

Magnus Roksvaag

Kohesjon i landslag

Landslagstreneres beskrivelser av kohesjon i landslagsgrupper

Masteroppgave i Idrettsvitenskap, Lektor i kroppsøving og idrettsfag

Veileder: Rune Høigaard

Juni 2023

Magnus Roksvaag

Kohesjon i landslag

Landslagstreneres beskrivelser av kohesjon i
landslagsgrupper

Masteroppgave i Idrettsvitenskap, Lektor i kroppsøving og idrettsfag
Veileder: Rune Høigaard
Juni 2023

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



Kunnskap for en bedre verden

Forord

Jeg vil først og fremst takke Rune Høigaard, som har vært min veileder i denne masteroppgaven. I perioder hvor arbeidet virket uoverkommelig, har Rune alltid klart å motivere meg til å stå på videre. Jeg takker for et supert samarbeidet, hvor jeg har fått gode og raske tilbakemeldinger under prosessen. Kunne ikke bedt om en bedre veileder! Videre vil jeg gi en takk til mine medstudenter som har gitt meg gode faglige diskusjoner og motivasjon til å stå på i harde perioder. De har bidratt til at jeg har kunnet utvikle meg både faglig og personlig. Av og til har de vært irriterende flinke til å pirke på faglig og språklig presisjon, men noe som jeg er takknemlig for i dag. En takk til mor og far, som har motivert meg under hele skriveprosessen og gitt hytta til disposisjon, slik at jeg kunne få litt miljøforandring fra mitt andre hjem, lesesalen.

Videre må jeg takke alle landslagstrenerne, for deres bidrag med et rikt datamateriale. Det var ikke en forventning at så mange landslagstrener ville sette av tid til å bli intervjuet av en masterstudent, så dette setter jeg stor pris på! Gjennom intervjuene har jeg fått en bredere og mer nyansert forståelse for hvordan gruppedynamikken i landslag fungerer, på tvers av idretter. Aldri hadde jeg sett for meg å bruke så mye tid på et datamateriale som i denne oppgaven, og dette på grunn av de rike beskrivelsene trenerne kom med.

Jeg vil beskrive arbeidet med masteroppgaven som en berg og dalbane. Det har vært oppturer og nedturer, full stans og full fart. Hadde det ikke vært for fellesskapet blant mine medstudenter, spesielt på lesesalen tror jeg denne prosessen hadde blitt mye tøffere. Jeg sitter igjen i dag med en ferdig masteroppgave etter 5 år på instituttet, og hvor veien vider går, er ikke godt å si. Uansett er jeg takknemlig for de 5 årene jeg har hatt på Dragvoll og Kalvskinnet. En siste takk til alle foreleserne som har bidratt med å gjøre meg til den lektoren jeg er i dag.

Magnus Roksvaag
Trondheim, juni 2023

Sammendrag

Hovedformålet ved studien var å undersøke treneres opplevelse og beskrivelse av fenomenet kohesjon i landslag. Åtte landslagstrenerne fra både individuelle idretter og lagidretter ble intervjuet. Intervjuguiden var forankret i teori om kohesjon i idrettsgrupper og tematisk analyse ble brukt som metode. Resultatene fra analysen identifiserte fem hovedtema relatert til kohesjon: 1) attraktivitet, som viser til stolthet og tilhørighet i teamet; 2) relasjoner i teamet, som viser til positive relasjoner og det å fremme respekt, tillit og trygghet i teamet; 3) teamkultur, beskriver kjørereglene og de uformelle normer i laget; 4) teamroller, viser til rolleaksept og rollemodeller blant utøverne; og 5) intrateam kommunikasjon, viser til hvordan utøver må være tydelige, samarbeide og være klar over kroppsspråk. Funnene bidrar til en nyansert forståelse for kohesjon i landslaget gjennom trenernes perspektiver.

Nøkkelord: Kohesjon, idrett, landslag

Abstract

The main purpose of this study was to investigate how coaches experience and describe the phenomenon of cohesion in national teams. Eight national team coaches from both individual and team sports were interviewed. The interview guide was rooted in the theory of cohesion in sports groups and thematic analysis was used as a method. The results of the analysis identified five main themes related to cohesion: 1) attractiveness, that includes pride and belonging; 2) relationships in the team, that refers to positive relationships in the team and promoting respect, trust and security; 3) team culture, that describes the guidelines and the unformal norms in the team; 4) team roles, that refers to role acceptance and role models; and 5) intrateam communication, that refers to how the players must be clear in their communication, cooperate and be aware of body language. The findings contribute to a nuanced understanding of cohesion in the national team through the coaches' perspectives.

Nøkkelord: Kohesjon, idrett, landslag

Innholdsfortegnelse

1. Innledning	5
2. Teoretisk rammeverk	6
2.1. <i>Kohesjon i idretten</i>	6
2.2. <i>Kohesjonsforskningens stabilitet i over 30 år</i>	7
2.3. <i>Kohesjon og prestasjon</i>	9
2.4. <i>Hva påvirker kohesjon i idrettsgrupper</i>	9
3. Metodologisk diskusjon	11
3.1. <i>Utvalg</i>	11
3.2. <i>Datainnsamling</i>	12
3.3. <i>Refleksiv tematisk analyse</i>	14
4. Oppsummering	17
5. Referanser	18
Del II Artikkel	22

1. Innledning

Formålet med denne delen av oppgaven er å diskutere aspekter ved teori og metode som det ikke var rom for i artikkelen. Her vil et utfyllende teorikapittel bli presentert, som legger vekt på hvordan kohesjon blir forstått og om de mest sentrale påvirkningsfaktorene til kohesjon. Teorikapittelet vil utdype hvordan kohesjon er en kompleks konstruksjon, hvor mange ulike faktorer opptrer på ulike tidspunkt og samvirker. Videre vil oppgaven legge fram sentrale tendenser ved forskning på kohesjon de siste 30 årene. Forholdet mellom kohesjon og prestasjon vil så videre utdypes, for så å beskrive de ulike faktorene som påvirker kohesjon. I metodekapittelet vil det kvalitative intervjuet diskuteres. Utvalget i studien vil først bli diskutert, for så å se på hvilke hensyn som må tas i møtet med intervjuet. Forskerens personlige, etiske og strategiske utfordringer med intervjuet blir diskutert. Til slutt i analysen, vil det bli diskutert hvordan tematisk analyse har påvirket og formet datamaterialet fra intervjuene.

I samråd med veileder, endte valg av tidsskrift på Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology. Skandinaviske land gir en spesiell kontekst for idretts- og treningspsykologi på grunn av at den skandinaviske velferdsmodellen gir andre leve- og idrettsforhold sammenlignet med mange andre land. Forskning utført i denne sammenhengen er unik, men kan inspirere verden. Formålet med Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology er å samle og formidle kunnskap og erfaringer mellom forskere, utøvere, idrettsutøvere, trenere og andre med interesse for idretts- og treningspsykologi i Skandinavia. Artikkelen kan utformes på engelsk, dansk, norsk og svensk. Det er et tidsskrift med åpen tilgang, utgitt årlig av Danish Sport Psychological Forum. Da målet med studien er å utarbeide ny og nyansert kunnskap om kohesjon i landslagskonteksten, ble det vurdert til at studiens formål og design samsvarer med tidsskriftets formål.

2. Teoretisk rammeverk

I denne delen vil oppgaven legge vekt på teoretiske aspekter ved studien som det ikke var rom for å presentere i artikkelen. Et utvidet rammeverk for Carrons begrepsmessige kohesjonsmodell og hvilke faktorer som påvirker kohesjon vil bli presentert. Teorien vil være supplerende, med formål å gi en bedre forståelse av fenomenet kohesjon for leseren.

2.1. Kohesjon i idretten

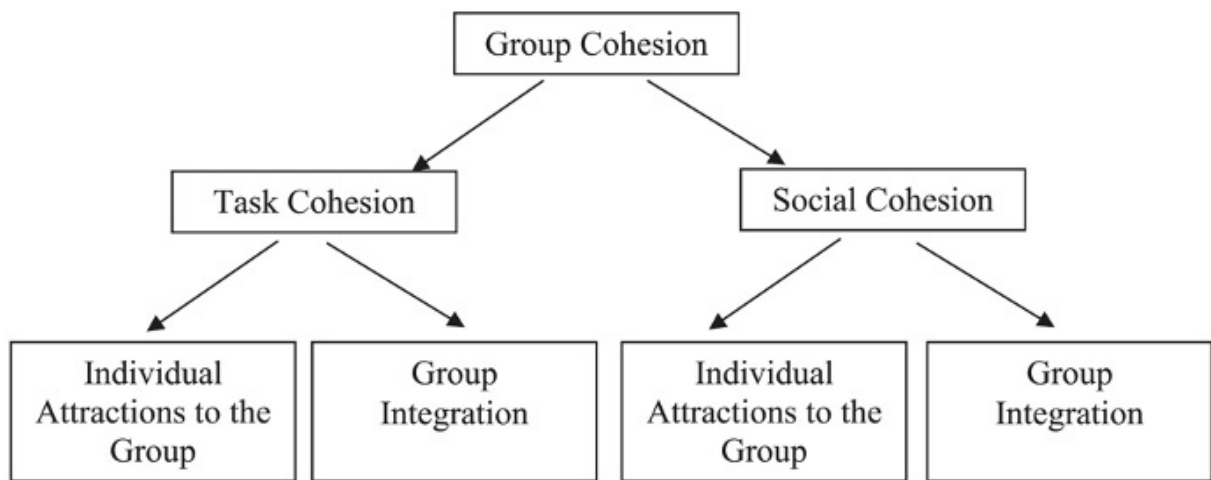
Innenfor idretten har gruppedynamikken fått et godt fotfeste i å beskrive, forstå og undersøke de prosessene, handlingene og forandringene som opptrer innad i idrettsgruppene (Forsyth, 2014; Høigaard, 2020). Fagfeltet er stadig i utvikling og er dynamisk, hvor ny og nyansert kunnskap tilføres kontinuerlig gjennom beskrivelser om hvordan gruppedynamikkens mekanismer og prosesser foregår. Forskningen har som formål å bidra til økt forståelse av hvordan gruppedynamikken påvirker individuell atferd og gruppeprestasjoner (Eys, Bruner & Martin, 2019). Et av de mest undersøkte områdene i gruppedynamikken er kohesjon. Begrepet kommer fra det latinske ordet *cohaesus*, som betyr «den kraft som bevirker at et legemes molekyler henger sammen» (Høigaard, 2020, p. 168). Kohesjon beskrives gjerne i sammenhenger der et lag har gjort det bra, og uttalelser som «kjemien var god» og «godt teamwork» vanlig (Høigaard et al., 2017; Murrell & Gaertner, 1992). Det er viktig å påpeke at kohesjon er en kompleks konstruksjon, og mange ulike faktorer opptrer på ulike tidspunkt og samvirker (Carron & Chelladurai, 1981). Oppgavens egenart spiller blant annet inn i hvordan kohesjon oppleves for utøvere og støtteapparat (Landers & Lüschen, 1974).

I artikkelen fremlegges definisjonen av kohesjon som var utviklet av Carron, Brawley og Widmeyer (1998) og som har stor aksept i gruppedynamikken, men også i andre områder utenfor (Carron & Brawley, 2000; Eys & Brawley, 2018; Spink, 2021). Definisjonen er med å fremheve de fire hovedegenskapene ved kohesjon, nemlig at kohesjon er *flerdimensjonal*, *dynamisk*, *instrumentell* og *affektiv*. At kohesjon er *flerdimensjonal*, beskriver hvordan mange ulike faktorer kan påvirke en gruppe i bestrebelsen å holde sammen, og dette varierer fra ulike grupper (Carron et al., 2005). For eksempel kan dette ses i lag som er sterkt samlet rundt oppgaven (f.eks. oppnå gode idrettsprestasjoner), men der det sosiale ikke er ideelt (f.eks. atleter misliker hverandre). Neste er at kohesjon er *dynamisk*. Dette viser til graden av endring som kan oppstå i gruppekohesjonen over tid. Kohesjonen kan utvikle og forandre seg over tid avhengig av gruppens oppgaver, miljø og sammensetning. Kohesjon i en gruppe har ulike faktorer som kan ha skiftende effekter på forskjellige tidspunkt og i forskjellige sammenhenger.

Viktige faktorer i startfasen til en gruppe, trenger ikke ha den samme betydningen i senere stadier i gruppen. Den tredje egenskapen til kohesjon viser til at alle grupper etableres på grunn av et formål, det *instrumentelle* aspektet (Carron & Brawley, 2000). Kohesjon er også *affektiv*. Dette referer til graden av positive relasjoner og følelser som medlemmene i gruppen opplever med hverandre. Kohesjon kan sies å være til stede i alle gruppen, men graden av kohesjon varierer (Høigaard, 2020).

2.2. Kohesjonsforskningens stabilitet i over 30 år

På bakgrunn av pionerarbeidet til Carron et al. (1985) på definering, måling og konseptualisering av kohesjon innenfor idrett, har forskningsfeltet i over 30 år holdt seg konsekvent og i god kvalitet (Eys & Brawley, 2018). Pescosolido og Saavedra (2012) argumenterer for at kohesjon kan analyseres og studeres innenfor idrettsgrupper med stor validitet, gjennom at idrettsgrupper opererer i relativt veldefinerte kontekster, med klare formål og normer, roller, ressurser og prosedyrer enn andre typer grupper.



Figur 1: En begrepsmessig modell for gruppekohesjon (Eys & Brawley, 2018)

I artikkelen blir de ulike kohesjonsdimensjonene fremlagt, med vekt på delingen av sosial kohesjon og oppgavekohesjon (Casey-Campbell & Martens, 2009; Dion, 2000; Haugen et al., 2021; Ntoumanis & Aggelonidis, 2004). De fire kohesjonsdimensjonene som blir presentert, opptrer ulikt over tid og kan forandre seg (Høigaard, 2020).

Dimensjoner	Forklaring
Individuell tiltrekning til gruppen - SOSIALT	Utøvernes oppfatning av den personlige interaksjonen med gruppen og hvor akseptert de opplever at de er i gruppen.
Individuell tiltrekning til gruppen - OPPGAVE	Utøvernes oppfatning av hvor involverte de er i gruppens oppgaver, mål og prestasjoner.
Gruppeintegrasjon - SOSIALT	Utøvernes oppfatning av samholdet i hele gruppen med tanke på sosiale aspekter som nærhet og tilknytning.
Gruppeintegrasjon - OPPGAVE	Utøvernes oppfatning av samholdet i hele gruppen med tanke på oppgaver, mål og metoder.

Tabell 1: Beskrivelse av kohesjonsdimensjoner (Høigaard, 2020)

I kartleggingen av kohesjon ble Carrons begrepsmessige modell brukt som utgangspunkt i utviklingen av Group Environment Questionnaire (GEQ) (Eys et al., 2007). GEQ kartlegger alle de fire dimensjonene ved kohesjon med 18 spørsmål. Mesteparten av forskningen på kohesjon gjennom de siste 30 årene, har vært avhengig av egenrapportering via GEQ og på grunn av sin relevans har flere varianter av GEQ blitt utviklet (Eys & Brawley, 2018). The Youth Sport Environment Questionnaire (YSEQ, Eys et al., 2009) for 13-17 år og The Child Sport Cohesion Questionnaire (CSCQ, Martin et al., 2013) for 9-12 år, ble utviklet for å stille mer treffende og enklere spørsmål. For organiserte treningsøkter som gruppetimer ble The Physical Activity Group Environment Questionnaire utviklet (Estabrooks & Carron, 2000). Overvekten av forskning innenfor idretten har derfor vært avhengige av kvantitative spørreskjema via GEQ. Selv om spørreskjema er et nyttig verktøy, merket Santoro et al (2015) begrensninger for denne tilnærmingen. Spørreskjema har begrensninger knyttet til hvordan den estimerer kohesjon og andre variabler. Det er også en fare for biaserte svar, hvor tidligere betydningsfulle hendelser kan påvirke svarene til respondentene (f.eks. tap eller vann). Respondentene kan gi svar som ses på ønskelig/positiv av andre, og dermed ikke reflekterer hva respondentene virkelig mener (f.eks. sterk gruppetenking). Grossman et al. (2015) viser til blant annet en kvalitativ tilnærming for å estimere kohesjon vil være hensiktsmessig, hvor de kvalitative kvalitetene kan bidra til ny og nyansert kunnskap.

2.3. Kohesjon og prestasjon

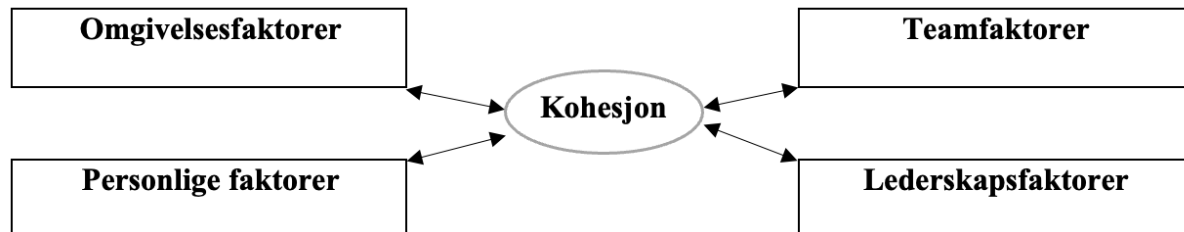
Enkelte studier viser en positiv sammenheng mellom prestasjon (Burke et al., 2008; Carron et al., 2002; Evans & Dion, 2012; Kjølmo & Halvari, 2002), mens andre viser en negativ sammenheng mellom kohesjon og prestasjon (Landers & Lüschen, 1974). Noen av grunnene til de varierende resultatene handler om de ulike måtene kohesjon har blitt definert på, og de ulike målemetodene som har blitt benyttet (Carron & Brawley, 2000; Casey-Campbell & Martens, 2009; Drescher et al., 2012; Gully et al., 2012). I sin metastudie så Mullen og Copper (1994) at idrettsgrupper var karakterisert av å ha høy grad av gruppetilhørighet, i motsetning til andre typer grupper. Idrettsgrupper hadde en tendens til å anse gruppen mer som en helhet enn en sum av gruppens individuelle medlemmer. Det ble også indentifisert en klar forståelse av hva som ble regnet som «dyktighet» innenfor idrettsgrupper, med en bred enighet blant utøvere. I kohesjon-prestasjonsforholdet ble kun oppgavekohesjon signifikant relatert til prestasjon. Derimot fant Carron et al. (2002) i sin metastudie, en signifikant sammenheng mellom både sosial- og oppgavekohesjon og prestasjon. Teambuilding, med mål om å øke gruppens prestasjoner ble sett på i sammenheng med sosial kohesjon og prestasjon. Denne effekten ble både sett i interaktive idretter (eks. håndball) og koaktive idretter (eks. golf). Filho et al. (2014) poengterer i studien til Carron et al. (2002) var sosial kohesjon sterkere relater til prestasjon enn oppgavekohesjon. Dette kunne være en konsekvens at av forskningen ikke tok høyde for høyprofilerte team (elite og landslag), hvor de sosiale behovene ofte havnet i skyggen for de prestasjonsorienterte målene. Dette gir grunnlag for videre utforskning av kohesjon i landslagskonteksten.

2.4. Hva påvirker kohesjon i idrettsgrupper

Som beskrevet i artikkelen er fire hovedfaktorer relatert til kohesjon. Noen av disse faktorene kan også sies å være sirkulære (Høigaard, 2020). Eksempelvis vil positiv atferd mot laget kunne påvirke kohesjon, og kohesjon vil kunne påvirke positiv atferd (Bruner et al., 2014). Kohesjon vil kunne påvirke prestasjon, og prestasjon vil kunne påvirke kohesjonen i laget. I arbeidet med å kartlegge de ulike faktorene som kan relateres til kohesjon, oppstår det noen utfordringer: innholdet i kategoriene og plassering. Selv om kategoriene gir en god oversikt over faktorer som kan påvirke kohesjon i idrettsgrupper, bør det bemerkes at det ikke er en uttømmende liste. Det kan være andre faktorer som også kan påvirke kohesjon i ulike idrettsgrupper avhengig av deres spesifikke situasjon og kontekst.

Dette gjelder også for selve plasseringen av de ulike faktorene (Høigaard, 2020).

Rollefaktoren kan både plasseres under teamfaktorer og personlige faktorer. Formålet er derimot å gi en oversiktlig presentasjon av de identifiserte hovedfaktorer som er relatert til kohesjon.



Figur 2: Fire hovedkategorier som er relatert til kohesjon (Carron et al., 2005)

De *personlige faktorene* vil ha en innvirkning på hvordan gruppen utvikler kohesjon, gjennom de ulike personlige karakteristikaene som kjønn, alder, atferd og mentale prosesser (Høigaard, 2020). I grupper hvor utøverne har like karakteristika (homogene), har ofte blitt antatt å være positivt for kohesjonen, derimot kan de også oppleve et større konformitetspress og som vil ha negative konsekvenser for lagets prestasjon (Rovio et al., 2009). Utøvere som fremmer en kollektivistisk innstilling mot gruppen, gjennom gode relasjoner og målrettet arbeid vil i større grad kunne bidra positivt til gruppens kohesjon (Høigaard, 2020). *Omgivelsesfaktorene* viser til hvilke forpliktelser, krav og kontrakter som kreves for å bli et medlem av en gruppe. Disse faktorene vil være med på å holde gruppen samlet, og regulere utøverens atferd (Eys & Brawley, 2018). Toppidrettsgrupper stiller høye krav som kun få klarer, og dette kan påvirke gruppens kohesjon positivt. Dette på grunn av at utøvere får tilfredsstillt sine psykologiske behov og å identifisere seg med gruppen blir viktig (Høigaard, 2020). *Teamfaktorer* viser til gruppens oppgaver, normer og mål (Eys & Brawley, 2018). De ulike faktorene er med på å beskrive hvilken grad gruppen samarbeider og koordinerer. Interaktive idretter stiller store krav til dette og kan påvirke kohesjonen positivt, hvor koaktive grupper ikke er avhengige av disse faktorene. Mer forskning på forholdet mellom kohesjon og interaktive eller koaktive idretter kreves, da resultatene er sprikende (Carron et al., 2002; Filho et al., 2014). Siste hovedfaktoren er *ledelsesfaktorer* som viser til trenerens atferd, beslutningsstil, rettferdighet og relasjoner med utøvere (Hopton et al., 2007). Trenere som i større grad fokuserer på gode relasjoner til utøverne, og involverer de i beslutninger som skal tas innad i laget ser ut til å bedre kohesjon i laget, da dette kan bidra til et større «eierforhold» til avgjørelsene (Høigaard, 2020). Videre er gode rettferdige ledere linket til utøvernes motivasjon, tillit, kollektiv mestringstro og personlig utvikling (Hopton et al., 2007).

3. Metodologisk diskusjon

I denne delen av kappen vil metodiske valg bli ytterligere forklart med vekt på styrker og svakheter med metoden. De etiske retningslinjene vil bli diskutert fortløpende i teksten.

3.1. Utvalg

Studiens utvalg tar utgangspunkt i å intervju ekspertene innenfor sine respektive idrettsfelt (Etikan et al., 2016). I følge Creswell og Creswell (2018) er utvalget stort nok, når datainnsamlingen er mettet, og hvor nye informanter ikke videre bidrar til ny innsikt eller avslører nye egenskaper. Studien endte på åtte informanter. Bakgrunnen for dette var todelt: 1) studien la begrensninger på hvor mye ressurser og tid som var tilgjengelig og 2) flere intervjuer ville ikke gi nevneverdig bidrag til datainnsamlingen. Guest et al. (2006) viser til at et utvalg mellom seks og tolv informanter vil være nok for å oppnå metning i datainnsamlingen. Det argumenteres derfor for at utvalget var tilstrekkelig for å oppnå metning i dataene, hvor et mindre utvalg har den fordel av å kunne bruke mer tid på å analysere intervjuene (Kvale & Brinkmann, 2015). Utvalget i studien kan sies å være heterogent, da det var trenere fra ulike idretter (individuell idrett og lagidrett). Landslagstrenere er like i form av yrke, men de opptrer i ulike gruppesammensetninger. Formålet med utvalget er å fremskaffe kunnskap fra et bredt spekter av erfaringer og dermed en bedre forståelse av fenomenet kohesjon, da ulike trenere kan ha forskjellige strategier, tilnærminger og synspunkter på temaet (Kvale & Brinkmann, 2015). Informantene har inngående kjennskap til feltet, og deres rolle som trenere gjør dem relevante informanter. De står i en unik rolle for å fange opp nyanser og dyptgående innsikt i landslagskonteksten. Studien siktet etter en jevn fordeling av kjønn blant informantene, derimot ble kun to rekruttert etter forespørsel om deltakelse og medfører en skjevhet i utvalget. Dette resulterte i at studien ikke tok hensyn til kjønn blant trenerne i analysen. Deltakelse i studien er frivillig, og dermed er det en risiko for seleksjonsbias (Costigan & Cox, 2001). I denne studien kan dette ses i sammenheng med trenere som ikke presterte godt i yrket, muligens ikke ville delta og motsatt.

3.2. Datainnsamling

Å være kritisk til egen metode, står sentralt i god kvalitativ forskning (Roulston, 2010). Forskeren møter flere personlige, etiske og strategiske utfordringer som må tas til betraktning (Locke et al., 2013). I studien er det valgt å bruke et kvalitativt forskningsdesign, med bruk av individuelle semistrukturerte intervjuer for å undersøke forskningsspørsmålet. Intervjuet produserer kunnskap gjennom interaksjon mellom intervjuer og informanten (Kvale & Brinkmann, 2015). Kohesjon er et flerdimensjonalt og dynamisk fenomen som kan undersøkes gjennom egenskapene til intervjuet, der formålet er å få en dypere forståelse av fenomenet gjennom at oppmerksomheten rettes mot de kulturelle, dagligdagse og situerte aspektene ved menneskelig handling, tenkning læring og hvordan vi mennesker forstår oss selv (Hammersley, 2017; Kvale & Brinkmann, 2015). For at intervjuet skal frembringe kunnskap, er det nødvendig at forskeren skaffer seg kunnskap om teamet, en god evne til å reflektere, teoretisk engasjement, god fleksibilitet i arbeidet og er kreativ (Creswell & Creswell, 2018). Et problem som legges fram med intervjuet er hvordan informantens sosiale atferd er mønstret fram gjennom rutinemessige og ritualiserte metoder, som vil påvirke deres oppførsel og væremåte (Atkinson, 2015). Det å faktisk vite om vi får svarene vi er ute etter, er en komplisert affære (Tjora, 2017). Landslagstrenerne er oftere i media og stiller til intervju, og er ofte vant til intervjusituasjonen og derfor kan det tenkes at deres svar er et resultat av konstruerte erfaringer basert på sosiale konvensjoner som er tilknyttet intervjuet. Hammersley (2017) argumenterer for å studere sosiale fenomener i deres naturlige forhold, men på bakgrunn av geografiske utfordringer ble intervjuene gjennomført i en mer strukturert tilnærming via zoom-samtaler. Observasjon kan være en hensiktsmessig metode å for å en god forståelse av fenomenet kohesjon (Atkinson, 2015), men i denne studien ses det på som lite hensiktsmessig, da det er ønskelig å få frembringe kompleksiteten, nyansene, konteksten og bredden til fenomenet (Friberg, 2019; Kvale & Brinkmann, 2015; Tjora, 2017).

Intervjuets struktur har likhetstegn med den dagligdagse samtalen, men intervjuet har en bestemt spørreteknikk og metode. Forskeren er derfor i en maktposisjon gjennom å kunne føre samtalen i ulike retninger (Kvale & Brinkmann, 2015). Derimot kan det argumenteres for at dette er mindre sannsynlig, da elitepersoner (landslagstrenerne) er personer med stillinger som gir stor makt. Denne makten kan veies opp for det opprinnelige asymmetriske maktforholdet i intervjuet (Hertz & Imber, 1995). Som nevnt er landslagstrenerne ofte i media, og er vant til intervjusituasjonen sin.

Hvor trenere har deltatt i intervjuer om sine tanker og meninger tidligere, kan det tenkes at de er mer eller mindre forberedt på hva de skal svare på temaene. Derfor ble det viktig å reflekterte over dette underveis, og prøvde å utfordre synspunktene som kom frem fra informantene (Kvale & Brinkmann, 2015). I intervju med elitepersoner kan det å utfordre uttalelsene til informantene potensielt bidra til ny innsikt på teamet som diskuteres. For å få frem informantens perspektiver, bør intervjuet også oppleves som en avslappet samtale (Tjora, 2017). For å bidra til en avslappet samtale var det viktig at informantene fikk nok tid til å svar på spørsmålene og gi rom for digresjoner. Oppfølgingsspørsmål ble notert ned og stilt i etterkant, og bidro til en bedre flyt i samtalen. Dette var sentralt for å unngå misforståelser eller feiltolkninger av hva informanten beskrev (Marshall & Rossman, 2016). Ved å tilegne seg kunnskap på feltet på forhånd, var det lettere å gi oppfølgingsspørsmål, og demonstrere denne kunnskapen ovenfor informanten. Dette kan ha bidratt til en viss utjevning av maktforholdet (Kvale & Brinkmann, 2015). Ved å vise interesse og kunnskap på feltet, kan forskeren bidra til å legitimere at informantene investerte tid i intervjuet. Videre var et ønske om å gjøre intervjusituasjonen så spontan som mulig, for å innhente levende, uventede og spontane svar fra informantene (Kvale & Brinkmann, 2015). Informantene fikk derfor ikke vite spørsmålene på forhånd. Friberg (2019) argumenterer for å skape en intervjusituasjon som oppleves som trygg og hyggelig. Informantene bestemte selv hvor og når de ville gjennomføre intervjuet, og hadde mulighet til å trekke seg fra intervjuet og studien når som helst. Det ble også informert om at intervjuet var anonymt, hvor det ikke skulle være noen konsekvenser for informantene å delta. Dette ga informantene en sikkerhet, hvor de hadde rettigheter over sin egen intervjudata. Samtidig som intervjusituasjonen siktet på å være hyggelig og avslappet, ble det viktig å holde en profesjonell avstand til informanten (Kvale & Brinkmann, 2015). Gjennom hele intervjuprosessen, var det viktig å stille seg kritisk til hvordan en positiv holdning til informantene og identifisering med dem, kan påvirke den produserte kunnskapen. Empatiske relasjoner kan ses på som en nøkkel til data, men jo større «forståelse» det er mellom forsker og informant, jo større fare for biaserte svar. Forskeren kan overse mye kunnskap gjennom en sterk identifisering. Dette kan også skape en forventning av hvilke svar forskeren ønsker, hvor informanten svarer deretter (Lee, 2008; Roulston, 2010). Videre var intervjuprosessen i stor grad dynamisk og bar preg av åpenhet og fleksibilitet, der rekkefølgen av tema og følgende spørsmål endret seg, slik at intervjuet kunne forfølge svarene og historiene informanten ga. Creswell og Creswell (2018) forklarer at dette kan bidra til at forskeren lettere kan oppfordre til nøyaktige og nyanserte beskrivelser fra informanten.

På forhånd var en intervjuguide utviklet som dannet grunnlaget for intervjuene, med utgangspunkt i forskningslitteratur om kohesjon i idrettsgrupper (Carron et al., 2005; Cox, 2007; Høigaard, 2020). Intervjuguiden var delt inn i 4 temaer: 1) Hva er kohesjon, 2) positiv utvikling, 3) negativ utvikling og 4) endring gjennom sesong. Intervjuguiden ble utviklet i samarbeid med veileder, med spørsmål som siktet på å være nøytrale for å unngå biasert formulering av spørsmål. For å kunne komme med oppfølgende og relevante spørsmål, var det nødvendig å ha et kunnskapsgrunnlag (Kvale & Brinkmann, 2015). Det ble klart at en forståelse for temaet var nødvendig for å kunne skape grunnlag for integrasjon og tilføyelse av ny kunnskap. Uten et kunnskapsgrunnlag kan ulike beskrivelser i datasettet bli oversett i uvitenhet av dataenes betydning (Tuckett, 2005). Igjen vil dette kreve at forskeren klarer å reflektere og ta ansvar for sine oppfatninger og holdninger på temaet.

Under transkriberingsprosessen av intervjuene ble blant annet stemmeleie, tempoet informanten snakket i, kroppsspråket og ironi tatt vekk. Vi sitter derfor igjen med dekontekstualiserte gjengivelser av direkte intervjusamtaler (Kvale & Brinkmann, 2015). I arbeidet med transkriberingen ble det klart at mye av det muntlige språket, ikke var hensiktsmessig å notere ned. Nøling, repetitive og usammenhengende tekst ble derfor delvis fjernet for å skape en bedre flyt, samtidig som det kunne skjerme en uetisk stigmatisering av informanten (Kvale & Brinkmann, 2015). Informantenes historier gjorde det mer hensiktsmessig med en lettlest utgivelse. I transkriberingen ble konfidensialitet vektlagt, hvor informantens identitet allerede under transkribering blir anonymisert.

3.3. Refleksiv tematisk analyse

Refleksiv tematisk analyse ble anvendt som det mest hensiktsmessige analyseverktøy for å sortere og strukturere data som ble produsert fra intervjuene (Braun & Clarke, 2022). Refleksiviteten i analysen legger vekt på hvordan forskeren aktivt forholder seg til datamaterialet gjennom å stille seg kritisk til sin rolle som forsker. Subjektivitet har ofte blitt sett på som problematisk, da det alltid vil være en fare for bias som truer objektiviteten i forskningsmaterialet. I refleksiv tematisk analyse ses forskerens subjektivitet på som en styrke og drivkraft for analysen (Finlay, 2002). Forskerens egne verdier, oppfatninger og perspektiver er en integrert del av analysen (Nowell et al., 2017). Refleksiviteten vektlegger at forskeren må gjenkjenne og ta ansvar for sin egen posisjon i forskningen, og hvilken effekt det har på analysen. Hvordan blir kunnskap produsert, behandlet og tolket.

Dette er en kontinuerlig prosess der forskeren må reflektere over antakelser, forventninger, valg og tiltak gjennom forskningsprosessen (Finlay & Gough, 2003). Den refleksive prosessen ble nyttig både under intervjuer og i analyseprosessen. Å få intervjuer landslagstrenere var stort, og det var et privilegium å få mulighet til å intervju disse informantene. Derfor ble det viktig å reflektere over hvordan man lett kan bli revet med og engasjert i intervjuet, og hvordan sterk identifisering med informantene kan påvirke den produserte kunnskapen. Ved å anerkjenne denne posisjonen, er det lettere å unngå slike skjevheter og kan i større grad oppnå en kritisk og grundig forståelse av kunnskapen.

Fleksibiliteten til metoden bidro til at mønstre kunne utvikle seg fra de empirinære kodene, og danne temaer. Braun og Clarke (2022) argumenterer for forskerens fleksibilitet i arbeidet, og selve tilnærmingen til datamaterialet i studien har i stor grad vært induktiv, men ikke utelukkende. Forskeren tar med seg ulike teoretiske perspektiver inn i meningsdannelsen, og vil derfor aldri være helt induktiv (Braun & Clarke, 2022). Kunnskap på feltet, kan ses på som en styrke selv i induktiv koding, da det kan bidra med en mer presis koding, som kan berike den empiriske forståelsen av et teoretisk perspektiv (Beres & Farvid, 2010). I studien var informantenes perspektiver, erfaringer og meninger interessante, og derfor var det hensiktsmessig med induktiv tilnærming til kodingen. For å gjennomføre en systematisk tematisk analyse, krevde det at forskeren ble kjent med datamaterialet gjennom grundig lesing, gjennomgang og koding. Empirinære koder var ønskelig, da kodene identifiserte meningen bak sitatene. Som nevnt i artikkelen, ble Nvivo brukt som kodeprogram, Nvivo tillot å gjøre et empirinært arbeid uten at arbeidet skulle bli uoverkommelig. Det ble produsert 237 semantiske koder, som beskrev datamaterialet nøye. Dette er både nødvendig og hensiktsmessig i store datamaterialer, da en nøye koding gjør at forskeren må gjøre seg godt kjent med materialet (Kvale & Brinkmann, 2015). I studien ble det sett på som hensiktsmessig å anvende semantiske koder, da dette krevde i mindre grad tolkning fra forskeren i dette stadiet, og som bidro til mindre fokus på danning av tema. Harding (2018) foreslår å lese igjennom datamaterialet, for så å identifisere kategorier. Deretter notere ned koder, granske de og revidere kategoriene deretter, for så til slutt å lete etter temaer og resultater. Ved bruk av tematisk analyse ses dette på som problematisk av flere grunner. I denne fasen (koding) er det viktig å ikke la seg friste av å starte utviklingen av tema (Braun & Clarke, 2022). Forskeren må motstå fristelsen, for å kunne bli dypt engasjert i datamaterialet og oppdage nye og uventede dimensjoner i dataene. Utvikling av tema i denne fasen kan begrense forskerens persepsjon og begrense analysens utfolding gjennom noen forhåndsbestemte ideer.

Det kan argumenteres for at å utvikle kategorisering vil også kunne begrense forskerens persepsjon og begrense analysens utfolding. Gjennom et systematisk engasjement i datamaterialet kan forskeren også i større grad forsikre seg mot påstander om «cherry-picking» (Braun & Clarke, 2022). Gjennom denne prosessen er det å skape mening i datasettet ønskelig, ovenfor sannhetssøkende eller oppdagende (Braun & Clarke, 2021). Subjektiviteten til forskeren blir igjen tatt fram som en styrke, i stedet for en svakhet (Nadar, 2014). Som nevnt i artikkelen ble analysen behandlet som en dynamisk prosess, hvor kodene, kategoriene og temaene ble analysert i flere omganger (Widerberg, 2011). Alle kodene ble først semantisk beskrevet, for så eventuelt bli endret. Dette skjedde gjerne på grunn av identifiserte mønstre, og/eller at kodene manglet nyansering i forhold til forskningsspørsmålet. Deretter utviklet kategoriene seg fra kodene. Kategoriene (også kalt subtema) vokste fram gjennom en blanding av å se mønstre i kodene og sammenheng med teoretiske perspektiver. Flere av kategoriene ble også underveis reanalyser, hvor kodene ble omplassert for å bedre passe analysens formål. Braun og Clarke (2022) mener hovedfokuset etter kodingen bør være å utvikle tema, men at det av og til kan være hensiktsmessig å utvikle subtema, her kalt kategorier. I denne studien ble det sett på som hensiktsmessig å først utvikle kategoriene, fordi kohesjonsfaktorer ofte kan tilhøre flere tema. Dermed ble det lettere å se etter mønstre i kategoriene, som til slutt kunne danne temaene. Innholdet i temaene ble også analysert over flere runder, for å prøve å sikre en mest mulig hensiktsmessig plassering av kategoriene. For å eksemplifisere dette, er det hentet et utdrag fra boken til Høigaard: (2020) rolleaspekter er knyttet til teamfaktorer, men det er også et individuelt anliggende og kunne derfor vært plassert under personlige faktorer (p. 174). Gjennom analyseprosessen ble fem tema utviklet: attraktivitet, relasjoner i teamet, teamkultur, teamroller og intrateamkommunikasjon.

4. Oppsummering

Formålet med denne delen av oppgaven er å diskutere aspekter ved teori og metode som det ikke var rom for i artikkelen. Oppgaven har utdypet hvordan forskningen på kohesjon har vært gjennom de siste 30 årene, med Carron et al. (1985) sitt pionerarbeid i spissen. Oppgaven har også vist til hvordan kohesjon i idrettsgrupper kan analyseres og studeres innenfor idrettsgrupper med stor validitet, gjennom at idrettsgrupper opererer i relativt veldefinerte kontekster, med klare formål og normer, roller, ressurser og prosedyrer enn andre typer grupper. Kohesjon er et flerdimensjonalt og dynamisk fenomen, hvor de ulike kohesjonsdimensjonene kan over tid forandre seg og utvikle seg ulikt. Mye av forskningen på kohesjon i idrettsgrupper har vært gjennom spørreskjema (GEQ), hvor kvalitative metoder kan være en godt egnet metode for å supplere med ny og nyansert kunnskap. Oppgaven har vist til hvordan kohesjon og prestasjon påvirker hverandre, og hvilke negative effekter høy kohesjon kan ha. De fire hovedfaktorene som påvirker kohesjon, har så blitt beskrevet. Videre har de metodologiske valgene blitt begrunnet. Utvalget har blitt diskutert og hvilke utfordringer som møter forskeren med intervjuet. Utfordringene legger opp til at forskeren må vise god forskningspraksis gjennom å kontinuerlig være kritisk til egne personlige, etiske og strategiske utfordringer. Under analysen har refleksiv tematisk analyse blitt anvendt, med vekt på at subjektiviteten til forskeren kan ses på som en styrke. Arbeidet har vært en dynamisk og fleksibel prosess, hvor ulike metodiske valg har formet den endelige analysen. Fokuset på sammenbindingen har vært å gi et utfyllende teorikapittel og diskusjon av ulike metodologiske valg, noe som kan bidra til å styrke valgene gjort i artikkelen.

5. Referanser

- Atkinson, P. (2015). *For ethnography*. Sage.
- Beres, M. A., & Farvid, P. (2010). Sexual ethics and young women's accounts of heterosexual casual sex. *Sexualities, 13*(3), 377-393.
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). One size fits all? What counts as quality practice in (reflexive) thematic analysis? *Qualitative research in psychology, 18*(3), 328-352.
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: a practical guide*. SAGE.
- Bruner, M. W., Boardley, I. D., & Côté, J. (2014). Social identity and prosocial and antisocial behavior in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise, 15*, 56-64.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.09.003>
- Burke, S. M., Carron, A. V., & Shapcott, K. M. (2008). Cohesion in exercise groups: an overview. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 1*(2), 107-123.
<https://doi.org/10.1080/17509840802227065>
- Carron, A. V., & Brawley, L. R. (2000). Cohesion: Conceptual and Measurement Issues. *Small group research, 31*, 89-106. <https://doi.org/10.1177/104649640003100105>
- Carron, A. V., Brawley, L. R., & Widmeyer, W. N. (1998). Measurement of cohesion in sport and exercise. In J. L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (pp. 213-226). Fitness information technology.
- Carron, A. V., & Chelladurai, P. (1981). The Dynamics of Group Cohesion in Sport. *Journal of sport psychology, 3*(2), 123-139. <https://doi.org/10.1123/jsp.3.2.123>
- Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J., & Stevens, D. (2002). Cohesion and Performance in Sport: A Meta Analysis. *Journal of sport & exercise psychology, 24*(2), 168-188.
<https://doi.org/10.1123/jsep.24.2.168>
- Carron, A. V., Hausenblas, H. A., & Eys, M. A. (2005). *Group dynamics in sport* (3 ed.). Fitness Information Technology.
- Carron, A. V., Widmeyer, W. N., & Brawley, L. R. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The Group Environment Questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 7*(3), 244-266.
- Carron, A. V., Widmeyer, W. N., & Brawley, L. R. (1985). The Development of an Instrument to Assess Cohesion in Sport Teams: The Group Environment Questionnaire. *Journal of sport psychology, 7*(3), 244-266. <https://doi.org/10.1123/jsp.7.3.244>
- Casey-Campbell, M., & Martens, M. L. (2009). Sticking it all together: A critical assessment of the group cohesion-performance literature. *International journal of management reviews, 11*(2), 223-246. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2370.2008.00239.x>
- Costigan, C. L., & Cox, M. J. (2001). Fathers' Participation in Family Research: Is There a Self-Selection Bias? *Journal of family psychology, 15*(4), 706-720.
<https://doi.org/10.1037/0893-3200.15.4.706>
- Cox, R. H. (2007). *Sport psychology : concepts and applications* (6 ed.). McGraw-Hill.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: qualitative, quantitative & mixed methods approaches* (5 ed.). Sage.
- Dion, K. L. (2000). Group cohesion: From "field of forces" to multidimensional construct. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 4*, 7-26.
<https://doi.org/10.1037/1089-2699.4.1.7>
- Drescher, S., Burlingame, G., & Fuhrman, A. (2012). Cohesion: An Odyssey in Empirical Understanding. *Small group research, 43*(6), 662-689.
<https://doi.org/10.1177/1046496412468073>
- Estabrooks, P. A., & Carron, A. V. (2000). The Physical Activity Group Environment Questionnaire: An instrument for the assessment of cohesion in exercise classes. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 4*(3), 230-243.

- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5, 1-4. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Evans, C. R., & Dion, K. L. (2012). Group Cohesion and Performance: A Meta-Analysis. *Small group research*, 43(6), 690-701. <https://doi.org/10.1177/1046496412468074>
- Eys, M., Bruner, M. W., & Martin, L. J. (2019). The dynamic group environment in sport and exercise. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 40-47. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.001>
- Eys, M. A., & Brawley, L. R. (2018). Reflections on cohesion research with sport and exercise groups. *Social and Personality Psychology Compass*, 12(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/spc3.12379>
- Eys, M. A., Carron, A. V., Bray, S. R., & Brawley, L. R. (2007). Item wording and internal consistency of a measure of cohesion: The Group Environment Questionnaire. *Journal of sport & exercise psychology*, 29, 395-402. <https://doi.org/10.1123/jsep.29.3.395>
- Eys, M. A., Loughead, T., Bray, S. R., & Carron, A. V. (2009). Development of a cohesion questionnaire for youth: The Youth Sport Environment Questionnaire. *J Sport Exerc Psychol*, 31(3), 390-408. <https://doi.org/10.1123/jsep.31.3.390>
- Filho, E., Dobersek, U., Gershgoren, L., Becker, B., & Tenenbaum, G. (2014). The cohesion–performance relationship in sport: a 10-year retrospective meta-analysis. *Sport sciences for health*, 10(3), 165-177. <https://doi.org/10.1007/s11332-014-0188-7>
- Finlay, L. (2002). Negotiating the swamp: The opportunity and challenge of reflexivity in research practice. *Qualitative research*, 2(2), 209-230. <https://doi.org/10.1177/146879410200200205>
- Finlay, L., & Gough, B. (2003). *Reflexivity : a practical guide for researchers in health and social sciences*. Blackwell Science.
- Forsyth, D. R. (2014). *Group dynamics* (6 ed.). Wadsworth Cengage Learning.
- Friberg, J. H. (2019). Tvilsumme informanter, troverdig forskning? *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 3(2), 119-136. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2019-02-02>
- Grossman, R., Rosch, Z., Mazer, D., & Salas, E. (2015). What matters for team cohesion measurement? A synthesis. In E. Salas, W. B. Vessey, & A. X. Estrada (Eds.), *Team cohesion: Advances in psychological theory, methods and practice* (pp. 147-180). Emerald Group Publishing Limited.
- Guest, G., Bunce, A., & Johnson, L. (2006). How Many Interviews Are Enough?: An Experiment with Data Saturation and Variability. *Field Methods*, 18(1), 59-82. <https://doi.org/10.1177/1525822x05279903>
- Gully, S. M., Devine, D. J., & Whitney, D. J. (2012). A Meta-Analysis of Cohesion and Performance: Effects of Level of Analysis and Task Interdependence. *Small group research*, 43(6), 702-725. <https://doi.org/10.1177/1046496412468069>
- Hammersley, M. (2017). Interview data: a qualified defence against the radical critique. *Qualitative research*, 17(2), 173-186.
- Harding, J. (2018). *Qualitative data analysis: From start to finish*. Sage.
- Haugen, T., Peters, D. M., Ommundsen, Y., Martin, L. J., Stenling, A., & Høigaard, R. (2021). Psychometric Evaluation of the Norwegian Versions of the Modified Group Environment Questionnaire and the Youth Sport Environment Questionnaire. *Measurement in physical education and exercise science*, 25(4), 365-378. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2021.1917414>
- Hertz, R., & Imber, J. B. (1995). *Studying elites using qualitative methods*. Sage Publications.
- Hoption, C., Phelan, J., & Barling, j. (2007). Transformational leadership in sport. In M. R. Beauchamp & M. A. Eys (Eds.), *Group dynamics in exercise and sport psychology* (pp. 45-60). Routledge.

- Høigaard, R. (2020). *Gruppedynamikk og ledelse i idrett*. Cappelen Damm akademisk.
- Høigaard, R., Haugen, T., Johansen, B. T., & Giske, R. (2017). Team identity in youth soccer: The role of coaches' feedback patterns and use of humour. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 12(6), 697-707. <https://doi.org/10.1177/1747954117738843>
- Kjørmo, O., & Halvari, H. (2002). Two ways related to performance in elite sport: the path of self-confidence and competitive anxiety and the path of group cohesion and group goal-clarity. *Percept Mot Skills*, 94(3), 950-966. <https://doi.org/10.2466/PMS.94.2.950-966>
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3 ed.). Gyldendal akademisk.
- Landers, D. M., & Lüschen, G. (1974). Team Performance Outcome and the Cohesiveness of Competitive Coacting Groups. *International review for the sociology of sport*, 9(2), 57-71. <https://doi.org/10.1177/101269027400900203>
- Lee, R. M. (2008). David Riesman and the Sociology of the Interview. *The Sociological Quarterly*, 49(2), 285-307.
- Locke, L. F., Spirduso, W. W., & Silverman, S. J. (2013). *Proposals that work: a guide for planning dissertations and grant proposals* (3 ed.). Sage Publications.
- Marshall, C., & Rossman, G. B. (2016). *Designing qualitative research* (6 ed.). SAGE.
- Martin, L. J., Carron, A. V., Eys, M. A., & Loughhead, T. (2013). Validation of the Child Sport Cohesion Questionnaire. *Measurement in physical education and exercise science*, 17(2), 105-119. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2013.761023>
- Mullen, B., & Copper, C. (1994). The Relation Between Group Cohesiveness and Performance: An Integration. *Psychological bulletin*, 115(2), 210-227. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.115.2.210>
- Murrell, A. J., & Gaertner, S. L. (1992). Cohesion and Sport Team Effectiveness: The Benefit of a Common Group Identity. *Journal of Sport and Social Issues*, 16(1), 1-14. <https://doi.org/10.1177/019372359201600101>
- Nadar, S. (2014). "Stories are data with Soul"—lessons from black feminist epistemology. *Agenda*, 28(1), 18-28.
- Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic Analysis: Striving to Meet the Trustworthiness Criteria. *International journal of qualitative methods*, 16(1), 1-13. <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>
- Ntoumanis, N., & Aggelonidis, Y. (2004). A psychometric evaluation of the Group Environment Questionnaire in a sample of elite and regional level Greek volleyball players. *European physical education review*, 10(3), 261-278. <https://doi.org/10.1177/1356336X04047126>
- Pescosolido, A. T., & Saavedra, R. (2012). Cohesion and sports teams: A review. *Small group research*, 43(6), 744-758. <https://doi.org/10.1177/1046496412465020>
- Roulston, K. (2010). Considering quality in qualitative interviewing. *Qualitative research*, 10(2), 199-228.
- Rovio, E., Eskola, J., Kozub, S. A., Duda, J. L., & Lintunen, T. (2009). Can High Group Cohesion Be Harmful?: A Case Study of a Junior Ice-Hockey Team. *Small group research*, 40(4), 421-435. <https://doi.org/10.1177/1046496409334359>
- Santoro, J. M., Dixon, A. J., Chang, C.-H., & Kozlowski, S. W. J. (2015). Measuring and monitoring the dynamics of team cohesion: Methods, emerging tools, and advanced technologies. In E. Salas, W. B. Vessey, & A. X. Estrada (Eds.), *Team cohesion: Advances in psychological theory, methods and practice* (pp. 115-145). Emerald Group Publishing Limited.

- Spink, K. S. (2021). Group Influence in Sports and Exercise Settings: Applications to Therapy Groups. In C. D. Parks & G. A. Tasca (Eds.), *The psychology of groups : the intersection of social psychology and psychotherapy research* (pp. 125-147). American Psychological Association.
- Tjora, A. H. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3 ed.). Gyldendal akademisk.
- Tuckett, A. G. (2005). Applying thematic analysis theory to practice: A researcher's experience. *Contemporary Nurse*, 19(2), 75-87. <https://doi.org/10.5172/conu.19.1-2.75>
- Widerberg, K. (2011). *Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt : en alternativ lærebok* (3 ed.). Universitetsforl.

Del II
Artikel

Kohesjon i landslag

Landslagstreneres beskrivelser av kohesjon i landslagsgrupper

Forfatter: Magnus Roksvaag

Institutt for sosiologi og statsvitenskap, NTNU, Trondheim, Norge

E-mail: Magnrok@stud.ntnu.no

Sammendrag

Hovedformålet ved studien var å undersøke treneres opplevelse og beskrivelse av fenomenet kohesjon i landslag. Åtte landslagstrenerer fra både individuelle idretter og lagidretter ble intervjuet. Intervjuguiden var forankret i teori om kohesjon i idrettsgrupper og tematisk analyse ble brukt som metode. Resultatene fra analysen identifiserte fem hovedtema relatert til kohesjon: 1) attraktivitet, som viser til stolthet og tilhørighet i teamet; 2) relasjoner i teamet, som viser til positive relasjoner og det å fremme respekt, tillit og trygghet i teamet; 3) teamkultur, beskriver kjørereglene og de uformelle normer i laget; 4) teamroller, viser til rolleaksept og rollemodeller blant utøverne; og 5) intrateam kommunikasjon, viser til hvordan utøver må være tydelige, samarbeide og være klar over kroppsspråk. Funnene bidrar til en nyansert forståelse for kohesjon i landslaget gjennom trenernes perspektiver.

Nøkkelord: Kohesjon, idrett, landslag

Følgende artikkel er utarbeidet i henhold til retningslinjene til Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology <https://tidsskrift.dk/sjsep/about>.

Introduksjon

For utøvere som driver toppidrett, er kravene for individuelle ferdigheter ekstreme. Det stilles skyhøye krav til en enestående fysisk form, mental styrke, dedikasjon og konkurransementalitet (Kristiansen & Berntsen, 2021). Presset på utøverne kan bli høyt, og dette kan påvirke eksempelvis motivasjon, prestasjon, innsats og selvtillit (Kjørmo & Halvari, 2002). For at utøverne skal prestere optimalt, kan det å tilhøre et godt fungerende team være avgjørende (Høigaard, 2020). Hvor direkte gruppens betydning er for utøvernes prestasjon, vil være avhengig av oppgaven/idrettens egenart (Landers & Lüschen, 1974). I individuelle idretter (f.eks. langrenn, friidrett, turn) vil ikke gruppen direkte bidra til utøverens prestasjon, i motsetning til interaktive avhengige idretter (f.eks. fotball, håndball, ishockey) hvor gruppen er helt avgjørende.

Uavhengig av oppgaven/idrettens egenart, vil gruppedynamikken (kohesjon, kommunikasjon, tillit etc.) i teamet være av stor betydning for motivasjon, trivsel og prestasjoner (Carron et al., 2002). Innenfor idrettsgruppeforskning er et av det mest undersøkte fenomenene gruppekohesjon (Eys & Brawley, 2018). Kohesjon defineres av Carron, Brawley og Widmeyer (1998) som:

A dynamic process that is reflected in the tendency of a group to stick together and remain united in the pursuit of its instrumental objectives and / or for the satisfaction of member needs (p. 213)

Denne definisjonen har ikke bare fått stor aksept innenfor idretten, men også i andre områder utenfor idretten (Carron & Brawley, 2000; Eys & Brawley, 2018; Spink, 2021). Kohesjon spiller en direkte rolle i hvordan en gruppe klarer å holde sammen, og hvordan den opprettholder sin integritet og stabilitet (Carron et al., 2005). Av enkelte forskere blir kohesjon sett på som den viktigste variabelen innenfor gruppedynamikk (Lott & Lott, 1965; Pescosolido & Saavedra, 2012).

I arbeidet med å kartlegge og beskrive hva kohesjon i idrettsgrupper er, utviklet Carron, Widmeyer og Brawley (1985) en begrepsmessig kohesjonsmodell. Denne modellen skiller mellom sosial kohesjon og oppgavekohesjon, som igjen relateres til individuell tiltrekning til gruppen og til gruppen som en helhet (Høigaard, 2020).

Delingen mellom sosial kohesjon og oppgavekohesjon er fremhevet av flere forskere som spesielt viktig i påvirkningen på gruppens kohesjon (Dion, 2000; Eys & Brawley, 2018; Haugen et al., 2021; Ntoumanis & Aggelonidis, 2004). Casey-Campbell og Martens (2009) poengterte følgende: “forskere som ignorerer den potensielle innvirkningen av både sosiale kohesjon og oppgavekohesjon på gruppens kohesjon, risikerer å generere enda mer forvirring i litteraturen” (p. 231). Den sosiale kohesjonen reflekterer den personlige interaksjonen i gruppen og oppfatning av samholdet i hele gruppen. Oppgavekohesjonen reflekterer i hvor stor grad det er enighet om mål og oppfatning av samholdet i hele gruppen. Kohesjon i idrettsgrupper er dynamisk og flerdimensjonalt, som forklarer hvordan de ulike dimensjonene av kohesjon forandrer seg og utvikler seg ulikt over tid (Høigaard, 2020). Kun en av dimensjonene er nødvendig for at gruppen holder sammen, men det er rimelig å anta at alle fire samvirker, på ulik tid og måte.

Forskningen på kohesjon har bidratt til å gjøre feltet til et av de mest sentrale teamene innenfor idrettsforskning på gruppedynamikk, da kohesjon kan bidra til å forstå grupper for å optimalisere samspillet og derav prestasjonene i laget (Eys & Brawley, 2018). Forskningen på kohesjon i idrettsgrupper har dokumentert positive sammenhenger mellom kohesjon og prestasjon (Carron et al., 2002; Filho et al., 2014; Mullen & Copper, 1994). Forskningen ser også at høy kohesjon i idrettsgrupper kan bidra til mindre angst, bedre tillit i laget, følelse av tilhørighet og tilbøyelighet mot laget (Carron et al., 1988; Holt & Sparkes, 2001). Det er viktig å påpeke at kohesjon ikke nødvendigvis direkte fører til økt laginnsats og prestasjoner (Hardy et al., 2005; Park et al., 2022). Langfred (1998) beskrev kohesjon som et tveegget sverd, der høy kohesjon kan være positivt om spillerne er engasjert i gruppens normer og felles verdier. Derimot kan høy sosial kohesjon forsterke både dysfunksjonelle og funksjonelle atferdsmønstre (Pescosolido & Saavedra, 2012; Rovio et al., 2009). Høy oppgavekohesjon kan skape høyt konformitetpress og kan virke negativt på beslutningstaking i gruppen (Høigaard, 2020). For å utvikle gode og effektive grupper er det viktig å utvikle kohesjonen med en balanse og likevekt, der både oppgavekohesjonen og den sosiale kohesjonen er høy (Carron et al., 2002). Det kan sies med sikkerhet at kohesjon og prestasjon henger sammen, men denne forskningen er i størst grad basert på lag som ikke regnes som elitelag (Eys & Brawley, 2018).

Filho et al.(2014) sin metaanalyse bekrefter at kohesjon-prestasjonsforholdet i profesjonelle team (eliteteam eller landslag) ikke var grundig nok utforsket.

For å systematisere de ulike faktorene som kan relateres til kohesjon har Carron et al. (2005) identifisert fire hovedfaktorer: *personlige faktorer* viser til de personlige karakteristika (f.eks. kjønn, alder, atferd og mentale prosesser) (Høigaard, 2020). *Omgivelsesfaktorer* viser til de normative forholdene som holder gruppen samlet (f.eks. kontraktsmessige forpliktelser, organisasjonsmessig orientering og grad av åpenhet) (Eys & Brawley, 2018). *Teamfaktorer* viser til gruppens oppgaver, normer og mål (Eys & Brawley, 2018). *Ledelsesfaktorer* viser til trenerens atferd, beslutningsstil, rettferdighet og relasjoner med utøvere (Hoption et al., 2007). Det er også viktig å påpeke at hovedfaktorene ikke bare er relatert til kohesjon, men også til hverandre. Eksempelvis vil de personlige faktorene være relatert til omgivelsesfaktorene, lederskapsfaktorene og teamfaktorene. Selv om hovedfaktorene er forklart individuelt, er det viktig å påpeke at de opptrer sammenvevd (Carron et al., 2005).

I et landslag møtes de beste av de beste fra hele landet, samlet til et lag for å representere Norge internasjonalt. Utøvere som blir med i et landslag, kommer fra klubber der de har internalisert verdier og regler som er spesifikke for deres tidligere lag. Når de blir en del av landslaget, må de samarbeide med andre utøvere som også har forskjellig bakgrunn og erfaring. Dette kan skape utfordringer for samarbeidet og kommunikasjonen i gruppen. Likevel mestrer mange lag dette, og derfor er det ønskelig gjennom denne studien å prøve å avdekke hvilke faktorer trenerne i landslag anser som viktige for kohesjonen. Treneren i landslaget, er valgt ut som en av de beste i landet for jobben. Trenerne kjennetegnes med å ha en grundig forståelse av trenerrollen, besitter betydelig faglig kompetanse, diagnostisk dyktighet, handlingskompetanse, mellommenneskelige ferdigheter og evnen til selvrefleksjon (Høigaard, 2020). De har en unik evne til å oppfatte situasjoner på en annen måte enn utøverne som er direkte involvert, og deres beslutningsstil, atferd og evnen til å bygge relasjoner kan påvirke dynamikken i gruppen (Cotterill & Fransen, 2016). På grunn av sin ekspertise innen feltet, kan trenerne gjennom sine subjektive opplevelser, bidra til innsikt i det relativt lite utforskede konteksten av kohesjon i landslagsgrupper (Etikan et al., 2016).

Formålet med studien er å undersøke treners oppfatning av fenomenet kohesjon i landslag. Som en del av denne prosessen ble følgende forskningsspørsmål formulert: *Hvilke faktorer anser trenere som mest innflytelsesrike for å fremme en høy grad av kohesjon i et landslag?*

Metode

Design

Et kvalitativt forskningsdesign med bruk av semistrukturerte intervjuer ble benyttet for å undersøke forskningsspørsmålet. Det semistrukturerte intervjuet er en gunstig metode for å samle inn informasjonsrike data om informantens livsverden (Kvale & Brinkmann, 2015). En eksplorativ tilnærming til intervjuene ble benyttet, hvor strukturen i intervjuet var lite planlagt på forhånd. Studien kan sies å ha et fortolkende paradigme. Dette er hensiktsmessig hvor forståelse og tolkning av informantenes subjektive opplevelser og meninger om fenomener er sentralt. De interaksjonelle og situasjonelle faktorene, vil påvirke informantenes svar og kunnskapen som produseres (Kvale & Brinkmann, 2015). Intervjukunnskapen som produseres skjer gjennom samspillet mellom informanten og forskeren, og det erkjennes at forskerens perspektiver, kulturelle bakgrunn og erfaringer former den endelige forskningskunnskapen.

Utvalg

I studien ble åtte landslagstrenerne (seks menn og to kvinner) fra syv ulike idretter, fire individuelle- og fire lagidretter intervjuet. Gjennomsnittlig alder på trenerne var 54 år, med 4 til 22 års erfaring fra landslag. Fem av informantene har spilt på elitenivå i sine respektive idretter, for senere å tre inn i trenerrollen. Tre av informantene har også vært aktive som utøvere på landslag. Studien hadde følgende utvalgs-kriterier: 1) er/har vært hovedtrener eller assistenttrener på et landslag, 2) mer enn 4 års erfaring som landslagstrener, 3) landslagstrener av ulikt kjønn 4) landslagstrener fra både kvinnelige og mannlige landslag. Bakgrunnen for utvalgs-kriteriene var at jeg ønsket et heterogent utvalg for å få ulike perspektiver, og gjennom det en mer rikholdig beskrivelse av hvordan trenere ser på kohesjon i et landslag (Kvale & Brinkmann, 2015; Robinson, 2014).

Prosedyre

Rekruttering av informanter foregikk gjennom avtaler på telefon og e-post, enten via meg, min veileder eller felles bekjente. En av informantene ble brukt til et pilotintervju, for å evaluere og bekrefte at intervjuguiden er egnet for formålet (Creswell & Creswell, 2018). Resultatene ble inkorporert som en integrert del av datamaterialet, ettersom det bidro med verdifull informasjon. Seks av intervjuene ble gjennomført digitalt av praktiske årsaker ved hjelp av kommunikasjonsplattformen Zoom og to av intervjuene ble gjennomført fysisk. Hvert intervju ble innledet med å kort gjøre rede for formålet med studien, begrepsavklaring og hvilke rettigheter informantene hadde. De som ble gjennomført over nettet, var videointervjuer, der kun tale ble tatt opp. Video ble kun brukt for å skape en mest naturlig setting for intervjuet. I intervjuprosessen ble begrepet «samhold» brukt synonymt med «kohesjon», med den hensikt å øke forståelsen til trenerne for temaet som ble diskutert. I etterkant av intervjuet hadde informanten mulighet til å komme med spørsmål eller tilføyning om noe var glemmt. Informantene fikk lese igjennom de transkriberte sitatene som ble anvendt i studien og har bekreftet innholdet. Intervjuet ble avrundet med at informanten ble informert om arbeidet videre med studien.

Analyseprosess

Alle intervju ble transkribert og tematisk analyse ble benyttet i analyseprosessen (Braun & Clarke, 2022). Nvivo ble brukt som datahåndteringsprogram, der de seks fasene i refleksiv tematisk analyse ble benyttet: 1) bli kjent med datamaterialet, 2) koding, 3) lete etter tema, 4) gjennomgang av temaer, 5) definere og 6) navngi tema. Fase 1 gikk ut på å bli kjent med datamaterialet og notere ned notater underveis. Gjennom en systematisk prosess i fase 2, ble det identifisert og navngitt koder ble produsert med formål å identifisere meningen bak sitatene fra intervjuene. Kodene var i størst grad semantiske, men ikke utelukkende. I fase 3 ble det søkt etter mønster i kodene, og ulike underkategorier ble identifisert. underkategoriene ble så senere plassert inn i tema (Braun & Clarke, 2022). I fase 4 ble det gjort et systematisk arbeid i å gjennomgå de ulike temaene, og validere at temaene passet overens med underkategoriene og kodene. I fase 5 ble hvert tema navngitt for å gi en konseptuell klarhet for leseren, med et sammendrag knyttet til problemstillingen. I siste fase ble selve rapporten skrevet.

Datasettet produserte 237 koder og arbeidet ned til 13 underkategorier, som endte opp i 5 temaer. Refleksivitet i arbeidet har stått sentralt, for å ha en bevisst og kritisk refleksjon over egne perspektiver, innflytelse og forforståelse (Braun & Clarke, 2022; Marshall & Rossman, 2016). Analyseprosessen vært en dynamisk prosess, hvor kodene blitt analysert flere runder slik at nye eller alternative synspunkter kunne kom frem (Widerberg, 2011).

Etiske betraktninger

Studien har fulgt NTNU sine retningslinjer for datainnsamling. Prinsippet for dataminimering ble brukt, der kun lydopptak ble lagret på NTNU og Nettskjema sine sikre lagringstjenester. Prosjektet ble registrert og godkjent av Norsk Senter for Forskningsdata (NSD), og alle informanter har signert et informasjonsskriv. Informantene hadde rett på innsyn i datamaterialet, og kunne trekke seg når som helst. Alle informantene samtykket, og ingen trakk seg. All data har blitt behandlet konfidensielt, og på bakgrunn av deres særegne stillinger, er det valgt å anonymisere informantenes idretter for å unngå mulig identifisering (Kaiser, 2012). Studien har tatt høyde for at det ikke skal være noen konsekvenser for informantene å delta (Kvale & Brinkmann, 2015).

Resultater

Formålet med studien var å kartlegge hvilke faktorer trenere anså som mest innflytelsesrike for å fremme en høy grad av kohesjon i et landslag. Ved å gjennomføre tematisk analyse ble det identifisert fem hovedtema som kan knyttes til kohesjon: intrateam kommunikasjon, kultur, relasjoner, attraktivitet og roller (se figur 1). Alle trenerne ga kommentarer i hvert hovedtema, men i ulik grad i de forskjellige kategoriene. Den visuelle fremstillingen av hovedtemaene representerer ikke trenernes oppfatning av hvor viktige at de ulike faktorene er for kohesjon i landslaget. Det er viktig å merke seg at analysen ikke spesifikt skilte mellom lagidrett og individuell idrett, og resultatene antyder at disse faktorene kan være relevante for begge kontekster. Diskusjonen om plasseringen av kategoriene innenfor hovedtemaene er fremdeles åpen, da noen kategorier kan potensielt plasseres i andre temaer. De situerte uttalelsene i resultatkapitlet er ikke individuelt merket med de ulike informantene, men representerer svar fra alle informantene.



Figur 1: Faktorer relatert til kohesjon

Attraktivitet

Denne kategorien omfatter attraktive kvaliteter som informantene beskrev som viktige komponenter eller aspekter ved kohesjon. Kategorien omfatter følgende to underkategorier: stolthet og tilhørighet.

Stolthet innebærer en positiv følelse av å tilhøre noe større. Å kjenne på en felles stolthet av å bære flagget på brystet i internasjonale konkurranser og prestere på det øverste nivået ble beskrevet at trenerne som attraktivt.

Jeg tror jo det handler mye om mesterskap, det å møte nasjoner i, i store mesterskap det er jo drømmen til veldig veldig mange. Og det tror jeg henger høyest av alt.

Representere, en av de få som representerer Norge i mesterskap. Stoltheten rundt det da.

Tilhørighet handler om å oppleve en positiv identitet og tilknytning mot laget, der utøverne føler seg forstått, akseptert og verdsatt av de andre medlemmene i laget. Landslaget som en prestasjonsenhet, ble beskrevet av trenerne som en plass mange utøvere ønsket å være en del av. Flere trenere beskrev landslaget som en enhet eller familie, der alle hadde et felles mål om å yte sitt beste for laget og nasjonen.

Når ambisjonen er å se hvor langt man kan gå, og stå på toppen av pallen. Jeg tror også at i "sporten", for å snakke om det, så handler det også om å tilhøre en prestasjonsenhet som kan nå så langt og være endel av den, er en stor motivasjon.

Relasjoner i teamet

Denne kategorien omfatter ulike relasjonelle kvaliteter som informantene beskrev som viktige komponenter eller aspekter ved kohesjon. Kategorien omfatter følgende fire underkategorier: positive relasjoner, respekt, tillit og trygghet.

Positive relasjoner innebærer at utøveren i gruppen samhandler på en konstruktiv og humørfylt måte, både sosialt og i forhold til de oppgaver og utfordringer de står overfor. Å være positiv ble av trenerne fremhevet som spesielt viktig blant annet for å holde humøret oppe i laget, noe som krevende i motgang. De fremhevet også at positive relasjoner bidro til mindre energilekkasjer, da de i større grad fokuserte på de tingene de kunne gjøre noe med.

At når du er positiv i en gjeng, så er det mange andre positive bieffekter av det. Som når du er positivt sosialt i en gjeng, så har du, skal vi si.. mindre frykt for å mislykkes, lettere å spørre om hjelp, ja. Det å lære av andre.

Respekt mellom utøvere innebærer å vise omsorg, hensyn og verdsette andre i laget. Respekt i laget ble sett på som viktig blant trenerne, da utøverne kunne ha ulike behov. Lagene bestod av mange ulike utøvere som måtte få lov til å være seg selv og dette måtte man ta hensyn til. Å respektere hverandre medførte en bedre tone i laget.

Også må man la de få lov til å være forskjellig, de må få lov til å være seg selv. Det skal være respekt for det, det er ikke sånn at alle skape støpes inn i samme form, men noen ting må det liksom være en forventning om at sånn og sånn har vi det... Men utover det så må folk få lov til å være seg selv og være trygg på det.

Tillit ble beskrevet som en del av grunnmuren i laget. Tillit innebærer at utøvere har en følelse av tro, trygghet og avhengighet mot andre utøver i laget. Tillit ble beskrevet som noe fundamentalt av trenerne, for å kunne samarbeide, ha en åpen kommunikasjon og støtte hverandre.

Det synes jeg vi har jobbet bra med altså i bunnen så ligger det tillit altså. Det når byggesteinene i hele konseptet det ligger sånn ubetinget tillit og respekt for... det man kommer med.

Trygghet innebærer å skape en tilstand i laget der utøverne føler seg trygg i sine omgivelser, situasjoner og relasjoner. Trenerne beskrev at det kunne være enormt krevende å være på landslaget og derfor var det et felles ansvar å skape en sosial og personlig trygghet i laget. Til syvende og sist skulle dette resultere i god prestasjon på banen.

Det er press, utøvere på dette nivået føler på en enormt press på seg selv. De har et vist press fra omgivelsene, men de har i alle størst press på seg selv kanskje. Og de er stressa og de er usikre, og de vil veldig gjerne og da er det veldig mye følelser inni bildet og det er forskjellig hvordan folk håndterer forskjellige situasjoner når følelsene tar overhånd.

Teamkultur

Denne kategorien omfatter kulturelle kvaliteter som informantene beskrev som viktige komponenter eller aspekter ved kohesjon. Kategorien omfatter følgende to underkategorier: kjøreregler og normer

Kjøreregler i laget innebærer at alle forholder seg til de skrevne reglene og retningslinjene. Disse reglene ble utformet av både utøverne og støtteapparatet, og hadde som formål å etablere et sunt og effektivt lagmiljø. Kjørereglene var gjerne tilpasset lagets spesifisitet og reflekterte verdiene i laget og hva som var forventet av spillerne.

Det var de som definerte hva enn gjør viss noen ikke overholder de retningslinjene de har satt selv. Og grunnen til at vi gjorde det slik, var jo fordi at de måtte ha et eierskap. De må ha en tilhørighet og de må kunne identifisere seg med det, og da blir det veldig mye lettere når det, når jeg som trener kan si hei. Det her er det dere som har bestemt, det er dere som har sagt at dere vil ha det sånn... Og det er og mye lettere fordi å hjelpe hverandre, fordi at alle kjenner til hva som gjelder til enhver tid da.

Normer i laget ble beskrevet som de uskrevne reglene som var knyttet til standarder for typer atferd som skapte stabilitet i laget. Trenerne beskrev dette som å være glad på andres vegne, og godta valg som fremmer laget ovenfor individet. Å være lojal mot laget og være inkluderende var noe flere beskrev. Normene var forankret i kulturen i laget.

Selv i de situasjonene der de konkurrerer mot hverandre, for den siste plassen. Så vis omsorg, vis medfølelse med den som ikke blir med, på sin egen bekostning. Det at den som ikke blir med, gir sin gratulasjon, sier lykke til og gratulerer med flott løp. Vis at vi er en enhet selv om vi konkurrerer mot hverandre da.

Teamroller

Denne kategorien omfatter roller i teamet som informantene beskrev som viktige komponenter eller aspekter ved kohesjon. Kategorien omfatter følgende to underkategorier: rolleaksept og rollemodeller.

Rolleaksept ble beskrevet av trenerne som høyt nødvendig for å utføre en rolle effektivt og oppnå de resultatene gruppen ønsker seg. Rolleaksept referer til de sosiale og oppgavemessige forholdene i gruppen. Utøvere aksepterer rollen sin uavhengig av hvor tilfredse de er, fordi de skal fylle en rolle som er viktig for prestasjon og effektivitet i laget.

For at du skal få en gruppe til å fungere må du kontinuerlig jobbe med toleranse i gruppen og gjennom det akseptere ulikheter hos hverandre. Når du jobber med lag så liker ikke alle hverandre like mye, men som gruppe må vi tolerere og akseptere hverandre, for en felles forståelse av hva som kreves for å nå målet gruppen har satt seg. Viktig at alle for en forståelse av sin rolle i laget. Så det jobbes utrolig mye med verdier og forpliktelser hos oss. Denne prosessen jobbes det med kontinuerlig og er avgjørende for å nå målet, å vinne medaljer.

Rollemodeller ble beskrevet av trenerne som utøvere, gjerne med gode sosiale antenner og som forstod gruppedynamikken godt. Rollemodeller handler i samsvar med de verdiene som trenerne anså som viktige, og viser god integritet mot gruppen. De bidro gjerne aktivt til å skape et godt samhold og kunne tre inn i de rollene som var krevd av dem.

Vi har spillerne som vi ofte kaller lagspilleren, den spilleren som tar rollene sine, store og små, samt den som jeg sa, den som har gode sosiale antenner som klarer å ta, føle og kjenne litt på stemning og vite når du skal klappe noen på ryggen og vite når en kan spenne noen bak. Som ser ting og føler ting, og tar ansvaret for å samle gruppen, når det er behov for det.

Intrateamkommunikasjon

Denne kategorien omfatter kommunikasjonen som skjer innad i laget mellom utøverne.

Kategorien omfatter følgende tre underkategorier: Transparens, samarbeid og kroppsspråk.

Tydelighet innebærer å være åpen, klar og ærlig i kommunikasjonen. Gjennom at kommunikasjonen er transparent er det mindre rom for misforståelser eller tvetydighet. Det skal være en lav terskel for å fortelle sine meninger og en tydelig kommunikasjonsform bidro til større rolleklarhet i lagene.

Så, men det er det der med å være veldig tydelig i starten på hvordan vi ønsker at det skal være her. Hvordan skal vi prate til hverandre, hva er det som virker positivt på en annen person, og hva som ikke virker positivt. Og det virker jo like mye inn på oss trenere også da, liksom. Å gi tilbakemeldinger løperne blir bedre av, hva er det som konstaterer at de ikke er gode. Det handler jo om hele måten man kommuniserer på da. Så det er jo liksom, det jeg føler er det viktigste da, at man har en bra og tydelig plan for hvordan man skal jobbe sammen egentlig

Samarbeid innebærer at utøverne i laget hjelper hverandre både på og utenfor banen. Å være støttende, vise omsorg og å være rettferdig ble sett på som viktig blant trenerne for å skape en god kommunikasjons- og prestasjonskultur.

Et godt samhold i et landslag, det er jo mange måter å se på det, men ene måten er jo at de både hjelper hverandre både på og utenfor trening, og på og utenfor konkurransearenaer. Så det vil si at, de, selv om de er individuelle utøvere så er de med å gjøre hverandre gode på trening. Vi pusher hverandre med å gjennomføre treningene sammen, med å sørge for at det er høy nok kvalitet på treningsfeltet.

Kroppsspråk innebærer at utøverne er klar over hvordan deres nonverbale kommunikasjon kan uttrykkes for andre utøvere. Bevissthet rundt ansiktsuttrykk, holdninger, bevegelser og gestikulering ble beskrevet som viktig, da dette ga informasjon om utøvernes og støtteapparatets holdninger, følelser og intensjoner.

Så vi jobber ganske tett sammen da, også ble de som, ble de litt mer klar over hvordan de sin oppførsel virker på de andre. Også det er ikke bare det de sier, men også hva de.. kroppsspråket de har og ja. Så den der prosessen der var veldig nyttig altså, jeg tror veldig mange lærte av seg selv og da han beste skulle lære bort hvordan han la linjene i løpet sitt og for de andre, så måtte han liksom tenke igjennom litt mer.

Diskusjon

Hovedformålet med denne studien var å bidra med en bedre forståelse av fenomenet kohesjon i landslag. Gjennom kvalitative semistrukturerte intervjuer med åtte landslagstrenerne, siktet studien på å kartlegge ulike faktorer trenerne anså som innflytelsesrike for å opprettholde kohesjonen. Studien teoretiske rammeverk bygger på arbeidet til Albert Carron og kollegaer, som har bidratt til at måling, definering og konseptualisering av kohesjon har holdt seg stabilt og verifisert i over 30 år (Carron et al., 2005; Carron et al., 1985; Eys & Brawley, 2018). Hovedtemaene som utviklet seg fra analysen var navngitt attraktivitet, relasjoner i teamet, teamkultur, teamroller og intrateam kommunikasjon.

Attraktiviteten til landslaget ble fremhevet av trenerne som en kilde til stolthet og en følelse av tilhørighet blant utøverne. I landslaget fikk utøverne representere landet sitt i idrettskonteksten, noe trenerne mente det var en stolthet rundt. De tilhørte nå en prestasjonsenhet som ikke bare var anerkjent i Norge, men også utlandet. Denne attraktiviteten står i tråd med forskning på overgangsritualer (Høigaard, 2020). Selve ritualet er eksklusivt, med overlevering av drakt og signering av kontrakt gjerne med trener og sportsdirektør. Landslaget kan ses på noe av det mest eksklusive laget å tre inn i, da dette samler de beste spillerne fra hele landet. Spillere som trer inn i landslaget har blitt vurdert som verdige til å bære landslagsdrakten og kan derfor tenkes å ha en mer konform atferd mot laget og bidra til lagets kohesjon og teamattraktivitet. Haslam (2004) beskriver det å tilhøre en gruppe med høy status og som blir positivt vurdert til å være positivt for vår egen selvaktelse.

Ved å tilhøre en prestasjonsenhet kan utøverne motiveres til å prestere godt, fordi dette vil igjen være bra for deres positive vurdering av seg selv. Trenerne beskriver hvordan stoltheten av å representere Norge, og det å tilhøre en prestasjonsenhet er en stor motivasjon, er i tråd med Bruner et al. (2014) studie hvor utøveres positive følelser til gruppemedlemskap og gruppestolthet, var positivt relatert til både sosial- og gruppekohesjon. Typisk for utøverne som føler en sterk tilknytning til gruppen, er at de ofte ganske like, og har mye til felles (Haslam, 2004). Dette bekreftes av trenerne som beskrev utøverne i laget ble som en enhet eller familie, og som en gjeng som drar i samme retning og som står sammen. Beskrivelsene harmonerer med tidligere forskningsresultater, hvor en ser at sterk teamidentitet er positivt for motivasjon, engasjement og prestasjoner (Haslam, 2004; Haslam et al., 2020). Landslag som anses som attraktivt, kan forvente utøvere som har et sterkt ønske om å bli værende i gruppen.

Et annet aspekt ved kohesjon var relasjoner i teamet. Fire ulike komponenter som beskriver de affektive forholdene til gruppen, ble beskrevet av trenerne. Positive relasjoner, respekt, tillit og trygghet ble sett på som viktig av trenerne for å øke lagets kohesjon. I beskrivelser av miljøet i landslaget, forklarte flere av trenerne at det kunne oppleves som utrygt. Utrygt i form av kontinuerlig press utenifra (f.eks. media, publikum) og innad i laget (f.eks. spilleruttak, prestasjoner). Disse stressfaktorene kunne bidra til økt konfliktnivå i gruppen. Derfor forklarte trenerne at de hadde et fokus på å skape positive relasjoner, ha respekt for hverandre, tillit og skape trygghet blant spillerne, for å bidra til en hverdag hvor utøverne opplevde mindre stress og dermed økt kohesjon. Dette samsvarer med studien til Wolf et al. (2015) som beskrev hvordan lag med høy kohesjon var positivt assosiert med en god evne til å mestre stressfaktorer. Hvordan gruppen håndtere utøvernes emosjonelle tilstander (f.eks. tillit og tilfredshet) var assosiert med lagets kohesjon (Eys & Brawley, 2018). Dette ses i sammenheng med at gjensidig tillit blant utøverne bidrar til fri og bedre kommunikasjonsflyt i laget (Salas et al., 2005). Uten gjensidig respekt og tillit kan det tenkes at utøvere bruker unødvendig tid og energi på å sjekke, inspisere og kontrollere hverandre, i stedet for å bidra til lagets samhold. Lite fokus på det relasjonelle ville kunne medføre energilekkasjer i laget, der utøverne fryktet i større grad å mislykkes og konfliktnivået ble lettere høyt. Forskning på intrateamkonflikter viser nettopp til dette, om hvordan konflikter i laget kan bidra til økt prestasjonsangst, redusert konsentrasjon og trivsel (Carron et al., 2005; González-Ponce et al., 2018).

Som effekt av dette, vil kohesjonen og prestasjonen også kunne påvirkes negativt av disse forholdene. Trenerne la derfor ned mye tid i å skape en trygg og avslappet arena for utøverne. I grupper der utøverne klarer å prate sammen på en respektfull måte, viser tillit til hverandre og lar alle komme til orde, vil det kunne bidra til større forpliktelse til beslutninger og økt trygghet i gruppen, som igjen kan være prestasjonsfremmende (Holt et al., 2012). Konflikt oppfattes som en nærmest uunngåelig del av gruppeutviklingen, men det kan antas at landslag har etablerte rutiner for å håndtere slike konflikter, dersom de skulle oppstå. Lag som ivaretar de relasjonelle forholdene i teamet vil kunne møte slike konflikter bedre rustet, og vil være positivt for teamresiliensen og sosial kapital (Morgan et al., 2015). Utøvere i lag med mye sosial kapital (emosjonelle bånd, sosial støtte, tillit, kohesjon og trygghet) som møter betydelig motgang, vil ha flere ressurser til å møte utfordringene på en konstruktiv og offensiv måte, og gir muligheter for vekst og styrket mestring (Masten, 2001; Morgan et al., 2013). Studier viser at lag som utvikler sterke emosjonelle bånd, tør utøvere i større grad å utfordre seg selv og være åpen om egne utfordringer. De stoler på hverandre og er ikke redde for å bli en syndebukk i gruppen (Høigaard, 2020). For å styrke de relasjonelle faktorer er teambuilding et populært verktøy, noe flere av trenerne også beskrev som viktig. Generelt sett har det gitt positive effekter som høyere prestasjon, kohesjon og individuelle kognitive prosesser (Martin et al., 2008). Dette gir støtte til å bruke teambuilding som et mål for å øke lagets prestasjoner, da dette har blitt sett i sammenheng med både sosial- og oppgavekohesjon (Carron et al., 2002). Det argumenteres for at effekten av teambuilding vil både være hensiktsmessig i koaktive idretter og interaktive idretter. På grunn av de koaktive idretters egenart, vil det være færre naturlige settinger å bygge og utvikle lag i, og som konsekvens kan nettopp teambuilding ha en større effekt på både lagets prestasjon og kohesjon (Carron et al., 2002).

For å bidra til økt kohesjon i landslaget ble teamkultur beskrevet av trenerne som et viktig aspekt. En teamkultur med gode verdier og holdninger var avgjørende for hvor gode og effektive de var. Sadri og Lees (2001) beskrev en god teamkultur der hvor medlemmene identifiserer seg med, samarbeider, bidrar til økt samhandling, åpenhet for nye ideer, mer deling av informasjon, fremmer læring og utvikling og det bidrar til økt trivsel. Kulturen vokser fram gjennom samhandling og interaksjon i laget og med omgivelsene (Høigaard, 2020). Trenerne forklarte at i landslagene kunne det være større eller mindre utskiftninger over tid.

For at gruppens stabilitet og prestasjonsnorm skulle holde seg høy under utskiftninger, var det viktig med en klar teamkultur som fremmet dette. For mange av lagene betydde dette å utvikle et styringsdokument. Dette dokumentet beskrev både de oppgavemessige og sosiale forholdene til hvordan gruppen ønsket å fungere. Dette verktøyet beskrev hvilke holdninger og verdier laget verdsatte, og hvordan laget skulle forholde seg om ulike avvik fra dokumentet oppstod. Dokumentet var ofte utformet av hele laget (støtteapparat og utøvere) og ble ofte evaluert etter en sesong. Små endringer kunne gjøres underveis i sesongen, men større endringer måtte vente til sesongslutt. Dette for å unngå unødvendig belastning på teamet under en sesong. Dette er i tråd med hvordan større endringer under en sesong kan være krevende i en allerede stressende sesong, hvor usikkerhet kan medføre mindre tro på tiltakene og belastningen blir større enn fordelene (Burnes, 2004). I de ulike idrettene varierte antall døgn på trening, samling, overnatting, og dermed hadde trenerne ulik tid til å håndtere ulike konflikter om de skulle oppstå. Idretter med få døgn sammen, hadde et større behov for klare og strukturerte kjøreregler i laget, da det var mindre tid til å håndtere konflikter. I de idrettene laget var samlet i lange perioder, hadde laget større mulighet til å gjøre mindre endringer underveis om nødvendig. Likevel var det en felles enighet blant trenerne at klare retningslinjer måtte være til stede for sesongstart for best mulig effekt. Utøvere med et eierskap til styringsdokumentet, ville lettere indentifisere seg med det. Schein (2017) beskriver hvordan aktiv deltakelse fra alle involverte bidrar til utviklingen av et mer solid felles handlingsmønster og tankesett. Deltakelse i utvikling av teamkulturen vil for utøvere øke eierforholdet og bidra til engasjement, identitet, tilhørighet og økt vilje til innsats for laget (Høigaard, 2020). På grunnlag av etableringen av retningslinjer i laget, utviklet det seg uformelle normer som beskrev forventningene til akseptabel og ønsket atferd i teamet. Disse normene utviklet seg gjennom interaksjon og samhandling i teamet og beskrev ofte de implisitte reglene som var forventet å følges, selv om de ikke var nedskrevet. Trenerne beskrev kulturen som en prestasjonskultur preget av ekstremt høye krav. Prestasjonskulturer handler om systematisk, målrettet og hardt arbeid (Cruickshank & Collins, 2012). Å synliggjøre hva som er gode prestasjoner i laget er nødvendig. Gode prestasjoner vil være mer enn å vinne en medalje, men også å vise engasjement, medlidenhet og bidra til resten av teamet (Høigaard, 2020).

Det argumenteres for at lag som har en tydelig prestasjonskultur i større grad vil oppleve et lag som utviser stor lidenskap og motivasjon for å prestere både for seg selv og for resten av laget. Trenerne innehar en posisjon hvor de fungerer som rollemodeller for de verdier og holdninger som laget skal verdsette. For å oppnå tillit, er det nødvendig at trenerne selv etterlever de handlingene og holdningene de ønsker å se hos resten av teamet. En slik kultur legger vekt på å etablere sterke sosiale relasjoner samtidig som den opprettholder høye prestasjonsnormer, noe som i sin tur bidrar til kohesjonen i laget (Eys & Brawley, 2018).

Videre ble roller beskrevet av trenerne som en avgjørende faktor for at laget skal fungere best mulig, hvor en klar og tydelig avklaring hva rollene innebærer er kritisk for å kunne utføre rollen tilfredsstillende. Å gi tydelige beskrivelser av hva rollene til utøverne betydde var ekstra viktig for nye og yngre utøvere, men også erfarne. Dette stemmer overens med Beauchamp (2002), som forklarer at roller som tydelig blir beskrevet og akseptert av utøverne er positivt relatert til lederatferd, kohesjon og individuelle prestasjonsutfall. Der utøvere eller støtteapparatet ikke ble enige om hvilke ansvarsområder som rollen innebar, var ofte knyttet til at individuelle behov trumfet det kollektive. I slike situasjoner var det mer manglende beskrivelser av rollen, og ikke tvetydighet som var bakgrunnen. Dette samsvarer med Carron et al. (2005) beskrivelse av det å akseptere sin rolle som en fundamental prosess som er relatert til utførelse av rolleansvar og til slutt gruppen. Mangel på rolleavklaring, ses på som en større sannsynlighet enn ansvarsfraskrivelse. Lag som derfor fremmer høy kohesjon og klarhet i rolleforventningene, kan i større grad forvente positiv assosiering med rolleaksept (Holt & Sparkes, 2001). Som konsekvens av de formelle rollene, ble også de uformelle rollene utviklet. De formelle rollene var sterkt knyttet til det instrumentelle aspektet ved kohesjon, som reflekterte det formålmessig og oppgavemessig siden ved laget (Carron & Brawley, 2000). De uformelle rollene var gjerne et resultat av gruppens interaksjon og var i større grad knyttet til det affektive aspektet ved kohesjon, også kalt sosiale-emosjonelle roller (Høigaard, 2020). I teamet inntok hver enkelt ulike roller som reflekterte både oppgaveorienterte og sosiale-emosjonelle aspekter. På banen var de formelle rollene tydelige og hadde klare oppgaveorienterte funksjoner. Utenfor banen var imidlertid de uformelle rollene mer varierte, med større vekt på sosiale-emosjonelle aspekter. Som en bro mellom treneren og utøverne hadde alle lagene rollemodeller.

En eller flere rollemodeller bidro til å skape stabilitet i gruppen gjennom sin evne til å forstå gruppedynamikken og ha gode sosiale antenner. De tok på seg ansvar som gikk utover det som ble forventet, og var i stand til å fange opp stemningen i laget og ta ansvar for å samle gruppen når behovet oppsto. Slike rollemodeller står i stil med Danielsens et al. (2019) definisjon på en kulturell arkitekt, som er utøvere med sentrale posisjoner i laget, og som er med på å forbedre, utvikle og gjennomføre lagets og trenerens strategier, visjoner og mål. Også kalt lagspilleren og/eller kapteinen, var utøvere som aktivt bidro til lagets kohesjon. Trenerne beskrev disse personene som naturlig ledere, og som kunne oppfatte hendelser som kom i blindsonen for trenerne. Dupuis et al. (2006) poengterer at den kulturelle arkitekten fungerer som en kommunikasjonsbro mellom utøverne og treneren, og er avgjørende for gruppens teamprestasjoner, gruppeprosesser (f.eks. kohesjon) og gruppestrukturer (f.eks. verdier og roller). Det argumenteres for at implementering av slike kulturelle arkitekter i lag vil være hensiktsmessig for lagets kohesjon, da de kan fungere som en oppgave- og sosial fasilitator.

Alle trenerne vektla en positiv intrateamkommunikasjon som viktig for lagets effektivitet. Utøvernes kommunikasjon i laget måtte være åpen, klar og ærlig. Dette innebar at alle utøverne samarbeidet godt, noe som var viktig både på og av banen. Intrateam kommunikasjon defineres som sosio-emosjonell og mellommenneskelig interaksjon som er mellom utøverne i laget (Høigaard, 2020). Den beskriver utøvernes verbale og nonverbale kommunikasjon seg imellom, og er involvert i gruppens kohesjon. Det ble lagt vekt på å skape en stor takhøyde for å være åpen og si sine meninger, forklarte trenerne. Dette var en også del av spillerreglene, hvor utøvere ble oppfordret til å ta opp saker de var misfornøyde med. Dette er i tråd med forskning som viser at utøvere som tar opp utfordringer direkte med de involverte partene og viser vilje til å finne løsninger, vil i større grad oppleve bedre trivsel, selvtillit og motivasjon (Carron et al., 2005; Sullivan & Feltz, 2003). Trenerne beskrev dette som en kontinuerlig læringsprosess, hvor ord og uttrykk alltid kunne mistolkes av motparten, og derfor var det essensielt at utøverne viste vilje til å samarbeide og løse konflikter. Utøverne måtte ta ansvar for sine ansiktsuttrykk, holdninger, bevegelser og gestikulering, da de hadde stor påvirkning på de andre utøverne. Dette står i tråd med forskning som viser at kroppsspråket til utøverne vil kunne påvirke prestasjonsutfall (Furley et al., 2012).

I kampsammenhenger var kommunikasjonen ekstra viktig, da presset var ekstra høyt forklarte trenerne. Dette ses i sammenheng hvor god kommunikasjon er positivt relatert til rolleklarhet og rolleaksept, som vil være positivt for lagets kohesjon og prestasjon (Cunningham & Eys, 2007). Den sosiale kommunikasjonen i laget kan påvirke de oppgaverelaterte elementene, for eksempel ved å tilby hjelp og støtte til hverandre under trening. Lag som legger vekt på å forbedre intrateam-kommunikasjonen, kan derfor benytte seg av en mer oppgavefokuset og oppmuntrende kommunikasjonsstil i konkurranser og treningssituasjoner, i stedet for å fokusere på irrelevante forhold (Lausic et al., 2015). Dette vil ha en innvirkning både på individuelle og lagidretter, hvor effektiv intrateamkommunikasjon kan være til hjelp for utøvere ved planlegging, motivering og vurdering av hver enkelt utøvers prestasjoner (Sullivan & Feltz, 2003). Det argumenteres derfor for at lag som fremmer god intrateamkommunikasjon, vil kunne oppleve høyere kohesjon i laget.

Funnene fra denne studien kan være relevant for trenere, utøvere, sportspsykologer og lag. For det første vil funnene fra studien kunne bidra til en bedre innsikt i ulike påvirkningsfaktorer ved kohesjon som er relevante for landslag. Innsikten kan bidra til at trenere og sportspsykologer kan identifiserer de ulike faktorene, og lettere fremme tiltak som vil fremme kohesjon. Det er igjen viktig å påpeke at kohesjon er dynamisk og flerdimensjonalt, og de ulike aspektene vil kunne påvirke hverandre og kohesjonen. Studien har utforsket og beskrevet faktorene individuelt. Likevel argumenteres det for en helhetlig forståelse av funnene, der de betraktes som et samlet verktøy for å oppnå god kohesjon. For utøverne kan det være hensiktsmessig å gjenkjenne disse aspektene, da de kan bidra til en mer nyansert forståelse av gruppedynamikken i laget. Det hevdes at studiens funn kan bidra til bedre forståelse av konflikthåndtering og prestasjonsutvikling i landslag. Studiens ønske er å kunne være et bidrag til ny og nyansert kunnskap om hvordan fenomenet kohesjon i landslag fungerer.

Det erkjennes at det er flere begrensinger ved studien. For det første har studien sett på landslagskonteksten, noe som kan begrense i hvilken grad funnene kan overføres til andre idrettskontekster. Studien har undersøkt treneres perspektiver, og vil ikke kunne reflektere utøvernes perspektiver. Derfor vil det være av stor nytte å både intervju og observere utøvere i landslag. Utviklingen av kohesjon er dynamisk og flerdimensjonalt, hvor longitudinelle observasjonsstudier kan bidra med å studere endringer, utvikling og utfall over tid.

Observasjonsstudier kan derfor undersøke om hvordan disse faktorene utvikler og forandrer seg. Sannsynligvis vil det være andre mulige tolkninger av dataene, og fremtidig forskning bør utforske kohesjon i landslag gjennom utøvere, andre landslag og idrettsgrener for å videre undersøke funnene. Det oppfordres til videre undersøkelse av hva som påvirker kohesjon i landslag, da det kan være ukjente faktorer som ikke ble identifisert i studien. Filho (2014) påpeker at profesjonelle utøvere også har et finansielt motiv, som kan være med på å forklare grunnene til å forbli i gruppen. Denne studien klarte ikke å identifisere dette motivet i landslagstrenerens beskrivelser. Derfor er dette noe videre forskning kan utforske. Innenfor landslagskonteksten vil det også være interessant å undersøke disse faktorene knyttet til kjønn og spesifikke idretter. Studien ses likevel på som et bidrag til nyansert kunnskap om kohesjon i landslaget, og ønsker å være en inngang til videre forskning på feltet.

Konklusjon

Hovedformålet ved studien var å undersøke treneres opplevelse og beskrivelse av fenomenet kohesjon i landslag, med erkjennelsen av at det fortsatt er mye å utforske og lære på området. Intervju av utøvere og observasjonsstudier i landslagskonteksten oppfordres i videre forskning. Resultatene bidrar med ny og nyansert kunnskap om kohesjon knyttet til attraktivitet til landslaget, relasjoner i laget, teamkultur, teamroller og intrateamkommunikasjon. Trenerne i landslag opplever kohesjon som viktig for utviklingen av lagets sosiale og oppgavemessig behov, samt prestasjoner. Studien konkluderer med at trenerne som gjenkjenner og har en god forståelse av hvordan de ulike kohesjonsfaktorene påvirker, vil være bedre rustet til å utvikle lagets kohesjon og prestasjoner. Studien viser også til hvordan treneren kan påvirke lagets kohesjon, gjennom planlegging, motivering og evaluering. Fra et praktisk ståsted kan denne kunnskapen hjelpe trenerne og utøvere i å identifisere og anvende de ulike faktorene, for å fremme lagets kohesjon og prestasjon. Funnene i denne studien kan være relevante for andre landslag og kanskje andre høyt presterende team.

Referanser

- Beauchamp, M. R., Bray, S. R., Eys, M. A., & Carron, A. V. (2002). Role ambiguity, role efficacy, and role performance: Multidimensional and mediational relationships within interdependent sport teams. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 6(3), 229. <https://doi.org/10.1037/1089-2699.6.3.229>
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: a practical guide*. SAGE.
- Bruner, M. W., Boardley, I. D., & Côté, J. (2014). Social identity and prosocial and antisocial behavior in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(1), 56-64. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.09.003>
- Burnes, B. (2004). Kurt Lewin and the planned approach to change: a re-appraisal. *Journal of Management studies*, 41(6), 977-1002.
- Carron, A. V., & Brawley, L. R. (2000). Cohesion: Conceptual and Measurement Issues. *Small group research*, 31, 89-106. <https://doi.org/10.1177/104649640003100105>
- Carron, A. V., Brawley, L. R., & Widmeyer, W. N. (1998). Measurement of cohesion in sport and exercise. In J. L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (pp. 213-226). Fitness information technology.
- Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J., & Stevens, D. (2002). Cohesion and Performance in Sport: A Meta Analysis. *Journal of sport & exercise psychology*, 24(2), 168-188. <https://doi.org/10.1123/jsep.24.2.168>
- Carron, A. V., Hausenblas, H. A., & Eys, M. A. (2005). *Group dynamics in sport* (3 ed.). Fitness Information Technology.
- Carron, A. V., Widmeyer, W. N., & Brawley, L. R. (1985). The Development of an Instrument to Assess Cohesion in Sport Teams: The Group Environment Questionnaire. *Journal of sport psychology*, 7(3), 244-266. <https://doi.org/10.1123/jsp.7.3.244>
- Carron, A. V., Widmeyer, W. N., & Brawley, L. R. (1988). Group Cohesion and Individual Adherence to Physical Activity. *Journal of sport & exercise psychology*, 10(2), 127-138. <https://doi.org/10.1123/jsep.10.2.127>
- Casey-Campbell, M., & Martens, M. L. (2009). Sticking it all together: A critical assessment of the group cohesion-performance literature. *International journal of management reviews*, 11(2), 223-246. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2370.2008.00239.x>
- Cotterill, S. T., & Fransen, K. (2016). Athlete leadership in sport teams: Current understanding and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 9, 116-133. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2015.1124443>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: qualitative, quantitative & mixed methods approaches* (5 ed.). Sage.
- Cruikshank, A., & Collins, D. (2012). Culture Change in Elite Sport Performance Teams: Examining and Advancing Effectiveness in the New Era. *Journal of applied sport psychology*, 24(3), 338-355. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.650819>
- Cunningham, I. J., & Eys, M. A. (2007). Role Ambiguity and intra-team communication in interdependent sport teams. *Journal of applied social psychology*, 37(10), 2220-2237.
- Danielsen, L. D., Giske, R., Peters, D. M., & Høigaard, R. (2019). Athletes as “cultural architects”: a qualitative analysis of elite coaches’ perceptions of highly influential soccer players. *The Sport psychologist*, 33(4), 313-322.
- Dion, K. L. (2000). Group cohesion: From "field of forces" to multidimensional construct. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 4, 7-26. <https://doi.org/10.1037/1089-2699.4.1.7>
- Dupuis, M., Bloom, G. A., & Loughhead, T. M. (2006). Team captains' perceptions of athlete leadership. *Journal of Sport Behavior*, 29, 60.

- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5, 1-4. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Eys, M. A., & Brawley, L. R. (2018). Reflections on cohesion research with sport and exercise groups. *Social and Personality Psychology Compass*, 12(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/spc3.12379>
- Filho, E., Dobersek, U., Gershgoren, L., Becker, B., & Tenenbaum, G. (2014). The cohesion–performance relationship in sport: a 10-year retrospective meta-analysis. *Sport sciences for health*, 10(3), 165-177. <https://doi.org/10.1007/s11332-014-0188-7>
- Furley, P., Dicks, M., & Memmert, D. (2012). Nonverbal behavior in soccer: The influence of dominant and submissive body language on the impression formation and expectancy of success of soccer players. *J Sport Exerc Psychol*, 34, 61-82. <https://doi.org/10.1123/jsep.34.1.61>
- González-Ponce, I., Leo, F. M., Jiménez, R., Sánchez-Oliva, D., Sarmento, H., Figueiredo, A., & García-Calvo, T. (2018). Athletes' perceptions of coaching competency and team conflict in sport teams: A multilevel analysis. *European Journal of Sport Science*, 18(6), 851-860. <https://doi.org/10.1080/17461391.2018.1461245>
- Hardy, J., Eys, M. A., & Carron, A. V. (2005). Exploring the Potential Disadvantages of High Cohesion in Sports Teams. *Small group research*, 36(2), 166-187. <https://doi.org/10.1177/1046496404266715>
- Haslam, S. A. (2004). *Psychology in organizations: The social identity approach*. Sage Publications.
- Haslam, S. A., Boen, F., & Fransen, K. (2020). The new psychology of sport and exercise: The social identity approach. *The New Psychology of Sport and Exercise*.
- Haugen, T., Peters, D. M., Ommundsen, Y., Martin, L. J., Stenling, A., & Høigaard, R. (2021). Psychometric Evaluation of the Norwegian Versions of the Modified Group Environment Questionnaire and the Youth Sport Environment Questionnaire. *Measurement in physical education and exercise science*, 25(4), 365-378. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2021.1917414>
- Holt, N. L., Knight, C. J., & Zukiwski, P. (2012). Female athletes' perceptions of teammate conflict in sport: Implications for sport psychology consultants. *The Sport psychologist*, 26, 135-154.
- Holt, N. L., & Sparkes, A. C. (2001). An Ethnographic Study of Cohesiveness in a College Soccer Team Over a Season. *The Sport psychologist*, 15(3), 237-259. <https://doi.org/10.1123/tsp.15.3.237>
- Hopton, C., Phelan, J., & Barling, j. (2007). Transformational leadership in sport. In M. R. Beauchamp & M. A. Eys (Eds.), *Group dynamics in exercise and sport psychology* (pp. 45-60). Routledge.
- Høigaard, R. (2020). *Gruppedynamikk og ledelse i idrett*. Cappelen Damm akademisk.
- Kaiser, K. (2012). Protecting Confidentiality. In J. Gubrium, J. Holstein, A. Marvasti, & K. McKinney (Eds.), *Handbook of interview research. The complexity of the craft* (2 ed., pp. 457-464). CA: Sage. <https://doi.org/10.4135/9781452218403.n32>
- Kjørmo, O., & Halvari, H. (2002). Two ways related to performance in elite sport: the path of self-confidence and competitive anxiety and the path of group cohesion and group goal-clarity. *Percept Mot Skills*, 94(3), 950-966. <https://doi.org/10.2466/PMS.94.2.950-966>
- Kristiansen, E., & Berntsen, H. (2021). *Idrettspsykologi : motivasjon, ledelse og prestasjon*. Universitetsforlaget.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3 ed.). Gyldendal akademisk.

- Landers, D. M., & Lüschen, G. (1974). Team Performance Outcome and the Cohesiveness of Competitive Coacting Groups. *International review for the sociology of sport*, 9(2), 57-71. <https://doi.org/10.1177/101269027400900203>
- Langfred, C. W. (1998). Is Group Cohesiveness a Double-Edged Sword?: An Investigation of the Effects of Cohesiveness on Performance. *Small group research*, 29, 124-143. <https://doi.org/10.1177/1046496498291005>
- Lausic, D., Razon, S., & Tenenbaum, G. (2015). Nonverbal sensitivity, verbal communication, and team coordination in tennis doubles. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(4), 398-414.
- Lott, A. J., & Lott, B. E. (1965). Group cohesiveness as interpersonal attraction: A review of relationships with antecedent and consequent variables. *Psychol Bull*, 64(4), 259-309. <https://doi.org/10.1037/h0022386>
- Marshall, C., & Rossman, G. B. (2016). *Designing qualitative research* (6 ed.). SAGE.
- Martin, L. J., Carron, A. V., & Burke, S. M. (2008). Team building interventions in sport: A meta-analysis. *Sport and Exercise Psychology Review*, 5, 3-18.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American psychologist*, 56(3), 227.
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Defining and characterizing team resilience in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(4), 549-559.
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2015). Understanding team resilience in the world's best athletes: A case study of a rugby union World Cup winning team. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 91-100.
- Mullen, B., & Copper, C. (1994). The Relation Between Group Cohesiveness and Performance: An Integration. *Psychological bulletin*, 115(2), 210-227. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.115.2.210>
- Ntoumanis, N., & Aggelonidis, Y. (2004). A psychometric evaluation of the Group Environment Questionnaire in a sample of elite and regional level Greek volleyball players. *European physical education review*, 10(3), 261-278. <https://doi.org/10.1177/1356336X04047126>
- Park, S., Kim, S., & Magnusen, M. J. (2022). Two sides of the same coin: Exploring how the bright and dark sides of team cohesion can influence sport team performance. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 17(3), 519-531. <https://doi.org/10.1177/17479541211042555>
- Pescosolido, A. T., & Saavedra, R. (2012). Cohesion and sports teams: A review. *Small group research*, 43(6), 744-758. <https://doi.org/10.1177/1046496412465020>
- Robinson, O. C. (2014). Sampling in Interview-Based Qualitative Research: A Theoretical and Practical Guide. *Qualitative research in psychology*, 11, 25-41. <https://doi.org/10.1080/14780887.2013.801543>
- Rovio, E., Eskola, J., Kozub, S. A., Duda, J. L., & Lintunen, T. (2009). Can High Group Cohesion Be Harmful?: A Case Study of a Junior Ice-Hockey Team. *Small group research*, 40(4), 421-435. <https://doi.org/10.1177/1046496409334359>
- Sadri, G., & Lees, B. (2001). Developing corporate culture as a competitive advantage. *Journal of Management Development*, 20(10), 853-859.
- Salas, E., Sims, D. E., & Burke, C. S. (2005). Is there a "Big Five" in Teamwork? *Small group research*, 36(5), 555-599. <https://doi.org/10.1177/1046496405277134>
- Schein, E. H. (2017). *Organizational culture and leadership* (5 ed.). Jossey-Bass.
- Spink, K. S. (2021). Group Influence in Sports and Exercise Settings: Applications to Therapy Groups. In C. D. Parks & G. A. Tascia (Eds.), *The psychology of groups : the intersection of social psychology and psychotherapy research* (pp. 125-147). American Psychological Association.

- Sullivan, P. J., & Feltz, D. L. (2003). The preliminary development of the Scale for Effective Communication in Team Sports (SECTS). *Journal of applied social psychology*, 33(8), 1693-1715.
- Widerberg, K. (2011). *Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt : en alternativ lærebok* (3 ed.). Universitetsforl.
- Wolf, S. A., Eys, M. A., Sadler, P., & Kleinert, J. (2015). Appraisal in a team context: Perceptions of cohesion predict competition importance and prospects for coping. *J Sport Exerc Psychol*, 37(5), 489-499. <https://doi.org/10.1123/jsep.2014-0276>

