starten, men nå kjenner de meg litt bedre også».

Begge informantgruppene fikk spørsmål om når de gir/mottar feedback på regionale samlinger. Her er alle informantene samstemte, og svarer at det meste av feedback blir gitt underveis i treningene. Dette kjennetegner det Winwood og Wrigley (2013) kaller tidlig feedback, og vil kunne gi umiddelbar effekt. Trenerne uttrykker likevel at de gjerne skulle ha gitt flere tilbakemeldinger i etterkant av treningene, men at det ikke er nok tid og ressurser til at dette er gjennomførbart. Flere av spillerne etterlyser også en individuell oppfølging i etterkant, for å ha spesifikke arbeidsoppgaver å arbeide med. For selv om flere spillere svarer at de mottar feedback på regionale samlinger, svarer også disse at de gjerne skulle hatt flere tilbakemeldinger. Dette samsvarer med det trenerne sier, når de innrømmer at lite tid og

ressurser gjør at de får gitt mindre feedback enn de ønsker. Trenerne sier at deres hovedfokus er på å gi spillerne på samling positive tilbakemeldinger, slik at de får en god opplevelse fra deltakelsen. Dette kan forklare hvorfor alle spillerne ønsker seg flere konstruktive tilbakemeldinger. S4 er blant de spillerne som trekker fram de lange periodene mellom samlingene, og at feedback på hva hun kan arbeide med i den daglige treningen, vil virke utviklende. Faren ved at alle spillerne opplever at de får for lite tilbakemeldinger kan være at kravene som settes, både av trenerne og i idretten generelt, blir uklare (Sæther, 2017).

Trenerne forteller likevel at målet for den feedbacken som blir gitt på samling, er at spillerne får inspirasjon og veiledning i arbeidet med ferdighetsutvikling. T2 sier blant annet at «det er ingen poeng med at de skal få tilbakemelding på samling, og ikke jobbe med den før neste samling» (Utdrag intervju T2). For at feedbacken som blir gitt på regionale samlinger skal bidra til utvikling, er man avhengig av at denne gir spillerne kunnskap om hva de skal trene på i periodene mellom samlingene. Alle spillerne ble spurt om de visste hvilke ferdigheter trenerne på samling mener at de burde utvikle. Her svarte 6 av 8 spillere at de ikke hadde fått tilbakemelding på dette, mens S5 og S8 svarte at de hadde fått konkrete tilbakemeldinger på hva de burde jobbe mer med. Disse resultatene indikerer at for de fleste spillerne, har ikke den feedbacken trenerne har gitt på samling, gitt spillerne nok kunnskap om videre steg i utviklingsprosessen. For at trenernes tanker likevel skal føre til utvikling hos spillerne på samling, er man dermed avhengig av at dette kommuniseres ut til klubbtrenerne.

4.4 Hva kan forbedres?

Som en avslutning på intervjuene ble informantene spurt om det er noe de mener kunne blitt gjort annerledes i forbindelse de regionale samlingene. Her gir spillerne forslag på flere mulige endringer, som de tenker kan bidra til bedre utvikling. S1, S2 og S4 nevner dette med behov og ønsker, og at de gjerne skulle hatt bedre kommunikasjon med trenerne rundt hva som er målene deres. S3, S6 og S7 savner en mulighet til å vise seg mer fram, slik at trenerne får sett hvilke styrker de har. S5 og S8 etterlyser flere samtaler med trenerne, og foreslår at samlingene kan vare lengre. Flere av spillerne sier også at de gjerne skulle hatt klarere informasjon rundt hva de skal arbeide med i tiden mellom samlingene.

Trenernes svar på dette spørsmålet samsvarer i stor grad med det spillerne også sier. De fokuserer først og fremst på tid sammen med spillerne, og sier at det ideelle hadde vært å ha mulighet til å gjennomføre samtaler med hver enkelt spiller. For dem framstår det som viktigst at endringer som skal gjøres, bidrar til at de som trenere kan ha tettere oppfølging med spillerne, og at de får mulighet til å gi individuelle tilbakemeldinger. Trenerne påpeker likevel at dette vil

være vanskelig slik samlingene er organisert i dag, da de ikke opplever at det er hverken tid eller ressurser nok til å skape denne oppfølgingen. De foreslår å organisere samlingene på en annen måte, men sier også her at dette ikke er mulig slik stillingene deres er satt sammen i dag:

T2: «Jeg kan jo si at for spillernes beste så hadde en samlingsdag bestått av kun to økter for oss trenerne. Da hadde vi hatt tid både før og etter treningene. Men det hadde nok ikke vært gjennomførbart på samme måte. Vi har jo sivile jobber der vi må begrense fraværet.»

Slik som T2 er inne på, består en samlingsdag som regel av trening med flere ulike grupper, uten mye tid hverken før eller etter hver treningsøkt. Trenerne har dermed lite tid sammen med spillerne utenfor håndballøktene, og dermed også lite tid til å innhente den informasjonen de gjerne skulle hatt om hver spiller. T1 kommer dermed med forslag om å lage et spørreskjema spillerne kan fylle ut, med spørsmål som gir trenerne den informasjonen de ønsker. Som for eksempel resultater knyttet til trener-utøver relasjon på regionale tiltak viser, er det lite kommunikasjon rundt spillernes mål og behov. Dersom trenerne ikke har kunnskap om hvilke mål spillerne har, vil de da vite hvilken feedback de skal gi? Det å gi spillerne et spørreskjema med ulike relevante spørsmål, kan derfor være en endring som ikke nødvendigvis vil være mer tid- og ressurskrevende.

4.5 Metodisk diskusjon

Når resultater fra studien nå har blitt analysert, kan man diskutere hvordan valg av metode har påvirket resultatene, og om metoden har gjort det mulig å besvare problemstillingene. Flere forskere (Atkinson, 2015; Roulston, 2010; Silverman, 2017) har kritisert bruken av kvalitativ metode for datainnsamling, da metoden baserer seg på informantenes subjektive tanker og følelser. Kritikken sier blant annet at det vil være problematisk å påstå at informantene er i stand til å sette ord på disse tankene og følelsene, og at man er avhengig av at de også evner å begrepsliggjøre den tilnærmingen de har til ulike tema (Atkinson, 2015; Roulston, 2010; Silverman, 2017). Analysen av resultatene i denne studien viser at noen av informantene får en sterkere stemme i analysen enn andre. Dette skyldes blant annet at svarene deres er vurdert til å være mer reflekterte, og i større grad skiller seg fra resten. Her kan man diskutere hvordan bruk av intervju som metode gir ulike data fra de ulike informantene. Det kan virke som enkelte av informantene er mer reflekterte rundt temaene for studien, og at andre ikke har tenkt like mye over hvilke erfaringer de faktisk har.

På enkelte av spørsmålene svarte noen av informantene kort, noe som kan ha flere grunner. Silverman (2017) skriver blant annet at en viktig del av det å demonstrere kvalitet i

intervju, er at intervjuer evner å respondere på informantenes svar. I og med at noen av informantene svarer kort på noen av spørsmålene, har det vært viktig at jeg som intervjuer har stilt oppfølgingsspørsmål. Problemstillingene spør om treneres og spilleres opplevelser knyttet til de ulike temaene, noe spørsmålene i intervjuguidene har som intensjon å belyse. Spørsmålene er formulert med utgangspunkt i blant annet tidligere forskning, og analysen viser at svarene kan knyttes til fagfeltet. Gode forberedelser i forkant av intervjuene har også gjort det mulig for meg som intervjuer å stille å stille relevante spørsmål som ikke står i intervjuguidene. Dette er en fordel ved bruk av intervju som metode, hvor jeg som intervjuer kan forsikre meg om at dataene som samles inn vil være relevante (Kvale & Brinkmann, 2015).

I metodekapittelet i denne oppgaven diskuterte jeg refleksiviteten, og hvordan mine erfaringer kan påvirke retningen i studien (Yardley, 2015). Disse erfaringene har blant annet påvirket hvilket spørsmål jeg har valgt å inkludere i intervjuguiden, men også i hvilken grad jeg har stilt oppfølgingsspørsmål. Et stort fokus for meg som intervjuer har vært å forsøke og ikke la min forforståelse føre til at det ikke har blitt stilt nødvendige spørsmål. Som Kvale og Brinkman (2015) og Thagaard (2018) poengterer, vil det være viktig å være åpen for nye tolkninger rundt tema jeg allerede har min forståelse av. Etter å ha gjennomført en analyse av datamaterialet, hvor flere av informantene har svart relativt kort på flere spørsmål, kan man sette spørsmålsteget til min evne til å stille oppfølgingsspørsmål. Har min forforståelse gjort at jeg selv har tolket svarene og dermed ikke bedt opp utdyping, eller finnes det andre forklaringer på de korte svarene? I og med at jeg selv har erfaring fra regionale samlinger, kan det hende at jeg i tilfeller der informantene har beskrevet like erfaringer som mine egne, har tolket mer selv enn å stille flere spørsmål. På den andre siden kan man se at de informantene som svarer kort, gjerne er de som uttrykker mest tilfredshet med hvordan systemet fungerer i dag. Når disse dermed har svart kort, har jeg vurdert at det ikke har vært relevant å stille flere spørsmål.

Ved å bruke en kvalitativ metode framfor en kvantitativ metode, har jeg som forsker hatt bedre kontroll over hvilke informanter som deltok i studien (Wahyuni, 2012). Basert på tidligere forskning og mine egne erfaringer, vurderte jeg det som nødvendig å gjennomføre et strategisk utvalg av informanter, for å sikre en spredning i erfaringer og opplevelser (Thagaard, 2018; Tjora, 2017). Analysekapittelet viser at det utvalget som er gjort, har gitt en bred forståelse av hvordan ulike typer spillere og trenere oppfatter påvirkningen av regionale tiltak for utvikling. Her er det likevel viktig å påpeke at alle informantene kom fra samme håndballregion, og at studiens resultater dermed ikke kan generaliseres til andre regioner i landet. Det store fokuset på at studien skulle være sterkt tilknyttet fagfeltet, gjør likevel resultatene relevante for andre deler av landet.

5.0 Konklusjon

Innledningsvis ble følgende problemstillinger presentert for oppgaven: *Hvordan opplever trenere og spillere at regionale samlinger bidrar til ferdighetsutviklingen til kvinnelige spillere i 17-18 årsalderen, med fokus på utviklingsmiljø, trener-utøver relasjon og feedback? Og i hvilken grad opplever trenere og spillere at regionale samlinger fungerer som utviklingstiltak?* Utviklingen til spillerne i denne studien påvirkes av både klubb og regionale tiltak, samtidig som mange av dem også har håndball på skolen. En viktig forutsetning for at utviklingsmiljøet til disse spillerne skal være suksessfullt, er at de ulike aktørene samarbeider med hverandre (Henriksen, 2010; Sæther, 2017; 2019). Funn fra denne studien viser at trenerne på regionale samlinger har tanker rundt mengde og type trening spillerne bør ha i sin treningshverdag, men at kommunikasjonen rundt dette er mangelfull. Trenerne på samling er i stor grad avhengig av at klubbtrener leser og benytter seg av samlingsrapporter. Videre funn viser at utover disse rapportene, opplever både spillerne og trenerne på samling at det er manglende kommunikasjon mellom regionen og andre aktører i spillernes utviklingsmiljø.

Når det gjelder trener-utøver relasjon på samling viser funn at spillerne har noe ulik opplevelse av hvordan denne er, og at tid sammen med trenerne virker å være en avgjørende faktor. Trenerne opplever at relasjonen med alle spillerne er god, men at kvaliteten på relasjonen avhenger av at spillerne selv tar initiativ og viser engasjement. De spillerne som opplever at relasjonen ikke er god, har deltatt sporadisk på samling og beskriver seg selv som lite kontaktsøkende. Noe av de samme funnene viser seg under feedback også, hvor de som deltar sporadisk på samlinger, gjerne er de spillerne som opplever å ikke få feedback fra trenerne. Alle spillerne opplever likevel feedback fra trenerne på samling som verdifull, og alle skulle gjerne hatt flere tilbakemeldinger fra dem. Trenerne er enige i dette, og opplever at mangel på tid og ressurser gjør det vanskelig å gi spillerne nok feedback på samling.

Informantene har ulike opplevelser av hvor viktig deltakelse på regionale samlinger er for utviklingen. Både trenerne og spillerne er enige i at samlingene gir spillerne en referanse på hvor de befinner seg i utviklingsprosessen, men både trenerne og flere av spillerne påpeker at mesteparten av treningsarbeidet gjennomføres mellom samlingene. Den korte tiden sammen på samling gjør det dermed viktig å skape en trener-utøver relasjon som gir trenerne den informasjonen de behøver, for å kunne gi utviklende feedback som spillerne kan benytte seg av i det daglige treningsarbeidet. En trener-utøver relasjon av dårlig kvalitet vil dermed kunne føre til mangelfull feedback, og spillere som mangler informasjon om hvilke ferdigheter de bør utvikle.

5.1 Praktiske implikasjoner

Denne studien gir flere aktører informasjon knyttet til ferdighetsutvikling hos unge håndballspillere. Spillerne vil blant annet få kunnskap knyttet til egen utviklingsprosess, og hvordan denne påvirkes av flere aktører. De vil også få kunnskap om hva trenerne på samling tenker, både om hvilke ferdigheter som er viktig å utvikle, men også hvilken opplevelse de har knyttet til utviklingsmiljø, trener-utøver relasjon og feedback. Det å få innsikt i trenernes opplevelser, vil kunne gi spillerne mulighet til å sammenligne disse med sine egne.

For håndballforbundet gir denne studien verdifull kunnskap knyttet til spillerutvikling, og hvordan denne prosessen fungerer. Funnene fra både trenerne og spillerne gir håndballforbundet både sentralt og regionalt, kunnskap om hvilke behov som finnes og hvordan utviklingen av unge håndballspillere kan optimaliseres. Trenerne opplever blant annet at mangel på tid og ressurser gjør det vanskelig å skape en optimal relasjon med alle spillerne, som igjen påvirker deres evne til å gi god nok feedback. Også noen av spillerne opplever at trener-utøver relasjonen på samling har mangler, og at trenerne har lite kjennskap til dem som spillere. Målet for de ulike regionene kan dermed være å finne metoder som bidrar til å gi trenerne mer informasjon om spillerne, uten at dette blir altfor tid- og ressurskrevende. Kanskje vil det være en god idé å gjøre som én av trenerne i studien forslo, nemlig å lage et spørreskjema. Et spørreskjema med spørsmål til spillerne som deltar på samling, vil kunne gi trenerne den informasjonen de ønsker om hver enkelt spiller, og dermed også gjøre det enklere å vite hva de skal gi tilbakemeldinger på. Spørsmålene til spørreskjemaet kan ta utgangspunkt i funnene i denne studien, hvor utviklingsmiljø, trener-utøver relasjon og feedback framstår som viktige dimensjoner i ferdighetsutviklingsprosessen.

5.2 Veien videre

Denne studien har hatt fokus på spillerutvikling for jenter 2004 og 2005 i en spesifikk region i håndballforbundet. Et naturlig forslag til videre forskning vil dermed være å gjennomføre en studie på flere håndballregioner, for å få bredere kunnskap om hvordan spillerutvikling fungerer i hele landet. Regionene består av ulike trenere og spillere, noe som kan gi ulike resultater knyttet til deres opplevelser av spillerutviklingstiltakene. I og med at spillerutvikling også eksisterer for yngre aldersgrupper, ville det ha vært interessant å se på hvordan de yngre spillerne også påvirkes. De regionale tiltakene eksisterer også for begge kjønn, noe som gjør det aktuelt å også gjennomføre en studie på guttesiden.

Referanser

- Aalberg, R. R., & Sæther, S. A. (2016). The talent development environment in a Norwegian top-level football club. *Sport Science Review*, 25(3-4), 159.
- Abbott, A. & Collins, D. (2004) Eliminating the dichotomy between theory and practice in talent identification and development: considering the role of psychology, *Journal of Sports Sciences*, 22:5, 395-408
- Atkinson, P. (2015). *For Ethnography*. SAGE Publications Ltd.
- Bahr, R. (2014). Demise of the fittest: are we destroying our biggest talents?. *British journal of sports medicine*, 48(17), 1265-1267.
- Baker, J., Schorer, J., Wattie, N. (2018) Compromising Talent: Issues in Identifying and Selecting Talent in Sport, *Quest*, 70:1, 48-63
- Bennie, A., & O'Connor, D. (2012). Coach-athlete relationships: A qualitative study of professional sport teams in Australia. *International Journal of Sport and Health Science*, 201208.
- Bjørndal, C. T. & Gjesdal, L. (2020) The role of sport school programmes in athlete development in Norwegian handball and football. *European Journal for Sport and Society (EJSS)* 2020; Volum 17(4) s. 374-23 NIH
- Bjørndal, C. T., & Ronglan, L. T. (2018). Orchestrating talent development: youth players' developmental experiences in Scandinavian team sports. *Sports Coaching Review*, 7(1), 1-22.
- Bjørndal, C. T., Ronglan, L. T., & Andersen, S. S. (2015). Talent development as an ecology of games: A case study of Norwegian handball. *Sport, Education and Society*, 22(7), 864– 877.
- Braun, & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: a practical guide*. SAGE.
- Buekers, M., Borry, P., Rowe, P., (2014) Talent in sports. Some reflections about the search for future champions. *Movement and Sport Sciences – Science & Motricité*, 88, 3-12
- Christensen, M. K. (2009). “An Eye for Talent”: Talent Identification and the “Practical Sense” of Top-Level Soccer Coaches. *Sociology of Sport Journal*, 26, s. 365-382.
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode: en kvalitativ tilnærming* (2. utg.). Universitetsforlaget
- Davis, L., Appleby, R., Davis, P., Wetherell, M., & Gustafsson, H. (2018). The role of coach-athlete relationship quality in team sport athletes' psychophysiological exhaustion: implications for physical and cognitive performance. *Journal of sports sciences*,

- 36(17), 1985-1992.
- Gulbin, J. P., Croser, M. J., Morley, E. J., & Weissensteiner, J. R. (2013) An integrated framework for the optimization of sport and athlete development: a practitioner approach. *Journal of Sports Sciences*, 31(12), 1319-1331
- Henderson, M., Ajjawi, R., Boud, D., & Molloy, E. (2019). Identifying feedback that has impact. In *The impact of feedback in higher education* (pp. 15-34). Palgrave Macmillan, Cham.
- Henriksen, K. (2010). The Ecology of Talent Development in Sport: A multiple case study of successful athletic talent development environments in Scandinavia. (PhD), University of Southern Denmark.
- Henriksen, K., Stambulova, N., & Roessler, K. K. (2010). Holistic approach to athletic talent development environments: A successful sailing milieu. *Psychology of sport and exercise*, 11(3), 212-222.
- Hvid Larsen, C., Alfermann, D., Henriksen, K. & Christensen, M. K. (2013). Successful talent development in soccer: The characteristics of the environment. *Sport, Exercise and Performance Psychology*, 2, 190-206
- Hodges, N.J., Williams, A.M., Hayes, S.J., & Breslin, G (2007). What is modelled during observational learning? *Journal of Sports Sciences*, 25(5), 531-545
- Ingebrigtsen, J. E. (2015) Treneren – hvordan er det mulig å ta hensyn til alle?, i Sæther, S. A. (red) *Trenerroller*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS, s.15-26
- Jowett, S. (2007). Interdependence Analysis and. *Social psychology in sport*, 10, 15.
- Jowett, S. (2017). Coaching effectiveness: The coach–athlete relationship at its heart. *Current opinion in psychology*, 16, 154-158.
- Jowett, S., & Poczwadowski, A. (2007). Understanding the coach-athlete relationship. *Social psychology in sport*, 6, 3-14.
- Jowett, S., & Shanmugam, V. (2016). Relational coaching in sport: Its psychological underpinnings and practical effectiveness.
- Kristiansen, E., & Stensrud, T. (2017). Young female handball players and sport specialization: how do they cope with the transition from primary school into a secondary sport school?. *British journal of sports medicine*, 51(1), 58-63.
- Kristiansen, E., & Stensrud, T. (2020). Talent development in a longitudinal perspective: Elite female handball players within a sport school system. *Translational Sports Medicine*, 3(4), 364-373.
- Kusenbach, M. (2003). Street phenomenology. The go-along as ethnographic research tool.

- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg). Gyldendal Norsk Forlag AS
- Kvelling (2017) 'Sentrale dimensjoner i læringsprosesser', i Sigmundsson, H. (red) *Læring og ferdighetsutvikling*. Bergen: Fagbokforlaget, s. 81-118
- Lagestad, P., Sæther, S.A., & Ulvik, A. (2017). Differences in coaching feedback between coaches of junior elite soccer players and junior amateur soccer players. *Journal of Physical Education and Sport*, 3, 2049–2058
- Li, C., Wang, C. J., & Pyun, D. Y. (2014). Talent development environmental factors in sport: A review and taxonomic classification. *Quest*, 66(4), 433-447.
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of sports science*, 21(11), 883-904.
- Michalsik, L. B. (2018). On-Court physical demands and physiological aspects in elite team handball. In *Handball sports medicine* (pp. 15-33). Springer, Berlin, Heidelberg.
- Nilssen, V. L. (2012). *Analyse i kvalitative studier: den skrivende forskeren*. Universitetsforlaget.
- Norges idrettsforbund (2015). Idrettspolitisk dokument 2015-2019. Oslo: Norges Idrettsforbund.
- Otte, F. W., Davids, K., Millar, S. K., & Klatt, S (2020). When and how to provide feedback and instructions to athletes? – How sport psychology and pedagogy insights can improve coaching interventions to enhance self-regulation in training. *Frontiers in Psychology*, 11, 1444.
- Petersen, J. & Höner, O. (2017) Physical and motor performance factors as predictors of talent in elite youth handball players. *Journal of Sports Sciences*, 35(6), 562-568.
- Roulston, K. (2010). Considering quality in qualitative interviewing. *Qualitative Research Vol. 10(2)*: 199-228
- Sandbakk, Ø., Pedersen, T. & Moen, F. (2019). Den norske toppidrettsmodellen – organisering og arbeidsform, i Sæther, S.A. (red) *Idrettsvitenskap – perspektiver og praksis*. Oslo: Universitetsforlaget, s. 149-168
- Sigmundsson, H. & Wiedemann, J. E. (2017). Ferdighetsutvikling, i Sigmundsson, H. (red) *Læring og ferdighetsutvikling*. Bergen: Fagbokforlaget, s. 69-79
- Silva, A. S., Barreiros, A. & Fonseca, A. M. (2019). Exploring the importance of coaches in the development of the sports career in Handball. The perception of athletes from higher

- and lower levels of success. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 106-120.
- Silverman, D. (2017). How was it for you? The interview Society and the irresistible rise of the (poorly analysed) interview. *Qualitative Research* Vol. 17(2): 144-158
- Storm, L. K., Henriksen, K., Larsen, C. H., & Christensen, M. K. (2014). Influential relationships as contexts of learning and becoming elite: Athletes' retrospective interpretations. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 9(6), 1341-1356.
- Sæther, S. A. (2014), Talent identification in Soccer. What do Coaches Look for? Hentet fra: <https://idrottsforum.org/sather140319/>
- Sæther, S. A. (2017) De norske fotballtalentene. Hvem lykkes og hvorfor? Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Sæther, S. A. (2019). Idrettstalentene, i Sæther, S.A. (red) *Idrettsvitenskap – perspektiver og praksis*. Oslo: Universitetsforlaget, s. 137-148
- Sæther, S. A. & Aspvik, N. P. (2015). Når mer øvelse ikke nødvendigvis gir mer mester!, i Sæther, S. A. (red) *Trenerroller*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS, s. 69-85
- Tavory, I. & Timmermans, S. (2014). *Abductive Analysis: Theorizing qualitative research*. The University of Chicago Press
- Taylor, J., & Collins, D. (2022). Navigating the winds of change on the smooth sea-the interaction of feedback and emotional disruption on the talent pathway. *Journal of Applied Sport Psychology*, 34(4), 886-912.
- Taylor, J., Collins, D., & Cruickshank, A. (2021). Too Many Cooks, Not Enough Gourmets: Examining Provision and Use of Feedback for the Developing Athlete. *The Sport Psychologist*, 1(aop), 1-12.
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforlaget.
- The International Handball Federation (2019). TEACHING HANDBALL. Egypt: The International Handball Federation.
- Tjora, A. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg). Gyldendal Norsk Forlag AS
- Vaeyens, R., Lenoir, M., Williams, A.M., & Philippaerts, R.M. (2008). Talent identification and development programmes in sport: Current models and future directions. *Sports Medicine*, 38, 703–714
- Vukadinović, S., & Rađević, N. (2019). The coach-athlete relationship of young talented athletes from Bosnia and Herzegovina. *Fizička kultura*, 73(2), 230-237.
- Wagner, H., Finkenzeller, T., Würth, S., & Von Duvillard, S. P. (2014). Individual and team

- performance in team-handball: A review. *Journal of sports science & medicine*, 13(4), 808.
- Williams, A. M., Ford, P. R., & Drust, B. (2020). Talent identification and development in soccer since the millennium. *Journal of sports sciences*, 38(11-12), 1199-1210.
- Winwood, P. W., & Wrigley, T. V. (2013). Timing of knowledge of results: The impact on motor learning and implications for practice. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 8(1), 31-46.
- Yardley, L. (2015). Demonstrating validity in Qualitative Psychology, I Smith, J.A. (red) *Qualitative psychology: A practical guide to research methods*, s. 257-272
- Øydna, M. L., & Bjørndal, C. T. (2022). Youth athlete learning and the dynamics of social performance in Norwegian elite handball. *International Review for the Sociology of Sport*, 10126902221140844.

Vedlegg

- Vedlegg 1: Intervjuguider
- Vedlegg 2: Informasjonsskriv og samtykkeerklæring
- Vedlegg 3: Vurdering av NSD

Vedlegg 1: Intervjuguider

Intervjuguide trenere

Introduksjonsspørsmål

1. Hvilken stilling har du i regionen?
 - Hvilke arbeidsoppgaver har du?
2. Hvor lenge har du arbeidet i denne stillingen?
3. Har du tatt trenerutdanning? Har du annen relevant jobberfaring eller utdanning?
4. Har du en annen trenerjobb utenfor spillerutviklerrollen?
 - Hvordan skiller denne jobben seg fra spillerutviklerjobben?

Utviklingsmiljø

Generelt

5. Hvilke ferdigheter mener du er viktig for håndballspillere i ungdomsalder å utvikle?
 - Hvilke ferdigheter kreves for å lykkes?
6. Har du noen tanker om hvor mye trening utøvere i ungdomsalder bør ha?
7. Hvilken type trening mener du at utøvere i ungdomsalder bør prioritere?

Regionale tiltak

8. Synes du talentene trener nok?
 - Hvorfor/hvorfor ikke?
9. Hvilken type trening prioriterer talentene/utøverne?
10. Er/blir deres tanker rundt mengde og type trening kommunisert med utøverne eller andre aktører i deres utviklingsmiljø?
11. Hvordan vil du beskrive relasjonen med klubbtrenerne til utøverne?
12. Har dere som spillerutviklere kontakt med andre aktører i utøvernes hverdag? Eks. trenere/ledere/lærere
 - Hvilke aktører?
 - Er det noen aktører du gjerne skulle hatt mer kontakt med?
13. Hva ønsker dere at utøverne skal få ut av å delta på slike samlinger?

Trener-utøver relasjon

Generelt

14. Hva mener du er en god trener-utøver relasjon?
15. Hva mener du man kan gjøre for å skape en god trener-utøver relasjon?
 - Hva gjør du for å skape en god relasjon til dine utøvere?
16. Mener du det er viktig å ha en god trener-utøver relasjon?
 - Hvorfor/hvorfor ikke?

Regionale tiltak

17. Hvordan vil du beskrive relasjonen med utøverne på samling?
 - Hva fungerer bra?

- Hva kunne vært gjort bedre?
 - Hvilke tiltak føler du blir gjort for å skape en relasjon?
18. Spiller hvilken type samling utøverne deltar på en rolle for hvordan relasjonen med dem er?
- Evt. Hvorfor?
19. Evt. Hvordan skiller relasjonen med utøverne på samling seg fra relasjonen med utøverne du har i klubb?
20. Snakker du/dere noe med utøverne om deres individuelle mål for utviklingen sin?
21. Hva er viktig for deg i en relasjon med utøverne?
- Hva er viktig for deg å vite om utøverne?

Feedback

Generelt

22. På hvilken måte liker du å gi feedback til dine utøvere?
23. Når gir du tilbakemeldinger til dine utøvere? Før/under/etter
24. Hva mener du er viktig å tenke på når du skal gi tilbakemeldinger?

Regionale tiltak

25. På samlinger, hva evner du å gi tilbakemeldinger på?
- Hvilke typer tilbakemeldinger blir gitt?
26. Når får du gitt tilbakemeldinger på samling? Før/under/etter
27. Er det noe du skulle ønske at du kunne gitt mer tilbakemelding på?
- Hvorfor?
28. Hva er målet med de tilbakemeldingene som blir gitt?
29. Hvordan opplever du at utøverne tar til seg den tilbakemeldingen de får?

Ekstraspørsmål

30. Hvor viktig mener du deltakelse på regionale samlinger er for utøvernes utvikling?
- Evt be om utdypende svar dersom svaret blir kort
31. Som trener på slike regionale samlinger, hva mener du kunne blitt gjort annerledes?
- Er det noe du mener kunne gjort jobben din enklere?
32. Er det noe du ønsker å legge til, enten i forbindelse med ferdighetsutvikling generelt eller regionale tiltak?

Intervjuguide utøvere

Introduksjonsspørsmål

1. Hvor gammel er du?
2. Hvor lenge har du spilt håndball?
3. Hva er målet ditt for håndballen?
4. Har du deltatt på noen form for regionale samlinger i håndball?
 - Hvilken type samling deltok du på?

Utviklingsmiljø

Generelt

5. Hvor mange økter trener du i løpet av uka?
 - Hvor lenge varer disse øktene?
 - Hvordan opplever du at belastningen din er? For stor, for liten, akkurat passe?
 - o Evt hvorfor?
6. Hvilken type trening har du i løpet av uka?
 - Evt. Oppfølgingsspørsmål på hva treningene mer spesifikt inneholder
7. Som ung håndballspiller, hvilke ferdigheter mener du det er viktig å utvikle i denne alderen?
8. Har du opplevd å være skadet?
 - Hvis ja, satte skaden deg ut fra håndballtrening?
 - o Hvordan opplevde du dette?
 - o Hvordan synes du skaden har påvirket deg nå når du er tilbake?
9. Hvilke ulike aktører er en del av din hverdag? Eks. klubb, trener, skole,
 - Føler du at det er et samarbeid mellom disse aktørene?
 - o Hvorfor/hvorfor ikke?

Regionale tiltak

10. I hvilken grad føler du at deltakelse på regionale samlinger bidrar til din utvikling?
 - På hvilken måte?
11. Hva synes du har vært mest utfordrende med å delta på slike samlinger?
 - Hvordan/hvorfor/på hvilken måte?

Trener-utøver relasjon

Generelt

12. Hva mener du er en god trener-utøver relasjon?
13. Hva mener du er viktig for å opprettholde en god trener-utøver relasjon?
14. Hvordan vil du beskrive relasjonen med din klubbtrener?

Regionale tiltak

15. Hvordan vil du beskrive relasjonen med trenerne på samling?
 - Hvordan skiller denne seg fra relasjonene med andre aktører i ditt utviklingsmiljø? Klubbtrener, skoletrener..

16. Føler du at du har tillit til spillerutviklerne? Hvordan/hvorfor/på hvilken måte?
17. Føler du deg sett av spillerutviklerne?
18. Føler du at spillerutviklerne vet hvilke behov du har på samling?
 - Er spillerutviklerne klar over hvilke mål du har satt deg?
19. Hva tenker du er viktig for deg i en relasjon med spillerutviklerne?
20. Er det noe du skulle ønske spillerutviklerne visste om deg/mer om?

Feedback

Generelt

21. Hvordan ønsker du å få tilbakemeldinger?
22. Når ønsker du å få tilbakemeldinger? Før/under/etter
23. Hva ønsker du å få tilbakemeldinger på?
24. Hvordan kan måten du får tilbakemeldinger på påvirke din utvikling som håndballspiller?
25. Får du feedback fra flere aktører?
26. Hvilke(n) aktør(er) føler du at du drar mest nytte av å få tilbakemeldinger av?
 - Hvorfor denne/disse aktøren(e)?
27. Merker du forskjell på hvordan du tar til deg feedback fra de ulike aktørene?

Regionale tiltak

28. Føler du at du får feedback på samlinger?
29. Når får du feedback på samlinger? Før/under/etter
30. Vet du hvilke ferdigheter du bør arbeide med å utvikle?
31. Er det nok feedback eller ville du ha hatt mer?
32. Føler du at feedbacken du har fått fra spillerutviklere har bidratt til utvikling?
 - Hvorfor/hvorfor ikke? På hvilken måte

Ekstraspørsmål

33. Hvor viktig mener du deltakelse på regionale samlinger er for håndballspilleres utvikling?
 - Evt be om utdypende svar dersom svaret blir kort
34. Som utøver på slike regionale samlinger, hva mener du kunne blitt gjort annerledes?
35. Er det noe du ønsker å legge til, enten i forbindelse med ferdighetsutvikling generelt eller regionale tiltak?

Vedlegg 2: Informasjonsskriv og samtykkeerklæring

Invitasjon til å delta i forskningsprosjekt tilknyttet masteroppgave om «Ferdighetsutvikling i håndball»

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å få mer kunnskap om ferdighetsutvikling i håndball, og hvordan deltakelse på regionale samlinger påvirker denne utviklingen. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Bakgrunn og formål

Mitt navn er Emma Eidem Olsen, og jeg er lektorstudent i kroppsøving og idrettsfag ved Norges tekniske og naturvitenskapelige universitet (NTNU). Jeg er nå inne i mitt siste semester av et 5-årig utdanningsløp, og ønsker å skrive en masteroppgave om ferdighetsutvikling i håndball. En del av prosjektets overordnede målsetning vil være å se nærmere på regionale samlinger, og hvordan deltakelse på disse samlingene kan påvirke utøvernes utvikling av ferdigheter. Prosjektet setter fokus på tre hovedtema tilknyttet ferdighetsutvikling: Utviklingsmiljø, trener-utøver relasjon og feedback.

I arbeidet med oppgaven er det ønskelig å komme i kontakt med både trenere på regionale samlinger og utøvere med erfaringer fra deltakelse på regionale samlinger. På denne måten kan jeg som masterstudent få tilgang på erfaringer, tanker og refleksjoner fra flere parter. Prosjektet baserer seg på et intervju med en varighet på 30 til 40 minutter. Intervjuet inneholder spørsmål om dine erfaringer med og refleksjoner rundt det å være trener eller utøver på regionale samlinger. Vi kan sammen avtale passende tid og sted for gjennomføringen av intervjuet.

Hvem er ansvarlig for prosjektet?

Lektorutdanningen for kroppsøving og idrettsfag ved NTNU er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du får spørsmål om å delta ettersom at du enten er trener eller utøver på regionale samlinger. Dine erfaringer, tanker og refleksjoner vil være verdifulle for mitt prosjekt. Totalt ønsker jeg ti informanter, fire trenere og seks utøvere.

Frivillighet

Deltagelsen som informant i prosjektet er frivillig, og du kan trekke deg fra prosjektet når som helst, uten videre begrunnelse eller negative konsekvenser. Dersom du velger å trekke deg, vil alle opplysninger om deg bli slettet. Som forsker er jeg interessert i din historie og forståelse- det finnes ingen riktige eller gale svar.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Som deltager i prosjektet har du (jamfør personopplysningsloven) rett til innsyn, retting og sletting av opplysninger. I tillegg til dette har du som informant rett til å be om en kopi av det

transkriberte intervjuet, samt klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger. Dersom du samtykker til det, vil det benyttes en lydopptaker under intervjuet. Alle personidentifiserbare opplysninger vil behandles konfidensielt i samsvar med personvernreglementet. Dette innebærer at dine personopplysninger anonymiseres før de behandles videre i arbeidet, og du vil dermed forbli helt anonym. Alle personopplysninger lagres på en låst harddisk som kun brukes til dette formålet.

Det er kun min veileder Stig Arve Sæther (Førsteamanuensis ved idrettsvitenskap, institutt for sosiologi og statsvitenskap, NTNU) og jeg (Emma Eidem Olsen, lektorstudent i kroppøving og idrettsfag, NTNU) som skal ha tilgang til personopplysningene som blir gitt i intervjuene. Masterprosjektet er planlagt ferdigstilt 6. juni 2023, og som følge av dette vil alle personopplysninger, samt lydopptak slettes.

Hva gir meg rettigheter til å behandle personopplysninger om deg?

Jeg behandler opplysninger basert på ditt samtykke.

Ytterligere informasjon

Dersom du ønsker å delta, har ytterligere spørsmål i forbindelse med undersøkelsen eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter kan min veileder og jeg kontaktes på e-post eller telefon:

- - Emma Eidem Olsen (e-post: emmaeo@ntnu.no, tlf: 92868822), masterstudent.
- - Stig Arve Sæther (e-post: stigarve@ntnu.no, tlf: 92011842), veileder.

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: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Emma Eidem Olsen

emmaeo@ntnu.no

92868822

Lektorutdanningen

NTNU Trondheim

Samtykkeerklæring

Jeg bekrefter å ha mottatt og gjort meg kjent med opplysningene som står i informasjonsskrivet tilknyttet masterprosjektet om «Ferdighetsutvikling i håndball».

Jeg er også kjent med at deltakelsen i prosjektet er frivillig, og at jeg når som helst kan trekke meg og få opplysningene om meg slettet umiddelbart.

Jeg er kjent med at opplysningene om meg behandles konfidensielt og at jeg vil bli anonymisert. Jeg samtykker til:

- å delta som informant i masterprosjektet gjennom intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, 6. juni 2023. Gjennom å gjennomføre intervju, gir du ditt muntlig samtykke til deltakelse i studien.

Vedlegg 3: Vurdering av NSD



[Meldeskjema](#) / [Ferdighetsutvikling i håndball](#) / Vurdering

Vurdering av behandling av personopplysninger

Referansenummer
255689

Vurderingstype
Standard

Dato
17.02.2023

Prosjekttittel

Ferdighetsutvikling i håndball

Behandlingsansvarlig institusjon

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

Prosjektansvarlig

Stig Arve Sæther

Student

Emma Eidem Olsen

Prosjektperiode

10.01.2023 - 06.06.2023

Kategorier personopplysninger

Alminnelige
Særlige

Lovlig grunnlag

Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)
Uttrykkelig samtykke (Personvernforordningen art. 9 nr. 2 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 06.06.2023.

[Meldeskjema](#)

Kommentar

OM VURDERINGEN

Sikt har en avtale med institusjonen du forsker eller studerer ved. Denne avtalen innebærer at vi skal gi deg råd slik at behandlingen av personopplysninger i prosjektet ditt er lovlig etter personvernregelverket.

TYPE PERSONOPPLYSNINGER

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om helseforhold.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

Vi har vurdert at du har lovlig grunnlag til å behandle personopplysningene, men husk at det er institusjonen du er ansatt/student ved som avgjør hvilke databehandlere du kan bruke og hvordan du må lagre og sikre data i ditt prosjekt. Husk å bruke leverandører som din institusjon har avtale med (f.eks. ved skylagring, nettspørreskjema, videosamtale el.)

Personverntjenester legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1 f) og sikkerhet (art. 32).

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til oss ved å oppdatere meldeskjemaet. Se våre nettsider om hvilke endringer du må melde: <https://sikt.no/melde-endringer-i-meldeskjema>

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

Vi vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

