

Marthe Sofie Lilleengen

## **Stresskilder og stressmestring i kvinnefotball – overgangen fra junior til senior**

En kvalitativ studie av opplevde stresskilder og  
mestringsstrategier blant utøvere i overgangen  
fra junior til senior og deres trenere i en norsk  
toppserieklubb

Masteroppgave i Idrettsvitenskap

Veileder: Stig Arve Sæther

Mai 2023



Marthe Sofie Lilleengen

# **Stresskilder og stressmestring i kvinnefotball – overgangen fra junior til senior**

En kvalitativ studie av opplevde stresskilder og  
mestringsstrategier blant utøvere i overgangen fra  
junior til senior og deres trenere i en norsk  
toppserieklubb

Masteroppgave i Idrettsvitenskap  
Veileder: Stig Arve Sæther  
Mai 2023

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



Kunnskap for en bedre verden



## Sammendrag

Denne studiens formål er å få et innblikk i hvilke stresskilder som er fremtredende for kvinnelige fotballutøvere i overgangen fra junior til senior i en norsk toppserieklubb, samt hvordan disse utøverne håndterer de oppfattede stresskildene. Gjennom intervju av kvinnelige utøvere (N=5, M=17 år) og trenere (N=4, M=32,5 år) bidrar denne studien til økt innsikt i hvordan stresskilder og mestring i overgangen oppleves både fra et utøver- og trenerperspektiv. Studien baserer seg på Lazarus' transaksjonelle forståelse av stress og stressmestring, samt tidligere forskning på stress og stressmestring i idrett og forskning på overgangen fra junior til senior. Dataanalysen har tatt utgangspunkt i Braun og Clarke (2006) sin tematiske analyse.

Funnene viser at utøvere opplever mange av de samme stresskildene som blir belyst i tidligere forskning; nivåforskjellen opp til seniornivå, forventninger og krav fra aktører i klubben, og da særlig trenere, å gjøre dual career, og å kombinere fotball med det sosiale livet utenfor idretten. Den studerte gruppen representerer en gruppe som tilsynelatende evner å håndtere overgangen på nåværende tidspunkt, gjennom bruk av både problem- og følelsesfokuserede mestringsstrategier. Behovet for sosial støtte gjennom både sportslige- og utenomsportslige aktører som trenere, støtteapparat, medspillere, venner og foreldre, ser ut til å være av stor betydning for utøvernes mestring av stress. Den studerte klubbens samarbeid med skole hvor tilrettelegging av utøvernes hverdag som utøvere vektlegges, og tilnærming til utøvere med hovedvekt på en trener-utøver-relasjon preget av gjensidig respekt og tillit, kan synes å gi et bilde på et vellykket utviklingsmiljø som tilrettelegger for overgangen. Denne studien kan argumenteres for å bekrefte funn fra tidligere forskning, samt tilføre kjønnsspesifikke funn i kvinnefotball, som fremdeles er underrepresentert i forskningsfeltet.

## Abstract

The purpose of this study is to gain an insight into the predominant sources of stress experienced by female soccer players and their coaches during the transition from junior to senior in a Norwegian top league club. Additionally, the study aims to explore how these athletes cope with the identified stressors. By conducting interviews with both athletes (N=5, M=17 years) and coaches (N=4, M=32,5 years), this research contributes to a deeper understanding of the sources of stress and coping mechanisms employed during this transition, from both the athletes and coaches' perspectives. The theoretical framework for this study is based on Lazarus' transactional understanding of stress and stress management, along with previous research on stress and stress management in sports and the transition from junior to senior. The data analysis utilizes Braun and Clarke's (2006) thematic analysis approach.

The findings reveal that the athletes in this study experience many of the same sources of stress identified in previous research. These include the level disparities between junior and senior levels, expectations and demands from individuals within the club, particularly from coaches, stress related to managing a dual career, and balancing football with social life outside the sport. The participants in this study appear to effectively manage the transition through a combination of problem-focused and emotion-focused coping strategies. The need for social support from various sources such as coaches, teammates, friends, and parents, emerges as crucial for the athletes' stress management. The collaboration between the club and school, which emphasizes facilitating the athletes' daily lives, along with a coach-athlete relationship built on mutual respect and trust, appears to create a successful developmental environment that support smooth transitions. This study not only confirms previous research findings, but also contributes to gender-specific insights within women's football, an area that remains underrepresented in the existing research literature.

## Forord

Dette masterprosjektet har gitt meg muligheten til å undersøke et spennende tema basert på både mine faglige interesser og personlige engasjement for kvinnefotball. Siden jeg selv var juniorutøver med et ønske om en karriere i fotball har jeg kjent på både hvor mye fotball kan gi og hvor mange barrierer som kan hindre at kvinnelige utøvere når langt. Siden den gang har det skjedd mye i fotballfeltet, og mulighetene kvinner har i dag er ganske annerledes fra da jeg var yngre.

Jeg ønsker å rette en stor takk til min veileder Stig Arve, som har hatt stor betydning i gjennomføringen av prosjektet. I tillegg til å ha bidratt med nye perspektiver og gode tilbakemeldinger underveis i prosjektet, setter jeg pris på ditt store engasjement og givende samtaler. Årene på Idrettsvitenskap har vært utrolig innholdsrike og lærerike, med veldig hyggelig idrettsstab som alltid har villet hjelpe.

Tusen takk til alle utøvere og trenere for deres bidrag til denne oppgaven. Spennende og interessante samtaler med dere har gitt meg mye, og jeg setter stor pris på deres imøtekommenhet og engasjement for prosjektet!

Sist, men ikke minst har støtte fra familie og venner vært høyst nødvendig underveis i et krevende semester. Takk til arbeidsplassen min som virkelig har tilrettelagt for at jeg kunne sette inn støtet dette semesteret. Jeg vil takke mine medstudenter gjennom både bachelor- og masterstudiet, og spesielt Ola og Eivind for å ha stått sammen i både tykt og tynt gjennom utallige eksamensperioder og deres store bidrag til viktig avkobling i ny og ne.

Trondheim, mai 2023

Marthe Sofie Lilleengen

## Innholdsfortegnelse

<b>Sammendrag .....</b>	<b>I</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>II</b>
<b>Forord .....</b>	<b>III</b>
<b>1. Innledning.....</b>	<b>1</b>
1.1 Problemstilling.....	3
<b>2. Konseptuelt rammeverk.....</b>	<b>4</b>
2.1 Lazarus Transaksjonsmodell .....	4
<b>3. Tidligere forskning .....</b>	<b>7</b>
3.1 Overgangen fra junior til senior i et psykologisk perspektiv.....	7
3.2 Sportslige stresskilder.....	8
3.3 Utenomsportslige stresskilder.....	9
3.4 Mestring av stresskilder og sosial støtte.....	12
<b>4. Metode .....</b>	<b>15</b>
4.1 Vitenskapsteoretisk utgangspunkt og valg av design og metode .....	15
Intervju som metode.....	18
4.2 Utvalg og fremgangsmåte.....	19
Rekruttering av informanter.....	19
Intervjuguide .....	22
4.3 Gjennomføring .....	24
Gjennomføring av intervju.....	24
Tematisk analyse.....	26
4.4 Forskningens kvalitet og etiske refleksjoner.....	30
Troverdighet.....	31
Bekreftbarhet.....	32
Overførbarhet.....	33
Etiske retningslinjer .....	34
<b>5. Analyse og diskusjon .....</b>	<b>36</b>
5.1 Stresskilder i junior-til-senior-overgangen.....	37
Sportslige stresskilder .....	37
Utenomsportslige stresskilder .....	47
5.2 Mestring og sosial støtte .....	52
Sosial støtte .....	54
5.3 Et holistisk syn på junior-til-senior-overgangen .....	66
5.4 Metodisk diskusjon.....	68
5.5 Praktiske implikasjoner .....	71
<b>6. Oppsummering .....</b>	<b>74</b>
<b>7. Videre forskning .....</b>	<b>75</b>
<b>8. Referanser.....</b>	<b>76</b>
<b>Vedlegg.....</b>	<b>80</b>





# 1. Innledning

Fotball har tradisjonelt vært en idrett utøvd av menn med en ekskluderende kultur ovenfor kvinner (Fasting et al., 2005). Utviklingen og profesjonaliseringen av idretten har derav basert seg på en mannlig standard som har lagt føringer for hvordan idretten har blitt standardisert gjennom tidene. Senere har fotball utviklet seg til å bli verdens største kvinneidrett (Fasting et al., 2005). Til tross for den økende profesjonaliseringen av kvinnefotballen, er det fremdeles lite studier om kvinner sammenlignet med andelen studier av menn. Ifølge Kirkendall er det kun 25% av akademiske tekster om fotball som inkluderer kvinnelige deltakere (Pettersen et al., 2021), noe som indikerer et behov for å tette noen kunnskapshull i kvinnefotballfeltet.

Fotballen er også mannsdominert når det kommer til ledere, trenere og andre aktører (Kristiansen & Berntsen, 2021), og man kan stille spørsmål om og i hvilken grad det blir tilrettelagt for hensiktsmessig ferdighets- og prestasjonsutvikling for kvinnelige utøvere på lik linje med menn. Ifølge Fiskerstrand Gjørtz har treningsopplegget for kvinner hatt en tendens til å bygge på, naturlig nok på grunn av en større mengde forskning på menn, hva som tidligere har vist seg å fungere for de meritterte mennene. Åpenbare fysiologiske og biologiske ulikheter mellom kvinner og menn viser likevel at det kan være formålstjenlig å skille mellom kvinner og menn i utarbeidingen av et velfungerende utviklingsmiljø for ferdigheter og prestasjon, både fysiologisk og psykologisk (Kristiansen & Berntsen, 2021).

Forskning på karriereoverganger i idretten har tidligere vært en mangelvare med unntak av overgangen til livet etter idretten (Auweele et al., 2004). Å utvide kunnskapen om overganger som foregår når utøveren er aktiv kan bidra til å gi tilstrekkelige ressurser for å hjelpe idrettslig utvikling. Overgangen fra junior til senior er en sentral innen-karriere overgang fordi det er bevis på at minoriteten av utøvere klarer å håndtere denne overgangen suksessfullt. Auweele et al. (2004) fant eksempelvis at kun 17% av utøvere klarer å effektivt håndtere overgangen fra elite junior til elite senior. Å forstå relevante utfordringer knyttet til overgangen vil hjelpe utøvere, trenere og andre aktører i idrettskonteksten å sikre at individer har mulighet til å fortsette deres deltakelse i idrett eller mestre endt deltakelse (Auweele et al., 2004).

Kvinnefotballen har imidlertid blitt mer profesjonalisert de siste årene, og utøvere som for tiden går over til A-lag, går inn i en annen kultur enn de som gikk før dem, og det er derfor naturlig å forvente flere krav enn for få år siden. En fersk rapport fra FIFPro fremhever at 46% av nåværende kvinnelige utøvere over hele verden kombinerer sin fotballkarriere med studier, som indikerer at de kvinnelige utøverne opplever ytterligere utfordringer som ikke vanligvis er forbundet med den tradisjonelle mannlige junior til senior-overgangen. Grunnet det pågående

skiftet fra semiprofesjonell til profesjonell status for kvinnelig fotball er det et behov for at dette fenomenet utforskes videre innenfor rammen av kvinnelig elitefotball (McGreary et al., 2021).

I den sammenhengen er det interessant å se nærmere på det psykologiske perspektivet knyttet til utviklingsmiljø, da dette tidvis har blitt neglisjert i forskning på talentutvikling, særlig på kvinnesiden (Gledhill & Harwood, 2014). Unge talenter som ønsker å nå elitenivå i fotball møter en rekke ulike utfordringer i løpet av sin karriere, deriblant forventninger og press fra trenere, foreldre, medspillere og seg selv, samt motgang, skader og mer. Utøvernes opplevelse av og evne til å mestre de ulike utfordringene er varierende, og kan ha påvirkning på utøvers utvikling, prestasjon og velvære (Lazarus, 2000, 2006). Forskning har vist at mestring av ulike psykologiske utfordringer kan belyse hvorfor noen lykkes og andre ikke (Yperen, 2009), og noen studier understreker at mentale ferdigheter er vel så viktig som andre vesentlige fotballferdigheter (Haugaasen & Jordet, 2012; Sæther, 2017). Paradoksalt nok antyder forskning at trening av mentale ferdigheter er lite utbredt i norsk toppfotball (Sæther, 2017).

Utøvers erfaringer kan variere basert på karakteristikkene i idrettsmiljøet og kulturen de opererer i (Morris et al., 2017). Tidligere forskning foreslo at miljøet som utøveren er en del av, primært er en funksjon av relasjonen mellom utøveren og støtteapparatet. Disse relasjonene er også drevet av organisatoriske verdier. Overgangen fra junior til senior i fotball kan være utfordrende for utøvere, da de ofte vil forflytte seg fra et miljø som er støttende og beskyttende av utøvers utvikling, til et seniormiljø som er brutalt og drevet av suksess (Morris et al., 2017). Larsen et al. (2013) sin studie av mannlige fotballutøvere i overgangen junior til senior understrekte også hvor betydningsfullt miljøet er for at utøvere skal lykkes i overgangen. Forskningen tar utgangspunkt i et holistisk syn på talentutvikling gjennom rammeverkene Athletic Talent Development Environment (ATDE) og Environment Success Factors (ESF), hvor funnene understreker viktigheten av relasjonen mellom utøver og klubbens støtteapparat, trenere, lagkamerater og foreldre, samt klubbens syn på talentutvikling. Morris et al. (2015) fremhevet at prosessen kan være vanskelig for utøvere som forflytter seg til seniorfotball grunnet at de blir utsatt for press fra eksempelvis inkludert trenere, foreldre og støtteapparat, til å prestere godt og jevnt over tid.

## 1.1 Problemstilling

I lys av Lazarus transaksjonelle forståelse av stress og stressmestring vil denne studien se nærmere på hvilke stresskilder som er fremtredende blant kvinnelige utøvere i overgangen fra junior til senior. Gjennom intervju av både utøvere i overgangsfasen og trenere i støtteapparatet i en norsk eliteklubb i Toppserien, vil jeg diskutere hvilke stresskilder som er mest fremtredende i denne gruppen, samt hvordan utøverne mestrer disse stresskildene. Formålet med oppgaven er å belyse hvilke nøkkellindikatorer som burde være til stede for en vellykket junior-til-senior-overgang i kvinnefotball med vekt på det psykologiske aspektet. Denne studien vil ta utgangspunkt i følgende problemstilling;

*Hvilke stresskilder opplever kvinnelige fotballutøvere i overgangen fra junior til senior i en toppserieklubb? Hvilke stresskilder opplever deres trenere at utøverne opplever i denne overgangen? Og hvordan opplever utøverne og deres trenere at utøverne mestrer disse stresskildene?*

## 2. Konseptuelt rammeverk

### 2.1 Lazarus Transaksjonsmodell

Historisk sett har forskning på stress benyttet seg av en rekke ulike definisjoner og teoretiske innganger (Fletcher et al., 2006). Stress kan på en side ses på som en miljøstimuli som etterfølges av en respons. Innen idrettspsykologi legges det ofte vekt på eksterne hendelser som refereres til som stresskilder, hvor dette igjen er en gjenspeiling av idrettsutøveres miljøforhold og mulige kilder til belastning. Denne konseptualiseringen av stress er knyttet til en rekke utfordringer, hvor idrettspsykologer blant annet har operasjonalisert stress som både en stimuli og respons. I tillegg er det flere individuelle forskjeller knyttet til stress som gjør at responser på stimuli ikke alltid følger det samme mønsteret. Disse tilnærmingene evner heller ikke å fange dynamikken i stressprosessen (Fletcher et al., 2006).

Forskere har også brukt en interaksjonell tilnærming til å definere stress, som legger vekt på samspillet mellom person og miljø (Sarkar & Fletcher, 2014). Interaksjon innebærer en årsak-virkning-forståelse hvor personen og miljøet gir opphav til kognitiv-emosjonelle reaksjoner, men likevel opprettholder sin egenart. Det er vel og merke vesentlig å erkjenne at et stressende møte ofte innebærer en gjensidig påvirkning mellom personen og miljøet. Det er også betydningsfullt å ta høyde for tolkningen individet gjør seg på basis av sitt forhold til miljøet på et høyere abstraksjonsnivå, noe som gjør at idrettspsykologer burde vurdere dynamikken i transaksjoner og relasjonell mening (Sarkar & Fletcher, 2014).

På bakgrunn av mangler i de foregående tilnærmingene kan det være fruktbart å studere stressfenomenet i lys av Lazarus' transaksjonsmodell, hvor fokuset i større grad ligger på de psykologiske prosessene omhandlende vurdering og mestring, som ligger til grunn for møtet med en stressende situasjon. Denne tilnærmingen ser på stress som en pågående transaksjon mellom miljøkrav og en persons ressurser, med belastning som følge av en ubalanse mellom disse kravene og ressursene. Transaksjonsbegrepet i seg selv ble benyttet av Lazarus med argumentet om at det innebærer at stress blir ansett som en dynamisk kognitiv tilstand som gjenspeiler en persons kontinuerlige transaksjon mellom hans eller hennes miljø, hvor fokuset ligger på forholdet mellom de to, ikke personen og miljøet i seg selv. Transaksjonelle konseptualiseringer har blitt godt etablert i den generelle psykologien, men er mindre brukt i idrettspsykologi (Fletcher et al., 2006). Likevel ser man en oppblomstring av bruken av dette perspektivet i senere forskning (Kerdijk et al., 2016; Kristiansen & Berntsen, 2021).

Lazarus og Folkman (1984) sin definisjon på stress er mye brukt i forskning, og definerer stress som en ubalanse mellom situasjonen og individets ressurser (Engan & Sæther,

2018; Fletcher et al., 2006). Inkludert i dette er forståelsen av stress som en pågående prosess hvor individer gjør vurderinger av situasjonene og forsøker å håndtere eventuelle utfordringer som kan oppstå. Definisjonen poengterer er hvordan stress oppleves individuelt både relatert til intensitet, varighet og hvordan man responderer. Dette påfører en kompleksitet i forskningen på stress, da individualitet er noe man alltid må ta hensyn til (Kristiansen & Berntsen, 2021; Sæther et al., 2017; Fletcher et al., 2006). Knyttet til stress er også begrepene stresskilder (engelsk=stressors) og belastning (engelsk=strain) sentrale. Stresskilder betegner miljøkrav som et individ møter, og belastning fremstiller et individs negative psykologiske, fysiske og atferdsmessige reaksjoner på stresskilder (Fletcher et al., 2006).

I tråd med transaksjonsbegrepet presenterer Lazarus og Folkman to typer vurdering et individ gjør seg i møte med en stressende situasjon (Fletcher et al., 2006). Disse kalles primær- og sekundærvurdering, hvor førstnevnte handler om personens tro på betydningen av situasjonen med hensyn til situasjonens relevans for ens verdier, målforpliktelser og situasjonelle intensjoner. Med andre ord gir individet mening til situasjonen i primærvurderingen. Sekundærvurdering beskrives som en evalueringsprosess hvor de ulike mestringsalternativene som er tilgjengelige og identifiserbare for individet undersøkes internt (Kerdijk et al., 2016; Kristiansen & Berntsen, 2021; Fletcher et al., 2006). Idrettsutøvere blir kontinuerlig utsatt for utfordrende situasjoner som kan føre til stress, og dersom man skal lykkes som idrettsutøver er det nødvendig å disponere verktøy som man kan anvende i stressende situasjoner. Det er derfor essensielt at enhver idrettsutøver har et repertoar av mestringsstrategier i møte med det som for mange kan være en stressende hverdag (Bojkowski et al., 2020).

Lazarus og Folkman skiller mellom problemfokuserte- og emosjonsfokuserte mestringsstrategier (Fletcher et al., 2006). Problemfokuserert stressmestring er en tilnærming hvor individet forsøker å håndtere eller endre et miljøkrav. Dette omfavner handlingsorienterte strategier rettet mot enten seg selv eller omgivelsene rundt. Eksempler på dette er aktiv problemløsning, målsetting og refokusering. Emosjonsfokuserte mestringsstrategier innebærer å regulere følelsesmessige reaksjoner på stressfaktorer. Herunder kan man eksempelvis endre betydningen av aktiviteten, noe som kan redusere følelsen av trussel som stress kan medbringe. Sosial støtte er et sentralt eksempel på en emosjonsfokuserert strategi, som grovt sett kan deles i tre dimensjoner. Emosjonell støtte, som er når en føler at andre folk bryr seg om han eller hun. Informativ støtte, som finner sted når utøveren får informasjon, råd eller tilbakemelding, noe som primært bør komme fra trener. Til slutt innebærer praktisk støtte at utøveren får direkte

eller mer praktisk hjælp (Kristiansen & Berntsen, 2021; Bojkowski et al., 2020; Fletcher et al., 2006).

### 3. Tidligere forskning

#### 3.1 Overgangen fra junior til senior i et psykologisk perspektiv

Sharf (1997) identifiserte overgang som en tilpasning eller hendelse som går forbi de pågående endringene i hverdagslivet. Ifølge Sharf kan overganger være både normative (forutsigbare) og ikke-normative (uforutsigbare). Innen idrett inkluderer vanlige normative overganger det å gå fra junior- til seniornivå, samt å avslutte idrettskarrieren. Det har blitt utviklet flere modeller som belyser normative overganger utøvere kan gå gjennom i deres atletiske karrierer. Eksempelvis presenterer Wylleman et al. (2004) en modell basert på en holistisk tilnærming, som viser at overganger utenfor idretten kan påvirke utøverens utviklingsløp. Denne modellen har et karrierelangt perspektiv fra initiering til idretten i ung alder, til avslutning av idrettskarrieren. Modellen tar for seg psykologiske, sosiale og akademiske overganger, og understreker at utøvere kan oppleve overlapp i flere overganger på samme tid (Wylleman et al., 2004).

Andre modeller beskriver overgangsprosessen, hvor individer forhandler flere interne og eksterne krav ved bruk av interne og eksterne ressurser. Alfermann og Stambulova (2007) og Stambulova (2003) sine modeller ble utarbeidet i en idrettskontekst, og forfatterne foreslo at når utøvernes ressurser samsvarer med kravene som skal overkommes, så er overgangen suksessfull. Noen modeller fremhever også verdien av intervensjoner for å hjelpe utøvere i overgangen, og gir forslag til når og hvilke typer intervensjoner som kan være nødvendige gjennom prosessen. Stambulova (2003) fremhever krise-hindring, krise-håndtering og negativ konsekvens-håndtering -intervensjoner for å hjelpe utøvere i ulike deler av overgangen. Mer fotballspesifikt har andre intervensjoner blitt foreslått for å hjelpe utøvere spesifikt i deres utvikling til profesjonell fotball. Larsen et al. (2014) utviklet og implementerte et økologisk inspirert program i en profesjonell fotballklubb i Danmark. Utøvere ble her utdannet om utfordringer de kan møte i profesjonell fotball, og måter de kan overkomme disse.

Goodman et al. (2006) foreslo at det er fire faktorer som påvirker overganger. Disse faktorene er kjent som de 4Ser; situasjoner, selvet, støtte og strategier. Situasjoner omhandler karakteristikkene som forårsaker overgangen til å skje. Eksempelvis, om det var den individuelle utøveren som initierte overgangen om å trekke seg fra laget, eller noen andre som tok avgjørelsen om å ikke selektene utøveren til A-laget. Dette aspektet foreslår faktorer som stresskilder og varighet av overgangen som påvirkere på resultatet. Selvet refererer til personlige karakteristikk og psykologiske ressurser som individet kan ha, og hvordan dette påvirker overgangen. Eksempelvis hvilke ressurser eller mangler på ressurser personen har, og



hva dette betyr for hvordan de prosesserer overgangen. Støtte refererer til hvem og hva rundt som støtter individer som går gjennom en overgang. Goodman et al. (2006) foreslår at det burde være et støttenettverk til stede gjennom overgangen for å hjelpe individer på ulike måter. Til slutt handler strategier om ulike måter mennesker responderer til overgangen, hvor man finner (a) responser som modifierer situasjonen, altså hvorvidt individet gjorde en innsats for å endre effektene av overgangen, (b) responser som kontrollerer betydningen av utfordringen til personen, ved å rekonstruere problemet for å kognitivt nøytralisere dets effekt, og (c) responser som hjelper individet å håndtere stress etter overgangen inntreffer (Goodman et al., 2006).

### 3.2 Sportslige stresskilder

Internasjonal forskning på junior-til-senior-overgangen i både individuelle- og lagidretter har til tross for ulike kontekster vist at utøvere opplever overgangen som et stort steg med høyere standarder tilknyttet trening og prestasjon enn tidligere erfart (Stambulova et al., 2012). En studie på kvinnelige elitefotballutøvere i USA viste at flere utøvere uttrykte at intens konkurranse om plassene var en stor kilde til stress (Kristiansen et al., 2012), hvilket samsvarer med funn av Kristiansen og Stensrud (2017) hvor kvinnelige håndballutøvere i overgangen fra junior til senior opplevde konstant sammenligning og tøffe kampplaner som stressende. Engan og Sæther (2018) fant også at alder er av betydning, da de yngste utøverne i et fotballakademi på herresiden rapporterte signifikant høyere evalueringsstress enn de eldre utøverne. I tillegg fant de at utøvere som spilte på høyere nivå hadde mindre nivå av evaluerings- prestasjons- og utviklingsstress enn de på lavere nivå.

I en studie av McGreary et al. (2021) som tar for seg overgangen fra junior til senior i kvinnefotball i UK på både daværende tidspunkt og i retrospektivt perspektiv, så de tendenser til hvordan profesjonaliseringen av kvinnefotball har endret utøvernes opplevelser av overgangsfasen i de ulike gruppene. Begge utøvergruppene opplevde følelser av nervøsitet knyttet til økt konkurransevne og et høyere treningsvolum med lagkamerater med gode tekniske evner og taktiske nyanser (McGreary et al., 2021), i tråd med tidligere forskning på mannlige fotballutøvere (Solhaug et al., 2021; Reeves et al., 2009). I tillegg påpekte begge utøvergruppene til McGreary et al. (2021) hvordan det var vanskelig å tilpasse seg de høye standardene for profesjonell seniorfotball. En forskjell mellom gruppene var at utøverne som var i overgangen på daværende tidspunkt rapporterte det å spille foran større folkemengder som en stresskilde, hvilket senioridrettsutøverne ikke nevnte. Dette kan ses i sammenheng med den økte mediedekningen og populariteten til kvinnefotball som stiller nye krav til dagens utøvere

som går over til senior. Et annet moment som skilte seg mellom gruppene var de nåværende overgangsutøvernes frykt for å gjøre feil foran sine idoler, som var seniorutøverne i egen klubb. McGreary peker på hvordan økt mediedekning medfører at utøvernes muligheter til å se sine idoler blir mer tilgjengelige, som resulterer i at de også har flere rollemodeller å se opp til. Flere uttrykte derfor stress knyttet til å imponere seniorutøverne i trening og kamp (McGreary et al., 2021).

Forskning på både mannlige og kvinnelige fotballutøvere har funnet at spilletid også er en påvirkningsfaktor på motivasjon og kilde til stress blant utøvere (Solhaug et al., 2021; Rye et al., 2022; Bjerksæter & Lagestad, 2022; Sæther & Aspvik, 2016), hvor eksempelvis Sæther og Aspvik (2016) fant at mannlige fotballutøvere som spilte færre kamper rapporterte høyere nivåer av stress knyttet til prestasjon og evaluering sammenlignet med de som spilte de fleste eller alle kampene. Trener-utøver-relasjonen ble også nevnt i flere studier som noe som både kunne ha positiv og negativ innvirkning på stress og motivasjon for å spille fotball (Kristiansen et al., 2012; Sæther et al., 2017; Engan & Sæther, 2018). I en studie opplevde utøvere som hadde endt karrieren sin at lite spilletid hadde en negativ effekt på deres motivasjon, og at tillit fra trener hadde en positiv effekt. Utøvere som ble benket på A-lags kamper og som spilte B-lags kamper dagen etterpå følte press og mye reising, som igjen påvirket motivasjonen (Bjerksæter & Lagestad, 2022). En annen studie viser faktisk at kvinnelige utøvere blir mer negativt påvirket av trener-relaterte stresskilder enn menn (Anshel et al., 2009), hvilket bekrefter viktigheten av en god trener-utøver-relasjon i jakten på suksess i idrett.

### 3.3 Utenomsportslige stresskilder

Utfordringer utenfor idretten er også relevant, hvor utdanning og sosiale aspekter viser seg som særlig krevende. Mye av litteraturen knyttet til junior-til-senior-overgangen har vist at det er en kompleks prosess med flere utfordringer som utøvere møter på samme tid (Wylleman et al., 2004; Auweele et al., 2004). Pummel et al. (2008) fant at eksternt press fra familiemedlemmer og venner gjorde overgangen stressende. Dette bekrefter også arbeidet til Lee og MacLean (1997) og Fletcher og Hanton (2003) som foreslo at noen av hovedkildene til stress som utøvere opplever inkluderer mennesker både i og utenfor idretten, eksempelvis trenere, foreldre og venner, som skaper press på utøvere til å prestere på høyt nivå. Studien til Flett og Hewitt (2005) rapporterte også selvpålagt press til å oppnå suksess i utøvernes karrierer, noe som kan føre til opplevelsen av maladaptive konsekvenser av perfeksjonisme. Morris et al. (2017) undersøkte britiske mannlige profesjonelle fotballutøvere sine erfaringer med overgangen fra junior til

senior, og fant at utøverne følte press fra både seg selv, familie, venner og organisasjonen. To av utøverne nevnte blant annet hvordan deres fedres forventninger kontinuerlig bidro til et press om å prestere. I tillegg opplevde flere av utøverne det som utfordrende å sjonglere fotball og det sosiale, da de følte vennene deres la et konstant press på dem om å være sosial (Solhaug et al., 2021). Å kombinere fotballkarriere og fritidsaktiviteter med venner er også en fremtredende stresskilde både i forskningen på menn og kvinner. Dette var dog mer fremtredende for de som ikke hadde en profesjonell kontrakt i en toppklubb (Kristiansen & Stensrud, 2017; Rye et al., 2022).

*Dual career (DC)* er et mye brukt begrep som relaterer seg til utfordringen med å kombinere idrett med studier og/eller jobb (McGreary et al., 2021). EU-retningslinjene for idrettsutøvere fra 2012 fremhever at noen av de viktigste fordelene forbundet med å være en DC-idrettsutøver er en balansert livsstil, redusert stress, utvidede sosiale nettverk og støttenettverk, og forbedret tilpasning til livet etter idretten. Retningslinjene legger videre vekt på at organisasjoner, myndigheter og idrettsorganer burde etterstrebe og skape det riktige miljøet for DC-utøvere for å bedre håndtere utfordringene de møter og øke fordelene. Både junior- og seniorutøverne i studien til McGreary et al. (2021) uttrykte også utfordringer med å kombinere utdanning og idrett. Noen utøvere snakket om at kulturen i utdanningsmiljøet var preget av drikking og festing, og at dette var hindrende for fotballkarrieren. Andre påpekte at de følte fotballen sto i veien for å gjøre det godt akademisk. Funnene viser en tendens til at daværende overgangsutøvere opplever fotball som en hovedprioritet og at utdanningen lider av det, mens seniorutøverne beskrev det motsatt. Dette kan skyldes at seniorgruppen gikk over til et semiprofesjonelt miljø, og at utøverne derfor hadde mer tid til å fokusere på utdanning sammenlignet med de som gjennomfører overgangen i et mer profesjonalisert miljø i dag. Flere studier har også vist at utøvere i både fotball og håndball opplevde det å kombinere utdanning, jobb og fotball som utfordrende (Bjerksæter & Lagestad, 2022; Kristiansen & Stensrud, 2017). Bjerksæter og Lagestad (2022) fant faktisk at de fleste som hadde endt karrieren sin hadde kombinert fotball med jobb da de var aktive. De som hadde fortsatt karrieren sin hadde alle fått tilbud om bedre lønn og forutsetninger fra klubben. Dette står i kontrast til en annen studie som har funnet at hverken penger eller andre materielle goder hadde betydning for motivasjonen og ambisjonsnivå blant danske kvinnelige eliteutøvere (Brandt-Hansen et al., 2014). Det kan vel og merke skyldes at økonomi har fått økt betydning blant kvinnelige eliteutøvere i dag, ettersom muligheten for kvinnelige utøvere til å tjene penger har økt de siste årene. Det var imidlertid tre av fire som fortsatt var aktive som hadde fullført en utdanning underveis (Bjerksæter & Lagestad, 2022).

I tråd med det økonomiske aspektet er det et sentralt moment ved kvinnefotball som skiller seg fra menn, og det er stress knyttet til økonomi. Kvinnelige fotballutøvere tjener betraktelig mindre enn mannlige, og forskning tyder på at økonomi da naturligvis er en mer fremtredende stresskilde for kvinner enn menn (Bjerksæter & Lagestad, 2022; Kristiansen et al., 2012). I denne sammenhengen uttrykker ofte kvinner stress knyttet til usikkerhet om fremtiden. Ettersom kvinnelige eliteutøvere ikke får samme økonomiske vilkår som menn, er det forbundet med større økonomisk risiko for kvinner å satse på fotball. Dette resulterer i at det blir et større press om å studere og/eller jobbe ved siden av fotballen (Bjerksæter & Lagestad, 2022; Kristiansen & Stensrud, 2017). Det kommer ikke like tydelig frem i all forskning at kvinner selv sier de anser økonomi som utfordrende, men en god del av kvinnelige utøvere jobber og/eller studerer ved siden av fotballen, noe som flere anser som nødvendig både grunnet risikoen som ligger i å satse på en idrettskarriere generelt med tanke på mulige skader som momentant kan endre idrettskarrieren, og nåløyet man må nå gjennom for å klatre seg til eliteidretten (Bjerksæter & Lagestad, 2022; Kristiansen et al., 2012; Kristiansen & Berntsen, 2021). Jobb og skole blir her betraktet som et mulig sikkerhetsnett de fleste anser som nødvendig for å sikre framtidig økonomisk sikkerhet. Det skal likevel sies at det å kombinere elitefotball med utdanning også har blitt mer fremtredende blant mannlige utøvere med årene, noe som kan ses i sammenheng med samfunnets fokus på hvor viktig utdanning er, ikke bare som et sikkerhetsnett, men også som noe å falle tilbake på etter endt idrettskarriere (Solhaug et al., 2021; Rye et al., 2022).

Seniorgruppa i McGreary et al. (2021) sin forskning snakket også om utfordringer knyttet til å flytte hjemmefra i ung alder for å satse på fotball, da rammene rundt er ukjente og uforutsigbare. Handlingen med å flytte ga dermed utfordringer i seg selv og fungerte som en ekstra barriere for å takle overgangen. McGreary et al. (2021) poengterer at dette ikke var fremtredende for utøverne som gjorde overgangen på daværende tidspunkt, og at dette kan skyldes utviklingen av profesjonell kvinnefotball i UK, hvor det var færre profesjonelle klubber å gå til noe som medførte at flere måtte flytte for å satse på en profesjonell karriere (McGreary et al., 2021). I norsk kontekst kan det argumenteres for at kvinnefotballen ikke nødvendigvis er like profesjonalisert i alle deler av landet, og at flytting for å kunne satse på profesjonell kvinnefotball derfor kan tenkes å fremdeles være den vanligste måten man gjennomfører denne overgangen.

### 3.4 Mestring av stresskilder og sosial støtte

I tråd med blant annet Goodman et al. (2006); Fletcher et al. (2006); Kerdijk et al. (2016); Kristiansen og Berntsen (2021); Bojkowski et al. (2020) er mestring av stress vesentlig for å kunne håndtere de mange stressende situasjonene som idrettsutøvere kontinuerlig blir utsatt for. Morris et al. (2017) fant i sin forskning at det var mange kilder til sosial støtte som hjalp utøverne. Interessant nok kom utøvernes støtte fra de samme personene som satte dem under press; familie, venner, lagkamerater, trenere og ledere. Familie og venner ga både følelsesmessig støtte, og praktisk støtte med vekt på praktisk tilrettelegging. Lagkamerater ga informativ støtte i sportslige kontekster knyttet til taktikk og strategi på fotballbanen. Ellers fikk de en del emosjonell støtte fra støtteapparatet i klubben og i form av råd og anerkjennelse. Dette gjenspeiles også i McGreary et al. (2021) hvor begge utøvergrupper opplevde både emosjonell-, informativ- og praktisk sosial støtte fra lagkamerater, trenere og ledere. I motsetning til seniorutøverne diskuterte de som var i karriereovergangen viktigheten av seniorutøvere for å legge til rette for utvikling i overgangen. Seniorutøverne fungerte som forbilder og ga støtte gjennom å dele sine erfaringer om overgangen. Overgangsutøverne diskuterte også bruk av individuell og felles refleksjon angående prestasjoner på trening og i kamper som et godt verktøy for å fremme målsetting og utviklingsområder, og videre lette overgangsprosessen (McGreary et al., 2021).

En studie har funnet at kvinner generelt sett har mindre mental seighet enn menn (Olmedilla et al., 2018). Noen studier har også funnet at mannlige og kvinnelige utøvere innenfor idretten benytter seg av ulike mestringsstrategier i møte med stress. Det synes å være en enighet om at kvinner oftere bruker emosjonsfokuserte mestringsstrategier enn menn, samtidig som menn i større grad benytter seg av problemfokuserte mestringsstrategier (Crocker & Graham, 1995; Bojkowski et al., 2020). Både problemfokuserte- og emosjonsfokuserte mestringsstrategier blir vel og merke nevnt som viktige av begge kjønn i flere studier, som kan hinte om hvordan dette kan være en ulikhet i personlige karakteristikk blant utøverne, og ikke nødvendigvis er kjønnsbasert (Bojkowski et al., 2020; Crocker & Graham, 1995; Hammermeister & Burton, 2004; Rogowska, 2018). Sosial støtte blir særlig trukket frem som betydningsfullt av både kvinnelige og mannlige utøvere (Kerdijk et al., 2016; Kristiansen et al., 2012; Kristiansen & Stensrud, 2017; Solhaug et al., 2021). Kerdijk et al. (2016) fant også at primær- og sekundærvurderingen av konkurransstress ble påvirket av andre, ved at utøvernes medspillere sin innflytelse økte sannsynligheten for at utøverne benyttet seg av problem- og følelsesfokuserte mestringsstrategier i forskning på både kvinnelige og mannlige utøvere. De fant også at sosial støtte fra andre påvirket stress- og mestringsprosessen i retning av mer bruk

av problem- og følelsesfokuserte strategier. Dette understreker viktigheten av miljøet rundt utøveren i mestringsprosessen (Kerdijk et al., 2016).

Utøveres ambisjoner for å oppnå suksess i overgangen møter forventningene av signifikante andre, samtidig som de kan oppleve usikkerhet rundt suksess i mestring av stresskilder (Stambulova et al., 2012). Dette fører til et høyt stressnivå og økt sensitivitet ovenfor sosiale påvirkninger. På bakgrunn av dette spiller sosial støtte fra trenere en vesentlig rolle i overgangsprosessen. Trenere mener at mestringsstrategier som problemløsning, aksept av ansvar, selvkontroll og positive revurderinger er fordelaktige for å lykkes med overgangen. Videre er suksessfull håndtering av overgangen assosiert med modning av utøveres personlige og sportslige identitet (Stambulova et al., 2012). En god trener-utøver-relasjon har også vist seg å øke mental seighet og påvirke utøvernes evne til å håndtere stress (Sæther et al., 2017). Interessant nok er det funnet at en dårlig trener-utøver-relasjon er en større stresskilde for kvinner enn menn (Anshel et al., 2009), hvilket er et funn som gir rom for noen spørsmål. Det ikke å utelukke at den klare mannsdominansen blant trenere i fotball resulterer i at de fleste kvinnelige utøvere har mannlige trenere (Kristiansen & Berntsen, 2021), og hvorvidt disse trenerne evner å differensiere mellom kvinnelige og mannlige utøvere er uvisst. Man skal være forsiktig med å påstå at menn ikke evner å forstå behovene til kvinnelige utøvere, men det kan likevel tenkes at de som Kristiansen og Berntsen (2021) nevner, benytter seg av tilnærminger som tidligere har vært produktive for mannlige utøvere, uten å ta høyde for at kvinner kanskje har andre behov. Eksempelvis fant Bergström et al. (2023) at mannlige trenere hadde kunnskapsbarrierer knyttet til kvinnelig menstruasjon, og dens sammenheng med prestasjonsnivå. Dette gjaldt også utøverne i studien, hvor både utøvere og trenere ikke var bevisst rundt viktigheten om kunnskap rundt kvinnelig syklus for prestasjonen. Fasting og Pfister (2000) fant faktisk at kvinnelige eliteutøvere i fotball så mer positivt på kvinnelige trenere enn mannlige trenere basert på kvinnes større forståelse for kvinnelige utøveres behov. Gledhill og Harwood (2014) erfarte også at kvinnelige ungdomsutøvere rapporterte at mannlige trenere hadde urealistiske prestasjonsrelaterte forventninger, og at en utøver forklarte dette som en oppfattet forventning om å leve opp til mannlige standarder i utøvelsen av fotball. Tre av utøverne i deres studie foretrakk imidlertid å jobbe med mannlige trenere på bakgrunn av større oppfattet teknisk trenerkompetanse (Gledhill & Harwood, 2014).

Gledhill og Harwood (2015) studerte overgangen fra junior til senior i kvinnefotball i et helhetlig perspektiv og som en negativ case-analyse i Storbritannia. I denne studien var utvalget bestående av utøvere som ikke hadde håndtert overgangen fra junior til senior, med fokus på hvilke faktorer som påvirket at de mislyktes i å bli toppidrettsutøvere. De fant blant annet at

utøvere opplevde en rollekonflikt mellom deres fotballidentitet og ungdomsidentitet i løpet av ungdomsårene, hvor press om å delta på sosiale aktiviteter fra jevnaldrende som ikke deltok i idrett var en av årsakene til at de valgte å fokusere mindre på fotballkarrieren. I tillegg opplevde utøverne at trenere favoriserte noen få talentfulle utøvere og at deres utvikling på trening og i kamp derfor ble neglisjert. Videre opplevde utøverne en rollebelastning av lærere, trenere og foreldre i kombinasjonen av akademisk prestasjon og fotballrelatert prestasjon, hvor både lærere, trenere og foreldre vektla akademisk prestasjon som mer betydningsfull enn det å prestere på fotballbanen. Dette var forankret i oppfattelsen av at kvinner hadde færre muligheter til å utøve en fotballkarriere basert på kvinnefotballens status i Storbritannia på daværende tidspunkt (Gledhill & Harwood, 2015), hvilket kan tenkes å ha endret seg i dag med tanke på nåtidens profesjonalisering av kvinnefotball.

Basert på forslag fra tidligere litteratur knyttet til talentutvikling og karriereoverganger i kvinnefotball og funn fra deres studie, presenterte Gledhill og Harwood (2015) fire sentrale anvendbare implikasjoner for at kvinnelige eliteutøvere skal håndtere overgangen fra junior til senior;

- a) Både fotball og utdanning bør gjensidig eksistere fra en tidlig alder for aspirerende kvinnelige fotballutøvere, og en dobbel karriereutvikling kan redusere frafall og hjelpe i overgangen. På bakgrunn av dette er det et behov for samarbeid mellom nasjonale styrende organer, utøverutviklingscentre og utdanningsinstitusjoner for å lette kvinnelige utøvers kombinasjon av utdanning og fotball, samt tilrettelegge for overgangen fra junior til senior.
- b) Ettersom rollebelastning dukket opp som en sentral trussel mot doble karrierer i kvinnefotball, anbefales utvikling av utøverutdanningsprogrammer som hjelper utøvere å håndtere rollebelastning.
- c) Utdanningsprogrammer som tar sikte på å hjelpe trenere, foreldre og lærere å bedre forstå dual career hos kvinnelige ungdomsfotballutøvere, vil være verdifullt for å tillate utøvere, trenere, foreldre og lærere å forstå deres interaksjoner med hverandre, og bedre kunne tilrettelegge for et samarbeid om å fremme utvikling både akademisk og idrettslig.
- d) Data fremhevet mangel på opplevd kompetanse hos trenere om spillerutvikling utover det tekniske og taktiske nivået. Det foreslås derfor en samarbeidende feltbasert læring hvor trenere jobber med andre fagpersoner (eks. idrettspsykologer) og fokuserer på overføringen av kunnskap og erfaring spesifikt knyttet til utviklingen av kvinnelige utøvere (Gledhill & Harwood, 2015).

## 4. Metode

### 4.1 Vitenskapsteoretisk utgangspunkt og valg av design og metode

Johnson og Christensen (2004) definerer forskning som «an approach for the generation of knowledge that places high regard for empirical data and follows certain norms and practices that develop over time because of their usefulness» (Robson, 2011, s. 14). Hva forskningens spesifikke normer og praktisering innebærer har vært og er fremdeles gjenstand for en større diskusjon når det kommer til metodisk tilnærming til forskning. Robson argumenterer for at det å ha en «scientific attitude» er verdifullt som forsker. Dette innebærer at forskningen skal være systematisk, skeptisk og etisk. Systematisk handler om forskerens tanke bak hva man gjør, hvordan og hvorfor man gjør det. Her påpeker Robson viktigheten av å være eksplisitt rundt observasjonene som er gjort, omgivelsene rundt og rollen man som forsker har når man lager de. Skeptisk innebærer å utsette egne ideer for mulig avkreftelse. Det omhandler å ta alternative hypoteser og tolkninger i betraktning. Til slutt skildrer de etiske aspektene at man følger en kode for atferd i forskningen som ivaretar interessene og bekymringene til de som deltar. Intensjonen bak denne tilnærmingen til forskning er å søke sannheten til subjektet i forskningen. Sannhet er vel og merke et begrep Robson mener man burde tilnærme seg med forsiktighet, særlig med tanke på hva de ulike tradisjonene innen samfunnsvitenskapelig forskning mener bør være resultatet av et forskningsprosjekt (Robson, 2011).

Det er tradisjonelt sett to alternativer når det kommer til metodisk tilnærming innen samfunnsvitenskapelig forskning; kvantitativ- og kvalitativ metode (Robson, 2011). Historisk sett har de to blitt sett på som forskningsparadigmer i form av distinkte trossystemer som baseres på tydelige filosofiske antakelser. Det kvantitative paradigme er historisk sett tett linket med positivisme. Positivisme har i mange år vært naturforskningens filosofiske syn, og baserer seg på en tanke om at meningen med forskning innebærer å utvikle universelle vitenskapelige lover. Tradisjonen er sterkt preget av en årsak-virkning-tankegang hvor fakta separeres fra verdier og de streber etter å etablere årsak gjennom å demonstrere empiriske regelmessigheter. Positivisme har dog møtt en del kritikk som stiller spørsmål ved tilnærmingens bærekraftighet i samfunnsvitenskapelig forskning. Deriblant en avvisning av påstanden om at vitenskapen kun skal omhandle observerbare fenomener og ikke abstrakte eller hypotetiske enheter, at fakta og verdier ikke kan separeres og at teoretiske konsepter ikke har en 1:1 korrespondens med realitet slik den er observert. Som et resultat av kritikken faller forskere som følger kvantitative tradisjoner mellom to hovedleirer. På den ene siden finner man forskere som fortsetter med den tradisjonelle positivistiske tilnærmingen, og på den andre siden de som gjenkjenner kraften av



kritikken av positivisme, og derfor støtter seg på det post-positivistiske synet. Post-positivistiske syn på forskning anerkjenner blant annet at bevis i forskning alltid er ufullkommen og feilbarlig. De påstår også at kunnskapskonstruering både er en rasjonell aktivitet basert på bevis, og en sosial aktivitet basert på makt, politikk og ideologi, og at forskning søker å utvikle påstander som kan bidra til å forklare situasjoner eller beskrive kausale sammenhenger. Tilhengere av dette synet ser ut til å komme overens med kritikken av positivisme og forsøker å ta den i betraktning i deres tilnærming til samfunnsvitenskapelig forskning (Robson, 2011).

Det filosofiske grunnlaget knyttet til det kvalitative paradigme er omfattende (Robson, 2011). Sosialkonstruktivisme er fremhevet av Robson som en bredt anerkjent kvalitativ tilnærming med tilhørighet til både fenomenologi og hermeneutiske fremgangsmåter. Sosialkonstruksjonistisk forskning indikerer at sosiale egenskaper er konstruert gjennom interaksjoner mellom mennesker, og at mening er konstruert av mennesker gjennom deres interaksjoner og interpretasjon. Forskere med denne teoretiske orienteringen finner vanskeligheter med å akseptere en objektiv realitet. Oppgaven til en forsker er ifølge denne tilnærmingen å forstå de ulike sosiale konstruksjonene i mening og kunnskap. Forskere som lener seg på denne tradisjonen har en tendens til å benytte seg av forskningsmetoder som intervju og observasjon, da de tillater en innsikt i flere ulike perspektiver. Deltakere i forskningsprosjekter blir sådan sett på som hjelpsomme for å konstruere realiteten til forskere (Robson, 2011).

For å få en ytterligere forståelse av sosialkonstruktivismen er det nyttig å se nærmere dens tilhørighet til fenomenologi og hermeneutikk. Fenomenologien søker å høste en forståelse av den dypere meningen i enkeltpersoners erfaringer og ønsker å beskrive, snarere enn å forklare å analysere (Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2003). På bakgrunn av dette kan forskerens refleksjoner over egne erfaringer danne et utgangspunkt for forskningen. Retningen bygger på en grunnleggende antakelse om at realiteten er en subjektiv oppfattelse. Forskningen kan dermed bidra til at kunnskap som er basert på informantenes erfaringer blir synliggjort og gjort eksplisitt. Hermeneutikk understreker relevansen av å fortolke menneskers handlinger ved å sette søkelys på et dypere meningsinnhold enn det som umiddelbart er mest innlysende. Tilnærmingen legger vekt på at det ikke finnes en alminnelig sannhet, men derimot ulike nivåer av tolkning av fenomener. Mening kan ifølge hermeneutikken kun forstås i lys av sammenhengen det man studerer er en del av. Hermeneutikken anerkjenner fortolkning som en sentral del av samfunnsvitenskapen, hvor forskeren i en intervjusammenheng fortolker den transkriberte teksten og gir mening til det teksten formidler (Thagaard, 2003).

Dette prosjektets hensikt er å oppnå en dypere forståelse av utøveres opplevde stresskilder og deres håndtering av disse stresskildene, hvilket er i tråd med den fenomenologiske tilnærmingens ønske om å innhente forståelse av den dypere meningen i enkeltpersoners erfaringer. Hermeneutikkens fokus på forskerens fortolkende prosesser anses også å være relevant, da nåværende prosjekt søker å fortolke informantenes utsagn og gi mening til deres utsagn, samt se deres erfaringer i et holistisk perspektiv. Kvalitative forskningsintervju, som benyttes i dette prosjektet, tillater en datainnsamling hvor informanter kan fortelle sin historie, med forbehold om at temaene som skal undersøkes i hovedsak er fastlagt på forhånd. Denne tilnærmingen er fleksibel dersom forskeren er åpen for at informanten kan ta opp temaer som i hovedsak ikke var en del av forskerens fastsatte temaer, noe som bør etterstrebes i datainnsamlingsprosessen for å oppnå en holistisk forståelse av fenomenet (Thagaard, 2003).

Forskningsdesign er en avgjørende del av et hvert forskningsprosjekt, og hvilket design man velger avhenger i stor grad av forskningsspørsmålet man forsøker å svare på (Robson, 2011). I tillegg har mengde tid, tilgjengelighet og geografisk område stor betydning for mulighetene man har til å studere et fenomen. Robson presenterer fem komponenter som er av betydning når det kommer til valg av design. Den første er studiens hensikt, som innebærer spørsmål om hva man ønsker å forske på og hvorfor, og om man ønsker å beskrive noe, eller å forklare eller forstå noe (Robson, 2011). Hensikten med dette prosjektet er å oppnå innsikt i hvilke stresskilder som oppleves som fremtredende blant kvinnelige fotballutøvere på elitenivå i overgangen fra junior til senior, og hvordan de håndterer disse stresskildene. Målet er videre å kunne bruke denne kunnskapen til å bedre tilrettelegge for at gjeldende stresskilder blant denne gruppen ikke har en betydelig negativ effekt på deres ferdighets- og prestasjonsutvikling, samt deres potensielle framtidige karrierer som eliteidrettsutøvere. Thagaard (2003) fremhever viktigheten av et designs grunnlag for fleksibilitet i et forskningsprosjekt, da det burde være rom for endring i fremgangsmåte på bakgrunn av informasjonen dataene gir. Dette har jeg derfor tatt høyde for underveis i prosjektet, med fokus på å tilpasse prosjektets struktur og innhold basert på dataen som ble samlet inn.

Videre er den andre komponenten konseptuelt rammeverk, som inkluderer teorien forskeren benytter seg av for å forklare hva som skjer og hvorfor (Robson, 2011). Dette prosjektet tar utgangspunkt i Lazarus' transaksjonelle forståelse av stress (Fletcher et al., 2006), hvor det teoretiske utgangspunktet kan bidra til å forstå hvilken rolle stress og stressmestring har i overgangen fra junior til senior. I tillegg kan tidligere forskningsempiri gi en pekepinn på hvilke stresskilder som kan være fremtredende for kvinnelige fotballutøvere, hvordan de håndterer disse stresskildene og hva som bør kjennetegne et vellykket talentutviklingsmiljø.

Robsons tredje komponent er forskningsspørsmål, og handler om hva forskningen svarer på (Robson, 2011). Videre omhandler dette hva man behøver å vite for å oppnå formålet med forskningen og hva som er hensiktsmessig å undersøke basert på tiden og ressursene som er tilgjengelige for forskeren (Robson, 2011). På basis av dette ble forskningsspørsmålet tidvis revidert med hensikt om å samsvare med prosjektets formål. Jeg var eksempelvis inne på tanken om å inkludere et forskningsspørsmål som undersøker hvorvidt klubben legger til rette for en hensiktsmessig junior-til-senior-overgang, eller om klubben bidrar til å redusere stress. Selv om funnene gir et visst innblikk i dette, kan det argumenteres for at et slikt forskningsspørsmål etterspør et behov for et ytterligere innblikk i den studerte klubben, som mulig burde inkludere et større utvalg enn studert. Prosjektets tidsbegrensning resulterte i at forskningsspørsmålet ikke kunne ta for seg et svært omfattende tema, hvor jeg derav forsøkte å avgrense spørsmålet til den grad at jeg hadde mulighet til å svare på det. For en mer nøyaktig beskrivelse av det som ble studert, ble både nivå, alder, kjønn og idrett nevnt i forskningsspørsmålet. Forskningsspørsmålet baserte seg også på begreper fra det konseptuelle rammeverket, som stresskilder og stressmestring, i tråd med Robson (2011) sin anbefaling.

### *Intervju som metode*

Metoder er Robsons fjerde komponent, som innebærer hvilken metode forskeren benytter seg av for å innhente data (Robson, 2011). Denne studien benytter seg av kvalitativ metode, hvor en viktig målsetting er å innhente en forståelse av sosiale fenomener slik de forstås av personene som studeres (Thagaard, 2003; Robson, 2011). Kvalitativ metode kjennetegnes av at man innhenter mye informasjon gjennom et relativt lite utvalg (Thagaard, 2003). Kvantitativ metode kunne på sin side gitt et større representativt utvalg, større grad av generaliserbarhet, årsaksforklaringer og objektivitet i forskningen. Kvantitativ metode kan derimot argumenteres for å ikke gi det samme innsynet i meningene bak informantenes utsagn og svar, noe kvalitativ forskning i større grad muliggjør. I tillegg muliggjør kvalitative intervjuer i større grad en ytterligere forståelse av konteksten til informantenes utsagn gjennom at forskeren gis anledning til å stille oppfølgingsspørsmål dersom betydningen rundt utsagnet ikke er innlysende (Robson, 2011; Thagaard, 2003; Kvale & Brinkmann, 2015).

Kvalitativ forskning baserer seg på flere innsamlingsmetoder, deriblant observasjon, intervju og analyser av dokumenter, bilder, videoopptak og samtaler. Intervju og observasjon er imidlertid de mest brukte metodene (Thagaard, 2003). I tråd med den fenomenologiske tilnærmingens streben etter å høste en dypere forståelse om meningen til enkeltpersoners erfaringer, samt dens interesse for å forstå sosiale fenomener ut fra aktørenes egne perspektiver

(Robson, 2011; Kvale & Brinkmann, 2015), har jeg valgt å benytte meg av semistrukturerte livsverdensintervju (Kvale & Brinkmann, 2015). Denne intervjuformen ønsker å samle beskrivelser fra intervjupersonens egne perspektiver ved bruk av en intervjuguide som tar for seg bestemte temaer og eventuelle forslag til spørsmål (Kvale & Brinkmann, 2015). Thagaard (2003) oppfatter intervjudata som beskrivelser av hendelser i informantenes liv, hvor intervjusituasjonen representerer den ytre verden. På samme tid beskrives intervjudata som en gjenspeiling av hvordan informanten reflekterer rundt egne erfaringer, og hvordan forskeren oppfattes av informanten. I lys av dette betrakter Thagaard (2003) intervjubasert kunnskap som noe som aktivt skapes gjennom spørsmål og svar, og gjennom forsker og informant i fellesskap. Videre avgjør transkripsjonen, analysen og rapporteringen av intervjuene hvordan informantenes kunnskap videreformidles til forskningsfeltet. Dette understreker viktigheten av forskerens fortolkning i kvalitativ forskning (Thagaard, 2003).

## 4.2 Utvalg og fremgangsmåte

Robsons femte komponent handler om innhenting av data og belyser hvordan man innhenter data, når, hvor og fra hvem (Robson, 2011). Studiens utvalg er strategisk, hvilket betyr at informantene er selektert på basis av deres kvalifikasjoner eller egenskaper som er strategiske knyttet til problemstillingen (Thagaard, 2003). Utvalget består av utøvere i hospiteringsfasen og deres trenere. Bakgrunnen for dette er et ønske om innsikt i hvordan utøvere opplever overgangen fra junior til senior både fra et utøver- og trenerperspektiv, og hvordan støtteapparatet tilrettelegger for at utøvere skal mestre denne overgangen.

### *Rekruttering av informanter*

Thagaard (2003) poengterer at det er viktig å benytte seg av en seleksjonsmetode som sikrer et utvalg som er villig til å være med i undersøkelsen. *Tilgjengelighetsutvalg*, som er benyttet i dette prosjektet, består av å velge informanter basert på deres tilgjengelighet for forskeren.

Min veileder sine sportslige kontakter ga muligheter for å kunne rekruttere informanter fra en eliteklubb i Toppserien, noe som trolig gjorde prosessen enklere sammenlignet med å rekruttere på egen hånd. Gjennom samarbeid med en kontaktperson i klubben var det mulig å sette kriterier for utøverne og trenerne som utgjør utvalget i studien. Ettersom denne studien ønsker å undersøke erfaringene til kvinnelige utøvere i overgangen fra junior til senior, er utøverne strategisk utvalgt med flere kriterier; (1) de er kvinnelige utøvere i en Toppserieklubb, (2) de er i hospiteringsfasen til klubbens A-lag på nåværende tidspunkt, (3) de er mellom 16-22 år, og

(4) de kombinerer utdanning og en karrieresatsing på fotball. Trenerne ble rekruttert på basis av at de hadde en rolle i støtteapparatet hos disse utøverne og hadde vært ansatt i klubben i over ett år. Videre fikk jeg kontaktinformasjonen til de aktuelle informantene og kontaktet de via e-post. Jeg sendte ut informasjonsskriv til samtlige og spurte om samtykke for å delta i prosjektet. Dette resulterte i fem utøvere og fire trenere, altså totalt ni informanter.

I analysen (kapittel 5) presenteres informantene med ulike koder med hensikt om å anonymisere og skille utøverne basert på alder og erfaring med A-laget. Utøvere presenteres derfor med koden «U» i tillegg til et tall for å adskille de (U1-U5). Det samme gjelder trenere som er kodet fra T1-T4, med hensikt om å skille de med tanke på erfaring i feltet og tiden de har vært i klubben. Direkte sitater vil bli gjengitt med innrykk og i kursiv. Dersom en informant har utsagn som slås sammen vil dette markeres med «(...)». Klubben som studeres, nærliggende samarbeidsinstitusjoner og tredjepersoner vil anonymiseres med fet skrift og med en betegnelse som gir leseren forståelse for tema som blir omtalt. Eksempler på dette er følgende: **samarbeidsklubb**, **trener**, **lagkamerat** og lignende. Når ordet «klubb» benyttes i informantens sitater, er dette alltid en betegnelse for den studerte klubben. For å forklare for leseren hvem eller hva informantene snakker om dersom dette ikke er tydelig i sitatet, benytter jeg meg av følgende tegnsetting; «[]». Eksempel på dette er; *de [rekrutter] var stresset.*

Opplevelsen av stress kan påvirkes av kontekstuelle og individuelle faktorer (Fletcher et al., 2006). Av den grunn presenteres det en kort profil på informantene. Tabell 1 gir en oversikt over utøverutvalget gjennom deres alder, deres status i klubben og på A-laget. Utøverne hadde en gjennomsnittsalder på 17 år, med et standardavvik på cirka 0.894.

Tabell 1: Utvalg, utøvere

Utøver	Alder	Status i klubben	Erfaring med A-laget
U1	16 år	Fast hospitering med A-lag	Korte innhopp i kamp og treninger
U2	18 år	Fast hospitering med A-lag	Korte innhopp i kamp og treninger
U3	17 år	Fast hospitering med A-lag	Treninger
U4	16 år	Fast i startelver på rekrutt	Ikke vært innom A-lag
U5	18 år	Fast i startelver på rekrutt	Ikke vært innom A-lag

Samtlige utøvere går på et toppidrettsgymnas som har en samarbeidsavtale via fylkeskommunen. Tre av utøverne (U1-U3) bor hjemme hos foreldrene og to av utøverne (U4 og U5) bor på hybel. Til tross for at erfaring fra A-laget var et kriterium for utøverutvalget, var

det to av informantene som ikke hadde erfaring med A-lag. Disse utøverne anses vel å merke å være aktuelle for hospitering i fremtiden. Deres erfaringer med overgangen til klubbens rekruttlag ble derfor utgangspunktet for deres refleksjon rundt overgangserfaringer. Til tross for disse informantenes manglende erfaring med A-laget, kan deres opplevelser av overgangen til klubben mulig være en pekepinn på hvordan de ville håndtert en eventuell overgang til klubbens A-lag. Refleksjonene til U4 og U5 er vel og merke utelukkende basert på erfaringer fra overgangen til klubben som studeres, og ikke hvordan de tror en overgang til A-laget vil være i fremtiden.

Tabell 2 gir en oversikt over trenerutvalget og deres aldersgruppe, utdanning og roller i klubben.

Tabell 2: Utvalg, trenere

Trener	Aldersgruppe	Utdanning	Oppgaver i klubben
T1	25-30	UEFA B-lisens, akademisk utdanning	Spesialrolle knyttet til posisjon på banen, praktiske ansvarsområder, koordinering av utøvernes hverdag, knyttet til både A-lag og rekrutt, men primært A-lag
T2	31-36	UEFA A-lisens, idrettsrelatert akademisk utdanning	Assisterende trener, individuell oppfølging av utøvere på rekrutt og A-lag
T3	31-36	Idrettsrelatert akademisk utdanning	Utvikle utøvere for A-laget, primært fokus på oppfølging av utøvere fra rekrutt
T4	31-36	UEFA A-lisens, idrettsrelatert akademisk utdanning	Utdanne trenere, utvikle sportslig opplegg på rekrutt og A-lag, koordinering av samarbeid mellom klubb og skoler

Samtlige trenere har utdanning gjennom Norges Fotballforbund (NFF) og tre av de har en idrettsrelevant akademisk utdanning. Trenerne har en gjennomsnittsalder på 32,5 med et standardavvik på 3.84. Samtlige har vært i klubben i over ett år, med variasjon fra 1,5 år til 13 år. Tre av informantene er menn (T2, T3 og T4) og en er kvinne (T1). Ansvarsrollene til trenerne er noe varierende, men samtlige jobber rundt rekrutt-gruppa og A-laget, og dermed er alle i kontakt med utøverinformantene i dette prosjektet. Trenerinformantene har alle roller som handler om å utvikle utøvere og produsere A-lagsutøvere. Noen av informantene jobber også

med koordinering av utøvernes hverdag, deriblant med foreldre, transport til og fra trening og skole.

### *Intervjuguide*

Det er ulike fremgangsmåter en kan utforme kvalitative intervjuer gjennom. Den første av ytterlighetene er preget av lite struktur, hvor hovedtemaene er bestemt på forhold, men muliggjør at informanten kan bringe opp temaer underveis intervjuet og forskeren kan tilpasse spørsmålene deretter (Thagaard, 2003). Den andre ytterligheten er preget av struktur, hvor spørsmålene er utformet på forhånd med en relativt fastlagt rekkefølge. Denne tilnærmingen gir større muligheter til sammenligning av svarene til flere informanter. I prosjekter hvor sammenligninger mellom informanter står sentralt, er dette derfor en gunstig tilnærming. En semi-strukturert tilnærming er en tredje fremgangsmåte, hvilket er den mest brukte i kvalitative intervjuer. Her er temaene fastlagt på forhånd, men rekkefølgen av temaene er mer fleksibel underveis i intervjuet. En fordel med denne tilnærmingen er hvordan forskeren kan følge informantens fortelling og på samme tid innhente informasjon om de fastlagte temaene. I tillegg gir denne fremgangsmåten muligheter for at informanten kan komme inn på temaer som ikke nødvendigvis var tiltenkt av forskeren, og derav gi muligheter for interessant og relevant informasjon utenfor intervjuguiden tematikk (Thagaard, 2003). Denne fremgangsmåten, også kalt det kvalitative forskningsintervju (Thagaard, 2003), er utgangspunktet for denne studien.

For å kunne belyse tematikken og besvare studiens problemstillinger utarbeidet jeg en intervjuguide. Intervjuguiden bestemmer rekkefølgen av temaene forskeren ønsker kunnskap om, hvorav denne rekkefølgen er avgjørende for hvordan intervjuet forløper (Thagaard, 2003). Formålet med spørsmålene i intervjuguiden var å finne ut hvordan utøvere og trenere i overgangen fra junior til senior opplever denne prosessen i fra deres ståsted. Thagaard (2003) poengterer hvordan den dramaturgiske oppbygningen av en intervjuguide burde legge til rette for utvikling av det emosjonelle nivået i løpet av intervjuet, og at man derfor burde starte med nøytrale emner som ikke krever mye refleksjon og er lett å svare på. Derfor valgte jeg å begynne intervjuguiden med spørsmål om blant annet utøvers posisjon på banen, ambisjoner i idretten og bakgrunn for fotballdeltakelsen (vedlegg 3). I trenernes intervjuguide begynte jeg med spørsmål om utdanning, idrettsbakgrunn og hvilke arbeidsoppgaver de har i sin stilling (vedlegg 4). De tematiske overskriftene i intervjuguidene ble utarbeidet på basis av funn i tidligere forskning og hva tidligere studier anser som relevant for stress i overgangen fra junior til senior. Hver kategori inneholder 4-6 spørsmål med noen underpunkter som var potensielle oppfølgingsspørsmål dersom det var behov for utdypning.

I forberedelsene før intervjuet fokuserte jeg på å formulere spørsmålene i intervjuguiden med utgangspunkt i dagligspråk, hvor målet var å gjøre seg forstått i intervjusituasjonen og ta avstand fra teoretiske formuleringer som kunne vært utfordrende å forstå for informantene (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette resulterte i én intervjuguide per utvalgsgruppe som tok hensyn til informantenes ulike roller (trener- og utøverrollen), med utgangspunkt i den anbefalte dramaturgiske oppbygningen av intervjuet (Thagaard, 2003). I lys av Kvale og Brinkmann (2015) består intervjuguidene av flere ulike former for spørsmål. Først og fremst benyttet jeg meg av flere introduksjonsspørsmål hvor jeg ønsket å fremkalle spontane og rike beskrivelser av informantenes opplevelser om tematikken. Spørsmålet «Kan du fortelle om dine erfaringer med utøvere som hospiterer til klubbens A-lag?» kan eksempelvis både resultere i en beskrivelse av klubbens fremgangsmåte i slike overganger og hvorfor noen lykkes og andre ikke i overgangen.

Videre består intervjuguiden av oppfølgingsspørsmål, inngående spørsmål og spesifiserende spørsmål med hensikten om å ytterligere utforske innholdet i svarene og presisere informantenes forståelse og beskrivelse av tematikken. Eksempler på dette er «På hvilken måte har de hatt betydning for deg?», og «Kan du utdype dette videre?». Flexibiliteten i intervjuguiden gjenspeiles i hvordan jeg underveis i intervjuene endret rekkefølgen på spørsmålene for å passe naturlig inn med informantenes fortelling (Thagaard, 2003). Jeg benyttet meg også av pauser og taushet underveis i intervjuet for å skape rom for informantene til å reflektere og assosiere, og videre fortsette med fortellingen (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette opplevde jeg som svært gunstig da disse pausene ga rom for relevante refleksjoner som kunne blitt mistet dersom jeg gikk videre til neste spørsmål med en gang.

Jeg opplevde noe forskjell på gruppene når det kom til evnen til å reflektere rundt og forstå spørsmålene. Trenerne hadde gode refleksjoner totalt sett rundt samtlige intervju spørsmål. Blant utøverne var det noen ulikheter innad i utøvergruppa når det kom til deres evne til å reflektere rundt spørsmålene. Noen svarte lite utfyllende, hvor jeg reagerte med å stille en del oppfølgingsspørsmål for å sikre en mer fyldige og innholdsrike svar. Eksempelvis kunne noen svare at de håndterte stress bra, uten noen form for utdypning, hvor jeg fulgte opp med formuleringer som «hvordan» eller «på hvilken måte». Dette kan ses i sammenheng med aldersforskjellen mellom forsker og informant, hvor alderen til noen av utøverne kan tenkes å ha påvirkning på deres evne til å reflektere over noen temaer. Flere av informantene var tidlig i ungdomsårene (Kvale & Brinkmann, 2015).



### 4.3 Gjennomføring

#### *Gjennomføring av intervju*

I intervjusettingen er relasjonen mellom forsker og informant betydningsfull, og en utfordring er hvorvidt forskeren lykkes i å skape en atmosfære som bidrar til en fortrolighet (Thagaard, 2003). Intervjuene ble gjennomført på klubbens klubbhus i kjente omgivelser, hvilket kan betraktes som en fordel for å skape en komfortabel atmosfære for informantene. Det ble også foreslått å ta noen av intervjuene digitalt dersom dette passet bedre, slik at intervjusituasjonen foregikk på informantenes premisser. Lengden på intervjuene av utøverne varierte fra 31 minutter til 55 minutter, med en gjennomsnittslengde på cirka 38 minutter og et standardavvik på 8,78. Trenerintervjuene hadde en gjennomsnittslengde på 1 time og 33 minutter, med et standardavvik på 35,20. Det korteste intervjuet var 1 time og 4 minutter, og det lengste var på 2 timer og 33 minutter.

Kvale og Brinkmann (2015) fremhever hvor avgjørende de første minuttene av et intervju er med tanke på hvordan informanten oppfatter intervjueren og hvorvidt intervjueren skaper en god atmosfære for og interaksjon med informanten. Jeg begynte intervjuene med å spørre hvordan de hadde det, forklare kort om prosjektet og at jeg satte pris på deres deltakelse i prosjektet. Videre forklarte jeg om lydopptakerens betydning, spurte om de hadde noen spørsmål, og spurte en ekstra gang utover samtykkeskjemaet om de ville delta. Lydopptaker kan gi intervjuet et formelt preg (Thagaard, 2003), og jeg var bekymret for om dette ville ha en negativ innvirkning på informantenes vilje til å svare på spørsmålene på et oppriktig vis. Jeg anså likevel lydopptakeren som nødvendig for å bevare alt som sies, og for å videre kunne analysere intervjuene i sin helhet, samt kunne være til stede i intervjusituasjonen og beholde øyekontakt med informantene. Alternativet med å notere underveis kunne medført mindre fylldige data og vanskeligheter med å gi informanten tilstrekkelig oppmerksomhet underveis (Thagaard, 2003).

Kvale og Brinkmann (2015) peker på hvordan forskningsintervjuet er preget av et asymmetrisk maktforhold mellom informant og forsker, som også gjenspeiles i Thagaard (2003). I lys av denne forståelsen kan også intervjuet betraktes som en manipulerende dialog hvor forskeren ønsker å få informasjon som ikke nødvendigvis er innlysende for informanten, samt belyse tematikk som informanten ikke har reflektert over. I tillegg har forskeren som regel monopol på å fortolke det informanten sier. Dominansen forskeren har i intervjusituasjonen kan videre resultere i at noen informanter holder tilbake informasjon eller i sjeldne tilfeller trekke seg fra intervjuet. Det er viktig å anerkjenne maktrelasjoner i kvalitative forskningsintervjuer,

og dette reiser både etiske spørsmål knyttet til ansvarlig håndtering av asymmetriske maktforhold (diskuteres videre i kapittel 4.4), og epistemologiske spørsmål relatert til kunnskapen som skal produseres (Kvale & Brinkmann, 2015). På en side har forskeren en kontroll over intervjuet knyttet til hvilke temaer som blir tatt opp og derav hvilken informasjon forskeren ønsker å innhente. På en annen side har informantene kontroll over hva hen ønsker å fortelle forskeren, hvor forskeren derav er avhengig av informantens lyst og evne til å reflektere og dele informasjon om tematikken (Thagaard, 2003). Det er derfor viktig at en god relasjon mellom forsker og informant skapes for å skape en tillit knyttet til hvordan man senere behandler informasjonen informantene legger frem. Før intervjuet informerte jeg om at deltakelsen var frivillig og informantenes rett til å få innsyn i transkripsjonen av intervjuet i etterkant. I tillegg presiserte jeg hvordan lydopptaket ville bli slettet etter prosjektslutt og at jeg ville være nøye med anonymisering av informantene. Dette kan anses å bidra til å styrke tilliten og forsikre informantene om en forsvarlig behandling av dataen.

En viktig bemerkning angående intervjuene er at tre av intervjuene med utøvere ble gjennomført av en medstudent. Grunnet lignende tematikk i våre masteroppgaver - stress i overgangen fra junior til senior i kvinnefotball - ble vi enige om at det å slå sammen intervjuene var tidsbesparende både for informantene og for oss. Vi fikk også tilgang til et større utvalg sammenlignet med å dele informantene mellom oss. Dette diskuteres videre i kapittel 5.4.

Analysen av datamaterialet er en prosess som innebærer å bevege seg fra selve intervjuet til evidensbaserte fortolkninger av materialet som danner grunnlaget for prosjektet (Rubin & Rubin, 2005). Rubin og Rubin (2005) mener analysen innebærer å sammenligne, klassifisere, veie og kombinere materialet fra intervjuene med hensikt om å trekke ut meninger og implikasjoner rundt informantenes utsagn. I løpet av analyseprosessen konstruerer forskere informative og nyanserte resultater som gjenspeiler informantenes utsagn og svarer på forskningsspørsmålet (Rubin & Rubin, 2005). Rubin og Rubin (2005) belyser to faser i analyseprosessen. Den første fasen omhandler transkripsjonene av intervjuene, hvor intervjuene gjøres om til tekst og man begynner å identifisere temaer og utvikle konsepter. Videre kodes intervjuene for å muliggjøre en ytterligere identifisering av sammenhenger, konsepter og temaer som kjennetegner dataene (Rubin & Rubin, 2005). Denne tilnærmingen er i tråd med hermeneutikkens anerkjennelse av fortolkning, hvor forskerens fortolkning av den transkriberte teksten bidrar til å gi mening til det teksten formidler. Analyseprosessen understreker også forskerens makt knyttet til å fremstille temaene basert på forskerens fortolkning (Thagaard, 2003). Rubin og Rubin (2005) sin andre fase handler om å sammenligne temaer på tvers av intervjuene eller å kombinere ulike utsagn for å beskrive situasjoner. I denne

fasen knyttes gjerne dataen til teoretiske perspektiver for å ytterligere gi mening og forklare fenomenet som studeres (Rubin & Rubin, 2005).

### *Tematisk analyse*

For en ytterligere beskrivelse av hvordan jeg har valgt å bearbeide og analysere datamaterialet, vil jeg belyse dette med inspirasjon av Braun og Clarke (2006) sin seksfasede guide for tematisk analyse. Tematisk analyse er en sjeldent anerkjent, men likevel en mye brukt kvalitativ analytisk metode innenfor og utenfor psykologien (Braun & Clarke, 2006). Braun og Clarke argumenterer for at tematisk analyse bør betraktes som en metode i seg selv. Denne tilnærmingen er ikke forankret i en spesifikk teoretisk retning, og gir derfor en frihet og fleksibilitet som kan være nyttig i lys av hvordan Thagaard (2003) understreker fleksibilitetens mulighet til å forme forskningen basert på innsamlet data. Tematisk analyse har ingen tydelig fremgangsmåte, men har som hensikt å identifisere, analysere og rapportere mønstre eller temaer i data (Braun & Clarke, 2006). Metoden bidrar til en organisering og beskrivelse av dataen i rik detalj, som kan bidra til å kvalitetssikre forskningen ved å sørge for transparens og mulighet for evaluering av forskningen i etterkant (belyses ytterligere i kapittel 4.4)(Braun & Clarke, 2006). I tråd med hermeneutikken kan tematisk analyse på bakgrunn av dette bidra til å reflektere informantenes subjektive virkelighet og betydningen av den (Thagaard, 2003; Braun & Clarke, 2006).

Braun og Clarke (2006) sin første fase handler om å bli kjent med dataene ved at man leser gjennom gjentatte ganger på en aktiv måte. Dette vil si at man søker etter mønstre og betydninger underveis, noe som videre vil forme ideer og identifisering av mulige mønstre. Transkriberingen av dataene er en nødvendighet for denne fremgangsmåten, og kan argumenteres for å bidra til å bli bedre kjent med dataene ettersom dette er en tidkrevende prosess hvor man må lytte nøye gjennom lydopptakene gjentatte ganger. Jeg leste nøye gjennom den transkriberte dataen både underveis i transkriberingen og flere ganger i etterkant for å forsikre meg om at jeg hadde god kontroll over dataen. Deretter benyttet jeg meg av både fase 2 og 3 på samme tid. Selv om Braun og Clarke skiller mellom disse to fasene i en kronologisk rekkefølge ble praktiseringen av dette preget av at begge foregikk på samme tid. Fase 2 handler om å generere innledende koder hvor man identifiserer trekk ved dataene og hva som er interessant. Koding vil til en viss grad avhenge om temaene er datadrevet eller teoridrevet. Fase 3 handler om å søke etter temaer hvor de ulike kodene sorteres i potensielle temaer (Braun & Clarke, 2006). I praksis gikk jeg først gjennom dataene og markerte interessante og tematisk relevante utsagn fra informantene, samt skrev notater om tematikk og

sammenhenger underveis. Videre utformet jeg en tabell for hvert utvalg med hensikt å kode dataene etter ulike temaer, hvor noen av temaene ble dannet på basis av dataene og andre på basis av overskriftene og temaene som var fastsatt i intervjuguiden på forhånd. I lys av Braun og Clarke kan det argumenteres for at kodingen både var datadrevet og teoridrevet ettersom temaene i intervjuguiden var basert på tidligere forskning og teoretiske tilnæringer til tematikken (Braun & Clarke, 2006). I lys av Kvale og Brinkmann (2015) benyttet jeg meg av både *meningsfortetting* og *meningsfortolkning* i kategoriseringen av den transkriberte dataen. Meningsfortetting resulterer i en forkortelse av informantens uttalelser, hvor få ord benyttes for å beskrive det informanten har fortalt. Ifølge Kvale og Brinkmann er det viktig å beskrive så nært som mulig informantens synsvinkel som mulig underveis i meningsfortettingen. En fordel med denne fremgangsmåten er blant annet å få en oversikt over lange og komplekse intervjutekster. I tråd med en fenomenologisk basert meningsfortetting er det essensielt med nyanserte og rikholdige beskrivelser av det som studeres i informantens dagligspråk. Videre har jeg i analysen brukt mye tid på meningsfortolkning, som innebærer det å søke etter betydningsrelasjoner og meningsstrukturer som ikke fremtrer umiddelbart i den transkriberte teksten. Fortolkningen vil videre muliggjøre en rekontekstualisering av utsagnene innenfor fylldigere referanserammer (Kvale & Brinkmann, 2015). Tabell 3 viser et eksempel på hvordan kodingen foregikk i praksis:

Tabell 3: *Meningsfortetting og meningsfortolkning*

<b>Kode/tema</b>	<b>Sitat</b>	<b>Meningsfortetting</b>	<b>Meningsfortolkning</b>
Å ofre det sosiale for idretten	« <i>Alle vennene mine er jo ute og fester og sånn. Mens jeg kan ikke, eller noen ganger så er jeg der jo. Men ikke drikking og alt sånn der liksom. Jeg må hjem tidligere enn alle andre og. Siden det er trening dagen etter. Så det er jo også mye på fritiden som går bort skulle jeg til å si. Man må legge bort det på en måte. Legge vekk fritiden for å komme lengst mulig da.</i> »	Alle vennene mine fester, jeg må hjem tidligere på grunn av trening. Må legge fritiden bort for å komme langt.	<p>Opplever det som utfordrende å gå glipp av det sosiale til fordel for fotballen.</p> <p>Profesjonaliteten i klubben medfører et ansvar til å være idrettsutøver som er konstant, også på fritiden.</p> <p>Ambisjoner om en toppidrettskarriere fungerer som en motivator for å begrense sosialt liv.</p>

Tabellen viser hvordan jeg har tatt utgangspunkt i utøvernes egne formuleringer i meningsfortettingen og videre tolket dette basert på teori og tidligere forskning på tematikken. I tråd med fenomenologien og hermeneutikken har jeg forsøkt å finne meningen bak det informantene sier og videre oppnå en dypere forståelse av deres livsverden og erfaringer i overgangsfasen (Thagaard, 2003). Tabellen eksemplifiserer også hvordan noen svar faller innenfor flere av kodene, da sitatet også kan knyttes til eksempelvis mestring av stress.

Braun og Clarke sin fase 4 omhandler gjennomgang av temaer, hvor det etterstrebes klare og identifiserbare skiller mellom temaer og en meningsfull sammenheng mellom dataene og temaet (Braun & Clarke, 2006). Dette var en kontinuerlig prosess underveis i prosjektet hvor jeg fokuserte på å forme temaene basert på likhet og ulikheter i informantenes svar. Noen av temaene som inngår i de bredere kategoriene som presenteres senere i kapittelet er blant annet press fra foreldre, økonomiske barrierer i kvinnefotball og klubbens samarbeid med samarbeidsklubb.

Fase fem handler om det å definere og avgrense temaene som skal presenteres i analysen på en tydelig måte. Braun og Clarke (2006) understreker viktigheten av at navnene på temaene er konsise og umiddelbart gir leseren en forståelse av hva temaet handler om. Til slutt omfatter fase 6 den endelige analysen og forskerens evne til å fortelle den kompliserte historien til dataene på en logisk, sammenhengende og interessant måte i lys av forskningsspørsmålet (Braun & Clarke, 2006). I arbeidet med analysen opplevde jeg at også disse to fasene ble gjennomført på samme tid. Jeg jobbet mye med å utarbeide temaer som var i tråd med både dataene, teoretisk ramme og tidligere forskning på feltet. Braun og Clarke understreker viktigheten av tilstrekkelig bevis på temaene i dataene i fase 6 (Braun & Clarke, 2006), noe som førte til at noen av temaene ble erstattet på basis av manglende mengde data innenfor visse tematikker. I den anledning er det verdt å nevne at intervjuguiden inkluderte skader som egen tematikk, på bakgrunn av hvordan skader kan være destruktivt for utøvere som ønsker en karriere i fotball. Dette utøverutvalget hadde imidlertid ikke noe særlig erfaring med skader, og jeg anså derfor tematikken å ikke være særlig relevant i denne studien i lys av mangel på tilstrekkelig data.

På basis av denne prosessen ble analysedelen strukturert i to kategorier; *Stresskilder i junior til senior-overgangen* og *Mestring og sosial støtte*. De to hovedtemaene består også av flere underkategorier. Stresskilder i junior til senior-overgangen har underkategoriene sportslige stresskilder og utenomsportslige stresskilder. Sportslige stresskilder omhandler, i likhet med kapittel 2.3 og 2.4, de stresskildene som er knyttet direkte til idrettskonteksten, altså på trening, i kamp og ellers på klubbens klubbhus. Knyttet til sportslige stresskilder finner man

undergruppene *Nivåforskjell* og *Eksterne og interne forventninger*. Nivåforskjell omhandler den mest fremtredende utfordringen i overgangen, hvilke er det høye nivået utøverne møter på A-laget. Både utøverne og trenerne beskriver hvordan dette oppleves, hvordan det kan medføre stress, og videre være barrierer for en bærekraftig utvikling og overgangsprosess. Videre handler eksterne og interne forventninger om de forventningene utøverne møter fra både trenere, medspillere, seg selv og utenfra. Utenomsportslige stresskilder omhandler de stresskildene som ikke er direkte relatert til idrettskonteksten, men allikevel kan påvirke utøvernes utvikling og overgangsprosess. Her kategoriseres stresskildene i følgende underkategorier; *Å ofre det sosiale for idretten* og *Dual career*. Basert på både utøvernes og trenernes utsagn betegner underkategoriene de stresskildene som viste seg å være mest fremtredende i overgangen. *Å ofre det sosiale for idretten* handler om hvordan toppidrettens tilsynelatende krevende hverdag legger føringer for utøvernes sosiale liv utenfor fotballen. *Dual career* handler om hvordan det å balansere utdanning og idrett viser seg å være en fremtredende stresskilde for utøverne, samtidig som kapittelet også belyser hvordan profesjonaliseringen av kvinnefotball påvirker utøverne og hvordan økonomi kan oppleves som en barriere i kvinnefotball.

Kapittelet om mestring og sosial støtte tar for seg hvordan utøvere håndterer overgangen fra junior til senior, med fokus på hvilke mestringsstrategier som blir benyttet av utøverne, og hvilken sosial støtte som viser seg av betydning i overgangsprosessen. Underkategoriene i dette kapittelet er følgende; *Sosial støtte*, *trener-utøver-relasjonen* og *trener-utøver-relasjonen – kjønnsdimensjonen*. Sosial støtte omhandler hvilke former for sosial støtte som oppleves og fra hvem. *Trener-utøver-relasjonen* handler om hvordan utøvere og trenere opplever trener-utøver-relasjonen. Sistnevnte underkategori tar for seg det å være mannlig trener til kvinnelig utøver, ettersom dette i stor grad er gjeldende i den mannsdominerte fotballidretten. Derav belyser kapittelet hvordan utøverne og trenerne opplever denne dynamikken, og hvilke eventuelle positive eller negative erfaringer de har knyttet til dette. Til slutt ble det utarbeidet et eget kapittel med formål om å ytterligere diskutere funnene i et mer holistisk syn, som blant annet inkluderer sammenhengen mellom de ulike stresskildene og mestringen av dem, samt klubbens syn på utvikling av talenter.

Det er viktig å bemerke at jeg har samarbeidet delvis med en medstudent om koding av data, da vi som nevnt samarbeidet om gjennomføringen og transkriberingen av intervjuene. I starten av kodingsfasen ble vi enige om å kode hver for oss, etterfulgt av en sammenligning av hvorvidt vi hadde trukket ut lignende koder og utsagn fra informantene.

En kvalitativ tilnærming kan både ha en induktiv- og deduktiv karakter (Thagaard, 2003). En induktiv tilnærming innebærer at analysen av dataene avgjør utviklingen av det teoretiske perspektivet. En deduktiv tilnærming tar utgangspunkt i hypoteser fra tidligere teorier. Mellom induksjon og deduksjon finner man abduksjon, som fremhever det dialektiske forholdet mellom data og teori. Abduksjon understreker også hvordan forskerens teoretiske bakgrunn påvirker fortolkningen av dataenes meningsinnhold (Thagaard, 2003). Denne studien tar i lys av Thagaard (2003) utgangspunkt i en abduktiv tilnærming, hvor forståelsen av fenomenet som studeres både kan knyttes til min oppfatning av dataens meningsinnhold, etablert teori og empiri fra tidligere forskning.

#### 4.4 Forskningens kvalitet og etiske refleksjoner

Kvaliteten i kvalitativ forskning har vært gjenstand for en pågående diskusjon i litteraturen (Wahyuni, 2012). Kvalitativ forskning har møtt kritikk om å mangle generaliserbarhet sammenlignet med kvantitativ forskning. Den kvantitative tradisjonen vektlegger på sin side reliabilitet og validitet som viktige forutsetninger for generaliserbarhet (Wahyuni, 2012). Reliabilitet refererer til forskningens konsistens og troverdighet, og behandles ofte i sammenheng med spørsmålet om hvorvidt samme resultat kan reproduseres av andre forskere på andre tidspunkt (Wahyuni, 2012; Kvale & Brinkmann, 2015). Validitet omhandler hvorvidt en metode er egnet til å undersøke det gitte fenomenet og derav hvorvidt funnene reflekterer dette fenomenet. Graden av hvorvidt resultatene kan generaliseres til en større populasjon har imidlertid vært hovedpoenget i kritikken av kvalitativ forskning (Wahyuni, 2012).

Reliabilitet og validitet kan dog betraktes å falle litt utenfor det kvalitative landskapet, da kvalitativ forskning opererer i ulike domener med andre agendaer enn kvantitativ forskning. I kontrast til kvantitative metoder, søker kvalitativ forskning å produsere fortolkende kunnskap om og forståelse av sosiale fenomener og prosesser med et større fokus på det kontekstuelle (Wahyuni, 2012). Mays og Pope (2000) argumenterer i den sammenhengen for at kvalitet i kvalitativ forskning kan vurderes i lys av begrepene benyttet i kvantitativ forskning, men burde operasjonaliseres på en måte som tar høyde for de spesifikke formålene med kvalitativ forskning. Det er flere kvalitative kvalitetsbegreper som i forskning benyttes som alternativer for reliabilitet, validitet og generaliserbarhet. Thagaard (2003) presenterer begrepene *troverdighet*, *bekreftbarhet* og *overførbarhet* som mulige alternativ som vil være utgangspunktet for denne oppgaven.

### *Troverdighet*

Troverdighet omhandler forskerens redegjørelse for hvordan data utvikles (Thagaard, 2003). Subjektiviteten i kvalitative studier resulterer i at troverdighet ikke kan tilknyttes fastlagte kriterier, særlig med tanke på at forskeren ikke kan oppfattes som uavhengig i forhold til informanten i studier hvor mennesker interagerer med hverandre. Derfor må forskeren argumentere for troverdighet gjennom en grundig redegjørelse av dataens utvikling underveis i forskningsprosessen. Knyttet til dette burde forskeren ifølge Thagaard (2003) etterstrebe å skille mellom informasjon oppnådd under feltarbeid og egne tolkninger av denne informasjonen. I dette prosjektets analysedel etterstrebes det derfor å skille mellom direkte informasjon fra informantene og mine vurderinger av denne informasjonen. Lydopptakeren bidrar til å øke troverdigheten sammenlignet med egne forskningsnotater da man har tilgang til direkte sitater av informantenes utsagn (Thagaard, 2003).

Troverdigheten kan også styrkes gjennom at flere forskere deltar i prosjektet (Thagaard, 2003). Ettersom vi var to studenter som samarbeidet om intervjuene av utøverutvalget, valgte vi å delvis analysere funnene sammen. Dette innebar at vi gjennomførte kodingen og analysen hver for oss, etterfulgt av å diskutere funnene oss imellom for å evaluere hvorvidt vi trakk frem lignende funn som relevante. I lys av Thagaard (2003) kan man argumentere for at et slikt samarbeid styrker troverdigheten i prosjektet. Wahyuni (2012) trekker frem begrepet pålitelighet (eng. *Dependability*) som en parallell til det kvantitative reliabilitetsbegrepet og forklarer at pålitelighet omhandler å ta hensyn til endringene som skjer underveis og hvordan disse påvirker måten forskningen utføres på. I lys av Wahyuni (2012) kan pålitelighet oppnås gjennom en detaljert forklaring av forskningsdesignet og prosessen for å muliggjøre å følge et lignende forskningsrammeverk for fremtidige forskere. Den detaljerte beskrivelsen av utvalget og analyseprosessen kan anses å styrke påliteligheten i dette prosjektet. I lys av dette er tilgang til felt og rekruttering av informanter beskrevet systematisk.

For å etterstrebe troverdighet er det ifølge Kvale og Brinkmann (2015) viktig at forskeren er bevisst på bearbeidingen av dataen, både knyttet til selve intervjusituasjonen, transkriberingen og analysen. Knyttet til intervjusituasjonen er særlig ledende spørsmål problematisk dersom man etterstreber troverdighet, hvor svarene deretter kan betraktes som formet av forskeren mer enn informantenes selvstendige refleksjoner (Kvale & Brinkmann, 2015). Jeg var bevisst rundt dette i formuleringen av spørsmålene i intervjuguiden slik at spørsmålene var mest mulig åpne. Dersom jeg var nødt til å omformulere spørsmålene underveis i intervjuet veide jeg ordene nøye for å unngå at jeg ledet informantene i en spesifikk retning. I forbindelse med transkriberingen peker Kvale og Brinkmann (2015) på hvordan også



denne prosessen kan være gjenstand for troverdighetsutfordringer dersom to ulike personer transkriberer samme uttalelse og resultatet blir ulikt. Jeg valgte å transkribere samtlige uttalelser i intervjuet for å fange opp all potensielt relevant informasjon og unngikk derfor å være selektiv i denne delen av prosessen. Dersom jeg hadde valgt å ikke transkribere deler av intervjuet på basis av at jeg anså det som lite relevant, kunne jeg ha gått glipp av sammenhenger og informasjon som jeg underveis i lesingen og kodingen av transkribert data fikk øynene opp for.

### *Bekreftbarhet*

Thagaard (2003) forklarer at bekreftbarhet er knyttet til tolkningen av resultatene. Her understrekes viktigheten av forskerens kritiske gjennomgang av grunnlaget for egne tolkninger. En faktor som påvirker forskerens tolkninger er blant annet posisjonering knyttet til miljøet som studeres, altså hvorvidt forskeren er utenforstående eller knyttet til miljøet. Forskerens kjennskap til miljøet kan anses å både være en styrke og en begrensning. Kjennskap til miljøet bidrar til en større forståelse av informantenes erfaringer og resultatene kan være bekreftende for forståelsen forskeren utvikler underveis. På den andre siden kan forskerens egne erfaringer overskygge informantenes utsagn dersom det ikke er samsvar mellom disse, hvor viktige nyanser kan bli mistet. Dersom forskeren ikke kjenner til miljøet kan det derimot være utfordrende å sette seg inn i og forstå informantenes erfaringer, selv om dette ståstedet på sin side kan bidra til at forskerens egne erfaringer i mindre grad påvirker tolkningen av resultatene (Thagaard, 2003). Min interesse for dette prosjektets tematikk er blant annet gjennom egen erfaring med å være en kvinnelig utøver i overgangen til seniornivå med ambisjoner om å bli en elitefotballutøver. Jeg kan derfor dels kjenne meg igjen i noen av erfaringene informantene uttrykker, samtidig som jeg ikke har erfart en slik overgangsprosess i et profesjonelt miljø på elitenivå. I lys av Thagaard (2003) kan min erfaring bidra til en økt forståelse av informantenes erfaringer, samtidig som jeg anerkjenner hvordan deres erfaringer kan være ulik basert på kontekst. I tillegg til nivåforskjell kan det også argumenteres for at profesjonaliseringen av kvinnefotball i dag er noe helt annet enn da jeg selv var aktiv utøver, hvorav det er forventet at utøvernes erfaringer er noe annerledes enn mine egne.

Wahyuni (2012) trekker også paralleller til validitetsbegrepet, hvor *kredibilitet* (eng. *Credibility*) relaterer til intern validitet og overførbarhet (eng. *Transferrability*) til ekstern validitet. Kredibilitet handler om hvorvidt dataen gjenspeiler det observerte fenomenet. Med andre ord hvorvidt studien faktisk måler det den skal måle. Relevansen i studiens utvalg er det første steget til kredibilitet Wahyuni (2012), hvor det strategiske utvalget i denne studien på basis av dets relevans for forskningsspørsmålet kan betraktes som en styrke. En annen

kredibilitetsindikator er triangulering, som innebærer sammenligning av resultater fra to eller flere datakilder (Wahyuni, 2012; Mays & Pope, 2000). Det kan argumenteres for at dette prosjektet benytter seg av triangulering da trener- og utøverutvalget belyser sine erfaringer om fenomenet på ulike måter, hvor dette gir grunnlag for å utvikle en overordnet tolkning av fenomenet. Mays og Pope (2000) argumenterer imidlertid for at triangulering burde ses på en fremgangsmåte for å sikre helhet og oppmuntre til en refleksiv analyse av dataene, heller enn en ren validitetstest.

### *Overførbarhet*

Overførbarhet innebærer ifølge Thagaard (2003) hvorvidt og hvordan forståelsen som utvikles i løpet av prosjektet kan vise seg å være relevant i andre situasjoner. Hermeneutisk filosofi fremhever en forståelse av kunnskap som kontekstuell, hvilket understreker hvordan informasjon oppnådd gjennom intervjukonteksten ikke nødvendigvis gir grobunn for sammenligning på tvers av modaliteter og kontekster (Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2003). Teoretisk orienterte studier har som formål at tolkningen skal ha relevans utover den enkelte studien, hvor det er ønskelig at forskeren argumenterer for hvordan resultater fra en studie av en sammenheng kan trekkes videre til andre sammenhenger og vise sin relevans der (Thagaard, 2003). Denne studien er ikke rent teoretisk orientert, men har derimot inspirasjon fra teori i dens utforming, samt en teoretisk forankring i analysen av resultatene. Thagaards forståelse av overførbarhet gjenspeiles også i Wahyunis begrep om overførbarhet eller transferrability. Wahyuni (2012) peker her på hvordan rike beskrivelser av funn i kvalitative studier gir muligheter for overføring av kunnskap til andre bransjer og studier. I tråd med fenomenologiens vektlegging av individers livsverden kan informantenes erfaringer betraktes som grunnlaget for forståelsen av fenomenet (Thagaard, 2003). Resultatene vil derfor være basert på informantenes individuelle kontekst, hvor jeg anerkjenner at det kontekstuelle aspektet kan gjøre overførbarhet utfordrende. Jeg sikter derfor på å ta høyde for deres kontekst i det jeg trekker funnene videre til eventuelle andre situasjoner. Med dette sikter jeg til hvordan informantene er del av en klubb med sin egen indre logikk og særegne karakteristikker, hvor dette vil variere i andre klubber som eventuelt kan dra nytte av resultatene i denne studien. Likevel kan funn i tidligere forskning som samsvarer med denne studiens resultater anses å være styrkende knyttet til overførbarhetskriteriet (Thagaard, 2003). I tråd med de andre kvalitetskriteriene for kvalitativ forskning gir fortolkning et grunnlag for overførbarheten, hvor kritiske vurderinger av forskerens egen fortolkning burde etterstrebes (Thagaard, 2003).

### *Etiske retningslinjer*

Etiske spørsmål i intervjuundersøkelser omhandler blant annet hvorvidt informantenes interesser og behov respekteres, samt hvilke konsekvenser deltakelse i prosjektet vil ha for deltakerne (Kvale & Brinkmann, 2015). Kvale og Brinkmann (2015) belyser intervjuundersøkelsens etiske retningslinjer ved bruk av fire tradisjonelt forankrede områder; informert samtykke, fortrolighet, konsekvenser og forskerens rolle. Informert samtykke handler om å informere deltakere om undersøkelsens formål og hovedtrekk, samt fordeler og risikoer ved deltakelse. I planleggingen av denne studien ble det utarbeidet et meldeskjema som ble sendt inn til Kunnskapssektorens tjenesteleverandør (Sikt) (vedlegg 2). Dette innebærer at Sikt vurderer behandlingen av personopplysninger og ivaretagelse av personvern i forskningsprosjektet (Sikt, u.å.). Videre ble utvalget informert om prosjektet både gjennom informasjonsskriv (vedlegg 1) på e-post og muntlig i forkant av intervjuene. Samtlige ble spurt om samtykke for å delta i prosjektet både skriftlig og muntlig. Informasjonsskrivet inneholder også informasjon om fortrolighet i tråd med Kvale og Brinkmann (2015), hvor jeg beskrev informantenes rettigheter knyttet til hvem som har adgang til datamaterialet, deres muligheter for adgang til analysen og transkripsjonen av dataene, og hvordan dette behandles underveis i prosjektet.

Hvilke konsekvenser deltakelse i prosjektet innebærer kan ses i sammenheng med konfidensialitet, hvilket refererer til en enighet mellom forsker og informant om grad av anonymisering (Kvale & Brinkmann, 2015). Både i informasjonsskrivet og muntlig ble informantene informert om hvordan både by, klubb, relaterte institusjoner, navn og andre gjenkjennbare personlige opplysninger ville anonymiseres for å beskytte deres identitet underveis i prosjektet og i etterkant. Hvordan dette fremkommer i teksten belyses i kapittel 5.4. Ettersom individuelle ulikheter basert på alder og erfaring påvirker overgangen fra junior til senior, anså jeg det som vesentlig å presentere noen kjennetegn ved informantene som vist i Tabell 1 og 2. Utvalgene vil ikke kunne gjenkjennes på basis av denne generelle informasjonen.

Til slutt handler forskerens rolle om hvorvidt forskningsatferden er moralsk ansvarlig (Kvale & Brinkmann, 2015). Ettersom intervjumetoden innebærer at forskeren er det viktigste redskapet for innhenting av kunnskap, øker betydningen av forskerens integritet i denne sammenhengen. Forskerrollen kan dels anses å falle innunder bekræftbarhetskriteriet, hvor offentliggjøring av funn burde være så representativt og nøyaktig for forskningsområdet som mulig (Kvale & Brinkmann, 2015). Samtidig er anerkjennelsen av forskerens relasjon til informantene og miljøet vesentlig, som diskutert tidligere (Thagaard, 2003). Asymmetrisk maktforhold er som nevnt i kapittel 4.4 et aspekt ved intervjusituasjonen som burde anerkjennes

knyttet til forskerrollen. Fortrolighet kan i denne sammenhengen forsterkes gjennom forskerens åpenhet om behandlingen av data og informantenes rettigheter. Fortolkning av forskningen er en kritisk prosess hvor det å skille mellom hva som er fortolkning og hva som er informantenes faktiske utsagn er vesentlig (Kvale & Brinkmann, 2015), hvilket i stor grad etterstrebes i analysedelen.

## 5. Analyse og diskusjon

Analysen vil inneholde sentrale funn i studien og diskutere disse opp mot teoretisk rammeverk og tidligere forskning knyttet til stress og overgangen fra junior til senior.

Kapittelet sikter på å svare på studiens forskningsspørsmål; *Hvilke stresskilder opplever kvinnelige fotballutøvere i overgangen fra junior til senior i en toppserieklubb? Hvilke stresskilder opplever deres trenere at utøverne opplever i denne overgangen? Og hvordan opplever utøverne og deres trenere at utøverne mestrer disse stresskildene?*

Forskningslitteraturen viser at overgangen fra rekruttlag til A-lag bringer med seg en rekke sportslige og utenomsportslige utfordringer (Lazarus, 2000, 2006; Wylleman et al., 2004). Spesielt kan overgangen være utfordrende med tanke på alle kravene som møter en ung og lovende utøver, og alderen hospitantutøvere befinner seg i som er preget av en rekke utenomsportslige overganger som er av betydning for utøvernes utviklingsløp (Wylleman et al., 2004; Auweele et al., 2004). Derav finner man blant annet overgangen til videregående skole, kroppslig utvikling og mindre fritid med mer. Med forbehold om at denne perioden vil være unik for den enkelte utøveren, er det noen likhetstrekk som kan tenkes å gå igjen i denne perioden når det kommer til opplevde stresskilder (Lazarus, 2000, 2006; Wylleman et al., 2004).

Første analysekapittel vil ta for seg erfaringene som både utøvere og trenere i den studerte klubben trekker fram som mest fremtredende i perioden utøverne hospiterer med A-laget. Sportslige stresskilder omhandler, i likhet med kapittel 3.2 og 3.3, de stresskildene som er knyttet direkte til idrettskonteksten, altså på trening, i kamp og ellers på klubbens klubbhus. Utenomsportslige stresskilder omhandler de stresskildene som ikke direkte er relatert til idrettskonteksten, men allikevel kan påvirke utøvernes utvikling og overgangsprosess. Både utøverne og trenerne beskriver hvordan dette oppleves og hvordan stresskildene kan være barrierer for en bærekraftig utvikling og overgangsprosess. Videre handler det neste analysekapittelet om hvordan både utøvere og trenere opplever at utøvere håndterer de fremtredende stresskildene. For å vektlegge et fokus på tematikk og ikke perspektiv, vil både utøvernes og trenernes erfaringer presenteres og diskuteres fortløpende. Sitatene presenteres med anonymiserte koder av trenere og utøvere som nevnt i metodekapittelet.

## 5.1 Stresskilder i junior-til-senior-overgangen

### *Sportslige stresskilder*

#### *Nivåforskjell*

Først og fremst blir nivåforskjell, og derunder høyere intensitet, krav om høyere fokus, tekniske, taktiske og mentale ferdigheter trukket fram av samtlige trenere og utøvere som fremtredende krav i hospiteringsfasen. Utøverne trekker særlig fram krav om høyere fokus og intensitet som fremtredende i begynnelsen av hospiteringen. Høyere fokus kan også tolkes å korrelere med krav om mentale ferdigheter, da det ut ifra informantenes utsagn synes å betegne det å være oppmerksom og til stede på trening. Intensitet kan tolkes å omhandle økt tempo på trening knyttet til mengde løping og det å handle raskt i stressende situasjoner. Dette bekrefter funn fra Stambulova et al. (2012) og McGreary et al. (2021) som viser at utøvere i overgangen fra junior til senior blir møtt med høyere standarder tilknyttet trening og prestasjon enn tidligere erfart.

En utfordring som blir nevnt av samtlige som hospiterer med A-laget og trenere, er hvordan nivåforskjellen mellom rekruttlaget og A-laget utfordrer utøvernes evne til å tilpasse seg nivået. De som hospiterer med A-laget, trener periodevis med A-laget etterfulgt av perioder med rekruttlaget som er deres hovedgruppe. De utøverne som hospiterer med A-laget er dermed nødt til å tilpasse seg et mye høyere nivå i en periode, etterfulgt av å evne å opprettholde dette nivået når de kommer tilbake på rekruttlagstrening. På den ene siden opplever utøverne det som utfordrende å skulle tilpasse seg A-lagets høye nivå. På den andre siden kan det oppleves som utfordrende når man er tilbake på trening med rekruttlaget etter å ha tilpasset seg A-lagets nivå. U2 forklarer det slik;

*«Jeg føler det er vanskeligere å gjøre det [tilpasse seg] til rekrutt etter jeg har vært på A-laget (...) Når jeg på en måte har vært med der [A-laget] så er det sånn at jeg tilpasser meg for hver dag. (...) Også første treningen med rekrutt så er jeg kanskje litt sliten og litt mye i hodet og sånt, så er det litt vanskelig å holde seg på det nivået. Jeg får den alltid på venstrefoten når jeg skal framover, og her [rekrutt] får jeg den på høyre liksom.» -U2*

U2 beskriver hvordan denne perioden er belastende både fysisk og mentalt, og at det å holde seg på et jevnt høyt nivå oppleves som utfordrende. Utøvernes opplevde utfordring med å tilpasse seg nivået stemmer overens med McGreary et al. (2021) sine funn om hvordan både tidligere og nåværende overgangsutøvere opplevde vanskeligheter med å tilpasse seg standardene for profesjonell seniorfotball. U2 beskrev hospiteringen med A-laget som sjokkerende grunnet nivåforskjellen mellom rekruttlaget og A-laget, hvor det kan tolkes at hun

ikke var forberedt på hvor stor nivåforskjellen var i forkant. Hun reflekterer videre over hvordan nivåforskjellen kan ha en negativ innvirkning på hennes prestasjon og mentalitet;

*«Man kan jo miste litt selvtillit da og gjøre det dårlig. (...). Så hvis man bare spiller og ikke er seg selv, så er det vanskelig å kunne være best og. Så det påvirker sånn, ja mentaliteten og hvis man hele tida blir på en måte pusha ned. Man klarer ikke å pushe seg opp igjen, ved at man ikke klarer å være 100%.» -U2*

T4 og T2 bekrefter hvordan det å tilpasse seg et høyere nivå og opprettholde det på rekruttlaget i etterkant kan være utfordrende;

*«Så må du fortsatt prestere på høyt nivå, og det er en stor utfordring. Å klare å liksom opprettholde det nivået som kreves i A-lagstrening når du er på et annet sted, på et lavere nivå i trening.» -T4*

*«De [hospitantene] er frustrerte når de må tilbake til rekrutt. Nivåforskjellen mellom A-laget og rekrutt er så høy, at det er ikke optimalt for de å være i rekruttgruppa hvis de trener med A-laget. Vi har **samarbeidsklubb** som er litt over rekrutt [1. div], men fortsatt ikke i nærheten av A.» -T2*

I tillegg til å kaste lys over hvordan hospiteringsordningen i klubben fra trenernes perspektiv ikke er velfungerende grunnet den høye nivåforskjellen, snakker T2 også om hvordan et samarbeid med en samarbeidsklubb er et tiltak for å bedre denne overgangen. Litt bakgrunnsinformasjon for dette samarbeidet er at det er en nærliggende samarbeidsklubb som klubben benytter seg av for både rekruttering av utøvere og som en mulig mellomstasjon på veien til A-laget som eksemplifisert i sitatet. Samarbeidsklubben trener på samme bane, benytter seg delvis av klubbhuset, og vektlegger ifølge T2 lignende metodikk som klubben for at det skal være lettere for utøvere å tidvis trene med samarbeidsklubben. Samarbeidsklubben er i 1. divisjon, hvilket er midt imellom rekruttlaget som er i 2. divisjon og A-laget som spiller i Toppserien. Det er vel og merke en mindre profesjonalsert klubb sammenlignet med klubben som studeres, da støtteapparatet og rammene rundt utøverne ikke er like omfattende. Det kommer vel og merke frem i sitatet til T2 at også nivåforskjellen fra samarbeidsklubben til A-laget er for høyt for å lette overgangen noe særlig. Dette resulterer ifølge T1 i at en overgang mellom de to vil medføre mye av de samme utfordringene som en overgang fra rekruttlag til A-lag bringer med seg. Samtlige trenere nevner nivåforskjellen mellom A-laget og rekrutt som en utfordring knyttet til hospitering. På en side er utfordringen som nevnt knyttet til hvordan utøvere kan slite med å tilpasse seg nivået. På en annen side kan man i lys av et trenerperspektiv

se utfordringen om å produsere A-lagsutøvere på en kontinuerlig basis, hvor nivåforskjellen kan være en barriere for å dra nytte av rekruttlaget som et sted å produsere topputøvere fra. T1 forklarer det slik;

*«Det gapet [mellom rekrutt og A-lag] er nok større her enn det er veldig mange andre plasser. Så har du kall det konkurrentene våre, det ene laget velger å ikke ha rekruttlag. (...) Og av x antall årsaker, for vi og ser jo store utfordringer med det. For hvis man ser hvor mange spillere får man hentet opp. I fjor var det vel 0. I år er det nok 1, kanskje 2 i løpet av året.» -T1*

Videre forklarer T1 hvordan rekruttstallen er for ung sammenlignet med A-laget, noe som også blir nevnt som en utfordring av T4 og T3. Sitatet til T1 viser også hvordan den studerte klubben kan skille seg fra andre når det kommer til hospiteringsordningen, hvilket poengterer hvordan junior til senior-overgangen kan se annerledes ut i andre toppserieklubber i Norge. T1 poengterer også hvordan hospiteringsordningen i klubben etter hennes skjønn ikke nødvendigvis er den mest velfungerende løsningen dersom man tar produksjonen av A-lagsutøvere i betraktning. I lys av Lazarus og Folkman kan det argumenteres for at måten både utøverne og trenerne beskriver konsekvenser av nivåforskjellen, kan betraktes som stresskilde som videre kan påvirke selvtillit og prestasjon. En kan tolke beskrivelsen som et bilde på hvordan stress er en dynamisk kognitiv tilstand, hvor intensiteten og varigheten varierer basert på de hvordan miljøkravene mottas av utøveren i den gitte situasjonen (Kristiansen & Berntsen, 2021; Sæther et al., 2017; Fletcher et al., 2006). I denne sammenhengen kan det å hospitere med A-laget i lys av informantenes utsagn medføre negative stressreaksjoner i form av å ikke klare å prestere i tråd med kravene og forventningene som er satt. U3 snakker også om hvordan denne overgangen påvirker mentaliteten hennes på trening;

*«Nei der [rekrutt] er jeg jo meg selv hundre prosent da. (...) der [rekrutt] kjenner man jo alle og det er jo på en måte to forskjellige lag. Så der er jo laget mitt som jeg er meg selv og tørr mer å prøve på ting. Tørr å ta det skuddet eller å drible. Men på A-laget så er det sånn at, jeg må ikke gjøre det safe, men jeg tørr kanskje ikke å prøve på det jeg prøver på der [rekrutt] da. (...) Man vil jo liksom ikke feile da. Hvis man mister ballen så er det kanskje. Da får man liksom høre det da.» -U3*

Ikke bare belyser dette utsagnet hvordan usikkerhet knyttet til et nytt lag kan skape en barriere for å prestere dersom man er redd for å gjøre feil, men også hvordan utøveren knytter dette til det å være trygg på medspillere og kjenne til laget sitt. Frykten om å gjøre feil ble nevnt av flere utøvere, og bekrefter funn fra McGreary et al. (2021) om hvordan hospitantutøverne opplevde



dette i møte med seniorutøvere. At U3 beskriver at man får høre det dersom man gjør feil, kan også hinte om en frykt for å ikke leve opp til seniorutøvernes forventninger, som kan knyttes til hvordan McGreary et al. (2021) fant at hospitantutøverne anså seniorutøverne som sine rollemodeller. Frykt for å gjøre feil kan også ses i tråd med primærvurderingen til Lazarus og Folkman, hvor konsekvensen av å feile kan oppleves som truende og skadelig for utøvernes utvikling og fremtid, eksempelvis dersom det å feile resulterer i å ikke få trene med A-laget i fremtiden (Kerdijk et al., 2016; Kristiansen & Berntsen, 2021; Fletcher et al., 2006). I tråd med dette nevner T1 og T4 at utøverne har en slags ærefrykt for seniorutøvere, hvilket kan tenkes å være en ekstra stressfaktor for utøverne. McGreary et al. (2021) forklarer dette som et resultat av hvordan den økte mediedekningen av kvinnefotball gjør muligheten til å se sine idoler mer tilgjengelig for utøvere. U2 beskriver hvordan møtet med A-lagsutøvere for henne handler om å vise at man har fortjent plassen;

*«Jeg må jo på en måte vise at, eller på en måte bevise for dem også at jeg på en måte har lagt ned den jobben for å være med til dem. For at det er fort at man bare tenker at ja nå er jeg med på trening og da må jeg bare på en måte gjøre det for trenerne så dem også skjønner det. Men det er jo på en måte vise, gi tillit til spillerne på laget og.» -U2*

U2 sitt utsagn kan på en måte tolkes som bekreftende for trenernes uttalelser om utøvernes ærefrykt for A-lagsutøverne. I tillegg viser utsagnet behov for å etablere en gjensidig tillit mellom hospitanter og A-lagsutøvere. Det å skulle bevise sin verdi på A-laget kan tolkes som en viktig stresskilde i tillegg til å skulle prestere i henhold til trenernes krav og forventinger. I tillegg til utfordringer som belyst over, ble også hospiteringsfasen beskrevet som gøy og motiverende, hvor det å være med på A-lagstrening ble beskrevet som positivt for egen utvikling av blant annet U1. Ut ifra informantenes utsagn kan det også tolkes som en følelse av anerkjennelse og ett steg nærmere å nå ambisjonene om å bli profesjonell fotballutøver. U2 og U1 beskriver sin første økt med A-laget slik;

*«Var veldig stolt. (...) Så det var mere å bare gripe den første sjansen for å vise at jeg har lyst til å være med mer.» -U2*

*«Veldig gøy. Det er veldig lærerikt og jeg føler på en måte, de periodene jeg er med å trener så føler jeg at jeg utvikler meg da.» -U1*

U2 og U1 beskriver hvordan hospiteringsfasen også er preget av positive følelser som kan synes å knytte seg til egen utvikling og anerkjennelse fra trenerne. Likevel henter U2 også om et mulig

stress eller press om å gripe sjansen når man får den, og da kanskje forventninger rundt til å prestere på et visst nivå i hospiteringsfasen. Dette kommer vi tilbake til i kapittelet om eksterne og interne forventninger.

Mange av utøvernes beskrivelser av hospiteringsfasen gjenspeiler seg i trenernes erfaringer knyttet til dette. Samtlige av trenerne nevner nivåforskjell og evne til å tilpasse seg det høye nivået som sentrale utfordringer særlig i begynnelsen av hospiteringen. De nevner økt belastning både fysisk og mentalt som fremtredende for hospitantene, noe de forsøker å forberede de på gjennom samtaler om hvordan hospiteringsperioden vil være. En av trenerne beskriver overgangen til A-laget slik;

*«Jeg opplever kanskje at det er det vanskeligste steget da, fordi at disse spillerne har jo blitt selektert hele veien, både på krets lag, kanskje landslag og inn til vårt rekruttlag. (...) Også skal dem selekteres også en gang til, men da må dem fortsatt, de må vise enda mer og strekke seg enda mer, også kan det hende at dem ikke klarer det. (...) det siste steget er liksom det høyeste trappetrinnet da.» -T4*

Sitatet peker på hvordan selekteringen av disse utøverne er utfordrende og at ikke alle klarer å håndtere denne overgangen. T3 nevner også hvordan noen tar dette steget kjappere enn andre, og legger dermed vekt på hvordan denne prosessen er svært individuell i tråd med Fletcher et al. (2006). T4 peker på hvordan overgangen skiller seg fra tidligere overganger, da det for noen utøvere kan være nytt og utfordrende å komme til ett nivå de mest sannsynlig ikke mestrer i første omgang. En av utøverne (U4) uttalte seg nettopp om at hun var vant til å være best, og mente overgangen til å være en av de «dårligere» på laget var utfordrende, noe som er i tråd med T4 sin refleksjon om overgangsfasen. U4 var imidlertid en av utøverne som ikke hadde erfaring med A-laget, men hennes opplevelse kan likevel tenkes å være tilstedeværende for hospitanter basert på T4 sitt utsagn. T2 snakker om hvordan perioden er preget av en miks av emosjoner, hvor eksempelvis spenning, nerver og forventninger har påvirkning på utøvernes psykiske velvære og tilstand. Samtlige trenere peker på følelser i sving som fremtredende blant utøverne. T2 forklarer det slik;

*«Det er naturlig at de vil oppleve så mange følelser. (...) Jeg tror det er forventet og naturlig, og vi må gjøre vårt beste for å hjelpe de i de samtale vi har med dem, og utdanne dem om hvordan det kommer til å være [å hospitere]» -T2*

T2 snakker i likhet med de andre trenerne om hvordan det er forventet og naturlig at følelsene vil gå opp og ned i og med at det er en utfordrende overgang. I tillegg legger trenerne vekt på hvordan de kontinuerlig jobber for å hjelpe utøverne å håndtere overgangen, som vi vil komme

tilbake til i kapittel 5.2. Spørsmålet er hvordan dette påvirker utøvernes prestasjon og motivasjon til å jakte en karriere i toppfotball. Kravene som settes til disse utøverne er høye, og de må ifølge trenerne stå i å prøve og feile mange ganger før de mestrer A-lagsnivået, særlig med tanke på nivåforskjellen mellom rekrutt og A-lag.

T1 beskriver hvordan A-lagshospitering kan føles for noen;

*«De er sjeldent de [hospitantene] går av banen litt sånn lettsindig sånn som A-spillerne gjør da for at i dag var en god følelse. (...) Du må håndtere å gå et løp hvor du flere ganger i uka nesten med 100% garanti går av feltet og ikke har noe særlig god følelse for at i dag lyktes det. Og det kan være krevende å stå i når du er 16-17 år (...)» -T1*

I tillegg til å bekrefte utøvernes negative følelser knyttet til å mislykkes i prestasjonen, nevner også T1 hvordan utøvernes alder kan gjøre overgangen mer krevende. Engan og Sæther (2018) fant nettopp at de yngste utøverne i et fotballakademi på herresiden rapporterte signifikant høyere evalueringsstress enn de eldre spillerne, hvor T1 sitt utsagn henter til at dette også er gjeldende i kvinnefotball. T4 beskriver hvordan hospitanter også opplever stress knyttet til tidsperspektivet på hvorvidt de blir tatt opp på A-laget eller ikke;

*«Jeg opplever også at dem er litt sånn stressa på hvor fort det skal gå, at de har lyst når de hospiterer, hvis de hospiterer i tre uker, så har dem lyst til at de skal være en del av A-laget liksom, men det kan godt hende at de egentlig må hospitere i to år, og det, så god tid opplever jeg at de sjelden har da. Og også foreldrene i det bildet der.» -T4*

T4 sitt utsagn gir også en indikator på at konkurranse om plassene er en fremtredende stresskilde, da utøverne opplever uro knyttet til når de blir tatt opp til A-laget. Dette ble også funnet av Kristiansen et al. (2012) i en studie på kvinnelige elitefotballutøvere i USA. I tillegg nevner T4 foreldre, som gjennom intervjuet ble beskrevet som varierende grad av involvert og støttende. I dette sitatet kan det ut ifra andre utsagn (fra T4) tolkes at han mener noen foreldre bidrar til å skape stress knyttet til når utøverne skal gjøre overgangen fra junior til senior, og at dette legger press både på utøveren og på klubben. Hvordan foreldreinvolvering har en innvirkning på overgangen fra junior til senior vil diskuteres videre i analysen, knyttet til sosial støtte.

I hvilken grad utøverne opplever stress knyttet til nivåforskjellen kan diskuteres. I lys av Lazarus' transaksjonsmodell er stress en pågående transaksjon mellom miljøkrav og personens ressurser, hvor stress videre forklares som en ubalanse mellom disse (Fletcher et al., 2006). Det kan derfor tolkes at utøverne opplever stress dersom de ikke føler de mestrer nivåforskjellen mellom rekruttlag og A-lag. Både trenere og utøvere peker på hvordan

utøvernes møte med denne nivåforskjellen for mange resulterer i mange emosjoner, frykt for å gjøre feil og vanskeligheter med møte standardene som er i A-laget. Det kan derfor tolkes at dette er fremtredende stresskilder for utøvere ettersom de i flere utsagn uttrykker at de ikke evner å møte disse kravene. Hvordan de håndterer dette stresset er imidlertid den avgjørende faktoren for hvordan dette stresset påvirker utøvernes utvikling i form av belastning (Bojkowski et al., 2020; Fletcher et al., 2006; Goodman et al., 2006; Kerdijk et al., 2016; Kristiansen & Berntsen, 2021). Dette diskuteres videre i kapittel 5.2.

### *Eksterne og interne forventninger*

Kravene utøverne opplever kan knyttes til de ulike forventningene hospitantene møter fra aktører knyttet til idrettskonteksten. Funnene til Morris et al. (2015) viser at kontinuerlig press fra blant annet trenere og støtteapparat om å prestere gjør forflytningen til senioridrett utfordrende for utøverne. Fra trenere møter utøverne i denne studien forventninger om å utvikle seg i henhold til mål de har satt på forhånd i samarbeid med trenere. I sammenheng med dette forventes det blant annet at de er fokuserte, tolket som oppmerksom og til stede underveis i treningen, at de gjør sitt aller beste og at de er godt forberedt både fysisk og mentalt før treninger og kamper. En utøver forklarer det slik;

*«(...) Trenerne forventer jo at jeg gir mitt beste og det gjør jo jeg selv og. Og jeg tenker sånn på en måte at hvis jeg har gitt mitt beste jobbet så er jo det bra nok. (...) det handler jo bare om å fortsette å utvikle seg. Så jeg tror egentlig alle har den forventningen om at man gir alt man har og hvis det ikke e bra nok så må man bare fortsette å trene.» - U2*

I tillegg til å belyse utøverens opplevelse av trenernes forventninger, kan en tolke disse forventningene som integrert i klubbens kultur, hvor det kan synes å være en enighet både blant lagkamerater og utøveren selv om legitimiteten i disse forventningene. Samtlige utøvere beskriver lignende forventninger fra seg selv, trenere og lagkamerater. I lys av Kristiansen et al. (2012) og Kristiansen og Stensrud (2017) kan forventningene utøverne har til hverandre og seg selv ses som en reaksjon på konkurransen om plassene og konstant sammenligning mellom utøvere, som kan tolkes å være tilstedeværende i dette utvalget. Selv om prestasjon naturligvis er en del av toppidrettskonteksten, kan sitatet belyse hvordan også egen utvikling viser seg å være en sentral del av fokuset i klubben. Dette bekreftes også av utsagnet til av U1;

*«Selv så forventer jeg jo at jeg gir alt da (...), gjør alt for laget for at vi skal vinne og lykkes med det vi på en måte prøver på. Også forventer jeg jo at hvis jeg har satt meg noen mål før den kampen, at jeg oppnår de målene» -U1*

Begge sitatene understreker utøvernes forståelse om at dersom de gjør sitt beste, er dette «*bra nok*», samt at trening er veien å gå for egen utvikling. På bakgrunn av utsagnene kan det tolkes at U1 og U2 har en viss psykologisk ro med tanke på egen utvikling. Dette kan også peke på individuelle forskjeller mellom utøvere hvor blant annet T3 poengterer at noen er mer utstyrt teknisk og mentalt til å ta steget enn andre, og at det er vanskelig å finne ut når en utøver er klar til å ta steget grunnet individuelle ulikheter;

*«Det er alltid et tøft steg å ta, noen tar det kjappere enn andre. (...) Noen av dem er mer utstyrt teknisk til å ta steget enn andre. Noen av dem er også bedre utstyrt mentalt til å ta steget enn andre. Så dette betyr at det er veldig vanskelig å finne ut når en spiller er klar for å ta steget, fordi alle er forskjellige.» -T3*

Utsagnet kan ses i lys av hvordan individuelle forskjeller knyttet til opplevelsen av stress med tanke på intensitet, varighet og respons gjør overgangen unik for hver enkelt utøver, hvor noen kanskje er mer disponible for å oppleve stress enn andre (Kristiansen & Berntsen, 2021; Sæther et al., 2017; Fletcher et al., 2006). Dette viser også hvordan selektering av hospitantutøvere kan være utfordrende fra et trenerperspektiv.

Andre krav utøverne trekker frem er forventninger om å være bevisst på faktorer utenfor treningstid som påvirker prestasjonen. U3 og U4 følte eksempelvis at det var utfordrende å ha forberedt seg nok med tanke på restitusjon, ernæring, søvn og andre lignende prestasjonspåvirkende faktorer utenfor selve treningskonteksten. U3 knytter denne utfordringen til opplevd stress før kamp, hvor hun føler at hun stresser med forberedelser knyttet til restitusjon, ernæring og søvn før kamp. U4 føler hun ikke får spist nok og/eller riktig i løpet av dagen, og opplever å ofte komme på trening sulten. Videre resonnerer hun seg til at dette kan komme av stresset. Dette kan tolkes i tråd med hvordan belastning i form av negative psykologiske og atferdsmessige reaksjoner kan forekomme på bakgrunn av opplevde stresskilder (Fletcher et al., 2006). Dette bekrefter også T1 som forteller at noen utøvere sliter med både søvn og matinntak. Videre belyser dette viktigheten av en holistisk forståelse av junior-til-senior-overgangen hvor det som foregår utenfor treninger og kamp kan påvirke prestasjonen både positivt og negativt. Eksempelvis hvordan stress kan påvirke søvn og restitusjon, som igjen kan påvirke prestasjonen. Nédélec et al. (2015) fant faktisk at

søvnforstyrrelser både kan resultere i nedsatt kognitiv funksjon og økt mental tretthet, hvilket kan ha en negativ innvirkning på utøvernes prestasjon.

U1 og U2 snakker også om forventninger om å være inkluderende og ta ansvar på rekruttlaget. For de som hospiterer med A-laget opplever de en forventning om å være ledertyper og bidra til å øke nivået på rekruttlaget. U1 beskriver det slik;

*«Jeg føler jo selyfølgelig et større ansvar på rekruttlaget da, siden jeg på en måte er den som, en av de som er med og hospiterer opp da, så føler jeg på en måte jeg må gå litt foran på rekrutt.» -U1*

Også U5 som ikke er hospitant føler på ansvar i rekruttgruppa på bakgrunn av hennes etablerte status og erfaring fra rekruttlaget over tid;

*«Vi har litt ansvar for gruppen, i hvert fall i forhold til nye som kommer. (...) Det å være rutinert, det som kommer med å ha erfaringer, kunnskap og kommer litt med alderen da. (...) For at de yngste også skal komme seg inn da, inn i de samme rutinene og sånn. (...) Det er jo på en måte litt vanskelig også. Jeg vil jo også egentlig fokusere på meg selv og liksom gjøre det bra. Også er det jo på en måte det å fokusere på det som er gruppens beste også.» -U5*

Videre forteller hun hvordan det å ta ansvar i rekruttgruppen kan være vanskelig å balansere med fokus på egen utvikling, og at det handler om å stille krav til hverandre. T1 forklarer hun tolker dette fra et trenerperspektiv;

*«Også tror jeg det er et forventningspress i gruppa de egentlig tilhører. Hvor de har sin faste plass, altså et rekruttlag for eksempel i det tilfelle her. Om at hvis du skal opp og hospitere så skal du være god her når du er på vår økt. Det er forventningskrav på kvalitet og kanskje særlig atferd. Fra rekruttgruppa sin side.» -T1*

I tråd med sitatene nevner samtlige utøvere og trenere forventninger fra medspillere som fremtredende i hospiteringsfasen, særlig en felles forventning om å gi alt i trening og kamp. Flere trenere og utøvere peker på overgangen til et nytt lag som utfordrende knyttet til det sosiale. Det er en inngang i en ny gruppe der man ikke kjenner så mange fra før, som for noen medførte at flere av utøverne trakk seg litt tilbake i starten. T1 forteller om hvordan hospitantene mangler en taus kunnskap som sitter i A-lagsgruppa, og hvordan kulturen ikke er satt nok på forhånd. Særlig knyttet til hvordan hospitantene håndterer feedback fra trenere, at alt utstyr er på plass, at de bidrar med å rydde utstyr etter trening og klarer å opprettholde tenningsnivået sportslig. Etter å ha hospitert en periode var dette noe som endret seg i en positiv retning, hvor

utøverne trekker fram A-lagsspillernes imøtekommende tilnærming til hospitantene som avgjørende. U3 beskriver sine første møter med A-lagsgruppa slik;

*«man er jo litt tilbaketrukket (...) det tar jo litt tid før man er seg selv hundre prosent fordi man kjenner dem jo ikke så godt. Men de er jo blide og snakker til deg når du sitter i sofaen her og kommer og setter seg ned og spiser med deg. (...) Jeg er ikke redd for å dra på trening nå. Men jeg var jo det en av de første gangene.» -U3*

U3 setter ord på hvordan de første møtene med A-laget er preget av en sosial barriere hvor det kan tolkes at å interagere med A-lagsutøverne ikke faller seg naturlig. Likevel er dette noe som blir bedre med tid, da hun ikke uttrykker slike utfordringer i nåtid. U4 beskriver også hvordan overgangen til klubben kan minne om møtet med A-laget, da hun enda ikke har hospitert med A-laget;

*«Jeg husker jo at det var skummelt. Det var slik at du kom inn i garderoben og visste ikke hvem noen var. Og da var det jo en del som var ganske mye eldre enn meg. Så jeg følte meg jo minst da. (...) men de tok jo meg godt imot da selvfølgelig. Altså jeg er jo egentlig litt sjenert selv også, så da var jeg jo kjempestille og sa ingen ting.» -U4*

U4 belyser også hvordan aldersforskjell kan være en stresskilde for utøvere i møte med ett nytt lag. At hun opplever det som skummelt kan også knyttes til forventningene som A-lagsutøverne har til hospitanter. Forventninger fra medspillere ble belyst av Lazarus (2006, 2000) som fremtredende i overgangen fra junior til senior, og i Morris et al. (2017) sin studie av profesjonelle fotballutøvere som fant at utøverne opplevde press fra medspillere.

På bakgrunn av likhet i svarene om forventninger i klubben kan det tenkes at støtteapparatet og utøvere i klubben evner å eksplisitt signalisere hva som er klubbens verdier og normer for nye utøvere. På basis av svar fra utøvere og trenere kan det tolkes at miljøet baserer seg på en forventning om å trene med kvalitet for å utvikle seg som individuelle utøvere, med hensyn til individuelle ulikheter når det kommer til hastighet i utviklingen. Dette kan videre tenkes å ha en positiv innvirkning på utviklingsmiljøet til utøverne ved at forventningene bidrar til å utdanne utøvere om hva de burde forvente seg i møte med et toppidrettsmiljø, og videre hvordan det baserer seg på hardt arbeid, ikke utelukkende talent, i tråd med et velfungerende talentutviklingsmiljø i studien til Larsen et al. (2013).

Utøvernes respons på de høye kravene som stilles i hospiteringsfasen er imidlertid det som ifølge Lazarus transaksjonsmodell avgjør hvorvidt disse kravene oppfattes som stressende, og videre hvordan dette påvirker utøvernes utvikling (Kristiansen & Berntsen, 2021; Sæther et al., 2017; Fletcher et al., 2006). Flere utøvere beskrev de første øktene med A-laget som skumle,

nervepirrende og sjokkerende. Skumle og nervepirrende kan tolkes som et resultat av en ny kontekst med andre rammer enn erfart tidligere, derav andre trenere og lagkamerater i tillegg til nivåforskjell. U3 beskrev det å få muligheten til å trene med A-laget slik;

*«Det var jo liksom ekkelt. De er jo best i Norge liksom. (...) jeg forventet jo at det skulle være høyt nivå og det var det jo også. (...) Jeg ville jo gjøre det bra liksom. Bruke den sjansen jeg fikk.» -U3*

I tillegg til forventningen om å prestere på høyt nivå, kan en tolke U3 sitt utsagn som en følelse av et ekstra forventningspress utenfra knyttet til klubbens status i Norge. U2 var også inne på dette da hun belyste hvilke forventninger hun ble stilt ovenfor;

*«Det er jo en del da med det å spille i **klubb** og da med at man har de forventningene på seg. Så det er sånn hvis vi taper en kamp, så synes folk at det er verdens undergang for at vi er jo **klubb**.» -U2*

Klubbens status kan ses i lys av profesjonaliseringen av kvinnefotball i Norge, hvor nåværende hospitanter kan tenkes å ha andre rammebetingelser enn tidligere. U2 og U3 sin bekymring rundt å prestere knyttet til klubbens status kan bekrefte McGreary et al. (2021) sine funn om at juniorutøverne som var i hospiteringsfasen på daværende tidspunkt opplevde det å spille foran større folkemengder som en stresskilde. Dette ble dog ikke nevnt av som en stresskilde seniorutøverne i studien til McGreary et al. da de hospiterte, noe som tyder på at dette er et relativt nytt fenomen i kvinnefotball som trolig baserer seg på den økte mediedekningen og profesjonaliseringen av kvinnefotball (McGreary et al., 2021). Dette bekrefter også T4 som hadde opplevd at utøvere snakker om hvordan de er redd for å feile foran et større publikum, hvilket også peker på hvordan denne stresskilden kan påvirke prestasjonen i kamp.

### *Utenomsportslige stresskilder*

#### *Å ofre det sosiale for idretten*

Tidligere forskning har funnet at det å kombinere en fotballkarriere med eksternt press fra venner gjorde overgangen stressende blant både kvinnelige og mannlige utøvere (Kristiansen & Stensrud, 2017; Rye et al., 2022; Morris et al., 2017; Pummel et al., 2008). Gledhill og Harwood (2014) fant blant annet at venner utenfor idretten hadde stor innflytelse på utviklingen av kvinnelige fotballutøveres karrierer, hvor de hadde påvirkning på evnen til å leve en disiplinert livsstil. Flere utøvere i nåværende studie trakk frem bortprioritering av venner og



sosiale begivenheter utenom fotballen som utfordrende. To utøvere beskriver det å være en del av toppidrettskonteksten slik;

*«Generelt hvis man er fotballspiller på det nivået her, må på en måte legge til rette til at man er det. Og kan ikke ditten og datten for at vi er jo fotballspillere og skal prestere. Så det kan på en måte være litt krevende at hele hverdagen, hele uka hele året, på en måte går ut ifra at vi skal på en trening og vi skal på en kamp. Så det er litt sånn utfordrende.» -U2*

*«Alle vennene mine er jo ute og fester og sånn. Mens jeg kan ikke. (...) Jeg må hjem tidligere enn alle andre og, siden det er trening dagen etter. Så det er jo også mye på fritiden som går bort skulle jeg til å si. Man må legge bort det på en måte. Legge vekk fritiden for å komme lengst mulig da.» -U3*

Ut ifra utøvernes refleksjoner rundt dette virker det som deres ambisjoner for å bli profesjonell fotballspiller overgår behovet for det sosiale, i likhet med funnene til Rye et al. (2022) om at utøvere på profesjonelt nivå var villige til å ofte sosialt liv for idretten. Selv om utøverne i Rye sin studie hadde profesjonell kontrakt, kan det ses i sammenheng med høye ambisjoner som utøverne i nåværende studie uttrykker. Likevel er det ikke å utelukke at det oppleves som utfordrende for utøverne. Også T3 nevner at det å håndtere sosialt liv i idretten oppleves som utfordrende for utøverne, særlig basert på alderen utøverne befinner seg i da dette er en periode hvor sosialt liv fra hans perspektiv er viktig. Hvorvidt utøvernes refleksjoner viser at de opplever dette som stressende er noe uklart, men det kan betraktes som et press fra utenomsportslige venner til å være sosial. U2 beskriver det slik;

*«Det er stress når venner spør om jeg vil være med på ting, så kan jeg ikke for at jeg skal spille fotball liksom.» -U2*

Dette er i tråd med funnene til Kristiansen og Stensrud (2017) og Rye et al. (2022) som peker på at det å kombinere fotballkarriere og fritidsaktiviteter med venner var en fremtredende stresskilde i både forskningen på menn og kvinner. U3 sitt utsagn om at vennene er ute og fester kan kobles til Gledhill og Harwood (2015) sine funn om at utøverne mellom 15 og 17 år opplevde et større press om å feste med sine jevnaldrende. Deres studie, som inkluderte utøvere som ikke håndterte overgangen, viser hvordan press fra venner om å prioritere sosialt liv inkludert uteliv og drikking fremfor fotball hadde en negativ innvirkning på utøvernes utvikling, og bidro til frafall fra idretten. Noen utøvere opplevde også at lagkameratene bidro til å skape et press om å drikke, til tross for at de deltok i fotball selv. Funnene i Gledhill og

Harwood (2015) sin studie burde vel og merke ses i lys av utøvernes individuelle kontekst, hvor utøverne tilsynelatende var en del av et miljø som ikke er gunstig for utvikling av en fotballkarriere. Utvalget i nåværende studie kan argumenteres for å skille seg fra Gledhill og Harwood sitt utvalg med tanke på utviklingsmiljøet rundt. Funnene i denne studien tyder for det første ikke på at lagkamerater bidrar til et press om å dra ut og drikke. For det andre kan det argumenteres for at utøverne i utvalget ikke opplever at venner skaper et press om å drikke i like stor grad som utøverne i studien til Gledhill og Harwood. Likevel burde man ikke bagatellisere viktigheten av venner utenfor idretten når det kommer til både å ha disiplin i hverdagen, tilgang til sosial støtte og muligheten til å koble av utenfor fotballkonteksten (Gledhill & Harwood, 2015).

### *Dual career*

Forskningslitteraturen peker på det å gjøre dual career som en viktig kilde til stress for kvinnelige fotballutøvere (Solhaug et al., 2021; Rye et al., 2022; McGreary et al., 2021). Balansen med utdanning og fotball, som er mest relevant for denne studien, er også en stresskilde som er fremtredende på herresiden. Det kan likevel argumenteres for at kvinner i større grad kan oppleve dette som stressende på bakgrunn av andre økonomiske krav og høyere risiko knyttet til fremtiden som fotballutøver (Bjerksæter & Lagestad, 2022; Kristiansen et al., 2012; Kristiansen & Berntsen, 2021).

Klubben som ble studert i dette prosjektet skiller seg fra mange andre når det kommer til samarbeidet de har med videregående skole. Det tilknyttede toppidrettsgymnaset er en av få i Norge som tillater et videregående løp over fire år for idrettsstudenter. I dette løpet er fagene og derav timene på skolen fordelt over fire år i stedet for tre, hvilket er et tiltak som skal tillate utøvere å fokusere på å utvikle seg innen fotball i større grad. Et sentralt mål med dette programmet er å tilrettelegge for at utøvernes belastning utenfor fotballen ikke blir like stor, og på den måten forsøke å eliminere en del av stresset som utøvere i denne aldersgruppen vanligvis står ovenfor. I tillegg er skoleløpet lagt opp slik at utøverne ikke har gym eller toppidrett på skolen, men at dette erstattes med treninger med klubben. Derfor karakterettes de også av trenere i klubben. Dette er også et tiltak som skal bidra til å kontrollere den fysiske belastningen på utøverne. Samtlige trenere som ble intervjuet pekte på dette samarbeidet som det beste opplegget i Norge. En trener forklarer det slik;

*«Jeg tror det er veldig bra for utøverne på grunn av muligheten til å ta VGS over fire år i stedet for tre. (...) Det gir de litt mer tid til å fokusere på idretten med mere tid og*

*mindre arbeidsmengde [på skolen]. (...) Muligheten til å ha lagtrening i stedet for skole er bra fordi da kan vi trene på ideelle tidspunkt på morgenen. (...) Det gir også mer tid for restitusjon ved at dagene ikke blir så lange.» -T3*

T3 beskriver samarbeidet som positivt grunnet mindre arbeidsmengde på skolen og derav redusert stress knyttet til dette, samt hvordan samarbeidet tillater mer restitusjon og ideelle treningstidspunkt for utøverne. Det kommer også frem fra både utøvere og trenere at koordinering av skole og fotball faller innunder klubbens ansvarsområder, og at dette ikke er noe utøverne må ta hensyn til på en daglig basis. Dette kan også tenkes å redusere stress for utøverne. I lys av McGreary et al. (2021) som viser hvordan det å kombinere skole og fotball kan være utfordrende grunnet høy belastning om å prestere på flere arenaer, og Bjørndal og Gjesdal (2020) som belyser læreplanens manglende fleksibilitet og utfordringer i samspillet mellom idrettsutøvere og utdanningsinstitusjoner, kan dette betraktes som et gunstig tilbud for å tilrettelegge for overgangen fra junior til senior.

Da vi spurte utøverne om deres opplevelse av skole-klubb-samarbeidet snakket de om mye av de samme fordelene som trenerne belyste. De opplevde særlig den fireårige skolegangen som fordelaktig med tanke på restitusjon. Likevel tyder utøvernes utsagn på at kombinasjonen av fotball og skole er en fremtredende stresskilde. Da vi spurte utøverne om hva de ble stresset av på generell basis, fortalte tre av utøverne at det å kombinere skole med fotballen var en kilde til stress. I denne sammenhengen ble periodene med mye skole, tolket som rundt prøver, tentamen og eksamen, sett på som de mest stressende periodene. U2 reflekterer rundt hvordan skole periodevis er en fremtredende stresskilde, samtidig som hun belyser hvordan skole-klubb-samarbeidet er fordelaktig for henne;

*«Når det er snakk om prøver å sånn så er det litt vanskelig for at jeg er jo enten her fra tidlig om morgenen eller så på kvelden så må jeg legg meg tidlig og sånn. (...) hvis jeg går glipp av masse så er det litt vanskelig å ta det igjen. Men jeg går jo fire år, så jeg har mindre timer enn kanskje noen andre har, sånn i **annen by** så ser jeg for meg, de går tre år tror jeg, så de har litt mindre tid på å gjør det her. (...) Så det er jo lagt til rette for at jeg kan jobbe med det.» -U2*

U2 sammenligner også dette samarbeidet med andre klubber, hvor det tilsynelatende ikke er et like tilrettelagt opplegg for å gjøre dual career. U4 nevnte også lange skoledager som stressende, noe som kan ses i sammenheng med at hun går 1. året, hvor arbeidsmengden på skolen ikke er redusert på lik linje som de tre neste årene. Hvorvidt resultatene på skolen var viktig, var imidlertid noe ulikt mellom utøverne. U1 og U2 eksemplifiserer hvordan viktigheten av utdanning opplevdes ulikt;

*«Det er jo stress på skolen og, men jeg er litt mer sånn at det går som det går. At hvis jeg gjør det bra på fotballen så har det ikke så mye å si om jeg får en 4er på skolen liksom. Men også stress med det at man, jeg vil si at man ikke har så stor framtid med det skolevalget jeg har, for at jeg kan ikke ta noen tilleggsfag (...). Så det er sånn hvis jeg ikke gjør det bra på fotballen da, så e det ganske my å ta opp, føler jeg.» -U2*

*«De periodene med mye skole da. (...) Man har jo lyst til å gjøre det bra på alle plan. (...) Hvis du er på trening og tenker for mye på den prøven du skal ha i morgen da, så kan det jo på en måte gå utover prestasjonen og at du ikke har like mye fokus som du burde hatt da.» -U1*

U2 kan på sin side tolkes å ha et ambivalent forhold til skole, hvor hun uttrykker at det ikke er så viktig for henne, samtidig som hun ser verdien av å ha gode resultater dersom hun ikke lykkes i idretten. U1 kan på sin side anses å oppleve skole som en større stresskilde da hun ønsker å prestere både på skolen og på fotballen. Videre er hun også inne på hvordan stress knyttet til skolen kan påvirke prestasjonen på fotballbanen.

Utøverne uttrykte generelt sett et ønske om å mestre skoleløpet de gikk på, med fokus på å sikre seg fremtidige muligheter utenom fotballen. At skole er en fremtredende stresskilde for utøverne, kan også ses i lys av kvinnefotballen fra et økonomisk perspektiv. U1 nevnte blant annet damefotballens utvikling, og hvordan herrefotballen i større grad tillater at fotballen blir levebrød for utøvere i ung alder (Bjerksæter & Lagestad, 2022; Kristiansen & Stensrud, 2017). Flere av utøvernes ambisjoner var å komme til utlandet, noe som kan ha forankring i kvinnefotballens begrensede muligheter økonomisk og sportslig i Norge. Selv om ikke fremtidige økonomiske utfordringer ble særlig uttrykket eksplisitt av utøverne, var det to av utøverne som kom inne på dette temaet på to forskjellige måter. U1 snakket eksplisitt om hvordan damefotballens nåværende status i Norge for henne medfører et behov for å dra til utlandet dersom hun vil leve av idretten;

*«Siden vi er damefotball da, så er det litt sånn. Eller nå har det jo blitt bedre i Norge, men i hvert for noen år siden så var det sånn, om du skulle leve av fotballen så må du på en måte til utlandet. Mens guttene da, i klubb de kan jo leve av det når de er like gamle som meg liksom. Det er jo ikke helt den situasjonen jeg er i da.» -U1*

Utsagnet kan tolkes som bekymring rundt den økonomiske situasjonen norsk kvinnefotball er i, og hvordan dette kan være begrensende for hennes fremtid som fotballutøver. Hun peker også på hvordan guttene i samme klubb har andre muligheter enn henne, hvilket kan ses i tråd med manglende mediedekning og markedsverdi på kvinnesiden sammenlignet med herrefotball (Fasting et al., 2005). Noe av den samme problematikken kan det tolkes at U2 er inne på i sine

refleksjoner. Selv om U2 ikke uttrykker disse økonomiske bekymringene eksplisitt, forteller hun om hvordan risikoen med å ikke ta steget til A-laget kan medføre utfordringer dersom karakterene ikke er gode nok til en eventuell høyere utdanning.

*«Det er litt sånn stress med det at jeg må på en måte ha så gode karakterer som jeg kan sånn at jeg har et utgangspunkt hvis det er sånn at etter videregående at jeg ikke er på A-laget for eksempel.» -U2*

Videre forteller hun at hun «ikke stresser med det», selv om utsagnet tyder på at det å kombinere skole og fotball tidvis oppleves som stressende. Dette tar oss tilbake til utfordringer om balansen mellom skole og fotball, som forskning peker på er fremtredende i junior-til-senior-overgangen, da utøvere ofte begynner på eller går på videregående skole på samme tid som hospiteringen foregår (Wylleman et al., 2004).

## 5.2 Mestring og sosial støtte

Som nevnt tidligere er mestring av stress en vesentlig del av å lykkes i idretten, og kan avgjøre om en utøver håndterer overgangen fra junior til senior (Lazarus, 2000, 2006). Tidligere forskning har ikke funnet spesielt fremtredende kjønnsforskjeller når det kommer til mestring, og utøvere i både fotball og andre idretter benytter seg ofte av både problem- og følelsesfokuserte mestringsstrategier. Noen har funnet at kvinner i større grad benytter seg av følelsesfokuserte mestringsstrategier enn menn, men hvorvidt dette er overførbart til andre kontekster er vanskelig å si, da det er lite forskning på området i fotballkontekst (Bojkowski et al., 2020; Crocker & Graham, 1995; Hammermeister & Burton, 2004; Rogowska, 2018).

Utøverne ble spurt om håndtering av stress knyttet til blant annet hospitering, skole-fotball-kombinasjonen, forventninger fra andre, og hvordan de generelt sett håndterer stress. Dette var med forbehold om at det kunne være ulikheter rundt hvordan de håndterer stress i ulike kontekster. Det var både likheter og ulikheter i hvordan utøverne håndterte stress. Ett likhetstrekk i utvalget var at utøverne generelt sett følte de håndterte stress «*på en bra måte*». Dette kan tolkes som at de håndterer stresskildene slik at de ikke opplever negative responser i form av belastning (Fletcher et al., 2006). U1 og U2 snakket om hvordan de i større grad håndterte stress på egen hånd ved å forsøke å «*vri om tankegangen*» (U1) og «*fokusere på arbeidsoppgaver på trening*» (U2). Måten deres mestring blir beskrevet på kan betraktes som problemfokustert mestring i lys av Lazarus, hvor fokuset synes å være det å fokusere på å håndtere miljøkravene som de blir stilt ovenfor, samt benytte seg av refokusering (Kristiansen

& Berntsen, 2021; Bojkowski et al., 2020; Fletcher et al., 2006). U1 beskrev blant annet at hun forsøkte å stenge ute stress knyttet til skole når hun var på trening, og at hun prøver å unngå stresset eller skyve det til siden slik at det ikke skal påvirke prestasjonen på trening. Da vi spurte U1 om håndteringen av hospitering med A-laget, svarte hun følgende;

*«Helt ærlig synes jeg at jeg har håndtert det bra egentlig. (...) Det er jo bare at jeg visualiserer og tenker gjennom, situasjoner som kan oppstå. Prøver å være påskrudd da.» -U1*

Ut fra U1 sitt utsagn kan hennes håndtering av overgangen tolkes å være preget av problemfokustert mestring med fokus på målsetting og forberedelser om videre mulige utfordringer som kan oppstå (Fletcher et al., 2006). U4 sitt utsagn om håndtering av motgang kan også minne om U1 sin strategi i møte med stress;

*«Jeg vil si at jeg har ganske bra mentalitet, at jeg er sterk psykisk. (...) Jeg føler det slik at om jeg opplever motgang så føler jeg at jeg har den riktige måten å løse det på da. Og at en ikke bare graver seg ned, men at jeg klarer å omstille meg.» -U4*

U4 sitt utsagn viser til en selvtillit i møte med motgang og stress, som kan tenkes å være en god egenskap å ha i overgangen fra junior til senior. Det at hun evner å omstille seg kan tolkes som en refokusering av stresskildene hun møter (Fletcher et al., 2006). U2 forklarer at hun «*tenker med seg selv*» om hvorfor hun er stresset og prøver å fokusere på en ting om gangen. Dette kan tolkes som at hun har en indre dialog hvor hun forsøker å reflektere rundt årsaken til hvorfor hun føler seg stresset. I lys av Lazarus og Folkman kan det tolkes som en problemfokustert tilnærming hvor hun håndterer stress ved å håndtere miljøkravet gjennom handlingsorienterte strategier (Fletcher et al., 2006). U2 beskriver hvordan hun håndterer stress knyttet til å tilpasse seg A-lagsnivået slik;

*«Det kan gå ut over at jeg blir sint, og det kan gjøre at jeg jobber mere. Det kan også bli at jeg bare blir litt sånn borte. At det blir sånn feil på feil på feil. (...) Så det er på en måte det å kunne tenke hvorfor jeg mister ballen, hva er det liksom jeg skal gjøre neste gang for å ikke gjøre det. Så at hodet alltid er på, det er jo egentlig det som er krevende, men det er jo det som må til for at du skal gjennomføre hele økta 100%» - U2*

U2 sitt utsagn viser hvordan hun benytter seg av problemfokustert mestring på trening, og hvordan hun også opplever negative konsekvenser ved å ikke håndtere nivået. Hennes tilnærming til stress synes å være handlingsorienterte strategier rettet mot seg selv, hvor hun

aktivt benytter seg av refokusering og problemløsning, samt setter seg egne mål underveis (Fletcher et al., 2006). U2 og U1 sine utsagn ser ikke ut til å inneholde emosjonsfokusede mestringsstrategier i form av å eksempelvis endre betydningen av aktiviteten, men i større grad problemfokusede. U2 og U1 skilte seg imidlertid fra de andre utøverne som i større grad vektla sosial støtte fra lagkamerater, trenere, foreldre og venner som sentralt i deres mestring av stress. Senere refleksjoner av U2 og U1 gir derimot en indikasjon på emosjonsfokusede mestring med tanke på sosial støtte, i likhet med de andre utøverne, men i mindre grad sammenlignet med de andre utøverne.

U3 sine refleksjoner bærer preg av liten bevissthet rundt hvordan hun håndterer stress. U3 uttrykte eksempelvis stress knyttet til å prestere på kamp, og spesielt dersom hun ikke følte hun presterte godt nok i etterkant av en kamp. Da vi spurte hun om hvordan hun håndterte dette sa hun at hun ikke hadde tenkt noe på det. Etter oppfølgingsspørsmål knyttet til håndteringen av dette stresset svarte hun følgende;

*«Jeg er mest irritert på meg selv etterpå. Tenker hvorfor jeg ikke gjorde det eller det. Hvorfor sprang jeg ikke mer. Hvorfor presset jeg ikke hardere der. Hvorfor skøyt jeg ikke der, og sånne ting. Så må man jo bare snu om det da. Til hva man kan gjøre bedre og sånn» -U3*

U3 sin umiddelbare reaksjon kan tolkes å være en negativ respons på stress hvor hun ikke så noen umiddelbar løsning på de utfordringene hun møtte i kamp. At hun sier hun må «snu det om» kan i lys av Lazarus og Folkman tolkes som bruk av problemfokusede refokuseringsstrategi (Fletcher et al., 2006), hvor U3 forsøker å se bort fra den dårlige prestasjonen og heller fokusere på hvordan hun burde trene for å prestere bedre neste gang. Videre forteller hun om hvordan hun benytter seg av sosial støtte fra både foreldre og trenere, som vi kommer tilbake til i neste kapittel. U3 sitt utsagn viser hvordan hun til tross for en umiddelbar uvisshet rundt hvordan hun håndterer stress, har en tilsynelatende internalisert metode for å håndtere stress som kan tenkes å basere seg på klubbens satte forventninger og normer knyttet til håndtering av motgang.

## *Sosial støtte*

### *Støtte fra foreldre*

Morris et al. (2017) fant i sin forskning at utøvernes sosiale støtte interessant nok kom fra de samme personene som satte dem under press; familie, venner, lagkamerater, trenere og ledere. Ut ifra informantenes uttalelser kan dette argumenteres for å gjenspeile seg i denne studien.

Sosial støtte er i lys av Lazarus og Folkman sine emosjonsfokuserede mestringsstrategier en sentral del av et optimalt utviklingsmiljø for utøvere i overgangen (Kristiansen & Berntsen, 2021; Bojkowski et al., 2020; Fletcher et al., 2006). Dette gjenspeiles også én av Goodmans 4Ser, hvor Goodman foreslår at ett støttenettverk burde være til stede gjennom overgangen for å hjelpe utøvere på ulike måter (Goodman et al., 2006).

For det første nevner samtlige utøvere at foreldre har vært viktige for deres utvikling. Her er det noe ulikt hvilken type sosial støtte de opplever, men alle tre dimensjoner av sosial støtte blir nevnt av utøverne. Eksplisitt vektlegger utøverne særlig den praktiske støtten knyttet til transport til trening, matlaging og flytting til hybel for de det gjaldt. Selv om samtlige utøvere nevner begge foreldre som viktige, er det særlig fedrenes engasjement som blir trukket frem som betydningsfullt. U2, U3 og U4 nevner at deres fedre har vært med på å trene fotball, og derfor bidratt til utvikling av ferdigheter. U4 poengterer også at hennes far har vært trener, og derfor har betydd mye for utviklingen. I lys av dette kan utøvernes svar hinte om en informativ støtte fra særlig fedre knyttet til utvikling av fotballferdigheter. Når det kommer til emosjonell støtte, er det noe ulike svar blant utøverne. U3 og U4 støtter seg ofte på sine foreldre, og U4 peker på at hennes far har fotballkompetanse og derfor kan forstå utfordringene og stresset hun opplever i idretten. U2 nevner at hun kan prate med foreldrene sine, men at hun føler de *«ikke skjønner det uansett»*. U3 forklarer hennes opplevde støtte fra foreldre i møte med motgang slik;

*«Egentlig så snakker jeg bare ut om det, med pappa og sånn. Etter kampen og sånt. Sånn sitter i bilen og snakker om det da.» -U3*

U3 har nevnt begge foreldre som viktige støtteutøvere i utviklingen. I utsagnet blir vel og merke far vektlagt som en viktig støttespiller både knyttet til emosjonell støtte og informativ støtte.

Funnene om foreldrenes betydelige rolle som sosial støtte og deres bidrag til utøvernes utvikling er i tråd med Gledhill og Harwood (2014) sine funn om viktigheten av særlig fotballfedre. Deres studie viste både betydningen av praktisk støtte i form av transport og økonomi, informativ støtte knyttet til utvikling av fotballspesifikke ferdigheter og emosjonell støtte gjennom engasjement rundt døtrenes prestasjonsutvikling (Gledhill & Harwood, 2014). U4 sin refleksjon rundt hennes fars kompetanse på bakgrunn av trenererfaring kan ses i lys av funnene til Gledhill og Harwood (2014) om utøvernes tilgang til informativ støtte av høy kvalitet på bakgrunn av fedrenes erfaring innen profesjonell fotball. Hvorvidt fedrene til utøverne i dette utvalget har erfaring i profesjonell fotball er uvisst, men det kan argumenteres



for at en viss kompetanse knyttet til idretten kan bidra til høyere kvalitet av både informativ og emosjonell støtte. Fotballengasjerte foreldre kan imidlertid være både en årsak til og et resultat av utøvernes deltakelse i idretten, da det kan tenkes at flere av utøverne startet sin deltakelse i idretten basert på foreldrenes tilstedeværende engasjement for idretten.

To av trenerne reflekterte imidlertid rundt hvordan utøvernes foreldre sin kompetanse innenfor fotballkonteksten er varierende;

*«Vi er så avhengige av foreldrene hjemme, og samtalene de har. Og vi har workshops med foreldrene om hvordan vi ønsker at utøvernes reise skal være. Forvent å mislykkes og forvent utfordringer og det kommer ikke til å bli hyggelig og det kommer til å være utfordrende. Men det er vanskelig for dem fordi deres datter får en smakebit av å trene med A-laget, trene med den beste gruppen i landet. Og de kommer kanskje ikke til å mestre det. derfor trenger vi hjelp fra de til å støtte dem, og de må jobbe litt for oss.» - T2*

*«Det er jo en stor spredning i hva slags foreldre det er, men stort sett så er de støttende til spillerne, men de har veldig få noen forståelse for hva som kreves for å bli en toppfotballspiller da» -T4*

T2 beskriver både hvordan overgangen fra junior til senior innebærer krav og forventninger som ikke nødvendigvis alle håndterer, samt hvordan disse kravene og forventningene kan resultere i negative responser fra både utøvere og deres foreldre i form av skuffelse og frustrasjon. I tillegg belyser han også hvordan det kan være utfordrende for foreldre å sette seg inn i toppidrettskonteksten, hvor utøverne kan oppleve mangel på mestring knyttet til det å prestere på høyt nivå. T4 belyser hvordan utøvere kan oppleve sosial støtte fra foreldre, samtidig som han problematiserer foreldrenes manglende forståelse for hva toppidrettskonteksten krever av både utøverne og foreldrene.

I forskningslitteraturen ble forventninger fra foreldre opplevd som en stresskilde av blant annet mannlige fotballutøvere i overgangen fra junior til senior (Morris et al., 2017). I dette utvalget var det imidlertid ikke trukket frem som en fremtredende stresskilde av utøverne. Foreldrenes rolle i utøvernes utvikling var i større grad preget av støtte. U2 var den eneste utøveren som nevnte forventninger fra foreldre;

*«Mamma og pappa forventer bare at jeg skal gjøre mitt beste. Pappa sier alltid før treningen at jeg skal vise dem ryggen. Jeg vet ikke om du skjønner hva de mener da, men sånn jeg skal være foran da. På en måte være en ledertype.» -U2*

Sitatet kan betraktes som et slags press fra foreldrene, og særlig fra far om å prestere. Det kan også tolkes som en forventning om at U2 skal prestere bedre enn medspillere. Utøveren uttrykker imidlertid ikke at forventningen fra foreldrene oppleves som en viktig stresskilde. Selv om utøverne i dette utvalget ikke følte foreldrenes press var en stresskilde, er det ikke utenkelig basert på forskning at foreldrepess kan forekomme for utøvere i junior-til-senior-overgangen. T4 beskriver hvordan han har erfart at utøvere kan oppleve press fra foreldre;

*«Jeg også har hatt spillere som har snakket med meg om det [press fra foreldre] i en til en samtaler bak lukket dør innpå et eget rom. Og synes at det er kjipt, og blir stressa og pressa av foreldrene sine. Men hun klarer ikke å si det til dem.» -T4*

T4 belyser hvordan foreldrepess kan være vanskelig å håndtere for utøvere, og reflekterer senere over at ikke alle utøvere vil at trenerne skal gjøre noe med det, men har behov for å snakke om det med en trener. T3 nevner også hvordan foreldrepess kan påvirke en utøvers utviklingsplan;

*«Noen foreldre vil for eksempel flytte datteren til en annen klubb fordi de mener at hun burde være på A-laget, og hun får ikke det. Og der kan spiller og foreldre være uenig og. I en case var spilleren tilsynelatende glad i denne klubben, men agent og foreldre var ikke.» -T3*

Utsagnet viser til hvordan en forelder og en utøver har tilsynelatende ulike formeninger om hvilken klubb utøveren skal tilhøre for å sørge for best mulig utvikling. I denne sammenhengen var det også en manager i bildet, hvilket kan tenkes å ha betydning for foreldrenes formening. T4 nevner også hvordan noen av foreldrene fra hans perspektiv er utålmodig knyttet til utøverens utvikling, og forsøker å fremskynde overgangen fra rekruttlag til A-lag. Dette kan igjen kobles til hvordan klubben som studeres opplever nivåforskjellen mellom rekrutt og A-lag som utfordrende, og at en overgang derfor vil kunne ta flere år for noen. Selv om utøvernes opplevelser tilsynelatende ikke tyder på at press fra foreldre er en fremtredende stresskilde, viser trenernes utsagn hvordan foreldrepess i noen tilfeller kan være en stresskilde, og mulig ha en negativ innvirkning på utøvernes utvikling. Særlig viser T4 sitt utsagn hvordan foreldrepess resulterer i et behov for emosjonell støtte fra han som trener, hvor utøveren ikke føler seg komfortabel med å snakke med foreldrene sine om dette. At press også kan komme fra de samme menneskene som gir sosial støtte, i denne sammenhengen foreldre, bekrefter Morris et al. (2017) sine funn.

Knyttet til støtte fra foreldre er det verdt å nevne at to av utøverne bor på hybel (U4 og U5), og det kan argumenteres for at de ikke har foreldrene like tilgjengelige som sosial støtte både praktisk, informativt og emosjonelt. U4 sin opplevelse av å stress knyttet til å lage mat og andre praktiske forberedelser som har betydning for prestasjon kan knyttes til at hun bor på hybel, og derfor ikke har foreldre hjemme som bistår med slik praktisk tilrettelegging. Likevel kan U3 sine opplevelser av det samme vise at dette er en utfordring som ikke trenger å kun være til stede for de som bor på hybel. Utfordringer knyttet til matinntak og søvn kan også betraktes som en konsekvens av opplevd stress (Nédélec et al., 2015).

T4 nevner at det å flytte på hybel for å satse på en toppidrettskarriere har vært utfordrende for flere tidligere utøvere;

*«Vi har også opplevelser med spillere som har flyttet til **by** typisk sånn på hybel, (...) Og har gjerne hospitert med juniorlaget vårt for eksempel, men er så gode at de egentlig skal være på A-laget da. Men som ikke har på en måte klart det, den overgangen fra det trygge hjemmet, hjemme hos mamma og pappa, flytte på egen hybel, oppleve at du må håndtere hele livet selv, og også bli strekt veldig på fotballferdighetene og hvordan det er i trening og kamp.» -T4*

T4 belyser hvordan det å flytte på hybel og håndtere livet på egen hånd i ung alder kan være utfordrende, særlig knyttet til det å ikke ha tilgang på umiddelbar foreldrestøtte, slik hjemmeboende utøvere har. Utsagnet kan hinte om et behov for sosial støtte fra klubben for å kompensere for flere utfordringer som er tilstedeværende for hybelboere. Knyttet til det å bo på hybel, reflekterer U5 rundt hvordan både trenerteamet og hennes lagvenninne var avgjørende for planleggingen og gjennomføringen av hverdagen som toppidrettsutøver;

*«Trenerteamet var jo alltid veldig flinke. Også i tillegg bodde jeg jo med ei på laget da. Så vi to var jo veldig mye, eller vi var jo sammen hele tiden da. Til trening, til skole, også når vi var hjemme så snakka vi jo også sammen. Vi planla liksom hva som var best for oss begge da. Så det hadde jo, tror jeg, en ganske stor betydning da. Det var jo på en måte det som gjorde at vi gjorde det bra liksom» -U5*

U5 belyser hvordan både trenerteamets tilstedeværelse og lagvenninnens støtte kom til nytte i møte med klubben, og videre hvordan særlig lagvenninnen bidro til praktisk og informativ støtte. Dette kan igjen knyttes til funnene til Gledhill og Harwood (2015) som viser viktigheten av venners rolle for å oppnå en disiplinert hverdag som utøver på høyt nivå.

Utøvergruppen som er studert er i hospiteringsfasen på nåværende tidspunkt gir et bilde på hvordan noen kan se ut til å lykkes i overgangen, ettersom utøverne fremdeles deltar i idretten og jakter en toppidrettskarriere. Som forskning viser er denne overgangen den

vanskeligste i idretten (Auweele et al., 2004), noe som medfører at de fleste ikke håndterer den. Som en supplerende av utøvernes solskinnshistorier belyser T4 hvordan overgangen for noen kan ende noe mer mislykket;

*«Vi har et eksempel for noen år siden med en spiller som var ranket som nummer 1 i Norge, (...) og spilte i toppserien, men klarte ikke å ha det livet. (...) litt sånn med spiseforstyrrelser, med psykiske utfordringer, og om det er på grunn av press, eller om det er på grunn av at bare, livet blir for komplisert til at du ikke er moden nok når du gjør det, at det blir gjort for tidlig kanskje. Det synes jeg er litt vanskelig å liksom peke på, akkurat hva som var årsaken. Men konsekvensen var i hvert fall at hun ikke spilte fotball på mange år, og ikke hadde det så bra på mange år. (...) hvis vi hadde klart å kanskje vente 2-3 år ekstra, så kanskje vi hadde hatt en toppspiller.» -T4*

T4 belyser hvordan en utøver med tilsynelatende gode forutsetninger for å lykkes i karriereovergangen ikke håndterte overgangen. Ikke bare endte dette i negative konsekvenser i form av å avslutte deltakelsen i idrett for en periode, men også konsekvenser i form av nedsatt velvære generelt. Denne utøveren opplevde på bakgrunn av T4 sine refleksjoner flere kilder til stress som kan tenkes å ha vært avgjørende for at hun ikke håndterte overgangen. For det første var hun hybelboer, som i seg selv kan være utfordrende både knyttet til det sosiale og det praktiske. For det andre kan krav og forventninger fra klubben og andre rundt tenkes å ha en innvirkning på hennes stressnivå. T4 sin beskrivelse om at hun var høyt rangert som utøver basert på ferdigheter kan tenkes å ha medført press fra aktører utenfor klubben, eksempelvis forbund og media, om å skulle prestere på høyt nivå. Utsagnet belyser hvordan press utenfra kan bidra til at utøvere ikke håndterer overgangen til senior, og videre hvordan dette presset kan resultere i endt karriere.

#### *Trener-utøver-relasjonen*

Trener-utøver-relasjonen kan ha både positiv og negativ innvirkning på stress og motivasjon for å spille fotball (Bjerksæter & Lagestad, 2022), og en god trener-utøver-relasjon har vist seg å økte mental seighet og påvirke utøvernes evne til å håndtere stress (Sæther et al., 2017). På bakgrunn av dette ble både utøvere og trenere spurt om å reflektere rundt denne relasjonen og dens betydning for både utvikling og mestring av stress. Da jeg spurte utøverne om deres relasjon til trenere i klubben, var det utelukkende positive tilbakemeldinger. Flere snakket om hvordan relasjonen deres til trenerne er veldig åpen og ærlig, og at det er rom for å prate om temaer både i og utenfor fotballen. Informantenes utsagn gir også uttrykk for at trenerne er deres primærkilde til informativ støtte, hvilket er anbefalt i tidligere forskning (Kristiansen &

Berntsen, 2021; Bojkowski et al., 2020; Fletcher et al., 2006). U3 og U5 trekker frem positive tiltak i lys av trenernes tilrettelegging av deres ferdighetsutvikling gjennom individualisert opplegg for hver utøver, støtte i stressende situasjoner på banen, videoanalyse og personlige utviklingssamtaler. Samtlige utøvere fremhever trenerteamets evne til å skape en tillitsfull relasjon, som kan komme til nytte når utøverne møter utenomsportslige utfordringer som kan gå på bekostning av deres sportslige prestasjon. To av utøverne beskriver det slik;

*«Trener er jo ganske ny, men han har liksom tatt seg tiden til å bli kjent med oss også. Jeg hadde en prat med han, som et spillermøte, der vi satt i en og en halv time og bare pratet om alt og ingenting. Det får meg jo også til å bli veldig trygg på han også da, og se at han er en veldig bra person da, og bryr seg om deg og på en måte hvordan du gjør det., men også om fotballen da.» – U5*

*«Jeg føler det er ganske åpent da, at det er rom for å snakke om på en måte alt i livet da. (...) Det er jo viktig at når man er på banen så skal man jo ha fokus på treninga, men utenfor banen så, ja, kan man jo koddde og ha det litt gøy sammen da.» -U1*

U1 og U5 belyser hvordan trener-utøver-relasjonen for dem er preget av trygghet og åpenhet, hvilket kan anses å være gunstig for et godt utviklingsmiljø i lys av Larsen et al. (2013). Måten trenerne ut ifra sitatene tilnærmer seg utøvere kan også tolkes å være preget av en form for sosial støtte, da de både kan snakke om sportslige og utenomsportslige temaer som for utøverne kan innebære hvilke stresskilder de opplever. Åpen kommunikasjon og kontinuerlig dialog mellom trener og utøver betraktes i lys av Sæther (2017) og Sæther et al. (2017) som en viktig kilde til å mestre stress, og som mulig kan øke utøvernes mentale seighet i møte med utfordringer både knyttet til fotballidretten generelt, og junior-til-senior-overgangen. Hospiteringsfasen medfører imidlertid at utøverne må omgås med andre trenere enn deres primære trenere på rekruttlaget, hvilket kan tenkes å være en bidragsyter til stress på bakgrunn av potensiell usikkerhet rundt trener-utøver-relasjonen. U2 reflekterer rundt hvordan hennes relasjon med A-lagstreneren ikke er like god som til trenerne på rekruttlaget.

*«Jeg føler i hvert fall på A-laget da, A-lagstreneren har jo ikke like stor relasjon til meg som jeg har for eksempel med hovedtreneren på rekrutt. Så jeg føler jo at jeg får mye mere høye skuldre på A-lags treninger for at jeg vet ikke hva han tenker og hva han synes om meg, for at jeg har ikke den dialogen med han om det. (...) mens hovedtrener på rekrutt da han vet jeg jo hva tenker og hva han forventer av meg.» -U2*

Ettersom rekruttlagstrenerne er U2 sine hovedtrenere, og at det naturligvis er de hun har bygd en relasjon med over tid preget av tillit og støtte, kan relasjonen med A-lagstreneren i lys av U2

sitt sitat tenkes å være noe som gjenspeiler seg i flere junior-til-senior-overganger. Sitatet belyser også hvordan relasjonen med A-lagstreneren kan være en kilde til stress, mer enn en relasjon som tilbyr sosial støtte i overgangen.

Da jeg spurte trenerne om deres relasjon med utøverne var det en gjenganger at de hadde tette relasjoner med utøverne sine. Samtlige trenere som deltok har vel og merke spesialroller hvor de arbeider tett med noen få utøvere, i tillegg til å ha kjennskap til alle. Deres gode relasjon med utøverne sine kan derav tenkes å ha sammenheng med at det er færre utøvere å forholde seg til, og at de derfor får bedre tid til å bygge sterke relasjoner med utøverne. En hovedtrener kan til sammenligning tenkes å ha et litt annet bilde på trener-utøver-relasjonen, sammenlignet med de med spesialroller. Dette utvalget inkluderer imidlertid ikke noen hovedtrenere. T1 forteller om at hun har en rekke praktiske oppgaver hvor hun kjører utøverne til og fra trening, er med på medisinske situasjoner knyttet til eksempelvis skader og annen koordinering av utøvernes hverdag. Hun vektlegger også viktigheten av både informativ og emosjonell støtte i møte med utøverne, hvor det for hennes del handler om å balansere det å være en støtteperson samtidig som man er tydelig og autoritær når det trengs på feltet. T4 snakker også om mye av det samme, hvor han bruker mye tid på oppfølging av utøvere både i og utenfor treningstid i form av transport, videoanalyse, telefoner, samtaler med foreldre med mer. Han understreker også hvordan han forsøker å benytte seg av tiden som blir brukt på transport, og få et innblikk i hvordan utøverne har det i hverdagen. I lys av hans refleksjoner kan det se ut som utøverne får både praktisk, emosjonell og informativ støtte fra T4.

T3 belyser også noen utfordringer med trener-utøver-relasjonen som han selv opplever;

*«Det å utvikle alle, selv om alle kommer ikke til å ha de samme mulighetene. (...). Dette er en utfordring for trenere som bryr seg om spillerne, når du må benke noen. Realiteten er at du kun har 11 spillere som kan spille. Det vil alltid være vanskelig å motivere halvparten når de ikke spiller, og gi de årsakene til hvorfor de ikke spiller. Vi tror på at vi ser alle individene på laget, så det er en utfordring at på et punkt i sesongen så må man skuffe noen. Og at spilleren vet at du tar avgjørelsen gjør det også vanskelig i den relasjonen med utøveren.» -T3*

T3 reflekterer både rundt det at ikke alle utøverne har de samme mulighetene basert på individuelle ulikheter i både fysikk og mentalitet, samt hvordan det som trener er utfordrende å ikke kunne gi de samme mulighetene til alle utøverne på basis av disse ulike forutsetningene. Både T3 og de andre trenerne forteller om hvordan de forsøker å gi utøverne så mye informativ støtte de kan, for at de skal håndtere denne vanskelige overgangen som for mange er preget av mye motgang. T2 forteller hvordan hans tilnærming til utøverne er;

*«Gi de kjærlighet og bry seg om de, og la de vite det, at de har verdi som person og jobbe hardt med å utvikle relasjonen for å kunne ha høye forventninger og krav i det sportslige. Jeg bryr meg mye på grunn av opplevelser jeg har hatt, og jeg tenker hvordan det er å bli trent av meg, så en menneskelig tilnærming, å bry seg om dem. Få de til å føle seg verdifulle.» -T2*

T2 sitt utsagn kan tolkes å gi et bilde på den emosjonelle sosiale støtten som han forsøker å gi utøverne, i håp om at dette skal kunne lette overgangen og forberede utøverne for motgang i jakten på en toppidrettskarriere. I tillegg til å være en bidragsyter i å gi sosial støtte, kan også dette være en god tilnærming for å sørge for at utøverne som ikke håndterer overgangen fra junior til senior, likevel har en god opplevelse av tiden i klubben. I tråd med dette forklarer T2 følgende;

*«Som trener sier, jeg vil at dette skal være den beste tiden i jentenes liv, selv om de ikke forblir hos oss og har en karriere her. Vi vil at de skal se tilbake og si at de elsket tiden sin her.» -T2*

Ut ifra T2 sitt utsagn, kan det virke som om klubbens mål ikke bare er å produsere toppidrettsutøvere, men også å utdanne utøverne om livet generelt, inkludert hvordan de burde håndtere suksess og motgang. Basert på T2 sitt utsagn virker det som om trenernes metodikk vektlegger menneskelig utvikling og sosial støtte, samt et samhold og en åpenhet som kan minne om funnene i det suksessfulle talentutviklingsmiljøet i Larsen et al. (2013) sin studie. Larsen et al. (2013) viste nemlig at en holistisk tilnærming med utvikling av utøvere som både utøvere og mennesker var en vesentlig del av talentutviklingsmiljøet, som videre resulterte i en god kombinasjon av profesjonalitet og samarbeid i klubben. Dette kan i lys av både utøvernes og trenernes utsagn være en viktig del av utviklingsmiljøet i den studerte klubben.

#### *Trener-utøver-relasjonen – kjønnsdimensjonen*

Som nevnt innledningsvis er fotballen mannsdominert når det kommer til støtteapparat, ledere og trenere i idretten (Kristiansen & Berntsen, 2021). Bakgrunnen for dette kan argumenteres for å være forankret i fotballens utvikling, hvor menn har satt standarden for utøvelse av idretten på bakgrunn av utelukkende mannlig deltakelse i de formende årene av fotballen, og at kvinner i etterkant har adaptert denne måten å utøve fotball på (Goksøyr, 2008). Åpenbare biologiske og fysiologiske ulikheter mellom kvinner og menn gjør derimot utøvelsen av idretten forskjellig, hvilket henter om at både treningsopplegg og den psykologiske inngangen til kvinnelige utøvere burde være noe ulikt (Kristiansen & Berntsen, 2021). Hvorvidt dette er

tilfellet, vil diskuteres i lys av utøvernes og trenernes oppfatning av dette. I sammenheng med dette er det interessant å se nærmere på hvorvidt mannlige trenere tar høyde for de psykologiske ulikhetene mellom kvinner og menn når de jobber med kvinnelige utøvere i fotballen, og hvordan de i så fall legger til rette for å skape et velfungerende utviklingsmiljø for kvinnelige utøvere i overgangen til senior.

Knyttet til mannlige trener-kvinnelige utøver-dynamikken spurte vi utøverne om hvordan de opplevde det å ha mannlige trenere og hvorvidt de hadde erfart noen utfordringer knyttet til dette. Utøvernes refleksjoner om trenerne i nåværende klubb var utelukkende positive som nevnt ovenfor, og de utfordringene de trekker frem knyttet til kjønnsdimensjonen er en refleksjon rundt trener-utøver-relasjoner i tidligere klubber. Utøvernes opplevelser av dette var vel og merke noe ulike. U2 og U3 opplever det å ha mannlige trenere som utelukkende bra, hvor U3 forklarer dette med at hun synes mannlige trenere er strengere. Strengere kan tolkes som tydelig i tilbakemeldinger og autoritær. U2 sier hun ser flere utfordringer med å ha kvinnelige trenere, da hun nesten kun har hatt mannlige trenere. Videre forklarer U2 at hun synes avkoblingen i garderoben grunnet at mannlige trenere ikke er til stede er positivt for henne.

U1, U4 og U5 peker derimot på forskjellige utfordringer de har erfart fra tidligere mannlige trenere. U1 forklarer at hun føler mannlige trenere ikke har forståelse for kvinnerelaterte utfordringer, da de ikke har opplevd dette selv. Hun understreker at hun ikke har opplevd noen utfordringer med dette selv, da hun ikke snakker med mannlige trenere om slike utfordringer. På en side kan U1 sitt utsagn tolkes som at hun ikke har behov for å dele slike utfordringer med sine mannlige trenere, og at det derfor ikke er noe som hun føler er en fremtredende utfordring for henne som individ. Likevel kan det at hun ikke snakker med mannlige trenere om slike utfordringer hinte om en barriere for å dele utfordringer, hvilket kan ha påvirkning for egen utvikling da noen av kvinnelige faktorer, eksempelvis menstruasjon, har vist seg å ha betydning for hvilken treningsmengde og intensitet som er gunstig for prestasjonsutvikling. Dette er i tråd med funnene til Bergström et al. (2023) om kommunikasjonsbarrierer mellom kvinnelige utøvere og mannlige trenere. U4 forklarer at tidligere mannlige trenere har vært dårlige på planlegging av treningsopplegg, hvor hun mente kvinnelige trenere i tidligere klubb var flinkere på dette området. Dette kan imidlertid tolkes å være en erfaring som baserer seg på enkeltindivider, da det ikke gir uttrykk for å være basert på kjønn, men heller en erfaring av trenere uten tilstrekkelig kompetanse.

U5 reflekterer rundt at hun ikke har noen problemer med å ta kontakt med mannlige trenere, men at hun foretrekker å søke kontakt med kvinnelige trenere. Videre forteller hun at hun at hun har erfaring med tidligere mannlige trenere som fra hennes perspektiv ikke har tatt



høyde for og respektert hennes følelser, og hatt lite fokus på å spørre hvordan utøverne har det, da dette har stor betydning for U5. Da vi spurte om hun kunne utdype dette, svarte hun følgende;

*«Jenter er jo kanskje mer følsomme enn gutter og at man må på en måte møte jenter litt annerledes enn man gjør med gutter da. det går bra å kjeft litt på gutter, men jenter kan kanskje ta seg litt nær av det og trenger kanskje en annen måte å bli pratet til på da. så etter en dårlig kamp da, så trenger man kanskje ikke å på en måte si sånn at du var dårlig på det og det og det, men heller på en måte ta opp det som var bra. Og heller ta det dårlige senere da. fordi det er jo på en måte mye følelser i det.» -U5*

U5 vektlegger hvordan kvinner er mer følsomme enn menn, og at feedback derfor burde gis på ulike måter til kvinnelige fotballutøvere. Dette gjenspeiles ikke i stor grad i forskningsempirien på feltet, men Asztalos et al. (2012) sin studie viste at kvinner har lavere selvtillit, økt tvil om seg selv og mindre opplevd kontroll, innflytelse og makt sammenlignet med menn. Dette kan hinte om kjønnsbaserte ulikheter. Det ble også funnet at kvinner i større grad benytter seg av følelsesfokuserte mestringsstrategier i møte med stress (Asztalos et al., 2012), hvilket vel og merke ikke er en gjenganger i annen forskning på stressmestring. Dette kan igjen ses i lys av hvordan stress og mestring i stor grad baserer seg på individuelle ulikheter (Fletcher et al., 2006), hvor kvalitative studier med små utvalg ikke nødvendigvis gir en overførbarhet av funn på kjønnsbaserte ulikheter.

I tråd med U5 sin opplevelse av følelsesmessige ulikheter mellom kvinner og menn, bekrefter T2 hvordan dette kan være en utfordring når mannlige trenere har mindre erfaring med kvinnelige utøvere;

*«Jeg vet at det mest sannsynlig er mange mannlige trenere som ikke forstår dette [ulikhetene mellom kvinner og menn], og behandler kvinner slik de behandler menn. Og de tror at de bare kan kjeft og rope på kvinnene og at de burde håndtere det. Så jeg kan se at det kan bli et problem, og tilbakemeldinger vi har fått fra jentene er også at de har opplevd dette i sine karrierer, som er forståelig. Fordi mange mannlige trenere har ikke blitt utdannet eller gitt redskapene de trenger for å jobbe med kvinnelige utøvere. Og kvinner generelt.» -T2*

I likhet med U5 snakker T2 om hvordan feedback burde være noe annerledes rettet mot kvinner sammenlignet med menn. Etersom trenerne i denne studien er høyt utdannet og har relativt lang erfaring innen idrett, kan det argumenteres for at de har et reflektert syn på hvordan man burde behandle kvinnelige utøvere. Sitatet viser også hvordan T2 vektlegger kommunikasjon om dette som noe viktig og benytter seg av det i møte med utøvere for å øke forståelsen for hvordan han burde tilnærme seg utøverne.

T4 og T3 belyser hvordan det å tilpasse seg kvinnelige utøvere kan være krevende;

*«Jeg har ikke opplevd noen utfordringer med det selv. Tok meg noen år før jeg var trygg nok selv til å snakke med en kvinnelig utøver om alt i livet; seksuell legning, menstruasjon, press fra foreldre. (...) Nå føler jeg at jeg kan være åpen om alt og spilleren kan være åpen om alt hvis de vil det. (...) Så det tar jo litt tid da.» -T4*

*«Det tok meg litt tid å tilpasse meg. Måten å gi feedback på var litt annerledes med hensyn til hvordan utviklingsstadiene kan være litt forskjellig fra gutter til jenter. Jenter er mer moden, så på en måte lettere å trene. (...) Kommunikasjon er lettere med kvinner. Må trigge gutter på en måte (...). Jentene bare pusher seg selv.» -T3*

I tillegg til å snakke om hvordan tilpasningen av kvinnelige utøvere tok tid, belyser T4 og T3 to ulike aspekter ved hvordan det kan være utfordrende å gå fra å trene mannlige utøvere til å trene kvinnelige. T4 viser hvordan det å prate om kvinnelige utfordringer kan være utfordrende fra et mannlig trenerperspektiv, men at han etter litt tid ble med komfortabel med dette. Dette kan også gjenspeiles i U1 sitt utsagn om at menn fra hennes perspektiv ikke forstår seg på kvinnelige utfordringer, og at hun tilsynelatende ikke føler behovet for å prate om slik tematikk med sine trenere. T3 belyser på en annen side hvordan kommunikasjon med kvinnelige utøvere kan tolkes å være preget av mer refleksivitet og bevisstgjøring rundt formål og utvikling sammenlignet med menn. Dette kan ses i lys av U5 sitt utsagn om hvordan det å rope og kjeffe på kvinnelige utøvere ikke nødvendigvis er en gunstig fremgangsmåte for å gi feedback og fremme utvikling.

Det var interessant i denne sammenhengen å høre hvordan en kvinnelig trener opplevde det å være kvinnelig trener, samt hvilke eventuelle utfordringer hun har opplevd med mannlige trenere som trener kvinnelige utøvere. T1 som selv er kvinne beskriver det slik;

*«Det er jo fordeler med å være dame i møte med spillere. Men jeg må opparbeide meg en viss respekt, fordi det er liksom todelt det der med kvinnelige trenere. (...) En ting er jo at det ikke er så mange av dem, og det andre er at mange blir kvotert inn også, som kan gå på kvaliteten. (...) Det kan være utfordringer med mannlige trenere og. (...) Jeg opplever nok kanskje større utfordringer knyttet til uerfarne mannlige trenere. (...) Rett og slett ofte på hvordan du som trener håndterer situasjonen. (...) Jeg tror utfordringer er nesten like store andre veien også, ved at forrige gang de hadde en kvinnelig trener var de kanskje 10 år.» -T1*

T1 sitt sitat er en samling av en lengre refleksjon rundt forskjellen på mannlige og kvinnelige trenere. Essensen bunner i hvordan kvinnelige trenere kan ha lettere for å prate med kvinnelige utøvere om mer sensitive tema, som eksempelvis temaer relatert til kvinnekroppen. Dette kan ses i lys av funnene til Bergström et al. (2023) om en barriere for kvinnelige utøvere og

mannlige trenere om å prate om slik tematikk. Hvordan en mannlig trener suksessfullt gir feedback og behandler kvinnelige utøvere er derimot ifølge T1 mer basert på deres erfaring og utdanning om kvinnelige utøvere. Videre poengterer hun også hvordan kvinnelige utøvere ofte har hatt kun mannlige trenere tidligere, og at de derfor er vant til det. Dette kan igjen ses i lys av hvordan fotballen er mannsdominert (Gledhill & Harwood, 2014; Kristiansen & Berntsen, 2021). Det kan også anses som en styrke for T1 at hun har mulighet til å interagere med utøvere i garderoben, noe som de mannlige trenerne ikke har tilgang til grunnet kjønn. T1 forteller at hun på basis av dette får tilgang til utøvernes umiddelbare reaksjoner etter trening og kamp, hvilket kan anses som en viktig periode med tanke på å kunne analysere og vurdere utøvernes respons på eventuelle stresskilder.

### 5.3 Et holistisk syn på junior-til-senior-overgangen

Overgangen fra junior til senior er en kompleks overgang hvor det er flere forskjellige endringer som foregår på samme tid. Som vist gjennom tidligere forskning, teori og informantenes utsagn, er det flere sportslige- og utenomsportslige stresskilder som viser seg å være fremtredende og av betydning i denne karriereovergangen, og som foregår på samme tid (Wylleman et al., 2004). Eksempler på dette er både det å gjøre dual career og prioritere idretten over det sosiale, samtidig som utøverne må tilpasse seg nivåforskjellen mellom junior og senior, og høye krav fra trenere, støtteapparat og lagkamerater. Ut fra informantenes utsagn er det fremtredende at varigheten og intensiteten av opplevd stress er variabelt i ulike tidsperioder, hvor eksempelvis det å kombinere skole og fotball er en mer fremtredende stresskilde i de periodene hvor det er prøver på skolen. Det samme finner man knyttet til kampsituasjoner, hvor utøvere uttrykker at stress knyttet til å prestere er større i forkant av og etter kamp enn utenfor kamp. Utøvernes sekundærvurderinger av deres ressurser til å mestre de stressende miljøkravene de blir møtt med, kan derav anses å variere basert på situasjon. Funnene viser også at utøvere benytter seg av både problemfokuset mestring og følelsesfokuset mestring med vekt på sosial støtte. Det er viktig å anerkjenne kompleksiteten i møte med junior-til-senior-overgangen, hvor utøvernes primær- og sekundærvurdering av stresskildene de møter kan anses som avgjørende for hvorvidt disse stresskildene resulterer i belastning i lys av Lazarus' transaksjonelle forståelse (Fletcher et al., 2006).

Selv om det er viktig å anerkjenne påvirkning fra utenomsportslige venner, foreldre og skole, er det først og fremst relasjonen mellom trenere og utøvere denne studien får et virkelig innblikk i. Basert på tiden utøverne bruker rundt klubben og trenerne, samt tidligere forskning,

kan særlig relasjonen mellom trener og utøver anses å være avgjørende for utøvernes håndtering av stresskilder og mentale seighet (Sæther et al., 2017). Hvilket syn klubben har på stress og mestring kan videre anses som en nøkkelindikator på hvorvidt klubben, og mer spesifikt trenere i denne sammenhengen, evner å tilrettelegge for og utdanne utøvere om mestring av stress i junior-til-senior-overgangen.

Det verdt å gå nærmere inn på klubbens syn på utviklingen av utøvere som hospiterer med A-laget. Det er ikke å utelukke at toppidretten er kynisk, hvor få utøvere ender opp som profesjonelle (Sæther, 2017), og et fåtall utøvere håndterer overgangen fra junior til senior (Auwæle et al., 2004). Målet om å vinne kamper, som også er tilstedeværende i den studerte klubben knyttet til dens status i norsk fotball, kan gå på bekostning av utvikling av individuelle utøvere. Som en motvekt til denne kynismen vektlegger klubben ut fra trenernes utsagn å bygge gode relasjoner mellom trener og utøver som er preget av åpenhet, tillit og respekt, hvilket er i tråd med Sæther et al. (2017). En slik positiv opplevelse av trener-utøver-relasjonen gjenspeiler seg også i utøvernes utsagn, hvor det virker som at tilliten til trenere åpner for å kunne kommunisere hvilke stresskilder de opplever og deres oppfatning av disse. Selv om det kan virke som om utøverne ikke nødvendigvis kommuniserer kjønns spesifikke utfordringer som problematiseres av Bergström et al. (2023), tyder dataene på at utøverne kommuniserer utfordringer knyttet til de stresskildene som de anses er mest fremtredende i hospiteringsfasen. Dette kan anses å være en formålstjenlig sosial støtte som kan tenkes å påvirke utøvernes primær- og sekundærvurdering av stresskilder på en positiv måte. Basert på trenernes utsagn om å kontinuerlig informere utøvere om hvilke forventinger de burde ha til hospiteringsfasen, kan klubbens syn på talentutvikling synes å basere seg på en tanke om å utdanne utøverne om potensielle stresskilder som kan forekomme, og dermed gi en informativ støtte som kan bidra til å forberede utøverne til junior-til-senior-overgangen. Særlig T2 belyser hvordan klubbens mål er å utdanne utøvere om både livet i og utenfor idretten, hvilket kan tenkes å ha en positiv effekt på både overgangen og fremtiden til utøverne som ikke håndterer overgangen.

Generelt sett tyder funnene på at utøverne opplever stresskilder som også gjenspeiler seg i tidligere forskningslitteratur. Noen av stresskildene som klubben søker å redusere betydningen av eller eliminere er stresset knyttet til å gjøre dual career og frykt for å gjøre feil, som utøverne fremdeles opplever til tross for samtaler med trenere og skole-klubb-samarbeid. Basert på like funn i tidligere forskning kan det tenkes at disse stresskildene er vanskelige å endre. T4 reflekterer rundt det å håndtere stresskildene utøverne i overgangsfasen møter;

*«De som hospiterer fra et juniorlag til et A-lag da, det er jo litt sånn at hvis du ikke håndterer det, så er sannsynligheten kanskje litt mindre at du håndterer å spille semifinalen i cupen og du må score det avgjørende målet. Så på ett eller annet vis må du også klare de der høystressituasjonene, og håndtere det. Uten at det gjør at du detter fra hverandre. Men det er en treningssak. Du kan lære deg det, erfaring har masse å si. Det er selvfølgelig mye lettere med de spillerne som håndterer det, for da blir veien kortere.» -T4*

T4 belyser hvordan det å stå i stressende situasjoner er en del av toppidrettskonteksten, og at det å håndtere stresskilder i overgangen fra junior til senior kan fungere som en forberedelse til livet som toppidrettsutøver. I lys av dette utsagnet kan det argumenteres for at utøvernes evne til å håndtere stresskilder på egen hånd er viktig, samtidig som et for høyt nivå av stress kan være destruktivt for framtidig karriere og deltakelse i idrett (Gledhill & Harwood, 2015). En utdanning om hvordan stresskilder burde tilnærmes gjennom bruk av mestringsstrategier kan være formålstjenlig, hvor utøvere som besitter slike ressurser videre kan håndtere stresskildene internt. Selv om utøverne ikke uttrykker et behov for ytterligere bistand fra klubben knyttet til mestring av stress, kan det tenkes å være betydningsfullt med eventuell kursing knyttet til stressmestring og/eller en tilgjengelig idrettspsykolog som kan utdanne utøvere og trenere ytterligere på dette området. Hvorvidt dette er mulig i den kvinnelige toppidrettskonteksten kan imidlertid settes spørsmålstegn ved, ettersom manglende økonomiske ressurser kan gjøre dette utfordrende i kvinnefotball slik det ser ut i dag. En ytterligere diskusjon av dette kunne basert seg på hvorvidt klubben prioriterer dette, og om det derfor kunne vært mulig dersom det ble prioritert. Dette er dog vanskelig å analysere i denne studien ettersom det økonomiske aspektet ved kvinnefotball ikke er primærfokuset for prosjektet.

## 5.4 Metodisk diskusjon

I lys av troverdighetskriteriet som nevnt i kapittel 4.4, anses det som sentralt å anerkjenne forskerens påvirkning på gjennomføringen av datainnsamlingen og derav forskningsresultatene. Først og fremst er det ifølge Thagaard (2003) vesentlig å anerkjenne forskerens erfaringer i felten sin betydning for dataene. Min bakgrunn som tidligere fotballutøver ble diskutert i metodekapittelet, og det kan argumenteres for at mitt fravær fra lignende profesjonelt miljø på høyt nivå ikke bidrar til at mine tidligere erfaringer påvirker fortolkningsprosessen i stor grad. Min utdanningsbakgrunn i idrett kan imidlertid også ha en innvirkning på hvordan jeg har fortolket datamaterialet og derav informantenes utsagn. Jeg har underveis i analysen av datamaterialet etterstrebet å bruke tidligere forskningsempiri og konseptuelt rammeverk som fortolkningsgrunnlag, heller enn utdanningsbakgrunnen min som

inkluderer en rekke ulike måter å tolke resultatet på. Med forankring i relevant teori og empiri kan analysen argumenteres for å ikke være preget av mine subjektive forståelser av fenomenet. Samtidig gir studiens innsyn i anvendt teoretisk forankring og relevant empiri leseren et innsyn i måten fenomenet blir forstått på og mitt fortolkningsgrunnlag. At forskningsresultatene fra denne studien samsvarer med en rekke funn i tidligere forskning, kan anses å være en styrke i studien både knyttet til troverdighetskriteriet og overførbarhetskriteriet (Thagaard, 2003). Fortolkning av menneskers handlinger er imidlertid en sentral del av hermeneutikken (Thagaard, 2003), og i tråd med dette er ikke formålet med denne studien å finne en objektiv virkelighet om hvordan stress i junior til senior-overgangen er, men heller hvilke erfaringer utøvere og trenere i den gitte kontekst har.

Formulering av intervju spørsmål kan også anses å være påvirkende på troverdigheten i forskningen (Kvale & Brinkmann, 2015). I tillegg til å etterstrebe åpne spørsmål og enkle formuleringer i intervjuguiden, ble også intervjuguiden for utøverne testet i en pilotstudie gjort av en medstudent. Dette var den samme studenten som jeg samarbeidet om intervjuene med. Pilotstudien tillot å teste spørsmålene i praksis, hvilket kan anses som en styrke da intervjuene gjort i pilotstudiene ga grunnlag for å revidere guiden slik at spørsmålene ble kontekstualisert i større grad. Et eksempel på dette er hvordan spørsmålet «er det noen situasjoner som du opplever som særlig utfordrende?», som ble revidert til «er det noen situasjoner eller krav til det å være fotballspiller som du opplever som særlig utfordrende?». Vi valgte å dele overgangsutøvere mellom oss for å sørge for en trygg atmosfære for informantene i intervjusituasjonen. Å gjennomføre intervjuene sammen kunne medført en utrygg situasjon for de unge utøverne, og derav en ytterligere skjevhet i et allerede asymmetrisk maktforhold, som nevnt i metodekapittelet (Kvale & Brinkmann, 2015). Samarbeidet om intervjuguiden og intervjuene kan også anses som en styrke i seg selv i lys av Thagaard (2003) som mener deltakelse av flere forskere i et prosjekt er gunstig. Det kan likevel sette spørsmålsteget rundt hvorvidt vi formulerte spørsmålene likt i hver våre intervju. En av styrkene til kvalitative intervjuer er nettopp at forskeren gis anledning til å stille oppfølgingsspørsmål (Robson, 2011; Thagaard, 2003; Kvale & Brinkmann, 2015), og to forskere kan ut fra sine individuelle ulikheter tenkes å formulere ulike oppfølgingsspørsmål. Vi vektla å sørge for en felles forståelse av hvilken informasjon vi ville informantene skulle gi, noe som skulle sikre at vi ikke hadde ulike syn på viktigheten av det informantene sa. I transkripsjonen av intervjuene fikk vi også en tydelig oversikt over hvordan vi hadde formulert oppfølgingsspørsmålene, og vi så ingen bemerkelsesverdige ulikheter på tvers av intervjuene.

En utfordring med utvalget var at to av utøverne ikke hadde erfaring med A-laget, til tross for at dette var et fastsatt kriterium i rekrutteringen av informantene. Dette var noe vi ikke var klar over før intervjuet foregikk, hvilket gjorde det vanskelig å skulle endre med tanke på hvordan rekruttering av informanter kan være utfordrende i kvalitativ forskning (Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2003). Det kan likevel argumenteres for at disse informantenes erfaringer fra overgangen til klubben kan være en pekepinn på hvordan de eventuelt hadde opplevd og håndtert en overgang til A-laget. Funnene viser mange likheter mellom utøverne som har hospitert med A-laget, og de som ikke har hospitert når det kommer til både stresskilder og mestringsstrategier, hvilket kan anses å styrke påstanden.

Et annet aspekt ved utvalget som er verdt å diskutere er hvorvidt utvalget gir et skjevt bilde på overgangserfaringene. En utfordring knyttet til utvalg som Thagaard (2003) peker på er at de som er villige til å delta kan føle at de mestrer sin livssituasjon i større grad enn andre. Dette kan medføre en skjevhet i utvalget som kan gi kunnskapshull om utøvere som ikke mestrer junior-til-senior-overgangen i like stor grad. På basis av dette kan utøverutvalgets tilsynelatende vellykkede mestring av stresskildene argumenteres for å utelukkende gi et bilde på hvordan overgangen fra junior til senior er suksessfull. Inkludering av trenerinformantene kan likevel argumenteres for å gi et mer nyansert bilde av overgangen, ettersom samtlige trenere belyser tilfeller hvor utøvere ikke mestret overgangen og mulige årsaker til dette.

I analysen av dataene kan både anonymitet og likhet i svarene diskuteres ytterligere. Anonymitet kan anses å ha vært en utfordring i dette prosjektet, da hermeneutikkens kontekstuelle forutsetninger reiser et behov om å gi en informativ forklaring på både klubbens kontekst og informantenes personlige karakteristikker (Thagaard, 2003). For det første er bevaringen av anonymiteten til både klubb og informant i forskningsfeltet generelt viktig for at deltakelse i prosjektet ikke skal ha konsekvenser for informantene (Kvale & Brinkmann, 2015). Selv føler jeg deres anonymitet i den sammenhengen har blitt godt ivaretatt. Det andre og mer utfordrende aspektet ved dette kan anses å være bevaringen av deres anonymitet i klubben. Kontaktpersonen i klubben var kilden til rekruttering av informantene, hvilket betyr at hen allerede har innsyn i hvilke informanter som har deltatt i prosjektet. Dersom beskrivelsene fra informantene hadde vært inngående kunne dette avslørt hvem som har uttalt seg om hva innad i klubben. Jeg anså dette å være særlig utfordrende knyttet til trenerinformantene, hvor deres utdanning, bakgrunn i idrett og kjønn er tilsynelatende indikatorer på hvem dette er i klubben. Fraværet av sensitiv informasjon og likhet i svarene kan imidlertid anses å hindre at anonymitetskriteriene blir brutt.

Likhet i svarene kan både anses å være en styrke i forskningen, samtidig som det kan indikere at klubben på sin side har skapt en kollektiv forventning om hvordan man skal oppføre seg. Som eksempelvis T3 og T2 nevner er det en forventning at utøverne er stresset i overgangsfasen. Dersom utøverne beskriver stress basert på en forventning om at det skal være en stressende overgang, kan dette føre til feilaktige funn hvor utøvere som i utgangspunktet ikke opplever stress likevel sier de opplever stress basert på trenernes forventninger. På en annen side kan utøvernes utsagn om at «*det er litt stressende, men det går bra*» (U2), hinte om en forventning om at utøverne burde håndtere de stresskildene de møter for å lykkes som toppidrettsutøver, og derfor ikke uttrykker de potensielle underliggende stresskildene som de faktisk opplever. Dette kan trekkes tilbake til hvordan det asymmetriske maktforholdet i intervjusituasjonen, samt min kontakt med kontaktpersonen i klubben, kan medføre at informantene holder tilbake informasjon i frykt om at resultatene kan spores tilbake til dem (Kvale & Brinkmann, 2015). Hvorvidt kunnskapen som produseres i intervjukontekst er legitim er vel og merke del av en større diskusjon knyttet til kunnskapsproduksjon i kvalitativ forskning, hvor denne studiens tydeliggjøring av gjennomføring av intervju, kontekst og relasjon til informantene kan argumenteres for å kvalitetssikre forskningen (Kvale & Brinkmann, 2015).

## 5.5 Praktiske implikasjoner

Kompleksiteten i junior-til-senior-overgangen gjør det utfordrende å skulle gi en tydelig og informativ mal på hvordan utviklingen av talentfulle utøvere burde foregå. Likevel kan man på basis av funnene i denne studien, samt tidligere forskning på overgangen fra junior til senior, argumentere for at noen momenter burde være på plass for en holistisk orientert utvikling og utdanning av både utøvere og trenere knyttet til karriereovergangen. Klubben som ble studert i denne studien kan både gi inspirasjon til formålstjenlige tiltak for overgangen, samt kaste lys over tilstedeværende mangler i kvinnefotballkonteksten som kan tenkes å ha betydning for utøvernes håndtering av stresskilder. Med inspirasjon fra Gledhill og Harwood (2015) sine fire sentrale anvendbare implikasjoner for at kvinnelige eliteutøvere skal håndtere overgangen fra junior til senior, kan det basert på denne studien argumenteres for at følgende tiltak burde iverksettes i praksis for å lette denne overgangen;

1. Basert på tilstedeværelsen av dual career-relaterte stresskilder i tidligere og nåværende forskning er det vesentlig at det tilrettelegges for at kvinnelige fotballutøvere i



overgangen fra junior til senior håndterer å kombinere utdanning og fotball. Den studerte klubbens samarbeid med nærliggende toppidrettsgymnas, kan ut ifra både trenernes og informantenes utsagn anses som et gunstig tilbud som tillater utøvere å i større grad fokusere på idretten, med redusert psykologisk og fysiologisk belastning grunnet færre fag over flere år, samt fritak fra både gym og toppidrett i skolesetting. Hvorvidt dette er et gjennomførbart tilbud i andre byer i Norge, er vanskelig å bekrefte i nåværende studie. På basis av positive erfaringer knyttet til denne tilretteleggingen burde dette likevel etterstrebes i andre toppidrettsklubber i Norge.

2. Utøvernes økte rollebelastning i junior-til-senior-overgangen viser til press fra både trenere, medspillere, skole, venner og foreldre. Å håndtere forventninger og press fra både utenomsportslige- og sportslige kilder kan anses å være betydningsfullt for å håndtere overgangen, da faktorer i og utenfor idretten kan ha betydning for den sportslige prestasjonen og utøvernes mentale helse. I lys av Gledhill og Harwood (2015) kan derfor utdanningsprogrammer som tar sikte på å håndtere rollebelastning være et gunstig tiltak som potensielt kan gi utøvere tilgang til nødvendige mestringsstrategier. Dette er noe både forbund, krets og klubb kan tilrettelegge for basert på relevant idrettspsykologisk kunnskap.
3. Som en videreføring av punkt 2, kan det argumenteres for at slike utdanningsprogrammer forutsetter en kunnskap blant trenere og støtteapparat i klubben om formålstjenlige fremgangsmåter for å mestre stresskilder som er fremtredende i junior-til-senior-overgangen. Det kan anses som nødvendig at trenere og andre i klubben besitter kompetanse utover det tekniske og taktiske nivået som for det første er basert på idrettspsykologi, og for det andre er spesifikt knyttet til en kvinnelig utøvergruppe. Slik Gledhill og Harwood (2015) peker på, kan det være gunstig å inkludere en idrettspsykolog i støtteapparatet for å både bistå med utøversamtaler om stresskilder, og utdanne trenere og andre i støtteapparatet om viktige psykologiske faktorer som påvirker utøvernes prestasjon og velvære. Dersom økonomiske barrierer hindrer at fotballklubber på kvinnesiden ikke har tilgang til idrettspsykologer, kan det argumenteres for at egne utdanningsprogrammer for trenere og andre aktører i klubben er formålstjenlig, noe som eksempelvis kan arrangeres gjennom NFF eller andre relevante idrettsorganer.
4. Viktigheten av foreldres rolle som belyses i denne studien viser til et behov om at foreldre burde være orientert om hvordan de kan bistå utøvere i mestring av stresskilder i karriereovergangen. På basis av treneres utsagn kan det være hensiktsmessig å

utarbeide utdanningsprogrammer for foreldre som tar sikte på å informere om hvilke utfordringer som kan oppstå i overgangen fra junior til senior, og hvordan de som foreldre kan bidra til å tilrettelegge for overgangen. Utdanningsprogrammene burde rettes mot deres rolle som foreldre, særlig med tanke på sosial støtte. Trenere i den studerte klubben nevnte at de forsøkte å utdanne foreldre om dette gjennom workshops og individuelle samtaler. Likevel var det flere foreldre som ikke hadde tilstrekkelig kunnskap om hvilke krav og forventninger utøverne møter, hvilket henter om et behov for ytterligere utdanning av foreldre på dette området.

5. Som nevnt i tidligere og nåværende forskning kan det å flytte på hybel resultere i ytterligere stresskilder og mulig belastning for de utøverne det gjelder. Ettersom det å flytte på hybel i lys av T4 sine utsagn kan være mulig forklarende årsak til at noen utøvere ikke håndterer overgangen, kan det argumenteres for at tilrettelegging for at hybelboere håndterer stresskildene de møter er nødvendig. Denne gruppen kan argumenteres for å oppleve flere stresskilder enn de som bor hos foreldrene sine. Et tiltak i denne sammenhengen kan være både ytterligere oppfølging av disse utøverne, i tillegg til utdanningsprogrammer og støttegrupper som er spesifikt rettet mot de mange utfordringene det å flytte hjemmefra bærer med seg. Slike tiltak kan og burde innebære både praktisk, informativ og følelsesmessig sosial støtte.
6. Til slutt er det verdt å nevne den mest fremtredende stresskilden utøvere og trenere vektlegger, nemlig nivåforskjellen mellom A-lag og rekruttlag. Dette er noe som er svært fremtredende i forskningen, og kan være utfordrende å gjøre noe med, da nivåforskjellen naturligvis vil være der i de fleste klubber. Dersom man tar utgangspunkt i utøvere som forflytter seg fra rekruttlag til A-lag i samme klubb, kan det argumenteres for at klubben i større grad har muligheter til å lette overgangen. Dette kan eksempelvis foregå ved en overlapp av trenere som følger utøvere i begge grupper, og det å følge en relativt lik metodikk på begge lag. Lignende rammer rundt utøverne på rekruttlag og A-lag kan tenkes å ha en positiv effekt på opplevd stress, ettersom dette tillater at utøvere har større kjennskap til forventninger og krav før de hospiterer og/eller gjennomfører overgangen.

## 6. Oppsummering

Denne studiens formål var å få et innblikk i hvilke stresskilder som er fremtredende for kvinnelige elitefotballutøvere i overgangen fra junior til senior i den studerte toppserieklubben. Funn viser at utøverne opplever mange av de samme stresskildene som blir belyst i tidligere forskning; nivåforskjellen opp til seniornivå, forventninger og krav fra aktører i klubben, og da særlig trenere, å gjøre dual career, og å kombinere fotball med det sosiale livet utenfor idretten. Andre del av studiens formål var å studere hvordan utøverne mestrer disse stresskildene. Den studerte utøvergruppen benytter seg av både problem- og følelsesfokuserede mestringsstrategier. Behovet for sosial støtte gjennom både sportslige- og utenomsportslige aktører ser ut til å være av stor betydning for utøvernes mestring av stress, derav spesielt foreldre, venner, lagkamerater og trenere. Den studerte klubbens samarbeid med skole og tilnærming til utøvere med hovedvekt på en trener-utøver-relasjon preget av gjensidig respekt og tillit, kan synes å gi et bilde på et vellykket utviklingsmiljø som tilrettelegger for overgangen på flere plan.

## 7. Videre forskning

Som nevnt innledningsvis, er forskning på kvinnelige fotballutøvere generelt er en mangelvare (Pettersen et al., 2021). Forskningsfeltet på junior-til-senior-overgangen har også vært preget av kunnskapshull, og da særlig på kvinnesiden (Auweele et al., 2004; McGreary et al., 2021). I lys av dette kan denne studien anses å bidra til å ytterligere tette noen kunnskapshull om kvinnelige fotballutøvere i overgangen fra junior til senior. Utvalget i denne studien har vel og merke tatt for seg utøvere som tilsynelatende er på god vei til å håndtere overgangen til senior. For en ytterligere forståelse av hvilke stresskilder som avgjør hvorvidt utøvere håndterer overgangen, kunne det vært hensiktsmessig med en komparativ studie som inkluderer både utøvere som har håndtert overgangen, og de som ikke håndterte det. En slik studie kunne bidratt til bredere kunnskap om hva som skiller de som lykkes og de som ikke lykkes.

Gitt den dynamiske forståelsen stress og stressmestring som baserer seg på Lazarus' transaksjonelle forståelse (Fletcher et al., 2006), kunne også en longitudinell studie bidratt til å forstå hvordan stresskilder og mestring fungerer over tid, samt hvorvidt det er visse perioder i karriereoverganger man burde vektlegge i tilretteleggingen.

I intervjuguiden kan man se at skade var en tematikk som var ment å inkluderes i denne studien. På basis av utvalgets, og da særlig utøvernes, manglende erfaring med skade ble det derimot tatt en beslutning om at tematikken ikke gjorde seg tilstrekkelig relevant for denne studien. Viktigheten av det å være skadefri for utviklingen av juniorutøvere, samt skaders mulige destruktive påvirkning på utøvernes karriere kan imidlertid hinte om et behov for å studere dette ytterligere. Det kan tenkes at det å være langtidsskadet kan ha en negativ innvirkning på utøvere, og mulig være en forklarende årsak for utøvere som ikke har håndtert overgangen. Flere studier har funnet at kvinner er mer disponible for korsbåndsskader sammenliknet med menn, og at færre kvinner enn menn returnerer til fotball etter en slik skade (Bjerksæter & Lagestad, 2022; Arendt & Dick, 1995). I tillegg er det funnet betydelige kjønnsforskjeller relatert til skadens varighet (Olmedilla et al., 2018). Dette tyder på at skader kan anses som en større stresskilde for kvinner enn menn i fotball, hvilket støtter argumentet om å ytterligere studere betydningen av skader i kvinnefotball.

## 8. Referanser

- Alfermann, D. & Stambulova, N. (2007). Career transitions and career termination. I G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Red.), *Handbook of sport psychology* (3. utg., s. 712-736). NY: Wiley.
- Anshel, M. H., Sutarso, T. & Jubenville, C. (2009). Racial and gender differences on sources of acute stress and coping style among competitive athletes. *The journal of social psychology, 149*(2), 159-178.
- Arendt, E. & Dick, R. (1995). Knee Injury Patterns Among Men and Women in Collegiate Basketball and Soccer: NCAA Data and Review of Literature. *The American Journal of Sports Medicine, 23*(6), 694-701. <https://doi.org/10.1177/036354659502300611>
- Asztalos, M., Wijndaele, K., Bourdeaudhuij, I. D., Philippaerts, R., Matton, L., Duvinneaud, N., Thomis, M., Lefevre, J. & Cardon, G. (2012). Sport participation and stress among women and men. *Psychology of sport and exercise, 13*, 466-483. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.01.003>
- Auweele, Y. V., Martelaer, K. D., Rzewnicki, R., Knop, P. D. & Wylleman, P. (2004). Parents and coaches: A help or harm? Affective outcomes for children in sport. I Y. V. Auweele (Red.), *Ethics in Youth Sport* (s. 179-193). Lannoocampus.
- Bergström, M., Rosvold, M. & Sæther, S. A. (2023). "I hardly have a problem [...] I have my period quite rarely too": Female football players' and their coaches' perceptions of barriers to communication on menstrual cycle. *Frontiers Sports and Active Living, 5*. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1127207>
- Bjerksæter, I. A. H. & Lagestad, P. A. (2022). Staying in or Dropping Out of Elite Womens Football - Factors of Importance. *Frontiers Sports and Active Living, 4*.
- Bjørndal, C. T. & Gjesdal, S. (2020). The role of sport school programmes in athlete development in Norwegian handball and football. *European Journal for Sport and Society, 17*(4), 374-396. <https://doi.org/10.1080/16138171.2020.1792131>
- Bojkowski, Ł., Kalinowski, P., Kalinowska, K. & Jerszynski, D. (2020). Coping with stress among women and men training team sports games. *Journal of Physical Education and Sport, 20*(2), 1230-1234. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s2171>
- Brandt-Hansen, M., Therkelsen, G. & Ottesen, L. (2014). Fra talent til Landsholdsspiller: Talentudvikling af Kvindelige Fodboldspillere.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Crocker, P. R. & Graham, T. R. (1995). Coping by competitive athletes with performance stress: Gender differences and relationships with affectR. *The sport psychologist, 9*(3), 325-338.
- Engan, C. & Sæther, S. A. (2018). Goal orientations, motivational climate and stress perception in elite junior football players: a comparison of club levels. *Journal of Physical Education and Sport, 18*(1), 107-113. <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.01014>
- Fasting, K. & Pfister, G. (2000). Female and male coaches in the eyes of female elite football players. *European Physical Education Review, 6*, 91-110.
- Fasting, K., Pfister, G. & Scraton, S. (2005). Kampen mot kjønnsstereotypiene: En komparativ studie av kvinnelige fotballspillers oppfattelse av maskulinitet og feminitet. *Idræt og køn, 15*(2), 41-53.
- Fletcher, D. & Hanton, S. (2003). Sources of organizational stress in elite sports performers. *The Sport Psychologist 17*, 175-195.

- Fletcher, D., Hanton, S. & Mellalieu, S. D. (2006). An organizational stress Review: Conceptual and theoretical issues in competitive sport. I S. Hanton & S. D. Mellalieu (Red.), *Literature Reviews in Sport Psychology* (s. 321-374). Nova Science.
- Flett, G. L. & Hewitt, P. L. (2005). The Perils of Perfectionism in Sports and Exercise. *Sage journals*, 14(1), 14-18. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00326.x>
- Gledhill, A. & Harwood, C. (2014). Developmental experiences of elite female youth soccer players. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(2), 150-165. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2014.880259>
- Gledhill, A. & Harwood, C. (2015). A holistic perspective on career development in UK female soccer players: A negative case analysis. *Psychology of sport and exercise*, 21, 65-77. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.04.003>
- Goksøyr, M. (2008). *Historien om norsk idrett*. Abstrakt forlag
- Goodman, J., Schlossberg, N. K. & Anderson, M. L. (2006). *Counseling adults in transition: Linking practice with theory*. NY: Springer.
- Hammermeister, J. & Burton, D. (2004). Gender differences in coping with endurance sport stress: Are men from Mars and women from Venus? *Journal of Sport Behavior*, 27(2), 148.
- Haugaasen, M. & Jordet, G. (2012). Developing football expertise: a football-specific research review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 5(2), 177-201.
- Kerdijk, C., Kamp, J. v. d. & Polman, R. (2016). The Influence of the Social Environment Context in Stress and Coping in Sport. *Frontiers in Psychology*, 7(875), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00875>
- Kristiansen, E. & Berntsen, H. (2021). *Idrettspsykologi: Motivasjon, ledelse og prestasjon*. Universitetsforlaget.
- Kristiansen, E., Murphy, D. & Roberts, G. C. (2012). Organizational Stress and Coping in US Professional Soccer. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(2), 207-223. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.614319>
- Kristiansen, E. & Stensrud, T. (2017). Young female handball players and sport specialisation: how do they cope with the transition from primary school into a secondary sport school? *British journal of sports medicine*, 51(1), 58-63.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal.
- Larsen, C. H., Alfermann, D., Henriksen, K. & Christensen, M. K. (2013). Successful Talent Development in Soccer: The Characteristics of the Environment. *Sport, Exercise and Performance Psychology*, 2(3), 190-206.
- Larsen, H. C., Henriksen, K., Alfermann, D. & Christensen, M. K. (2014). Preparing footballers for the next step: An intervention program from an ecological perspective *The sport psychologist*, 28, 91-102. <https://doi.org/10.1123/tsp.2013-0015>
- Lazarus, R. S. (2000). How Emotions Influence Performance in Competitive Sports. *Sport Psychologist*, 14(3), 229-252.
- Lazarus, R. S. (2006). *Stress and emotion: a new synthesis*. Springer Publishing Company.
- Lee, M. & MacLean, S. (1997). Sources of parental pressure among age group swimmers. *European Journal of Physical Education*, 2, 167-177. <https://doi.org/10.1080/1740898970020204>
- Mays, N. & Pope, C. (2000). Qualitative research in health care: Assessing quality in qualitative research. *Education and debate*, 320, 50-52.
- McGreary, M., Morris, R. & Eubank, M. (2021). Retrospective and concurrent perspectives of the transition into senior professional female football within the United Kingdom.

- Psychology of sport and exercise*, 53, 1-9.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101855>
- Morris, R., Tod, D. & Eubank, M. (2017). From youth team to first team: An investigation into the transition experiences of young professional athletes in soccer. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(5), 523-539.  
<https://doi.org/10.1080/1612197X.2016.1152992>
- Morris, R., Tod, D. & Oliver, E. (2015). An analysis of organizational structure and transition outcomes in the youth-to-senior professional soccer transition. *Journal of Applied Sport Psychology*, 27, 216-234. <https://doi.org/10.1080/10413200.2014.980015>
- Nédélec, M., Halson, S., Abaidia, A.-E., Ahmaidi, S. & Dupont, G. (2015). Stress, Sleep and Recovery in Elite Soccer: A Critical Review of the Literature. *Sports Medicine*, 45, 1387-1400. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0358-z>
- Olmedilla, A., Ortega, E., Robles-Palazón, F. J., Salom, M. & García-Mas, A. (2018). Healthy Practice of Female Soccer and Futsal: Identifying Sources of Stress, Anxiety and Depression. *Sustainability*, 10(7), 1-8. <https://doi.org/10.3390/su10072268>
- Pettersen, S. D., Adolfsen, F. & Martinussen, M. (2021). Psychological factors and performance in women's football: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 32(S1), 161-175. <https://doi.org/10.1111/sms.14043>
- Pummel, B., Harwood, C. & Lavalley, D. (2008). Jumping to the next level: A qualitative examination of within-career transition in adolescent event riders. *Psychology of sport and exercise*, 9, 427-447. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.07.004>
- Reeves, C. W., Nicholls, A. R. & McKenna, J. (2009). Stressors and Coping Strategies among Early and Middle Adolescent Premier League Academy Soccer Players: Differences According to Age. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(1), 31-48.  
<https://doi.org/10.1080/10413200802443768>
- Robson, C. (2011). *Real world research* (3. utg.). Wiley.
- Rogowska, A. M. (2018). How do footballers cope with stress? *Journal of Physical Education & Health*, 7(12), 29-35.
- Rubin, H. J. & Rubin, I. S. (2005). *Qualitative Interviewing: The Art of Hearing Data* (2. . utg.). Sage.
- Rye, A., Ransom, D., Littlewood, M. & Sæther, S. A. (2022). Performance and organizational stressors in the junior-to-senior transition in football. *Current Issues in Sport Science*, 7. <https://doi.org/10.36950/2022ciss003>
- Sarkar, M. & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: a review of stressors and protective factors. *Journal of Sport Sciences*, 32(15), 1419-1434.  
<https://doi.org/10.1080/02640414.2014.901551>
- Sharf, R. S. (1997). *Applying career development theory to counseling*. Brooks/Cole.
- Sikt. (u.å.). *Personverntjenester for forskning*. Hentet 26. april fra  
<https://sikt.no/tjenester/personverntjenester-forskning>
- Solhaug, M., Høigaard, R. & Sæther, S. A. (2021). The balancing act of combining school and football in the transition from a non-professional club into junior-elite academy football. *Sport and Exercise Psychology*, 3, 40-46.
- Stambulova, N., Franck, A. & Weibull, F. (2012). Assessment of the transition from junior-to-senior sports in Swedish athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(2), 79-95. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2012.645136>
- Stambulova, N. B. (2003). Symptoms of a crisis-transition: A grounded theory study. I N. Hassmen (Red.), *Svensk Idrottspsykologisk Förening* (s. 97-109). Örebro University Press.
- Sæther, S. A. (2017). *De norske fotballtalentene. Hvem lykkes og hvorfor?* Universitetsforlaget.

- Sæther, S. A. & Aspvik, N. P. (2016). Norwegian Junior Football Players – Player'S Perception Of Stress According To Playing Time. *Sport Science Reciew*, 26(1-2), 85-96. <https://doi.org/10.1515/ssr-2016-0005>
- Sæther, S. A., Aspvik, N. P. & Høigaard, R. (2017). Norwegian Football Academy Players – Player'S Self-Assessed Skills, Stress and Coach-Athlete Relationship. *The Open Sports Sciences Journal*, 10, 141-150. <https://doi.org/10.2174/1875399X01710010141>
- Thagaard, T. (2003). *Systematikk og innlevelse* (2. utg.). Fagbokforlaget.
- Wahyuni, D. (2012). The Research Design Maze: Understanding Paradigms, Cases, Methods and Methodologies. *JAMAR*, 10(1), 69-80.
- Wylleman, P., Alfermann, D. & Lavallee, D. (2004). Career transitions in sport: European perspectives. *Psychology of sport and exercise*, 5, 7-20. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00049-3](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00049-3)
- Yperen, N. W. V. (2009). Why some make it and others do not: Identifying psychological factors that predict career success in professional adult soccer. *The sport psychologist*, 23(3), 317-329.



## Vedlegg

Vedlegg 1. Informasjonsskriv

Vedlegg 2. Godkjenning fra SIKT

Vedlegg 3. Intervjuguide utøvere

Vedlegg 4. Intervjuguide trenere

# Vil du delta i forskningsprosjektet «*Stress og mestring i overgangen junior til senior i kvinnefotball*»?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å kartlegge hvilke stresskilder kvinnelige fotballutøvere i overgangen junior til senior møter i sin hverdag som utøvere, og hvordan de håndterer disse stresskildene. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

## **Formål**

Forskningsprosjektet er en del av masteroppgaven i studieløpet Master i Idrettsvitenskap som skal være ferdig våren 2023.

Dette prosjektet har som formål å øke kunnskapen om hvilken betydning stress har for ferdighets- og prestasjonsutvikling i kvinnefotball og hvordan det kan tilrettelegges for at utøvere håndterer negativt stress på en formålstjenlig måte i overgangen fra junior til senior. Jeg ønsker å intervjuer både utøvere og trenere for å få en ytterligere forståelse av stress i kvinnefotball og potensielt kunne bidra til å øke kunnskapen rundt dette. Det er et stort gap på forskningsfeltet mellom kvinner og menn, hvor det er en stor overvekt av forskning på menn i fotballkontekst. I tråd med veksten i kvinnefotball de siste tiårene ønsker jeg å rette søkelyset mot utfordringer som er prominente blant kvinner, og som ikke nødvendigvis er i tråd med kunnskapen som omhandler menn på forskningsfeltet. Jeg har valgt å fokusere på overgangen fra junior til senior hvor det foregår en rekke endringer både i og utenfor idretten som potensielt kan bidra til mer negativt stress.

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

NTNU er ansvarlig for prosjektet.

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

Du blir spurt om å delta enten fordi du er kvinnelig fotballspiller i overgangen fra junior til senior i en klubb på elitenivå, eller dersom du er trener for denne gruppen. En kriterium for deltakelse dersom du er utøver, er at du kombinerer fotball og skole. Dette skrivet blir sendt ut av kontaktpersoner i din klubb på basis av et samarbeid klubben har med NTNU.

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

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det et fysisk intervju som vil ta deg ca. 60 minutter.

Intervjuet av utøvere inneholder spørsmål som omhandler din hverdag som fotballspiller generelt, om overgangen fra junior til senior, om stress og eventuelle skader. Intervjuet av trenere inneholder spørsmål som omhandler din hverdag som trener, hvordan din relasjon til utøvere er, hvordan du som trener tilrettelegger for håndtering av negativt stress for utøvere og overgangen fra junior til senior fra ditt ståsted som trener. Jeg gjør oppmerksom på at det blir tatt lydopptak av intervjuet, hvor dine svar i etterkant vil bli transkribert og registrert elektronisk.

### **Det er frivillig å delta**

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

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

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. De som vil ha tilgang til databehandling er forskningsansvarlig (Marthe Sofie Lilleengen), veileder (Stig Arve Sæther) og medstudent (Janita Stålesen). Sistnevnte vil ha tilgang grunnet at hennes masterprosjekt har noe lignende tematikk, og at vi derfor samarbeider om utøverintervjuene. Navnet og kontaktopplysningene dine vil jeg erstatte med en kode som lagres på egen navneliste, adskilt fra øvrige data. Informasjonen som kommer frem gjennom intervjuet vil i masteroppgaven bli fremstilt på en slik måte at enkeltpersoner ikke vil kunne gjenkjennes, slik at alle deltakere i prosjektet forblir anonyme.

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

Prosjektet vil etter planen avsluttes 31. mai 2023. Etter prosjektslutt vil datamaterialet med dine personopplysninger slettes.

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

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra NTNU har Sikt – Kunnskapssektorens tjenesteleverandør vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### **Dine rettigheter**

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

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

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

- Marthe Sofie Lilleengen (e-post: [marthsl@stud.ntnu.no](mailto:marthsl@stud.ntnu.no), tlf: 41 29 81 03). Du kan også kontakte veileder Stig Arve Sæther (e-post: [stigarve@ntnu.no](mailto:stigarve@ntnu.no))

Hvis du har spørsmål knyttet til vurderingen som er gjort av personverntjenestene fra Sikt, kan du ta kontakt via:

- Epost: [personverntjenester@sikt.no](mailto:personverntjenester@sikt.no) eller telefon: 73 98 40 40.

Med vennlig hilsen

*Prosjektansvarlig*  
Marthe Sofie Lilleengen

*Veileder*  
Stig Arve Sæther

---

## **Samtykkeerklæring**

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Stress og mestring i overgangen junior til senior i kvinnefotball», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju

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

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)



[Meldeskjema](#) / [Stress og mestring i overgangen junior til senior i kvinnefotball](#) / Vurdering

## Vurdering av behandling av personopplysninger

**Referansenummer**  
269724

**Vurderingstype**  
Standard

**Dato**  
06.02.2023

**Prosjekttittel**

Stress og mestring i overgangen junior til senior i kvinnefotball

**Behandlingsansvarlig institusjon**

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

**Prosjektansvarlig**

Stig Arve Sæther

**Student**

Marthe Sofie Lilleengen

**Prosjektperiode**

10.01.2023 - 31.05.2023

**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 31.05.2023.

[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 helse.

**TREDJEPERSONER**

For å hindre at det fremkommer opplysninger om tredjepersoner, bør dere understreke for informantene at de må unnlate navn og eventuelle andre identifiserende karakteristikk i beskrivelser av hendelser og personer.

**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!

### Vedlegg 3. Intervjuguide utøvere

#### Intervjuguide utøvere

##### Kontekstbeskrivelse:

1. Kan du fortelle litt om deg selv (alder, deltakelse i idrett, utdanning mm.).
  - a. Hvilket nivå spiller du på nå?
  - b. Hvilken posisjon spiller du på banen?
  - c. Hva ser du på dine sterke sider som fotballspiller?
    - i. Fysiske, mentale taktiske, tekniske ferdigheter
2. Kan du fortelle litt om bakgrunnen for at du begynte å spille fotball?
  - a. Hvorfor startet? Hvilke personer har vært viktige for din utvikling/i din fotballkarriere så langt?
3. Hvilke ambisjoner har du som fotballspiller?
4. Hvordan vil du beskrive din hverdag? (Kan du beskrive hverdagen din i klubben?)
  - a. Kan du beskrive hvordan en vanlig hverdag ser ut for deg?

##### Overgangserfaringer:

5. Hva husker du fra din første økt med A-laget?
  - a. Hvordan opplevde du denne treningen?
  - b. Har du et eksempel som gjorde inntrykk på deg?
  - c. Hvordan var det å komme inn i en slik gruppe?
6. Kan du fortelle litt om erfaringene dine med seniorfotball og evt. klubbens A-lag?
7. Hva opplever du at er de største utfordringene med overgangen til senior, sammenlignet med hvordan du hadde det før?
  - a. Kan du beskrive situasjonen(e)
  - b. Hva kjenner du på når du møter ....
  - c. I hvilken grad har du opplevd slike utfordringer tidligere?
8. Hvordan håndterte du disse utfordringene?
9. Er det noen i miljøet rundt deg som hadde betydning for deg i overgangen til senior/A-laget?
  - a. På hvilken måte har de hatt betydning for deg?
    - i. Kan du utdype dette videre?
10. Hvordan vil du skildre klubben sitt samarbeid med andre aktører i miljøet?
  - a. Kan du gi eksempler på hvordan klubben samarbeider med:
    - i. Skole
      1. Hvordan opplever du å kombinere skole og fotball?
      2. hvilke konkrete tilrettelegginger kunne gjort kombinasjonen skole og fotball lettere for deg?
    - ii. Andre klubber/landslag
11. Hvordan føler du deg i seniorgruppen? Hva opplever du er din posisjon? Hvordan vil du beskrive din egen rolle i klubben?
  - a. Hvordan var dette annerledes på juniornivå/rekrutt?
  - b. Hva opplever du er den største utfordringen med å være «ny» på A-laget?
    - i. Hvordan vil du si at det påvirker deg?

**Stress:**

12. Er det noen situasjoner eller krav til det å være fotballspiller (med ambisjoner) som du opplever som særlig utfordrende/vanskelig?
  - a. Hvorfor opplever du dette som vanskelig/utfordrende?
    - i. Hvordan opplever du at dette påvirker deg?
  - b. Andre krav? Fortell om dem.
    - Spilletid
  - c. Kan du fortelle litt om hvordan/om disse kravene endres i en overgangssituasjon?
    - i. På hvilken måte? Hvordan tror du det påvirker deg?
13. I hvilke situasjoner føler du på stress? Og hva er stress for deg?
  - a. Kan du beskrive situasjonen
  - b. Hvordan får det til å føle deg?
  - c. Hvordan takler du dette?
14. Kan du beskrive hvilke forventninger du blir stilt overfor?
  - a. Fra omgivelsene (ytre) og/eller fra deg selv (indre)
    - i. Hvordan opplever du at det påvirker deg?  
Positivt/negativt
15. Hvordan håndterer du stress?
  - a. Er det noen personer du ofte går til når du føler deg stresset?
    - i. Familie
    - ii. Trener
    - iii. Venner

**Trener-utøver-relasjon:**

16. Kan du beskrive din relasjon til trenerne dine?
  - a. Hvordan påvirker relasjonen din med trener deg? Positivt/negativt?
  - b. Har du opplevd at treneren har vært en støttespiller i stressende situasjoner? På hvilken måte?
17. Har du opplevd noen utfordringer i relasjonen til treneren din?
  - a. Hva tror du er årsaken til disse utfordringene?
  - b. Hva tror du er årsaken til at det har fungert bra?
  - c. Har du opplevd stress/uro som følge av din relasjon til treneren din? På hvilken måte?
  - d. I så fall, hvordan håndterte du dette?
    - i. Holdt du det for deg selv?
    - ii. Snakket du med noen?
18. Merker du noen forskjell på din relasjon med treneren din fra junior til senior?
19. Har du opplevd det som utfordrende å ha en mannlig trener? Kan du tenke deg noen utfordringer knyttet til å ha en mannlig trener?

**Skade:**

20. Har du vært skadet?
  - a. Hvordan opplevde du skadeforløpet?
    - i. opplevde du stress i forbindelse med skade?



- ii. Hvordan håndterte du dette?
  - iii. Var det noen rundt deg som du følte var spesielt viktig for deg i denne perioden?
    - 1. Trener
    - 2. Venner
    - 3. Familie
21. Hvordan opplevde du støtteapparatet rundt deg i denne perioden?
22. Hvilken påvirkning hadde skadeprosessen på dine ambisjoner?

**Avslutning:**

- 23. Er det noe du ønsker å tilføye?
- 24. Eventuelt andre ting du ønsker å ta opp?

## Vedlegg 4. Intervjuguide trenere

### Intervjuguide trenere

#### Kontekstbeskrivelse:

1. Kan du fortelle litt om deg selv (alder, idrettserfaring og utdanning)
2. Hva er din(e) oppgave(r) i klubben?
3. Hvordan ser en vanlig jobbhverdag ut for deg?

#### Overgangserfaringer:

4. Kan du fortelle litt om dine erfaringer med utøvere som hospiterer til klubbens A-lag?
5. Hva opplever du er de største utfordringene med overgangen fra junior til senior?
  - a. Kan du beskrive situasjonene?
  - b. Gjør du som trener noen tiltak for å tilrettelegge for denne overgangen? I så fall hvilke?
  - c. Opplever du at utøvere er stresset når de hospiterer til A-laget?
  - d. Opplever du at utøvere er stresset når de begynner å spille på A-laget?
6. Kan du fortelle om en slik overgang, hvordan utøveren opplevde det og hvordan du/dere håndterte denne overgangen?
7. Opplever du at utøveren henvender seg til noen personer eller miljøer i møte med disse forandringene?
8. Hvordan vil du skildre klubben sitt samarbeid med andre aktører i miljøet?
  - a. Kan du gi eksempler på hvordan klubben samarbeider med skole?
  - b. Hvordan tilrettelegger dere for at utøverne skal kunne kombinere skole og fotball?

#### Stress:

9. Er det noen situasjoner eller krav dine utøvere opplever som særlig utfordrende/vanskelig?
  - a. Hvorfor tror du de opplever dette som utfordrende?
  - b. Er det andre krav eller situasjoner du tror de opplever er utfordrende?
  - c. Kan du fortelle om hvordan/om disse kravene endres i en overgangssituasjon? På hvilken måte?
10. Hvilke forventninger opplever du utøvere blir stilt overfor?
  - a. Fra omgivelser og/eller fra seg selv
  - b. Hvordan tror du dette påvirker utøvere?
11. Opplever du at utøvere henvender seg til deg/dere dersom de opplever stress? På hvilken måte?
12. Er det noe du/dere gjør for å hjelpe utøvere å håndtere stress?

#### Trener-utøver-relasjon

13. Kan du beskrive din relasjon til utøverne dine?
14. Har du opplevd noen utfordringer i relasjonen til utøverne dine?
  - a. Hva tror du er årsaken til disse utfordringene?
  - b. Hva tror du er årsaken til at det har fungert bra?
15. Har du vært trener for både kvinner og menn/jenter og gutter?
  - a. Har du opplevd noen forskjeller mellom kvinnelige og mannlige utøvere? Hva de blir stresset av, hvordan de håndterer stress, hvordan relasjonsbygging mellom trener og utøver har vært

- b. Har du opplevd noen utfordringer selv knyttet til at mannlige trenere har kvinnelige utøvere?
- c. Kan du tenke deg noen utfordringer knyttet til dette?

**Skade**

16. Hvordan har du opplevd at utøvere som har vært skadet har håndtert skadeforløpet sitt?
- a. Hvilken rolle har du hatt i denne prosessen?
  - b. Har utøveren(e) henvendt seg til deg angående stress knyttet til skadeforløpet/skadeforløpene?

**Avslutning:**

17. Er det noe du ønsker å tilføye?
18. Eventuelt andre ting du ønsker å ta opp?

