



KØBENHAVNS UNIVERSITET
INSTITUT FOR IDRÆT OG ERNÆRING

Bachelorprojekt i Idræt og Fysisk aktivitet

Motivation i børne- og ungdomsfodbold

Motivation in children's and youth football

Ditte Toftgaard Sidenius, jnq786

Maria Bundgaard Kaalund, gzm794

Sofie Rossen, wfd361



(Bjerregrav & Jensen, u.å.)

Vejleder: Stefano De Dominicis
Lektor ved Institut for Idræt og Ernæring
Københavns Universitet

Dato for aflevering: 25. maj 2025

ECTS: 15

Antal anslag (inkl. mellemrum): 109.505

Intet fortroligt indhold

Abstract

This project investigates how motivation is expressed in youth football. The study is based on football contexts across several countries, enabling a broader understanding of what influences children and young people's motivation to participate in football. In Danish football, a decline in participation among children and adolescents has been observed, which Dansk Boldspil-Union (DBU) attributes to several possible factors.

The project is based on a scoping review, aiming to map the existing literature on the topic. Relevant studies from the period 2000 to 2025 have been systematically identified, selected, and analyzed to identify the factors that influence motivation among boys and girls in football environments. In addition, two theoretical frameworks, Self-Determination Theory and Achievement Goal Theory, are used to clarify concepts and contribute to an understanding of how psychological needs, social relations, and perceived success influence motivation among children and adolescents in football. The results provide an overview of what the 32 included studies reveal about motivation in youth football, and the subsequent discussion addresses both main findings and methodological considerations.

In conclusion, it is found that motivation among children and young people in football is shaped by an interplay of several factors, with community, relationships, and enjoyment being particularly central. In addition, coaches and parents also play a significant role in motivation through their support, behavior, and expectations. The emphasis on these factors appears to vary across genders, but motivation is not clearly gender-specific. However, a safe, inclusive, and supportive environment is crucial for both the well-being and retention of children and young people in football.

Resumé

I dette projekt undersøges det, hvordan motivation kommer til udtryk i børne- og ungdomsfodbold. Der tages udgangspunkt i fodbold i flere forskellige lande, hvilket muliggør en bredere forståelse for, hvad der påvirker børn og unges motivation for at deltage i fodbold. I dansk fodbold ses der et fald i deltagelsen hos børn og unge, hvilket Dansk Boldspil-Union mener der kan være flere årsager til.

Projektet tager udgangspunkt i et scoping review, hvor formålet er at kortlægge eksisterende litteratur om emnet. Relevante studier fra perioden 2000 til 2025 er blevet systematisk identificeret, udvalgt og analyseret for at belyse de faktorer, der har indflydelse på motivationen blandt piger og drenge i fodboldmiljøet. Derudover anvendes de to teorier Self-Determination Theory og Achievement Goal Theory som begrebsafklaring, og bidrager til en forståelse af, hvordan psykologiske behov, sociale relationer og succes påvirker motivationen blandt børn og unge i fodbold. Resultaterne giver et overblik over, hvad de 32 inkluderede studier belyser omkring motivation i børne- og ungdomsfodbold og den efterfølgende diskussion adresserer både hovedfund, samt metodologiske overvejelser.

Afslutningsvis konkluderes det at motivation hos børn og unge i fodbold formes af et samspil mellem flere faktorer, hvor særligt fællesskab, relationer og glæde er centrale. Derudover har trænere og forældre også en stor og afgørende betydning for motivationen i form af støtte, adfærd og forventninger. Vægtning af disse faktorer ser ud til at variere på tværs af køn, men motivation er ikke entydigt kønsspecifikt. Et trygt, inkluderende og støttende miljø er dog afgørende for både trivsel og fastholdelse af børn og unge i fodbold.

Indholdsfortegnelse

1.0 Indledning	1
1.1 Problemformulering	2
1.2 Baggrund	2
1.3 Begrebsafklaring	4
1.3.1 Self-Determination Theory	4
1.3.2 Achievement Goal Theory	6
1.3.3 Argumentation for brug af SDT og AGT	8
2.0 Metode	8
2.1 Videnskabsteoretiske overvejelser	9
2.2 Søgestrategi	11
2.2.1 Søgning- og screeningsfase	11
2.2.2 Inklusions- og eksklusionskriterier	12
2.2.3 Inkluderings- og specialiseringsfasen	13
3.0 Resultater	14
3.1 Studiernes karakteristika	14
3.2 Præsentation af studier	18
3.2.1 Det sociale fodboldmiljø	18
3.2.2 Personlig drivkraft	26
4.0 Diskussion	31
4.1 Hovedfund	31
4.2 Metodologiske overvejelser	38
5.0 Konklusion	44
5.1 Perspektivering	45
Litteraturliste	46

1.0 Indledning

Fodbold er verdens mest udbredte sport, samt den mest populære idrætsaktivitet i Danmark målt på medlemmer (Danmarks Statistik, 2024). I Danmark spiller tusindvis af børn og unge organiseret fodbold hver uge, men alt for mange stopper igen, før de når de sene ungdomsår. Ifølge en dansk undersøgelse fra 2016 dyrkede 80 procent af de 7-15-årige organiseret idræt, men blandt de 16-19-årige var tallet faldet til 53 procent. En lignende tendens gør sig gældende internationalt blandt unge i klubidræt, hvor frafaldsraten også er høj (Nielsen et al., 2024). Denne udvikling rejser spørgsmålet: Hvad motiverer børn og unge til at blive i sporten, og hvorfor mister de lysten til at fortsætte?

Fodbold er fortsat en af de mest populære sportsgrene på globalt plan, men der forekommer markante forskelle i deltagelse og engagement, også blandt børn og unge i Danmark. Frafaldet, som typisk opstår i takt med alderen, peger på et behov for at forstå, hvad der motiverer børn og unge til at blive i sporten. Denne indsigt er ikke kun vigtig for at styrke rekruttering og fastholdelse, men også for at sikre trivsel, læring og dannelse i idrætsmiljøer.

Hvis børns kærlighed til fodbolden skal bevares, må leg, trivsel og dannelse prioriteres på lige fod med den sportslige udvikling. En helhedsorienteret indsats er nødvendig, hvor trænere, forældre og klubber samarbejder om at skabe miljøer, hvor børn og unge oplever glæde, lyst og fællesskab samtidig med at de lærer noget sportsligt og fodboldfagligt (GameChanger, 2021). Fælles i alle disse bestræbelser er begrebet motivation. Motivation hænger tæt sammen med børns oplevelse af autonomistøtte, glæde, trivsel, tilhørsforhold, mestring og kompetence. Derfor kræver det en fælles forståelse af børn og unges behov, og en særlig opmærksomhed på, hvordan disse behov varierer, ikke mindst på tværs af køn og alder, for at skabe rammer, der fremmer langvarig deltagelse og engagement i sporten (GameChanger, 2023). For at fastholde spillere og støtte deres udvikling er det vigtigt at forstå, hvad der motiverer dem.

Motivation kan overordnet forstås som den drivkraft, der igangsætter og opretholder menneskelig adfærd. Den drejer sig om, hvorfor vi handler, og hvad der får os til at engagere os i bestemte aktiviteter over tid. Motivation kan have forskellige former og udspringe af både indre og ydre faktorer, for eksempel personlig interesse og mening eller ydre pres og belønning (Ryan & Deci, 2000, s. 69). Forståelsen af motivation er derfor afgørende, når man

vil arbejde målrettet med at fastholde børn og unge i sporten. På denne baggrund søger dette projekt at identificere og belyse de faktorer, der påvirker børn og unges motivation i fodbold, med særligt fokus på køn, alder og andre relevante kontekstuelle forhold. Gennem en analyse af eksisterende litteratur vil projektet undersøge, hvordan motivation kommer til udtryk blandt drenge og piger, og hvilke faktorer der er centrale for deres fortsatte engagement i sporten. Den inkluderende litteratur består af studier fra forskellige lande, men fokus er primært rettet mod Skandinavien med særligt henblik på dansk kontekst.

Projektet er struktureret som et 'scoping review' og følger rammerne for en systematisk og bred kortlægning af eksisterende litteratur. Indledningsvis præsenteres den overordnede problemformulering, samt baggrunden for emnet herunder Dansk Boldspil-Union. Herefter følger en begrebsafklaring, hvor motivationsteorierne 'Self-Determination Theory' og 'Achievement Goal Theory' beskrives og danner den teoretiske ramme for analysen. I metodeafsnittet redegøres der for den anvendte fremgangsmåde, herunder inklusions- og eksklusionskriterier, søgestrategi og screeningsproces. I resultatafsnittet gives der et overblik og en præsentation af de inkluderede studier. Diskussionen sætter resultaterne i relation til opgavens problemformulering og belyser centrale praksisnære udfordringer i børne- og ungdomsfodbolden, herunder metodologiske udfordringer. Afslutningsvis præsenteres konklusionen, samt perspektiver for fremtidig forskning og praksis.

1.1 Problemformulering

Hvordan kommer motivation til udtryk i eksisterende litteratur i børne- og ungdomsfodbold, og hvilke faktorer beskrives som grundlag for motivation blandt drenge og piger?

1.2 Baggrund

Projektet er igangsat af Dansk Boldspil-Union (DBU), som har fastlagt de overordnede rammer, med et ønske om at skabe bedre vilkår og øget ligestilling for piger i fodbold. I den forbindelse ønsker DBU at få afdækket den eksisterende viden om potentielle ligheder og forskelle i motivation på baggrund af børne- og ungdomsfodbold. Projektet tager dermed også afsæt i flere af DBU's strategier og deres arbejde for at sikre at børne- og ungdomsfodbold fortsat er et område, hvor både piger og drenge trives og udvikles, uanset deres niveau og geografiske placering.

DBU er det centrale forbund for dansk fodbold og har siden 1889 stået for at organisere og udvikle fodbold i Danmark. Fællesskab og sammenhold vægtes højt og deres mission er at fremme både bredde- og elitefodbold. DBU spiller en afgørende rolle i forhold til at skabe rammer, så børn og unge har mulighed for at spille fodbold i trygge og udviklende miljøer (Dansk Boldspil-Union, u.å.). Det handler ikke kun om at udvikle spillere, men også om at skabe fællesskaber og give børn og unge positive erfaringer med fysisk aktivitet, sociale relationer og personlig udvikling. Dog beskriver DBU, at der de seneste år har været fald i børn og unges deltagelse i fodbold, hvilket har skabt svære problemstillinger for både klubber, frivillige og fodboldens fremtid. Frafaldet kan skyldes flere årsager, mener DBU. Der opleves i stigende grad et pres fra resultatorienterede voksne, både trænere og forældre, som prioriterer præstation frem for leg, hvilket ofte går imod børns motivation for at deltage. Dette kan derudover også risikere at skabe et miljø, hvor børn mister motivationen, fordi sporten ikke længere opleves som et sjovt og trygt rum til at udvikle sig i. En anden årsag til frafald kan også skyldes et øget udbud af private initiativer, der tilbyder specialiseret træning, som supplement til træningerne ude i klubberne. Dette kan skabe en form for konkurrencekultur, allerede fra en meget tidlig alder, hvor fokus flyttes fra fællesskab og udvikling til individuel præstation og udvælgelse (Dansk Boldspil-Union, 2021, s.7).

DBU har på baggrund af dette lanceret en børnestrategi, "Strategi for børnefodbold i Danmark", der har til formål at sætte barnet i centrum uanset køn, niveau eller geografisk placering. Med dette formål ønsker DBU at skabe et fælles grundlag for, hvordan børne- og ungdomsfodbold skal udvikles i fremtiden. Målet er at sikre at børnefodbold bliver en platform for leg, læring og kærlighed til sporten og dermed ikke kun et sted for konkurrence og elite. Foreninger, klubber, trænere og forældre har et fælles ansvar for at sætte børn og unges trivsel, udvikling og glæde ved fodbolden i centrum. DBU understreger i den forbindelse vigtigheden af at inddrage børn og unge og tage deres perspektiver alvorligt - deres stemmer og rettigheder skal vægtes på lige fod med de voksnes beslutninger (Dansk Boldspil-Union, 2021, s.16).

Derudover peger DBU's rapport "Det gode fodboldmiljø for unge" også på vigtigheden af at skabe motiverende rammer for børn og unge, hvor de føler sig trygge. Rapporten peger på flere centrale forhold, som har betydning for, om børn og unge trives i fodbolden og dermed bevarer lysten til at fortsætte. Særligt fremhæves det, at motivationen styrkes, når børn og unge oplever kompetence og mestring, samhørighed med andre og muligheden for

selvbestemmelse i deres fodboldtræning (Nielsen et al., 2023). Når disse behov imødekommes, øges følelsen af glæde og engagement hos børn og unge. Dette giver en oplevelse af meningsfuld deltagelse, der styrker deres motivation og tilknytning til sporten på længere sigt.

Dertil ligger DBU også stor vægt på at styrke pige- og kvindefodbold i Danmark. Derfor sigter DBU mod en udviklingsplan 2022-2027 der lægger vægt på at skabe ligeværdige muligheder og rammer for piger og kvinder i dansk fodbold. Et centralt fokus som DBU fremhæver ved udviklingsplanen er, at nedbryde den traditionelle opdeling mellem piger og drenge specielt i de tidlige år, for dermed at fremme fællesskab og trivsel på tværs af kønnene. Der lægges vægt på at skabe inkluderende miljøer, hvor børn i de tidlige fodboldår spiller sammen, hvilket kan være med til at understøtte en kulturændring mod større lighed blandt køn (Dansk Boldspil-Union, 2022, s. 4).

Projektet er ikke udelukkende baseret på DBU og dansk fodbold, men har også et bredere og mere internationalt perspektiv. Derfor inddrages fodboldmiljøer fra flere lande for at belyse, hvordan motivation blandt børn og unge kommer til udtryk i forskellige kontekster. Derudover har projektet til formål at undersøge ligheder og forskelle i motivation på tværs af køn og alder med udgangspunkt i børne- og ungdomsfodbold. Med dette afsæt ønsker projektet at identificere og forstå de underliggende elementer, der påvirker børn og unges motivation for at deltage i fodbold. Projektet forsøger at skabe viden, der kan bidrage til at fremme langvarig deltagelse og trivsel i fodboldmiljøer - både for piger og drenge.

1.3 Begrebsafklaring

I det følgende afsnit præsenteres og afgrænses centrale teoretiske begreber, herunder Self-Determination Theory og Achievement Goal Theory, som danner ramme for projektets fokus og for at skabe et begrebsligt grundlag for kortlægning og opsummering af den eksisterende litteratur, samt i den efterfølgende diskussion.

1.3.1 Self-Determination Theory

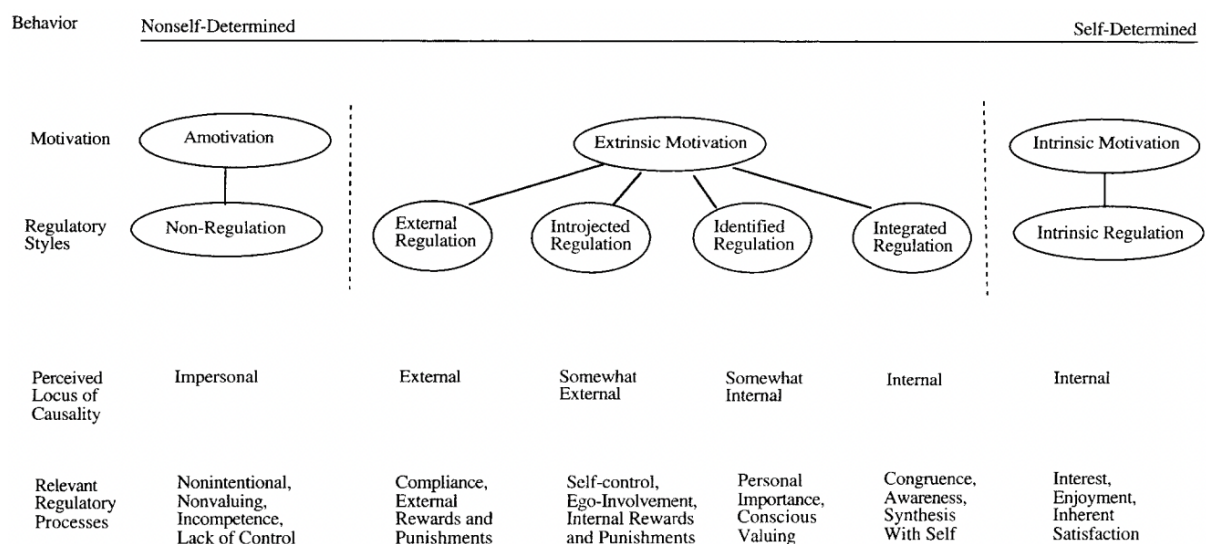
Self-Determination Theory (SDT) er en psykologisk tilgang, udviklet af Richard M. Ryan og Edward L. Deci, som fremhæver vigtigheden af menneskers medfødte indre ressourcer, som grundlag for personlig udvikling og evnen til selvregulering. Teorien fokuserer på at

undersøge menneskers naturlige psykologiske behov i form af kompetence, tilhørsforhold og autonomi. Disse behov er centrale for at støtte menneskers naturlige drivkraft til vækst, integration, social udvikling og trivsel (Ryan & Deci, 2000, s. 68). Behovet for autonomi handler om individets ønske om kontrol og selvbestemmelse i udvalgte aktiviteter. Jo større grad af selvbestemmelse i en given adfærd, desto stærkere vil motivationen være. Behovet for kompetence relaterer sig til oplevelsen af at have tillid til egne evner, til at udvikle og anvende sine færdigheder, i forhold til de krav der sættes af omverdenen. Det vil sige, at når individet oplever, at han eller hun er i stand til at overkomme de udfordringer, der er nødvendige for at lykkes med en aktivitet. Endelig henviser behovet for tilhørsforhold til den måde, hvorpå individet opfatter og definerer sig selv i relation til andre mennesker. Individet har behov for at føle, at denne hører til i de sociale kontekster, som aktiviteten foregår i (Deci & Ryan, 2002).

Udover de tre fundamentale psykologiske behov fokuserer SDT også på at belyse menneskelig motivation, særligt i situationer, der kræver stor vedholdenhed. En underteorie af SDT, Organismic integration theory (OIT), undersøger de forskellige aspekter af motivation og graden af selvbestemmelse i adfærd. Figur 1 præsenterer en oversigt over OIT's opdeling af motivationstyper, der spænder fra mindst til mest selvbestemt - altså i hvilken grad motivation udspringer fra individet selv. I den ene ende af spektret ses amotivation, som er en tilstand, hvor der helt mangler motivation til at handle. I modsatte ende findes indre motivation, hvor individet handler ud fra interesse og personlig tilfredsstillelse. Mellem disse to yderpunkter er ydre motivation, som ses når man er drevet af ydre faktorer.

Som det ses på figur 1 opdeles motivationsspektret yderligere i såkaldte reguleringstyper, som beskriver de bagvedliggende psykologiske processer, der ligger til grund for individets adfærd. Manglende regulering er en reguleringstype under amotivation, som beskriver en position, hvor individet ikke tillægger aktiviteten nogen værdi, ikke føler sig kompetent til at udføre den, eller ikke forventer, at handlingen vil føre til det ønskede resultat. Ligeledes findes der fire typer af reguleringer under den ydre motivation, som kaldes henholdsvis ekstern regulering (eng. external regulation), introjiceret regulering (eng. introjected regulation), identificeret regulering (eng. identified regulation) og integreret regulering (eng. integrated regulation). Den eksterne regulering er den mindst selvbestemte af disse reguleringstyper og selve adfærden styres her af ønsket om, at opfylde et eksternt krav eller som følge af en form for belønning. Den introjicerede reguleringstype er en relativt

kontrolleret form for regulering, hvor handlingen ikke nødvendigvis opleves som en del af ens egen vilje. Ved introjiceret regulering er man i højere grad drevet af egoet, som søger at opretholde selvværd samt undgå angst (Ryan & Deci, 2000, s. 72). Ved identificeret regulering anerkender individet opgavens betydning og værdi for sig selv. Et eksempel kan være, hvis adfærden opleves som en kilde til personlig udvikling. Den mest selvbestemte form for reguleringstype inden for ydre motivation er integreret regulering. Her er målet med aktiviteten at opnå et resultat, der ligger uden for selve handlingen, samtidig med at individet oplever aktiviteten som meningsfuld og stemmer overens med egne værdier (Ryan & Deci, 2000, s. 73). Indre regulering er reguleringstypen under indre motivation, og anses som den mest selvbestemte reguleringstype. Indre regulering henviser til viljen til at engagere sig i en aktivitet, der er drevet af indre ønsker såsom personlig fornøjelse, interesse og tilfredsstillelse. Aktiviteten opfattes på ingen måde som en byrde (Ryan & Deci, 2000, s. 70).



Figur 1: Self-determination theory samt OIT (Ryan & Deci, 2000, s. 72).

1.3.2 Achievement Goal Theory

Achievement Goal Theory (AGT) er en motivationsteori, der ofte bliver anvendt inden for trænings- og sportsverdenen. Teorien beskæftiger sig med, hvordan individet opfatter og vurderer sin egen kompetence i præstationssammenhænge og særligt i idrætslige kontekster. Teorien tager udgangspunkt i kognitiv psykologi og forsøger at forklare, hvad der driver individet mod præstation og succes. Dertil fokuserer teorien også på, hvordan individets forskellige målorienteringer påvirker motivation, adfærd og præstation. Centralt i teorien er opfattelsen af, at mennesker stræber efter at demonstrere kompetence, men at de gør det ud fra forskellige målorienteringer (Kremer et al., 2011).

Teorien fremhæver to måder, hvorpå individet typisk vurderer sin egen dygtighed og succes. Dette sker gennem opgave- eller egoinvolvering (eng. task- eller ego-involvement). Disse orienteringer har betydning for, hvordan man tolker succes og fiasko, og dermed har det også stor betydning for individets motivation i sport og fysisk aktivitet. Ved opgaveinvolvering oplever individet sig som kompetent, når det lærer noget nyt eller forbedrer sig. I denne forbindelse anvendes også begrebet mastery orientation eller mestringsorientering, som understøtter fokus på personlig udvikling og indsats (Mugford & Cremades, 2018; Kremer et al., 2011). Opgaveinvolvering beskriver tilgangen til målorientering, hvor individet vurderer sin kompetence ud fra egen læring, indsats og udvikling. Individet stræber her efter at mestre færdigheder og dermed også forbedre sig over tid. Tilgangen til opgaveinvolvering er ofte forbundet med vedholdenhed og høj trivsel i sporten, da motivationen opstår gennem fokus på mestrings, læring og personlig udvikling. Forskning viser desuden, at børn og unge med positiv tilgang til opgaveinvolvering oftere oplever glæde ved sport. Derudover forbinder de succes med at være vedholdende og engagerede i sporten (Kremer et al., 2011).

I modsætning til opgaveinvolvering fokuserer egoinvolvering på at føle sig kompetent gennem succes i forhold til andre. Her benyttes også begrebet performance orientation eller præstationsorientering, hvor individets motivation er drevet af ønsket om at præstere bedre end sine omgivelser. Her fokuseres der også på målorientering, men her vurderer individet sin kompetence ud fra sammenligninger med andre (Mugford & Cremades, 2018; Kremer et al., 2011). En person med høj egoinvolvering oplever succes, når vedkommende klarer sig bedre end andre og dermed viser at de kan præstere bedre. Denne tilgang kan føre til usikkerhed, præstationsangst og lavere motivation, især hvis individet ikke føler sig kompetent i forhold til sine konkurrenter. Dog har nyere forskning peget på, at egoinvolvering også kan have en positiv effekt på tilgangen til motivation hos individet. Her viser ny forskning at egoinvolvering kan supplere opgaveinvolvering og dermed påvirke individet i en positiv retning. Forskningen peger på, at ved at supplere med egoinvolvering kan dette give en fordel i den sportslige sammenhæng, som dermed kan være nødvendig for individets vedvarende succes og motivation (Kremer et al., 2011). Teorien understreger, at vurderingen af kompetence enten kan være baseret på personlig udvikling eller på sammenligning med andre. Dog er det igen vigtigt at bemærke, at ego- og opgaveinvolvering ikke nødvendigvis er gensidigt udelukkende og at man ofte i sportslige sammenhænge benytter elementer fra begge afhængigt af kontekst og situation.

1.3.3 Argumentation for brug af SDT og AGT

De to teorier menes i mange sammenhænge at kunne supplere hinanden, da de har mange lighedspunkter, men også har forskellige fokuspunkter (Moreno et al., 2010, s. 542). Begge teorier anvendes ofte i sportslig sammenhæng og bidrager til forståelsen af, hvordan motivation udvikles og formes gennem deltagelse i sport. Ved at præcisere centrale teoretiske begreber fra de to teorier skabes der et fælles sprog, som kan anvendes til at sammenligne og diskutere eksisterende litteratur. Derved giver begge teorier et godt udgangspunkt for dette projekt, da begge teorier kan beskrive børn og unges tilgang og oplevelse af motivation.

SDT skelner mellem forskellige typer af motivation baseret på hvordan individet oplever interne og eksterne påvirkninger. Som tidligere beskrevet, er følelsen af autonomi, kompetence og tilhørsforhold central i SDT, da disse behov er afgørende for, om motivationen opleves som selvbestemt. AGT derimod beskriver, hvordan individet forstår og måler succes i relation til præstation og mål. Dette sker gennem forskellige typer af målorienteringer og kan dermed også belyse, hvilke motiver der ligger bag individets orienteringer. Disse orienteringer påvirker ikke blot, hvordan individet motiveres, men også hvordan det opfatter sig selv i forhold til omgivelserne. Ved at inddrage begge teorier, som begrebsramme, opnås der et mere nuanceret udgangspunkt for at undersøge, hvordan motivation forstås og beskrives i den eksisterende litteratur. Det giver mulighed for at identificere både ligheder og forskelle i, hvad der motiverer børn og unge til at deltage i fodbold.

2.0 Metode

Dette litteraturreview tager afsæt i Hilary Arksey og Lisa O'Malleys metodologiske tilgang til litteraturgennemgang, som er beskrevet i studiet "Scoping studies: towards a methodological framework" fra 2007. Arksey og O'Malley introducerer den metodologiske tilgang til reviews kaldet 'scoping review'. Denne form for review er kendetegnet ved en bred tilgang til undersøgelsen af et forskningsspørgsmål eller et emne. Dette står i kontrast til et systematisk review, som typisk søger at besvare en klart defineret og mere specifik problemstilling, som oftest anvender færre studier til gennemgangen (Arksey & O'Malley, 2007, s. 20). Ved anvendelse af scoping review som metodologisk tilgang, vil man forsøge at kortlægge centrale begreber og tilgængelig evidens inden for det pågældende forskningsområde. Dette gøres ved ikke at sætte for store afgrænsninger for søgningen, men

der kan dog med stor sandsynlighed opstå et behov for at korrigere søgningen til mere målrettede søgninger senere i søgningsprocessen. Processen er dermed ikke fastlagt på forhånd, men den bygger i stedet på en fleksibel og justerbar tilgang, hvor tidligere trin kan gentages (Arksey & O'Malley, 2007, s. 22). Graden af dybde i analysen af studierne kan i et scoping review variere alt efter formålet med litteraturgennemgangen (Arksey & O'Malley, 2007, s. 21).

Scoping review inddeles ifølge Arksey og O'Malleys i fem faser:

1. Identificering af forskningsspørgsmål
 2. Identificering af relevante studier
 3. Udvælgelsen af studier
 4. Kortlægning af data
 5. Sammenstilling, opsummering og rapportering af resultater
- (Arksey & O'Malley, 2007, s. 22).

I første fase identificeres forskningsspørgsmålet, hvilket er essentielt for at definere fokus og omfang af reviewet. Dernæst, i anden fase, handler det om at finde relevante studier, ved at anvende forskellige søgestrategier og databaser for at samle så omfattende litteratur som muligt. I den tredje fase udvælges de studier, der skal inkluderes baseret på forudbestemte inklusions- og eksklusionskriterier. Herefter sker en kortlægning af dataen, hvor oplysninger fra de udvalgte studier organiseres og struktureres, for at skabe et klart overblik. I femte og sidste fase sammenstilles, opsummeres og rapporteres resultaterne, hvor mønstre og tendenser belyses, samt gør resultaterne tilgængelige for beslutningstagere og interessenter. I modsætning til en systematisk gennemgang er målet ikke at sammenfatte evidens fra flere forskellige undersøgelser på en måde, der skaber én samlet konklusion. Scoping review bruger i stedet nogle analytiske rammer eller tematisk konstruktion for at kunne præsentere den indsamlede data i en narrativ form (Arksey & O'Malley, 2007, s. 27).

2.1 Videnskabsteoretiske overvejelser

Et scoping reviews åbne, brede og fleksible design er særlig velegnet til vores projekt, da der tages afsæt i en konstruktivistisk forståelsesramme, hvor formålet er at kortlægge hvordan motivation blandt piger og drenge i fodbold forstås, fortolkes og italesættes i forskellige kontekster og af forskellige aktører i den eksisterende litteratur. Konstruktivisme er en bred

overordnet betegnelse for en række forskellige tilgange inden for samfundsvidenskaberne, som alle deler det fælles udgangspunkt, at vores forståelse af verden, i større eller mindre grad, er socialt konstrueret. Konstruktivismen understøtter ideen om, at viden ikke blot er en objektiv gengivelse af virkeligheden, men snarere skabes gennem sociale interaktioner og individuelle erfaringer (Justesen & Mik-Meyer, 2010, s. 27). Gennem en bred litteratursøgning muliggør scoping review inddragelsen af forskellige perspektiver og tilgange, hvilket bidrager til en nuanceret kortlægning af, hvordan komplekse problemstillinger kan forstås forskelligt afhængigt af kontekst og de involverede aktørers perspektiver. Arksey og O'Malley argumenterer for at nogle af de væsentligste styrker ved et scoping review er vigtigheden af at anvende en stringent og gennemsigtig metode (Arksey & O'Malley, 2007, s. 30). Gennemsigtighed betyder at trin i metoden er tydeligt beskrevet, altså hvilke valg og hvorfor disse valg er truffet. Forskerens position, refleksioner og analytiske valg vægtes højt i forhold til gennemsigtighed, med henblik på at styrke troværdigheden og åbenheden i processen. Det er vigtigt at gøre sig disse overvejelser, så troværdigheden styrkes over for læseren af projektet (Justesen & Mik-Meyer, 2010, s. 49).

I forbindelse med scoping reviews åbne og brede tilgang til indsamling af eksisterende litteratur, har vi i forlængelse heraf primært anvendt en induktiv analysestrategi. En induktiv tilgang kendetegnes ved, at enkeltobservationer anvendes til at skabe alment gældende udsagn (Birkler, 2006, s. 69). Denne analysestrategi ses i dette projekt, da forståelse og viden udvikles på baggrund af den empiriske litteratur frem for, at projektet styres af en på forhånd fastlagt teori. I dette projekt tages der derfor ikke udgangspunkt i en bestemt teori, men i stedet vil centrale temaer og mønstre fremtræde gennem arbejde med den eksisterende litteratur og derigennem skabe ny viden. Gennem en systematisk gennemlæsning af de udvalgte studier blev der foretaget kodninger, som beskriver, hvad der konkret trådte frem i litteraturen og dannede grundlag for de fundne temaer. En induktiv tilgang har dog den begrænsning, at ny viden aldrig kan anses som værende sikker viden, da konklusionerne udspringer af den specifikke litteratur, som er tilgængeligt på det givne tidspunkt og er undersøgt i netop denne kontekst. Derfor kan konklusionerne altid ændre sig i takt med ny forskning og nye perspektiver (Birkler, 2006, s. 70). Den induktive tilgang er særligt relevant for dette scoping review, da formålet ikke er at teste teorier, men i stedet at kortlægge, hvordan motivation i børne- og ungdomsfodbold bliver undersøgt i den eksisterende litteratur.

2.2 Søgestrategi

Ud fra den valgte problemformulering samt viden om scoping reviews brede tilgang til kortlægning af eksisterende viden, har vi dannet et overblik gennem fire forskellige faser kaldet ‘Søgning’, ‘Screening’, ‘Inkludering’ og ‘Specificering’. De fire faser tager udgangspunkt i Arksey og O’Malley’s fem faser som tidligere nævnt.

2.2.1 Søgning- og screeningsfase

I søgningsfasen blev der anvendt tre forskellige videnskabelige databaser til indsamling af relevant litteratur. Disse databaser indebærer SportDiscus, PubMed og Scopus.

Søgningssfasen i de tre databaser påbegyndte d. 18. marts 2025, hvor der på SportDiscus og PubMed blev søgt med filteret ‘all text’, hvorimod der på Scopus er søgt med filtrene ‘keywords’, ‘abstracts’ og ‘article title’. Søgningen var derudover afgrænset til studier på dansk, engelsk, norsk og svensk. Dette kriterie var fastlagt allerede i søgningsfasen med henblik på at ekskludere publikationer på sprog, som vi ikke behersker i høj nok grad til at sikre et retmæssigt indblik i studierne fund. Søgningen var samtidig afgrænset til publikationer udgivet i perioden 2000 til 2025. I overensstemmelse med Arksey og O’Malley’s metodologiske tilgang til scoping reviews blev denne afgrænsning foretaget med henblik på at inkludere studier med størst mulig nutidig relevans, og dermed at frasortere studier, som muligvis ikke afspejler nyeste viden inden for motivation hos børn og unge i fodbold.

Til den indledende søgning anvendte vi søgeordet ‘Motivation’, hvilket viste sig at være en for bred søgning, idet en stor andel af de fundne studier var irrelevante for problemstillingen, samt at de 712.608 hits ville være svære tidsmæssigt at gennemgå. For at indsnævre søgningen i håb om større relevans i de fremsøgte studier, var næste søgning ‘Motivation in sport’, hvilket reducerede antallet af hits til 21.869 (figur 3). Denne søgning førte til større relevans i de fremsøgte studier, men det var stadig nødvendigt at foretage en yderligere præcisering for at rette søgningen mod studier relateret til børn og unge i fodbold. I forlængelse heraf blev samme søgning ‘Motivation in sport’ dannet med filtrene ‘soccer’, ‘football’ og ‘children’ i screeningsfasen. Filtrene ‘soccer’ og ‘football’ var begge anvendt for at sikre inkludering af alle studier omhandlende fodbold. Begrebet ‘football’ kan i nogle sammenhænge referere til amerikansk fodbold, og det blev derfor vurderet nødvendigt også at inkludere filteret ‘soccer’, da denne betegnelse anvendes mere internationalt. Dette valg

blev truffet for at minimere risikoen for udelukkelse af relevante studier på baggrund af de sproglige variationer. Søgning med disse filtre gav 141 hits (figur 3). Filtrering af søgninger varierede mellem databaserne, da nogle integrerede filtrene direkte i søgefeltet, mens andre anvendte separate filtre. I anden del af screeningsfasen blev dubletter på tværs af de tre databaser identificeret og derefter fjernet. Vi benyttede Covidence, som er et webbaseret værktøj, der kan hjælpe med at gennemføre systematiske litteraturgennemgange på en mere effektiv måde. Ved hjælp af Covidence blev 13 dubletter identificeret. Covidence blev ligeledes anvendt til at screene abstracts fra de 141 studier som søgningen genererede. Abstracts blev vurderet, som enten relevant eller irrelevant, ud fra i forvejen definerede inklusions- og eksklusionskriterier.

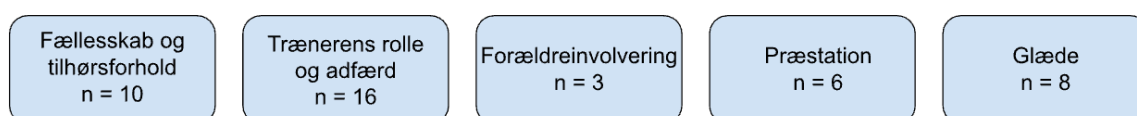
2.2.2 Inklusions- og eksklusionskriterier

Udover de allerede beskrevne kriterier i henhold til sprog og publikationsår, er et vigtigt inklusionskriterie aldersgruppen. Dette review har særligt fokus på børne- og ungdomsfodbold, og der arbejdes derfor med en aldersafgrænsning fra 0 til 18 år. Dette valg skyldes, at der ikke er et tilstrækkeligt antal relevante studier til at belyse børn og unges motivation til at spille fodbold, hvis aldersgruppen var indsnævret yderligere. Dette inklusionskriterie blev tilpasset i de enkelte databaser, hvor der i PubMed blev anvendt filteret 'birth-18 years', mens der i Scopus og på SportDiscus blev søgt med filteret 'child' direkte i søgefeltet. Derudover blev studierne inkluderet, hvis de havde et fokus på motivation i forhold til deltagelse i fodbold. Dog måtte studierne gerne undersøge flere sportsgrene på én gang, så længe der var resultater specifikt for fodbold. Geografisk har vi forsøgt at begrænse inkluderingen til studier fra europæiske lande og gerne så tæt på Skandinavien som muligt. Dog er få antal studier uden for Europa inkluderet. Eksklusionskriterierne omfattede studier, der manglede relevans i forhold til undersøgelsens formål, samt publikationer, hvor målgruppen ikke matchede den definerede målgruppe. Fysiologiske- eller medicinske studier blev ekskluderet, da de blev vurderet til ikke at bidrage med et relevant perspektiv på motivation for dette review. På baggrund af screening for disse kriterier, blev 79 publikationer frasorteret, hvilket betød et slutteligt resultat på 49 relevante studier, baseret på gennemlæsning af abstracts (figur 3). Til slut i screeningsfasen blev de relevante studier grundigt gennemlæst for at vurdere de enkelte studiers relevans ud fra samme kriterier, hvilket resulterede i 32 studier, som indgår i dette review (bilag 1).

2.2.3 Inkluderings- og specialiseringsfasen

I fasen inkludering blev der opstillet to overordnede emner, som dannede grundlag for organisering af de udvalgte studier. Det første emne 'Det sociale fodboldmiljø' fokuserede på, hvordan ydre faktorer i fodboldmiljøet påvirkede motivationen. Til dette emne blev 29 studier inkluderet. Det andet emne 'Personlig drivkraft' tog i højere grad udgangspunkt i, hvordan indre motivation spillede en rolle i børn og unges motivation i forbindelse med fodbold. Hertil blev 14 studier inkluderet. Nogle studier blev inkluderet under begge emner, da de bidrog med relevant viden til besvarelse af begge (figur 3).

I specialiseringsfasen blev de 32 studier kodet og inddelt i kategorier ud fra de gennemgående temaer i litteraturen. Disse koder blev identificeret som:



Figur 2: Kodning.

Koden 'Fællesskab og tilhørsforhold' indeholder studier, hvor fokus har været at undersøge samt konkludere, hvordan fællesskab og det at føle sig som en del af et hold, har bidraget til børn og unges motivation for at deltage i både træning og kamp.

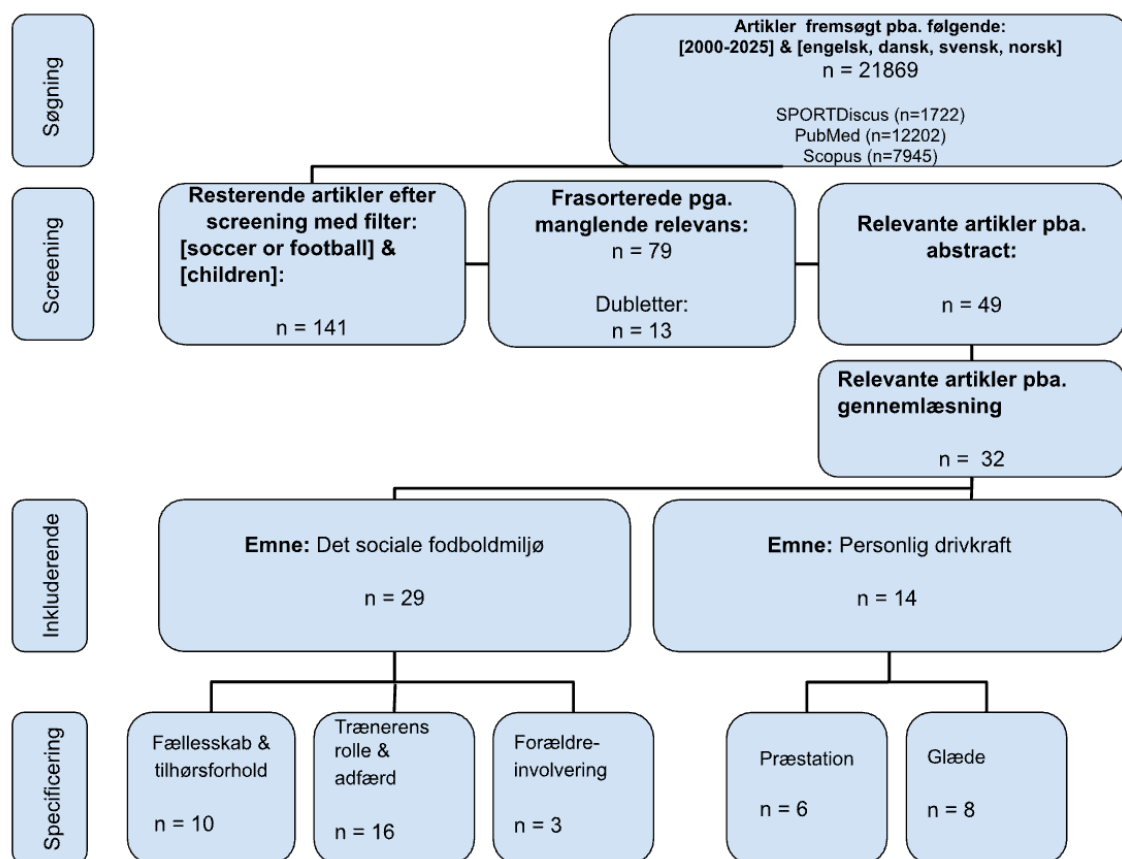
Koden 'Trænerens rolle og adfærd' omfatter studier, der undersøger, hvordan trænerens ledelsesstil, kommunikation og støtte har betydning for børn og unges motivation til at dyrke fodbold.

Koden 'Forældreinvolvering' indeholder studier, som beskriver, hvordan forældres involvering, støtte og engagement påvirker børn og unges motivation og lyst til at gå til fodbold.

Koden 'Præstation' omfatter studier, der beskriver, hvordan ønsket om at præstere påvirker børn og unges motivation til at spille fodbold, samt hvordan et resultatbaseret fokus kan have indflydelse på deres oplevelse af sporten.

Koden 'Glæde', omfatter studier, der undersøger betydningen af glæde og positive oplevelser i forhold til motivation til at spille fodbold.

Flere studier blev inkluderet under mere end en kode, da de bidrog med relevant viden til flere af underkategorierne (figur 2). Disse kategorier dannede rammen for den efterfølgende præsentation af studierne.



Figur 3: Søgstreng inddelt i faser.

3.0 Resultater

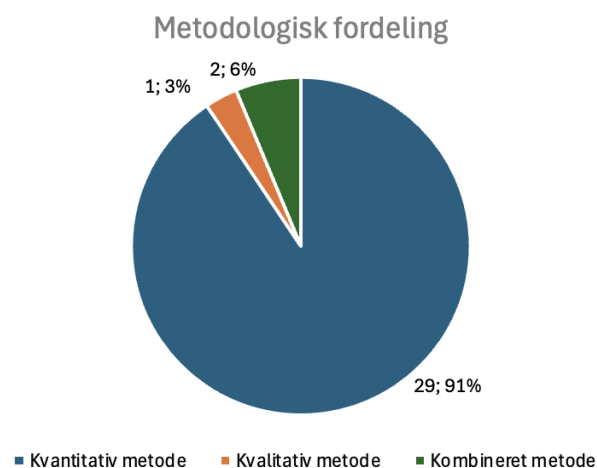
I dette kapitel sammenstilles, opsummeres og rapporteres resultaterne fra de 32 inkluderede studier, som er identificeret ud fra specialiseringsfasen. Kapitlet indledes med en beskrivelse af studierne overordnede karakteristika, hvor de herefter præsenteres på baggrund af de to udvalgte temaer, som danner grundlag for afsnittene i dette kapitel.

3.1 Studiernes karakteristika

Metodologisk fordeling

Figur 4 viser en metodologisk fordeling af de inkluderede studier. Det ses at 29 ud af de 32 studier gør brug af kvantitativ metode, hvilket betyder at størstedelen har anvendt denne metode. Det kunne derfor tyde på en vis metodisk ensartethed i den eksisterende videnskabelige litteratur. Som det ses i bilag 1 har studierne med kvantitativ tilgang i høj grad anvendt spørgeskemaer (n=26), som primær metode til indsamling af data, mens et fåtal af studierne primært har anvendt observationer (n=3). Det er dog værd at nævne, at nogle

studier har anvendt flere forskellige metoder til indsamling af data inden for den kvantitative metode. Derudover ses det, at et enkelt studie anvender kvalitativ metode som tilgang, hvor der gøres brug af interviews, samt observationer som beskrives og fortolkes. Slutteligt ses det, at et mindre antal studier (n=2) anvender kombineret metode, hvor der benyttes både kvantitativ og kvalitativ metode til dataindsamling. Her anvendes både spørgeskema, interviews samt observationer. Den metodologiske fordeling viser altså samlet set en klar overvægt af kvantitativt orienteret forskning.



Figur 4: Metodologisk fordeling.

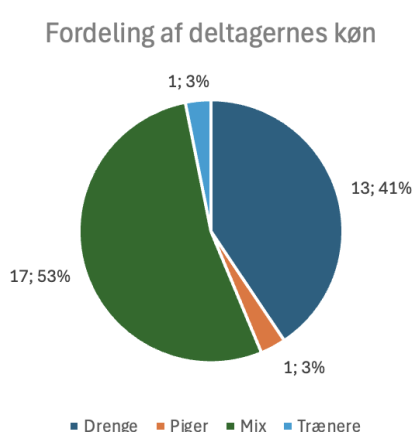
Fordeling af deltagernes køn

Figur 5 viser kønsfordelingen blandt deltagerne i de inkluderede studier. Det ses, at størstedelen af studierne har inkluderet grupper af både drenge og piger (n=17), hvilket svarer til 53 procent af de inkluderede studier. Derudover har 13 studier udelukkende inkluderet drenge i deres undersøgelser, hvilket svarer til 41 procent, mens kun ét enkelt, og dermed kun 3 procent af studierne, fokuserer udelukkende på piger. Det er også værd at bemærke, at ét studie har haft trænere som målgruppe, og derfor ikke omhandler børn eller unge direkte. Fordelingen tyder på, at der ses en stor andel af studier som har drenge i fokus, da drenge også er den dominerende del i de studier, der undersøger både drenge og piger (bilag 1). Samlet set indikerer kønsfordelingen en stor repræsentation af drenge i studierne, mens piger i mindre grad er blevet inddraget.

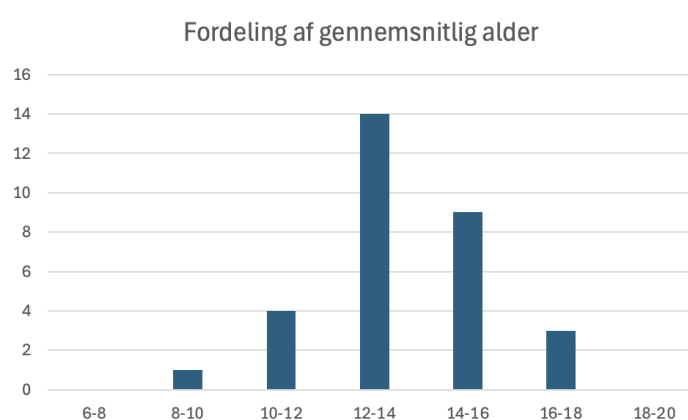
Fordeling af gennemsnitlig alder

I figur 6 ses den gennemsnitlige aldersfordeling blandt de inkluderede studier, som viser, at der er en klar overvægt af studier med deltagere i alderen 12-14 år. Denne inddeling udgør

det største interval med i alt 14 studier. Herefter følger aldersgruppen 14-16 år med ni studier, mens 10-12 år er repræsenteret i fire studier. Dernæst ses det, at studier med et aldersgennemsnit på 16-18 år kun er repræsenteret i tre studier, samt at ét enkelt studie har deltagere med en gennemsnitsalder på 8-10 år. Samtidig ses det også, at ingen af studierne har et aldersgennemsnit på hverken 6-8 år eller 18-20 år, på trods af, at flere studier har deltagere fra disse aldersgrupper. Fordelingen indikerer, at størstedelen af studierne fokuserer på unge omkring 12-16 års alderen og dermed omkring puberteten. Samtidig indikerer den begrænsede mængde studier blandt de yngste børn, at der sandsynligvis er en lav forskningsmæssig repræsentation.



Figur 5: Fordeling af deltagernes køn.



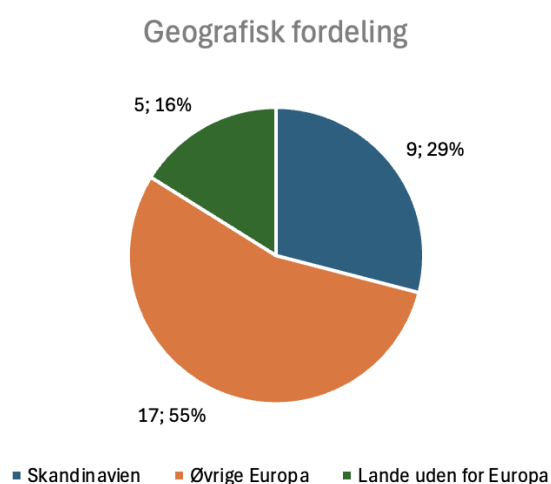
Figur 6: Fordeling af gennemsnitlig alder.

Geografisk fordeling

Som tidligere nævnt er det primært forsøgt at inkludere studier fra europæiske lande, hvor højeste prioritet har været at inkludere relevante studier fra Skandinavien. Dog er der stadig inkluderet et mindre antal studier udført uden for Europa (n=5). Den geografiske fordeling af studierne kan ses i figur 7, som viser, at det er lykket at inkludere ni studier fra skandinaviske lande. Af disse studier er ét enkelt fra Danmark, to fra Sverige, mens seks er fra Norge. Den største andel af studierne er udført i øvrige europæiske lande. Her er der inkluderet 17 studier, som kommer fra landene England (n=6), Grækenland (n=1), Portugal (n=2), Schweiz (n=2) og Spanien (n=7). Slutteligt er der fundet fem relevante studier fra lande uden for Europa, som inkluderer landene USA (n=2), Iran (n=1), Mexico (n=1) og Brasilien (n=1).

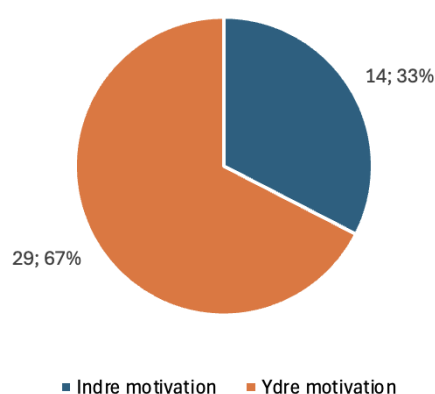
Fordeling af motivationsformer

De 32 inkluderede studier og deres respektive kodning blev overordnet inddelt efter fokus på henholdsvis indre og ydre motivation. Som set i figur 8, fokuserer størstedelen af studierne på de ydre motivationsfaktorer (n=29) og dermed hvordan det sociale fodboldmiljø påvirker børn og unges motivation til at spille fodbold. Herunder findes studierne med koderne 'Fællesskab og tilhørsforhold', 'Trænerens rolle og adfærd' og 'Forældreinvolvering'. I kontrast hertil ses der 14 studier, som fokuserer på den indre motivation og dermed hvordan børnenes personlige drivkraft påvirker børn og unge i fodboldverdenen. Herunder ses studier med koderne 'Præstation' og 'Glæde'. Af den eksisterende videnskabelige litteratur tyder det på, at der er mest litteratur om den ydre motivation hos børn og unge der spiller fodbold.



Figur 7: Geografisk fordeling.

Fordeling af motivationsformer

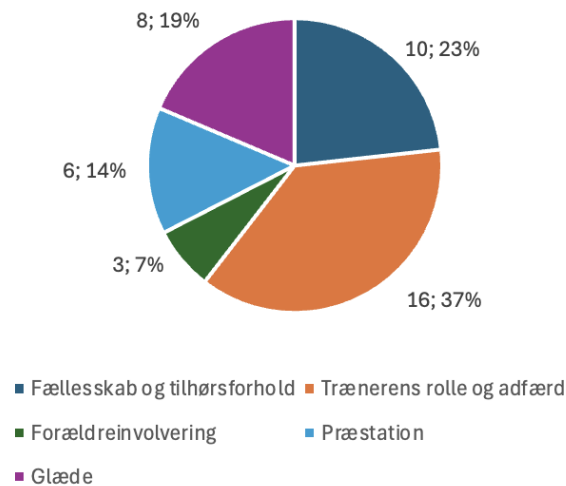


Figur 8: Fordeling af motivationsformer.

Fordeling på baggrund af kodning

På baggrund af kodningen, som er beskrevet i metodeafsnittet, er de inkluderede studier blevet inddelt i de fem ovenstående kategorier. Figur 9 viser fordelingen af studierne på tværs af disse koder og giver et indblik i, hvilke områder der fylder mest i den eksisterende forskning om motivation i børne- og ungdomsfodbold. Flere studier indgår i mere end én kode, hvilket afspejler, at motivation i fodboldmiljøet ofte er påvirket af flere overlappende faktorer. Figur 9 viser, at der er undersøgt mest om trænerens rolle og adfærd (n=16) samt fællesskab og tilhørsforhold (n=10). Mindre litteratur undersøger dog hvordan glæde (n=8), præstation (n=6) og forældreinvolvering (n=3) spiller en rolle for børn og unges motivation i fodboldverdenen.

Fordeling på baggrund af kodning



Figur 9: Fordeling på baggrund af kodning.

3.2 Præsentation af studier

I dette afsnit præsenteres resultaterne af de 32 inkluderende studier. Nedenfor præsenteres studierne med udgangspunkt i de to identificerede emner:

- 1) Det sociale fodboldmiljø
- 2) Personlig drivkraft

3.2.1 Det sociale fodboldmiljø

Mængden af eksisterende videnskabelig litteratur, der afdækker, hvordan det sociale fodboldmiljø påvirker børn og unges motivation, omfatter i dette projekt 29 studier. På tværs af denne litteratur fremtræder særligt tre gennemgående koder, som tidligere beskrevet i metodeafsnittet:

- 1) Fællesskab og tilhørsforhold
- 2) Trænerens rolle og adfærd
- 3) Forældreinvolvering

Fællesskab og tilhørsforhold

Det sociale netværk og oplevelsen af fællesskab spiller en væsentlig rolle for børn og unges motivation for at deltage i fodbold. Det er ikke udelukkende spillet i sig selv, der tiltrækker dem, men i høj grad også de sociale relationer, som opstår på holdet. Oplevelsen af at være en

del af et fællesskab og have venner på holdet styrker børnenes engagement og motivation for at spille fodbold. Der opleves en glæde ved samværet og fællesskabet, der dermed skaber et trygt rum for børnene og er med til at øge engagementet for at spille. Flere studier beskriver hvordan fællesskabet og sociale forbindelser på holdet er centrale elementer i at fremme en positiv sportsoplevelse for børn og unge, hvilket også er med til at motivere dem til at deltage (Jørgensen et al., 2024; Pluhar et al., 2019; Zwolinsky et al., 2018).

I studiet af Zwolinsky et al. (2018) fra England, fremhæves det, at drenges sociale fællesskaber omkring fodbold er mere stabile og tættere end pigers. Her blev 594 skolebørn i alderen 9-13 spurgt ind til deres deltagelse i fodbold og deres sociale netværk omkring sporten, samt motivation til at spille fodbold. Drengene deltog hyppigere i fodbold både i skolen og i fritiden og opfattede deres hold til træning som en fast social base, hvilket øgede deres motivation og regelmæssige engagement. Pigerne havde derimod mindre organiserede og mere spredte fællesskaber, hvor deres sociale netværk ofte ikke var centreret omkring sporten. Dette kan forklare, hvorfor pigernes følelse af fællesskab og dermed motivation for at deltage i fodbold var lavere (Zwolinsky et al., 2018).

Betydningen af det sociale miljø og fællesskab i fodboldmiljøet ser ligeledes ud til at spille en central rolle for børn og unges motivation for deltagelse. Flere studier peger på, at når børn og unge oplever et fodboldmiljø, der er præget af støtte og gode relationer, styrkes deres følelse af tilknytning til holdet. Denne følelse af samhørighed og oplevelsen af at være en vigtig del af fællesskabet, ser ud til at have stor betydning for børnenes lyst og engagement i fodboldtræningen. Fællesskabet og oplevelsen af at høre til skaber trygge rammer, hvor børn og unge tør at engagere sig, og udvikle sig både socialt og sportsligt (Høigaard & Ommundsen, 2007; Gjesdal et al., 2019; Rodrigues et al., 2024).

I studiet af Gjesdal et al. (2019) og Høigaard & Ommundsen (2007), lægges der i begge studier stor vægt på, at et mestringsorienteret miljø spiller en vigtig rolle i udviklingen af sociale relationer hos børn og unge. Gjesdal et al. (2019) fremhæver, at en høj grad af overensstemmelse mellem trænerens og spillernes opfattelse af miljøet er afgørende for børnenes oplevelse af glæde og samhørighed. Et miljø, hvor fokus er på læring og samarbejde frem for konkurrence og sammenligning, styrker børnenes følelse af fællesskab (Gjesdal et al., 2019). Studiet af Rodrigues et al. (2024) fremhæver dog også en vigtig pointe idet at trænere, der fremmer et mestringsorienteret miljø, hvor individuel udvikling og samarbejde prioriteres, bidrager til stærkere sociale bånd mellem spillere og øger deres motivation for at deltage i fodbold (Rodrigues et al. 2024).

Flere studier (Miller et al., 2004; Ommundsen et al., 2005; Hwang et al., 2017) peger på, at det sociale miljø, herunder relationer til de andre og oplevelsen af fællesskab på holdet, har afgørende betydning for børns og unges motivation for at deltage i fodbold. Særligt fremhæves betydningen af det miljø, der præger holdet, hvor forskellen mellem mestrings- og præstationsorienterede miljøer har indflydelse på både børn og unges sociale relationer og dermed deres engagement i sporten. Studierne, Miller et al. (2004) og Ommundsen et al. (2005) peger desuden på kønsforskelle, idet piger og drenge i nogle tilfælde reagerer forskelligt på det miljø der opbygges på holdet.

I studiet af Ommundsen et al. (2005) fremhæves det at piger, der oplever et mestringsorienteret miljø i højere grad, rapporterer positive relationer til deres holdkammerater. Omvendt viser studiet, at drenge, som oplever et præstationsorienteret miljø med fokus på konkurrence og indbyrdes sammenligning, oftere oplever negative interaktioner med deres jævnaldrende (Ommundsen et al., 2005). Ligeledes skelnes der i studiet af Miller et al. (2004) mellem et mestringsorienteret miljø, hvor gensidig respekt og samarbejde er i fokus, og et præstationsorienteret miljø, hvor fokus er på at være bedre end andre. Dog viste studiet, at der var små forskelle mellem drenge og piger og hvordan disse miljøer påvirker deres opfattelse af sportsmanship. På trods af en lille effektstørrelse peger resultaterne på, at drengene oplever et mere præstationsorienteret miljø end pigerne (Miller et al., 2004). Studiet af Hwang et al. (2017) underbygger dette, men dog mere generelt blandt børn og unge ved at vise, hvordan børn og unges indflydelse på hinanden og deres sociale samspil på holdet er centrale elementer for deres deltagelse. Børn, der befinder sig i miljøer præget af konkurrence og præstation, er mere tilbøjelige til at udvikle en egoorienteret tilgang til sporten, mens børn i mestringsorienterede miljøer i højere grad udvikler en opgaveorienteret tilgang med fokus på læring og personlig udvikling (Hwang et al., 2017).

Hvor de tidligere studier primært fokuserede på hvordan sociale relationer og motivationsmiljøer påvirker børn og unges engagement, har studiet af Eliasson (2011) en mere kønssociologisk tilgang. Studiet fra Sverige undersøgte i alt 43 børn i alderen 12-13 år ved hjælp af observationer og interviews af både børn, forældre og trænere. I dette studie bliver fodboldmiljøet ikke kun beskrevet som et sted hvor børn og unge oplever fællesskaber, men også en arena hvor kønsidentiteter formes. I studiet beskrives hvordan det opleves, at piger helst vil være venner med piger, og at drenge helst vil være venner med drenge. På denne måde beskriver Eliasson ligesom de forrige studier, at fællesskabet er en væsentlig

ramme for børns socialisering, men anderledes her er at venskaber og tilhørsforhold opstår på baggrund af sociale normer snarere end sportslige præstationer. Derudover fremhæver Eliasson også, at når børn spiller på kønsopdelte hold afspejler det ikke kun biologiske forskelle, men også at det fungerer som sociale rum, hvor børn lærer og forstærker kønsroller. Pigerne lægger vægt på sociale relationer og samarbejde, mens drengene ofte fokuserer på konkurrence og præstation (Eliasson, 2011).

Trænerens rolle og adfærd

Trænerens rolle og adfærd har stor betydning for unges motivation, glæde og fortsatte deltagelse i sport. En række studier understreger, hvordan det træningsmiljø, som træneren skaber, kan have positive eller negative konsekvenser for de unges oplevelse og deres motivation og engagement i fodbold. Flere studier (Nielsen et al., 2024; Sevil-Serrano et al., 2021; Chamorro et al. 2021; Álvarez et al., 2009; Fenton et al., 2014; Abdoshahi et al., 2023; Smith et al., 2016; Castillo-Jiménez et al., 2022; Iglesias-Martínez et al., 2021), tager afsæt i SDT og viser, at når trænere skaber et miljø, der understøtter spillerens autonomi, for eksempel ved at tilbyde valgmuligheder, inddrage spillerne og anerkende spillerens følelser, fører det til en bedre opfyldelse af spillerens psykologiske behov. Trænere bør imødekomme disse behov, for at øge den intrinsiske motivation og dermed fastholde børn og unges interesse og deltagelse (Abdoshahi et al., 2023). Derudover er AGT også repræsenteret i nogle studier (Smith et al., 2016; Jørgensen et al., 2024; Castillo-Jiménez et al., 2022; Amaro et al., 2023; Hwang et al., 2017; Iglesias-Martínez et al., 2021), som undersøger hvordan træneren kan påvirke udøvernes målorientering og dermed have indflydelse på motivation. Studiet Iglesias-Martínez et al. (2021) illustrerer blandt andet hvordan trænerens adfærd og det miljø, der skabes, kan påvirke spillerens målorientering og motivation. Samlet set viser studiet, at et fokus på læringsproces og personlig forbedring er centralt for at styrke spillernes autonome motivation. Dette understøtter AGT's belysning af, at det sociale og organisatoriske miljø er afgørende for at fremme positive motivations- og adfærdsmønstre i sport (Iglesias-Martínez et al., 2021).

En række studier (Nielsen et al., 2024; Castillo-Jiménez et al., 2022; Back et al., 2022; Smith et al., 2016; Sevil-Serrano et al., 2021) undersøger betydningen af et empowering og disempowering træningsmiljø. Studierne viser, at et empowering træningsmiljø, som er præget af anerkendelse, valgmuligheder og støtte, fremmer unges lyst til at fortsætte med sport. Modsat viser forskning, at et disempowering træningsmiljø, præget af pres og

manglende selvbestemmelse, hænger tæt sammen med manglende motivation og frafald. Studiernes fokus varierer i forhold til hvordan trænerne støtter spillernes autonomi, og hvilke aspekter de fokuserer på. Et norsk studie af Gjesdal et al. (2018) viser, at 10-15 årige drenge og pigers oplevelse af autonomi allerede ved sæsonstart har en positiv indflydelse på deres engagement i ekstra fodboldaktiviteter uden for den organiserede træning. Selvom studiet ikke fandt en direkte sammenhæng mellem trænerens støtte og ændringer i de basale psykologiske behov, fremhæves autonomi som den mest afgørende faktor for at fremme selvbestemt aktivitet. Når unge oplever frihed og indre motivation i deres fodboldmiljø, øges sandsynligheden for, at de engagerer sig mere, hvilket potentielt kan have positive effekter på udvikling og den generelle sundhed. Studiet understreger vigtigheden af, at trænere skaber nogle rammer og et miljø, hvor de unge føler sig frie og motiverede til at deltage aktivt (Gjesdal et al., 2018). I forlængelse heraf viser studierne Fenton et al. (2014) og Álvarez et al. (2009), som undersøgte drenge i alderen 10-16 år, at trænere, der understøtter autonomi, ikke blot har indflydelse på motivationen, men også på de unges fysiske aktivitetsniveau og generelle trivsel i hverdagen. Ved at skabe et motiverende og støttende miljø kan det fremme mere fysisk aktivitet og dermed betyde mindre stillesiddende tid (Fenton et al., 2014; Álvarez et al., 2009).

En række andre studier belyser, hvordan det mestringsorienterede miljø som træneren skaber, er en væsentlig faktor for at fremme spillernes engagement og udvikling (Jørgensen et al., 2024; Iglesias-Martínez et al., 2021; Amaro et al., 2023; Gjesdal et al., 2019). Studierne fremhæver, at når træneren lægger vægt på læring og personlig udvikling frem for et resultatorienteret fokus, øges spillernes indre motivation og glæde ved sporten. Det er væsentligt med et mestringsorienteret miljø, da det påvirker motivationen, og dermed glæden ved at spille fodbold. Modsat kan et præstationsorienteret miljø med fokus på sammenligning og placering øge angst og reducere lysten til at fortsætte.

Derudover fremhæver Hwang et al. (2017) i et studie fra USA behovet for at vurdere sociale relationer dybere og påpeger vigtigheden i at tage højde for andre betydningsfulde forhold, herunder også træneren. Trænerne er vigtige facilitatorer i forhold til de sociale dynamikker på holdet og derfor bør de være opmærksomme på den sociale struktur og hvordan den påvirker motivationen blandt spillerne (Hwang et al., 2017). I forlængelse heraf peger forskning på, at trænerens evne til at skabe et motivationsmiljø på holdet, kan få stor betydning for, hvordan både trænere og spillere oplever trivsel og engagement. Et norsk studie fra 2019 undersøger netop, om trænere og spillere opfatter motivationsmiljø på samme

måde eller om der er en forskel i den opfattelse. Deltagerne i undersøgelsen var drenge og piger i alderen 9-15 år. Resultaterne viste at træneren ofte vurderer motivationsmiljø mere positivt end spillerne gør. Trænere har en tendens til at overvurdere, hvor meget de understøtter læring og præstation, mens spillerne i højere grad kan opleve en stemning, præget af kontrol og konkurrence. Denne forskel kan have konsekvenser for kommunikation og relationerne på holdet og dermed påvirke spillernes motivation og udvikling negativt (Gjesdal et al., 2019).

I det svenske studie Back et al. (2022) fokuseres der på faktorer, der kan forudsige, om unge fodboldspillere vil droppe fodbold. Deltagerne i undersøgelsen var unge fodboldspillere, drenge og piger, i aldersgruppen 11-17 år, og kom fra forskellige fodboldklubber i Sverige. I det prospektive studie blev der fundet flere variabler, der spiller en rolle, herunder støtten fra træneren. Her var mindre støtte fra træneren forbundet med øget risiko for frafald. En interessant pointe er, at det i undersøgelsen ses, at piger er mere sårbare og i større risiko for frafald, især hvis de oplever lav støtte fra træneren. Frafaldet kan også skyldes andre faktorer som øget krav om økonomi, for eksempel i form af transport og medlemskab, og at der er færre hold til piger i aldersgruppen, hvilket betyder mere tid og finanser fra forældrene. Undersøgelsen peger på at det trænerskabte miljø spiller en central rolle i at skabe et træningsmiljø, der faciliterer motivation og fortsat deltagelse i fodbold. I studiet foreslås det, at trænere skal uddannes i at styrke et mere autonomistøttende miljø ved at implementere teoretiske informerede træneruddannelsesprogrammer, hvilket kan øge motivationen og dermed mindske frafaldet blandt unge. Især bør der være fokus på at motivere piger og unge fra mindre ressourcestærke familier, da disse grupper er mest sårbare (Back et al., 2022). Samme anbefaling om fokus på træneruddannelse gør sig gældende i Castillo-Jiménez et al. (2022), hvor det anbefales at udvikle træningsprogrammer for trænere, som fremmer et støttende og empowerment træningsmiljø.

Et større dansk studie, Nielsen et al. (2024), undersøger hvilke faktorer der påvirker unges fastholdelse eller frafald i organiseret idræt i Danmark. I studiet er der særlig fokus på typer af motivation, grundlæggende tilfredsstillelse af psykologiske behov og det trænerskabte motivationsmiljø. Studiet fokuserer ikke udelukkende på fodbold, men afdækker, hvordan disse faktorer spiller sammen på tværs af forskellige sportsgrene, aldersgrupper, køn og niveau. I den endelige analyse blev der inkluderet 7110 deltagere i alderen 11-20 år, hvoraf 4550 af deltagerne var fra fodbold. Af studiet fremgår en tydelig sammenhæng mellem

autonomi og fortsat sportsdeltagelse. Trænerens adfærd og tilgang, i form af det sociale og psykologiske lederskab, er afgørende for unges deltagelse i sport. De unge fortsatte i højere grad i sporten, hvis de oplevede indre motivation, samt var en del af et empowering miljø, hvor der var medbestemmelse, støtte og anerkendelse fra træneren. Tabel 1 præsenterer sammenhængen mellem motivationsmiljø, behovstilfredsstillelse og motivation ved afslutningen af en sæson, samt betydning for fortsættelse den næste sæson. Tabellen viser et klart mønster i sammenhængen mellem de forskellige former for motivationsregulering og fortsættelse i sporten den følgende sæson, idet mere autonome former for motivation var positivt associeret med fortsættelse. Derimod er introjiceret og ekstern regulering, som er mere kontrollerede motivationsformer, samt demotivation negativt associeret med fortsættelse i sporten, hvilket indikerer øget sandsynlighed for frafald. Derudover viser tabellen, at unge med høj indre motivation næsten havde tre gange så stor sandsynlighed for at fortsætte. Specifikt var indre motivation med 2,96 gange højere sandsynlighed for fortsættelse i sport ved en stigning på én enhed (svarende til 25 procent stigning), hvilket svarer til en stigning på 196 procent i sandsynligheden for at fortsætte. Identificeret regulering var forbundet med en 1,91 gange øget sandsynlighed for fortsættelse for hver 25 procent stigning i denne motivationsform (tabel 1). Effekterne var konsistente uanset køn, sportsgrene og niveau (Nielsen et al., 2024).

	N	Continuation in club				Continuation in the sport			
		Odds ratio	95% CI–	95% CI +	p	Odds ratio	95% CI–	95% CI+	p
Motivation									
Intrinsic Motivation	6254	1.59	1.43	1.76	<0.01	2.96	2.59	3.37	<0.01
Identified Regulation	6254	1.20	1.10	1.30	<0.01	1.91	1.69	2.16	<0.01
Introjected regulation	6249	0.87	0.81	0.95	<0.01	0.77	0.68	0.86	<0.01
External Regulation	6253	0.81	0.73	0.90	<0.01	0.57	0.50	0.66	<0.01
Demotivation	6254	0.68	0.62	0.75	<0.01	0.45	0.40	0.50	<0.01
Needs satisfaction									
Basic needs satisfaction total	6704	1.69	1.50	1.91	<0.01	2.61	2.21	3.08	<0.01
Relatedness Satisfaction	6702	1.52	1.38	1.66	<0.01	1.94	1.71	2.20	<0.01
Autonomy Satisfaction	6703	1.29	1.18	1.40	<0.01	1.93	1.69	2.22	<0.01
Competence Satisfaction	6702	1.34	1.23	1.46	<0.01	2.02	1.79	2.29	<0.01
Relatedness Frustration	6704	0.72	0.65	0.79	<0.01	0.61	0.53	0.69	<0.01
Autonomy Frustration	6244	0.77	0.70	0.85	<0.01	0.72	0.62	0.83	<0.01
Competence Frustration	6252	0.77	0.70	0.85	<0.01	0.60	0.53	0.68	<0.01
Coaching behavior									
Empowering Climate	7110	1.61	1.47	1.78	<0.01	1.68	1.45	1.93	<0.01
Disempowering Climate	7101	0.67	0.61	0.74	<0.01	0.67	0.58	0.78	<0.01

Note: All logistic regression models are adjusted for gender, age, sport, level, and experience.

Tabel 1: Multiple logistiske regressionsmodeller - til at analysere sammenhængene mellem motivationsvariabler og sandsynligheden for fortsættelse i klubben og sporten det følgende år (Nielsen et al., 2024, s. 10).

Det engelske studie Smith et al. (2016) bidrager med et andet perspektiv gennem observationer af træneren. Her ses det, at trænere ofte udviser mere støttende og motiverende

adfærd i træningssammenhænge, mens de under kamp ofte bliver mere kontrollerende og mindre støttende. Dette kan påvirke spillernes oplevelse og motivation negativt. Studiet understreger behovet for, at trænere er bevidste om, hvordan deres adfærd og det miljø, de skaber, kan påvirke de unges motivation og engagement i sport (Smith et al., 2016). I forlængelse viser studiet Jørgensen et al. (2024), at trænere også bør sigte mod at anerkende både individuel og holdpræstation, da det vil styrke spillernes selvtillid og fremme en positiv tilgang til både træning og konkurrence. Det er vigtigt at trænere fokuserer på læring og personlig udvikling frem for primært at fokusere på resultater og præstationer. Ved at skabe en kultur med læring og forbedring, hvor spillerne opnår nye færdigheder og udvikler sig som spillere, kan trænere hjælpe spillerne med at føle sig mere tilfredse og engagerede i deres sport. Det er afgørende at balancere seriøsiteten i konkurrencen med sjov, herunder også fokus på de sociale interaktioner både inden og uden for banen (Jørgensen et al., 2024). I studiet af Verardi et al. (2016) undersøges det, hvordan emotionelle oplevelser, især relateret til trænerens ros og feedback, påvirker 8-14 årige drenge motivation i konkurrencepræget ungdomsfodbold i Brasilien. Resultaterne viser, at positiv anerkendelse fra træneren vækker stærke følelsesmæssige reaktioner, som glæde, stolthed og lyst til at præstere og er centrale elementer i børn og unges motivation for at forfølge en karriere inden for fodbold. Det er hertil vigtigt at træneren forstår disse processer, herunder de emotionelle, psykologiske og sociale processer og sammenhængen mellem mål og ønsker, for at støtte spillernes udvikling, sportslig og personlig (Verardi et al., 2016).

Forældreinvolvering

Tre inkluderende studier har fokus på forældres involvering, i form af deres adfærd og rolle, og hvad dette eventuelt kan have af betydning for barnets motivationsfaktorer. I det engelske studie Baxter-Jones & Maffulli (2003) undersøges forældrenes indflydelse på unge elitesportsudøveres deltagelse i sport. Undersøgelsen omfattede drenge i alderen 14-18 år og dækker en række sportsgrene herunder fodbold, med henblik på at belyse, hvordan forældres støtte, pres og engagement former børns sportslige udvikling. Resultaterne viste, at begge forældre spillede en vigtig rolle i barnets sportslige udvikling. Forældrene bidrog i høj grad med støtte i form af transport, økonomisk hjælp og følelsesmæssig opbakning. Positiv støtte blev overvejende identificeret som en central faktor for fastholdelse i sport, om end overdreven forældreinvolvering potentielt kan have negative konsekvenser.

I forlængelse af dette undersøgte et spansk studie Sanchez-Miguel et al. (2013) lignende problemstilling, altså sammenhængen mellem motivationsfaktorer og forældres adfærd i

forhold til barnets motivation i holdsport. Dog var der ikke fokus på elite, men på officielle, organiserede hold, hvor både barnets og forældrenes synsvinkel blev inddraget.

Undersøgelsen omfattede piger og drenge i alderen 11-16 år. Generelt følte barnet mere støtte end pres fra forældrene. Forældrene, der udviser en støttende og opgaveorienteret adfærd, bidrager til at fremme børns indre motivation og positive emotionelle tilknytning til sporten. Omvendt kan en kontrollerende og præstationsfokuseret adfærd øge graden af amotivation og reducere barnets oplevelse af glæde og engagement. I studiet anbefales det at trænere, forældre og forskere arbejder sammen for at skabe bedre støtte til børn i sport, så de kan udvikle sig både sportsligt og socialt.

I det engelske studie Mossman & Cronin (2019) undersøges det, om der er en sammenhæng mellem forældres adfærd i sport og børns udvikling af livsfærdigheder (life skills), som omfatter målsætning, ledelse, teamwork og social adfærd. Resultaterne viste at ros og forståelse fra forældre havde positiv indflydelse på udviklingen af livsfærdighederne og glæden vil at spille fodbold hos spillerne (Mossman & Cronin, 2019).

3.2.2 Personlig drivkraft

Den videnskabelige litteratur, der belyser, hvordan personlig drivkraft påvirker motivation hos børn og unge, omfatter i dette projekt 14 studier. På tværs af denne litteratur fremtræder særligt to gennemgående koder:

- 1) Præstation
- 2) Glæde

Præstation

I den tidligere nævnte rapport fra DBU bliver der udtrykt bekymring for, at børn oplever et stigende præstationspres, som opstår, når eksempelvis trænere og forældre prioriterer resultater frem for leg, læring og personlig udvikling. Flere af de inkluderede studier undersøger netop, hvordan motivation blandt drenge og piger hænger sammen med præstation og deltagelse i fodbold (Chatzopoulos et al., 2006; Gracia Calvo et al., 2010; Zuber et al., 2015; Zuber & Conzelmann, 2013).

Flere af de inkluderede studier anvender SDT som teoretisk ramme til at undersøge, hvordan forskellige former for motivation hænger sammen med børn og unges deltagelse og præstation i fodbold (Chatzopoulos et al., 2006; Gracia Calvo et al., 2010; Zuber et al., 2015). Fælles for studierne er, at de ikke kun undersøger graden af motivation, men også om

motivation udspringer af indre lyst, personlig værdi eller ydre pres som det beskrives i OIT. Studierne peger på, at jo mere børn og unge oplever autonomi, kompetence og mening i fodboldmiljøet, desto større er chancen for, at de både trives, præsterer og fastholdes i sporten (Chatzopoulos et al., 2006; Gracia Calvo et al., 2010; Zuber et al., 2015).

Zuber & Conzelmann (2013) tydeliggør på anden vis, at præstation ser ud til ikke alene at blive påvirket af det miljø, spilleren befinder sig i, men også af den måde spilleren individuelt forholder sig til præstationskrav og udfordringer. Zuber & Conzelmann anvender ikke SDT som teoretisk ramme, men beskæftiger sig med lignende begreber ved at undersøge, hvordan 'hope for success' og 'fear of failure' relaterer sig til sportslig præstation hos drenge i 13-årsalderen. Studiet viser, at spillere med høj hope for success i nogen grad præsterer bedre over tid, mens fear of failure ikke har positiv indflydelse på præstation, og i visse tilfælde kan virke hæmmende. Selvom SDT ikke anvendes i dette studie, belyser undersøgelsen på lige vis, hvordan præstationsudvikling afhænger af spillerens indre motivation og ikke udelukkende af ydre faktorer såsom træningsmængde eller tekniske færdigheder (Zuber & Conzelmann, 2013).

Et andet perspektiv ses i studiet af Chatzopoulos et al. (2006), som undersøger, hvordan forskellige tilgange til træning påvirker motivation og præstation blandt 12-13 årige piger. I studiet sammenlignes en teknikorienteret tilgang, hvor fokus er på isolerede øvelser, med en spilorienteret tilgang, hvor træningen foregår i taktisk relevante spilsituationer. Resultaterne viser, at pigerne i den spilbaserede gruppe opnåede både højere indre motivation og bedre taktisk præstation end pigerne i den teknikorienterede gruppe (Chatzopoulos et al., 2006). Studierne af Ommundsen et al. (2005) og Kavussanu (2006) undersøger ikke direkte sportslig præstation, men kan ved hjælp af mestrings- og præstationsorienterede miljøer på forskellig vis bidrage med viden om hvilke perspektiver, der kan have indflydelse på børn og unges evne til at præstere. Et mestringsorienteret miljø virker til at understøtte mere hensigtsmæssige præstationsmønstre samt en positiv tilgang til konkurrence. Dette ses, da miljøet i høj grad ser ud til at danne grundlag for opgaveorientering og lav grad af maladaptiv perfektionisme samtidig med at spillere, der oplever et mestringsorienteret miljø, udviser prosocial adfærd som fair play og støtte til medspillere. Disse karakteristika kan anses som værende træk, der er forbundet med et sundere og mere udviklingsfokuseret grundlag for præstation. Disse spillere oplever også stærkere relationer til holdkammerater og større social accept, hvilket ligeledes kan være med til at skabe optimale forudsætninger for præstation i

holdsammenhæng (Ommundsen et al., 2005; Kavussanu, 2006). Omvendt er et præstationsorienteret miljø, forbundet med høj perfektionisme, 'fear of failure', svagere sociale relationer samt antisocial adfærd, der potentielt kan hæmme både individuel og holdpræstation (Ommundsen et al., 2005; Kavussanu, 2006). Hvor deltagerne i Kavussanus studie var drenge i 12-17-årsalderen, er der både et stort antal drenge og piger, der deltager i Ommundsen et al.'s studie. Her viste resultaterne, at de generelle sammenhænge mellem motivationsmiljø, målorientering og sociale relationer gjorde sig gældende for begge køn, men dog at de tydeligste mønstre fremtrådte blandt piger i mestringsorienterede miljøer og drenge i præstationsorienterede miljøer (Ommundsen et al., 2005).

Glæde

Den primære årsag til at børn og unge deltager i sport er relateret til deres engagement samt glæde og interesse for sporten (Álvarez et al., 2009). Det er derfor ikke overraskende, at der i flere af studierne beskrives glæde, enten direkte eller indirekte, som en af de mest betydningsfulde faktorer for at børn og unge spiller fodbold (Jørgensen et al., 2024; Back et al., 2022; Álvarez et al., 2009; Barquero-Ruiz et al., 2020; Amaro et al., 2023; Rodrigues et al., 2024).

Størstedelen af de inkluderede studier viser en tæt sammenhæng mellem glæde og motivation, samt at oplevelsen af glæde i sport ofte ses som et resultat af selvbestemt motivation. Dette gælder især når børn og unge føler sig kompetente, har indflydelse og oplever autonomistøtte samt positive sociale relationer (Amaro et al., 2023; Álvarez et al., 2009; Chamorro et al., 2021; Jørgensen et al., 2024; Rodrigues et al., 2024). Selvbestemt motivation beskrives i et flertal af studierne med udgangspunkt i SDT og særligt OIT, hvor graden af frivillighed og indre motivation ser ud til at være afgørende. Amaro et al. (2023), Álvarez et al. (2009) og Rodrigues et al. (2024) fremhæver på forskellig vis, at motivationsformer såsom intrinsisk- og identificeret regulering i høj grad hænger sammen med glæde, engagement og intentionen om at fortsætte i sporten. I studiet af Amaro et al. (2023) ses det eksempelvis at glæde i ungdomsfodbold i høj grad styres af intrinsisk og integreret regulering, mens ydre og mere kontrollerede motivationsformer ikke har den samme positive effekt. Studiet undersøgte samtidig, hvordan et opgaveinvolveret miljø, skabt af træneren, påvirker forskellige typer af motivation. Her viste resultaterne, at denne form for miljø havde en signifikant positiv effekt på intrinsisk og integreret motivation, mens effekten på identificeret motivation ikke var signifikant (Amaro et al., 2023). Lignende resultater ses

hos Álvarez et al. (2009), hvor børn og unge, der oplever autonomistøtte, tilhørsforhold og kompetence, særligt som en følge af trænerens tilgang, i højere grad udviser selvbestemt motivation og samtidig rapporterer højere glæde og trivsel samt mindre kedsomhed (Álvarez et al., 2009). Et beslægtet fund ses i studiet af Gjesdal et al. (2018), som viser, at når drenge og piger oplever høj grad af autonomi ved sæsonstart, er de mere tilbøjelige til at engagere sig i selvvalgt fodboldaktivitet uden for de organiserede træninger. Dette antyder, at autonomi ikke blot fremmer glæde i nuet, men også motiverer til selv at tage initiativ og vedvarende deltagelse i sporten (Gjesdal et al., 2018).

Rodrigues et al. (2024) adskiller sig ved at undersøge udviklingen i motivation og glæde over tid i et longitudinelt studie ved brug af AGT og SDT. Her ses det, at oplevelsen af et opgaveinvolveret miljø og selvbestemt motivation midt i sæsonen kan forudsige drenge og pigers senere glæde og intention om at fortsætte til fodbold. Dette viser, at motivationen ikke er et stillestående fænomen, men derimod kan påvirkes over tid og i takt med spillernes oplevelser (Rodrigues et al., 2024). I modsætning til de øvrige studier anvender Chamorro et al. (2021) begrebsparret 'harmonisk' og 'obsessiv' passion, som retter fokus på den følelsesmæssige investering i sporten. Harmonisk passion opstår, når sporten anses som vigtig og integreres frivilligt i spillerens identitet, hvor obsessiv passion refererer til en stærk og ukontrollerbar trang til at deltage i en aktivitet grundet indre eller ydre pres. Selvom tilgangen adskiller sig teoretisk fra de andre inkluderede studier, understøtter resultaterne de samme grundlæggende fund, som er, at indre motivation og autonomi er afgørende for, om børn og unge trives og fastholdes i sporten (Chamorro et al., 2021). Studierne er enige om, at selvbestemt motivation er en vigtig drivkraft for glæde og fastholdelse, men der lægges forskellig vægt på, hvordan denne motivation opstår og udvikles.

De beskrevne fund om deltagelse og frafald undersøges også i studiet af Jørgensen et al. (2024), som belyser hvordan 214 norske drenge- og pigefodboldspilleres oplevelse af glæde påvirker deltagelse og frafald i fodbold. Jørgensen et al. visualiserer resultaterne for den kvantitative del af studiet, via en model (figur 10) samt en tilhørende tabel (tabel 2), som viste at børns og unges oplevelse af glæde i fodbold er positivt forbundet med mestringsorienterede mål (MAp) og forventninger om succes (ES), mens præstationsorienterede mål såsom mestringsundgåelse (MAv), performanceorienterede mål (PAp) og præstationsundgåelse (PAv) har en negativ effekt. Oplevelsen af glæde ved fodbold ser dermed ud til i høj grad at hænge sammen med de typer af motivation, der udspringer af

indre motivation. Særligt mestringsorienteret tilgang og forventninger om succes ser ud til at være betydningsfulde for glæde, da de begge afspejler selvbestemt motivation, hvor børn og unge motiveres af ønsket om at lære, udvikle sig og troen på egne evner. Spillere, der oplever høj glæde ved sporten, er også mere tilbøjelige til at fortsætte, mens lav glæde øger risikoen for frafald, hvilket tydeliggør, at oplevelsen af glæde er en vigtig for, om børn og unge fastholdes i sporten (Jørgensen et al., 2024).

Descriptive Statistics, Cronbach's alphas, and Pearson's r Correlations for Study Variables.

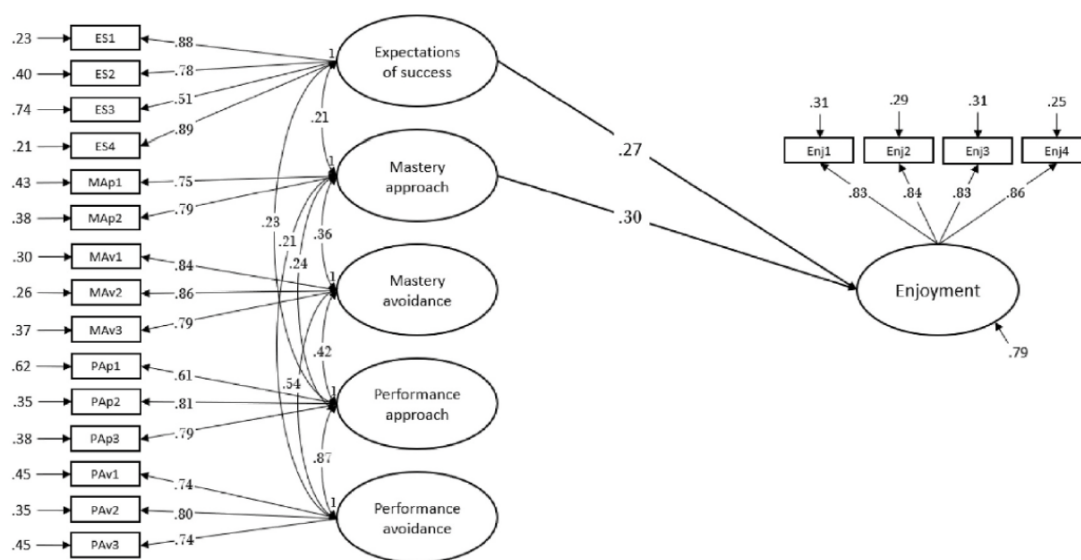
Variable	M	SD	α	1.	2.	3.	4.	5.
1. ES ^a	3.78	0.64	0.834	–				
2. MAP ^a	6.42	0.93	0.746	0.22 ^c	–			
3. MAV	4.36	1.53	0.864	–0.07	0.16 ^b	–		
4. PAp	3.97	1.51	0.767	–0.18 ^c	0.29 ^c	0.40 ^c	–	
5. PAV	4.26	1.75	0.811	0.07	0.21 ^c	0.46 ^c	0.89 ^c	–
6. Enjoyment	4.53	0.62	0.910	0.34 ^c	0.29 ^c	–0.10	0.04	–0.02

^a Modified construct

^b $p < 0.05$;

^c $p < 0.01$.

Tabel 2: Tabel over deskriptive statistikker, intern konsistens (Cronbach's α) og Pearson's r-korrelationer mellem de undersøgte variabler: forventninger om succes (ES), mestringsstilgang (MAP), mestringsundgåelse (MAV), præstationstilgang (PAP), præstationsundgåelse (PAV) og glæde (Enjoyment).



Figur 10: Estimeret strukturel model over sammenhængen mellem fem målorienteringer og glæde. Standardiserede beta-koefficienter (β) vises for de signifikante sammenhænge.

Sammenhængen mellem glæde, motivation og fortsat deltagelse i fodbold ses også i studierne af Back et al. (2022) og Barquero-Ruiz et al. (2020). Disse studier peger ligeledes på, at glæde og oplevet mening med at spille fodbold er essentielt i forhold til, om børn og unge

bliver ved med at deltage i sporten (Back et al., 2022; Barquero-Ruiz et al., 2020). Back et al. (2022) undersøger særligt hvilke demografiske- og motivationsmæssige drivkræfter, der har størst betydning for frafald, hvor Baquero-Ruiz et al. (2020) i højere grad fokuserer på træningsformens påvirkning på glæde. Med udgangspunkt i de forskellige reguleringstyper i OIT viser Back et al. (2022), at selvbestemt motivation i form af intrinsisk regulering, som associeres med glæde, spiller en rolle for børn og unges intention om at fortsætte til fodbold. Særligt så man, at børnenes glæde hang sammen med kærlighed til sporten, venskaber og mestring af færdigheder inden for sportsgrenen. Som tidligere nævnt under 'trænerens rolle og adfærd' nævner Back et al. (2022), at køn ser ud til potentielt at være en risikofaktor for motivation og frafald. Hos piger ser motivationen ud til at falde mere end hos drenge, når de oplever mindre støtte fra deres træner samt manglende trivsel, hvilket øger risikoen for, at de stopper med at spille fodbold (Back et al., 2022). Barquero-Ruiz et al. (2020) viser, at børns motivation for at fortsætte i sporten øges, når glæden og oplevelsen af succes er høj. Dette ses når børn deltager i et læringsmiljø med fokus på involvering, variation og leg. Studiet sammenligner ikke potentielle kønsforskelle, men generelt viste træningsinterventionen, at fokus på succes, autonomi og motivation, resulterede i, at børnene beskrev en større følelse af glæde i efterfølgende interviews (Barquero-Ruiz et al., 2020). Fælles for ovenstående studier er dog, at selvbestemt motivation fremstår som en vigtig faktor for fastholdelse af børn og unge i sporten (Back et al., 2022; Barquero-Ruiz et al., 2020; Jørgensen et al., 2024).

4.0 Diskussion

4.1 Hovedfund

På trods af at den inkluderede litteratur i høj grad vidner om, hvordan trænere gennem et autonomistøtte og et mestringsorienteret motivationsmiljø kan styrke børn og unges motivation, engagement og fastholdelse i sport, kan der fortsat ses en uoverensstemmelse mellem teori og praksis. Unge fodboldspillere beskriver stadig erfaringer med mere kontrollerende træneradfærd, et ensidigt fokus på præstation og miljøer præget af pres og sammenligning, hvilket i yderste konsekvens kan føre til mistrivsel og frafald. Særligt studiet af Nielsen et al. (2024) bakker op om denne bekymring, da både de to kontrollerede motivationsformer og demotivation viste en negativ sammenhæng med fortsættelse i sporten (tabel 1). En mulig forklaring på uoverensstemmelsen kan være, at trænere ofte arbejder under strukturelle og kulturelle rammer, hvor kortsigtede resultater vægtes højere end

langsigtet udvikling, hvilket kan vanskeliggøre implementeringen af en mere støttende og motivationsfremmende tilgang. Studiet af Gjesdal et al. (2019) understøtter yderligere denne pointe ved at vise, at trænere ofte vurderer motivationsmiljøet mere positivt end spillerne selv. Hvor trænere typisk opfatter sig selv som støttende og læringsfremmende, oplever spillerne i højere grad en stemning præget af kontrol og konkurrence. Denne forskel kan potentielt have konsekvenser for relationen mellem spiller og træner og dermed påvirke børn og unges motivation og trivsel negativt. Selvom der ikke er mange studier, som direkte undersøger forskellen på drenge og pigers oplevelse af hvorvidt trænerens adfærd spiller en rolle for motivation, understøtter Back et al. (2022) alligevel en vigtig pointe om, at piger ser ud til at være i større risiko for frafald, hvis de oplever lav støtte fra træneren. Dette kan indikere, at forskellige former for tilgange kan være nødvendige, alt efter om man træner piger eller drenge, hvis man ønsker at styrke motivationen hos den enkelte spiller mest muligt.

I DBU's rapport, "Det gode fodboldmiljø for unge", understreges det særligt, at børn og unges motivation fremmes, når de i fodboldtræningen oplever kompetence og mestring, et fællesskab med andre samt mulighed for selvbestemmelse. Når disse behov imødekommes, styrkes glæden og engagementet, hvilket bidrager til en oplevelse af meningsfuld deltagelse, og øger den langsigtede motivation og tilhørsforhold til sporten. Back et al. (2022) viser i denne forbindelse, gennem forskellige reguleringstyper, at indre motivation ofte forbindes med oplevelsen af glæde, hvilket har stor betydning for børn og unges motivation og fortsættelse i fodbold. Det er derfor ikke overraskende, at flere undersøgelser fremhæver 'glæde' som en af de mest afgørende faktorer for børn og unges fortsatte deltagelse i sport. Flere studier viser, at motivation og glæde er tæt forbundet, og at glæde ofte opstår som et resultat af en indre selvbestemt motivation. Dette gælder især, når børn og unge oplever mestring, får mulighed for at tage beslutninger, modtager støtte, der fremmer deres autonomi, og indgår i positive sociale relationer. Dette peger på, at det ikke alene er den sportslige præstation, men i høj grad også de psykologiske og sociale rammer, der fremmer og former børn og unges oplevelse af sport. Denne pointe understøttes særligt af Jørgensen et al. (2024), som beskriver, at glæde opstår, når børn og unge oplever mestring og har en forventning om succes (tabel 2). Dette synspunkt underbygges også af Barquero-Ruiz et al. (2020), som fremhæver, at motivationen for at fortsætte i fodbold styrkes, når børn og unge oplever glæde og succes. Jørgensen et al. (2024) viser omvendt, at når fokus er på performance approach og performance avoidance, vil oplevelsen af glæde være mindre (tabel 2). Ovenstående viser et billede af, at kontrolleret motivation og præstationspres kan hæmme positive oplevelser, som

ofte hænger sammen med motivation og deltagelse i fodbold. Studier med særligt fokus på glæde har ikke haft primært fokus på at undersøge forskellen i oplevet glæde mellem kønnene, men Jørgensen et al. (2024), kommenterer dog direkte på, at der ikke blev observeret nogen forskel på kønnenes opfattelse af glæde. Dette understøtter samtidig udsagnet, at børn og unges deltagelse i fodbold i høj grad er drevet af glæde. Ligeledes er det værd at nævne Rodrigues et al. (2024) pointe om, at motivation ikke kan anses som værende et stillestående fænomen, men snarere en dynamisk proces, som er under konstant påvirkning af indre såvel som ydre faktorer. Man kan derfor argumentere for, at et motiverende miljø med fokus på de faktorer der skaber glæde, er centralt for at fastholde spillernes motivation i fodbold over længere tid.

I forlængelse heraf bemærkes det, at kun ét studie, Álvarez et al. (2009), der falder under koden 'glæde', er fra før år 2019. De øvrige syv studier er alle publiceret derefter. Dette kan afspejle en tendens i de senere år, hvor fokus er skiftet fra præstation til større opmærksomhed på trivsel. De nyere studier fremhæver især glæde som en afgørende faktor for børn og unges deltagelse i sport. Tidligere var fokus primært rettet mod konkurrence, præstation og talentudvikling, hvilket kan have haft en negativ indvirkning på børn og unges trivsel og motivation for at deltage. Denne tendens afspejles også i, at de studier, der er kodet under 'præstation', er publiceret i perioden 2005-2015. I dag ses der i højere grad en bevægelse mod at prioritere trivsel, glæde og sociale fællesskaber som de bærende elementer. Denne udvikling afspejles også i DBU's initiativer, herunder børnestrategien og rapporten "Det gode fodboldmiljø for unge", hvor netop disse værdier fremhæves. Det er et skifte væk fra et mere ensidigt fokus på præstation mod en mere helhedsorienteret og bæredygtig tilgang til motivation blandt børn og unge.

Med viden om, hvad der motiverer og driver børn og unge, kan man argumentere for et behov for større fokus og nytænkning både i forhold til træneruddannelse og kulturen i klubberne. Det er ikke nok, at træneren primært fokuserer på tekniske og taktiske færdigheder, men det er lige så centralt at de er bevidste om, hvordan man skaber størst mulig motivation, eksempelvis gennem sociale kompetencer og psykologiske behov. Dette er ikke blot afgørende for at udvikle dygtige unge atleter, men også for at skabe sunde, glade og mentalt robuste børn og unge, der bevarer glæden ved sporten gennem ungdomsårene. Hvis målet er at etablere holdbare og stærke idrætsmiljøer, må trænerens sociale og pædagogiske rolle prioriteres som en integreret del af udviklingen og den samlede trivselsindsats. Det er desuden væsentligt at undersøge sammenhængen mellem trænerens tilgang og fokusområder i forhold til, om der lægges vægt på præstation eller deltagelse og udvikling. Dette er vigtigt

for at identificere, hvilke konkrete metoder der bedst motiverer forskellige typer af spillere afhængig af alder, køn og niveau. Herunder også med fokus på at styrke de interne relationer og fællesskabet på holdet.

Flere studier peger på, at det ikke kun er den indre motivation og følelse af glæde, som har en afgørende betydning for børn og unges motivation, men også det sociale miljø omkring sporten, herunder relationer til holdkammerater og oplevelsen af fællesskab. I denne sammenhæng spiller træneren også en afgørende rolle, ikke kun som træner, men også som den, der opbygger og styrker relationer og viderefører kulturen. Mange af studierne fremhæver, at fællesskabet og følelsen af at høre til er vigtige elementer i at skabe trygge rammer for børn og unges udvikling og glæde ved sporten, hvilket man kan argumentere for, at trænere også har en stor andel i. Jørgensen et al. (2024) viser eksempelvis, at spilleres glæde ved fodbold i høj grad udspringer af sociale faktorer, som venskaber og samarbejde, og at trænerens støtte til et positivt og inkluderende fællesskab, både inde og udenfor banen, er afgørende under overgangen fra børne- til ungdomsfodbold. Gjesdal et al. (2019) supplerer med en vigtig pointe, at når spillernes og trænerens opfattelse af det sociale og motivationsmæssige miljø stemmer overens, især i forhold til mestring og fællesskab, øges spillernes oplevelse af glæde og engagement. Det understreger, at træneres evne til at skabe tryghed og sociale relationer er afgørende for, om børn og unge har lyst til at blive i sporten. Derudover påvirker trænerens autonomistøtte ikke kun motivation i sport, men også det generelle fysiske aktivitetsniveau og trivsel i hverdagen, som det tydeliggøres i studierne af Fenton et al. (2014) og Álvarez et al. (2009). Dette understreger endnu en gang at autonomistøtte fra trænere er af stor betydning, og at det ikke alene har betydning for spillernes motivation i sport, men også kan have langsigtede effekter og dermed også er en vigtig aktør for børn og unges generelle sundhed og trivsel.

Fællesskab og sociale relationer ser dermed ud til at være et vigtigt grundlag for motivation blandt både drenge og piger i fodbold. Dog kan måden, hvorpå disse relationer formes og opretholdes, potentielt variere afhængigt af køn. Fodboldmiljøet ses ikke blot som et sted, hvor fællesskabet dyrkes, men også som en arena, hvor kønsidentiteter formes. Studiet af Eliasson (2011) udtrykker i forlængelse heraf en relevant pointe om, at fællesskaber i fodbold er kønsspecifikke i den forstand, at piger foretrækker at være sammen med piger og drenge med drenge. Samtidig udtrykkes der i studiet af Eliasson (2011), at piger i højere grad lægger vægt på samarbejde og sociale relationer, mens drenge i højere grad fokuserer på konkurrence og præstation. Denne opdeling i kønsspecifikke fællesskaber kan på den ene

side skabe trygge rammer for børn og unge, fordi de kan identificere sig med dem, de omgås med i fodboldmiljøet. Dette har vi tidligere beskrevet som et vigtigt element for motivation gennem begrebet tilhørsforhold. På den anden side kan kønsopdelte fællesskaber også ses som en begrænsning, hvis fodboldmiljøet er præget af værdier som konkurrence og præstation, som i højere grad forbindes med maskuline idealer. I sådanne miljøer kunne man forestille sig, at piger i mindre grad føler sig inkluderet, hvilket potentielt kan svække deres motivation. Dog viser flere af de inkluderede studier også at drenge i lige så høj grad kan opleve et mindre inkluderende fællesskab og lavere motivation i de miljøer, der er præstationsorienteret. Dette hænger godt sammen med den forståelse, som tidligere beskrevet i AGT, hvor præstationsorienterede miljøer ofte skaber grundlag for social sammenligning og individuel målopfyldelse, hvilket kan påvirke oplevelsen af fællesskab negativt. Studier som Ommundsen et al. (2005) og Miller et al. (2004) peger netop på, at drenge i højere grad påvirkes negativt af præstationsorienterede miljøer, hvilket blandt andet kommer til udtryk ved mindre fokus på samarbejde og lavere oplevelse af tilhørsforhold. I modsætning hertil viser studier, at piger i højere grad trives i mestringsorienterede miljøer, hvor de rapporterer om stærkere relationer til deres holdkammerater. Dette tyder på, at konkurrenceprægede miljøer, som fremmer sammenligning og individuel præstation, i særlig grad kan udfordre drenges oplevelse af fællesskab, mens støttende og inkluderende rammer synes at være afgørende for pigers sociale trivsel og motivation. Vigtigt her er at pointere at et præstationsorienteret miljø også kan være motiverende for nogle. Det handler derfor ikke om, at ét miljø nødvendigvis er bedre end et andet, men om, hvordan balancen mellem præstation og fællesskab understøtter børn og unges motivation og trivsel.

Man kan i forlængelse heraf argumentere for, at følelsen af fællesskab ikke nødvendigvis opstår på samme måde for alle, og at sociale relationer har forskellig betydning for motivation. Dette kan indikere, at fællesskab i fodboldmiljøet kan opleves forskelligt afhængigt af miljø og køn, og at det er relevant at overveje de miljø- og kønsspecifikke behov, når der arbejdes med at styrke sociale relationer og tilhørsforhold. Et vigtigt aspekt, der fremhæves på tværs af flere studier er, at det ikke blot er fællesskabet i sig selv, der motiverer børn og unge, men også de miljøer, som skaber og understøtter dette fællesskab. Når spillerne oplever støtte, tryghed og gode relationer i fodboldmiljøet, øges deres følelse af tilknytning til holdet, hvilket igen styrker deres engagement og lyst til at deltage i fodboldtræningen.

Det kan være essentielt, at trænere formår at balancere mellem konkurrence og seriøsitet på den ene side, og leg, glæde og sociale relationer på den anden. Dette kan være særligt vigtigt, da netop disse faktorer, afhængigt af køn, fremhæves i litteraturen som væsentlige for, hvordan motivation kommer til udtryk blandt børn og unge i fodboldmiljøet. Man kunne dog forestille sig, at det kan være en udfordring for trænere at motivere alle spillere på et givent fodboldhold, da børn og unge ikke nødvendigvis motiveres lige meget af de samme faktorer. Da alle børn er forskellige, kan nogle børn være drevet af konkurrence og ønsket om at præstere, mens andre i højere grad kan være motiveret af sociale relationer, fællesskab eller at have det sjovt. Man kunne samtidig forestille sig, at det niveau, som spillerne deltager på, også har betydning for, hvilke motivationsfaktorer der gør sig gældende. I elitemiljøer vil nogle spillere måske være mere drevet af konkurrence, præstation og målorientering, mens spillere i breddefodbold i højere grad kan være motiveret af fællesskab, glæde og sociale relationer. Dette har dog ikke omdrejningspunktet for dette projekt.

Studiet af Verardi et al. (2016) bidrager med vigtig indsigt i, hvordan trænerens ros og feedback spiller en central rolle i unge drenges motivation i konkurrencepræget ungdomsfodbold, i ønsket om at forfølge en fremtid inden for fodbold. I denne forlængelse er det væsentligt at overveje de kulturelle rammer. Eksempelvis ses det, at studiet af Verardi et al. (2016) er baseret i en brasiliansk kontekst, hvor fodbold kan have en anden kulturel og social betydning. Dette understreger nødvendigheden af at fortolke motivation og emotionelle reaktioner i relation til den bredere kulturelle og samfundsmæssige kontekst, hvor sporten udfolder sig.

Gennemgangen af studierne viser samtidig, at specifikke valg af træningsmetoder i sig selv kan være afgørende for, hvordan børn motiveres og udvikles i fodboldmiljøet. Dette er endnu et tegn på, at træneres pædagogiske og fodboldmæssige valg har stor betydning for børns oplevelse af både motivation, læring og trivsel. Der kan ligeledes være variation i, hvilke motivationsformer der gør sig gældende for de yngste sammenlignet med de ældste børn, hvilket muligvis hænger sammen med deres forskellige udviklingsstadier. I studiet af Barquero-Ruiz et al. (2020) ses det, at børns motivation styrkes, når de oplever glæde og succes. Dette sker især i læringsmiljøer, hvor der lægges vægt på leg. Dette understreger DBU også i deres børnestrategi, hvor målet er at sikre at fokus i børnefodbold bliver på leg, læring og kærlighed til sporten, frem for et fokus på konkurrence og elite. Specielt i de tidlige år er det vigtigt fortsat at have fokus på leg og udvikling, for at fastholde og fremme et stærkt og holdbart miljø. Samtidig peger flere studier på, at de grundlæggende psykologiske behov,

som beskrevet i SDT, er relevante på tværs af aldersgrupper - om end de kan komme til udtryk på forskellige måder. Set i lyset af SDT, hvor motivation relateres til oplevelsen af autonomi, kompetence og tilhørsforhold, kan det overvejes, om disse psykologiske behov kommer til udtryk på andre måder hos yngre børn end hos ældre. Det kan i så fald udfordre anvendelsen af eksisterende teoretiske rammer og måleudstyr, som i vid udstrækning er udviklet til ældre aldersgrupper.

Derudover handler det sociale miljø omkring sporten ikke udelukkende om relationen til træneren og holdkammeraterne, men inkluderer også behovet for at se forældre som en del af det sociale netværk, som det beskrives i Hwang et al. (2017). En anerkendende og støttende tilgang fra forældrene spiller en væsentlig rolle i at skabe positive oplevelser og kan være med til at mindske risikoen for frafald. Forældrenes engagement og måde at støtte barnet på har stor betydning for både motivation og sportslig udvikling. Dog tyder for meget involvering på, at det kan have negative konsekvenser, som det fremgår i studierne Baxter-Jones & Maffulli (2003) og Sanchez-Miguel et al. (2013). Dette stemmer overens med SDT, hvor ydre pres og manglende selvbestemmelse underminerer den indre motivation. Samlet set tyder de inkluderede studier på, at forældres engagement i børns idrætsliv både kan virke støttende og hæmmende på barnet, hvilket kan have betydning for barnets motivation og fastholdelse. Fremtidig forskning kan med fordel undersøge, hvordan forskellige former for forældreinvolvering, i form af deres adfærd, påvirker barnets langsigtede deltagelse i sport. I DBU's børnestrategi belyses det også, hvordan klubber, trænere og forældre har et fælles ansvar for at sætte børn og unges trivsel, udvikling og glæde ved fodbolden i centrum, og i denne forbindelse vigtigheden af at inddrage børn og unge og tage deres perspektiver alvorligt på lige fod med de voksne (Dansk Boldspil-Union, 2021, s. 16). Det tyder på, at børn og unges motivation er et fælles ansvar, og det er dermed vigtigt at være opmærksom på, hvordan dette sikres i praksis. Strategiens ambition om at sikre lige vilkår uanset køn, niveau eller geografisk placering kan stride imod strukturelle og ressourcemæssige realiteter i klubberne. Det er vigtigt at kigge på behovet for mere nuancerede og lokalt tilpassede implementeringsstrategier, der tager højde for de konkrete rammevilkår i klubberne. I denne forbindelse kunne det være relevant at overveje, hvordan et større fælles ansvar ville kunne etableres, for eksempel gennem støttefunktioner og fælles retningslinjer i klubberne, sparring og forældresamarbejde, der sætter trivsel på dagsordenen.

4.2 Metodologiske overvejelser

Valget af scoping review som metodologisk tilgang til at besvare problemformuleringen er truffet på baggrund af DBU's ønske om at kortlægge og systematisere eksisterende viden om motivation i børne- og ungdomsfodbold. Motivation i fodbold ser ud til at være et relativt velundersøgt fænomen, men dog virker motivation på tværs af køn i fodbold stadig som et emne der ikke er fuldt afdækket, da de fleste studier netop ikke skelner systematisk mellem drenge og piger. Scoping reviewet har gjort det muligt at afdække tematikker og problemstillinger i et bredt omfang, så DBU, med et nuanceret overblik over den eksisterende litteratur, kan anvende dette som fundament for fremtidige strategier og tiltag inden for børne- og ungdomsfodbold.

Som Arksey og O'Malley påpeger, kan det undervejs være nødvendigt at justere og målrette søgningen for at sikre relevans i forhold til problemformuleringen. Denne fleksible tilgang har været en styrke i processen om at indhente eksisterende viden, da det har gjort det muligt at balancere mellem det brede perspektiv og den relevans, der matcher DBU's formål med projektet. Hvis man derimod havde anvendt en systematisk tilgang til reviewet, ville fokus være mere snævert frem for bredt. Dette vil sandsynligvis bidrage til et begrænset overblik over de tematikker der går igen i de inkluderede studier, som i udgangspunktet er formålet med dette projekt. Ved anvendelse af et systematisk review ville man dog have mulighed for at gå i dybden med færre studier og dermed vurdere de enkelte studiers kvalitet. Der ville i højere grad kunne vurderes de enkelte studiers perspektiver som generaliserbarhed, bias og generel metodologisk styrke. I de inkluderede studier er sådanne overvejelser i mindre grad gjort, hvilket blandt andet kan forklares med scoping reviewets brede og kortlæggende tilgang, og dermed ses det, at metodologisk stærke og svage studier er blandet sammen og sat over for samme kriterier.

En anden vigtig overvejelse relaterer sig til publikationsåret for de inkluderede studier. Da litteratursøgningen i reviewet er afgrænset til studier, som er publiceret mellem 2000 og 2025, kan det diskuteres, om dette spænd egentlig formår at opfange de nye tendenser inden for motivation i fodboldverdenen. Man kan argumentere for, at der kan være sket ændringer i både synet på børneidræt, kønsroller og træningsmetoder i løbet af 25 år. Studier fra begyndelsen af 2000'erne risikerer derfor at afspejle forældede normer og træningskulturer, som ikke nødvendigvis er repræsentative for nutidens børne- og ungdomsfodbold. Fordelen

er, at den brede tidsramme har givet en større mængde data, men man bør være opmærksom på, at nogle af tendenserne kan være præget af tiden førhen og dermed have lavere overførbare til nutidige praksisser. Dette understreger behovet for fremtidig forskning, der i højere grad afspejler nutidige forhold og nyere initiativer i fodboldverdenen, så fremtidige indsatser baseres på opdateret og relevant viden.

Kvaliteten af de inkluderede studier i dette projekt fremstår også som værende af stor variation i den metodologiske styrke. Eksempelvis ses der markante forskelle i antal deltagere, da studiet med laveste antal deltagere lyder på 20 (Barquero-Ruiz et al., 2020), hvor studiet med flest antal deltagere er 4550 (Nielsen et al., 2024) (bilag 1). Forskelle af denne størrelse har betydning for den eksterne validitet, da studier med få deltagere ofte hænger sammen lavere statistisk styrke og begrænset repræsentativitet. Samtidig øges risikoen for sampling bias, særligt i studierne med få deltagere, idet gruppen af deltagere muligvis ikke afspejler den bredere population, som resultaterne ønskes generaliseret til. Dette gør det vanskeligt at generalisere resultaterne til et bredere samfundsniveau, og det vil derfor også være svært at drage konklusioner om kønsbaserede forskelle i børne- og ungdomsfodbold. Samtidig kan resultaterne potentielt være præget af tilfældigheder frem for reelle tendenser.

En gennemgang af de inkluderende studier viser samtidig, at der er begrænset fokus på børn under 10 år. Af de i alt 32 inkluderende studier ses det, at kun ét enkelt studie har deltagere med en gennemsnitsalder på 8-10 år, og at ingen studier er repræsenteret herunder (figur 6). Dette kan indikere, at aldersgruppen er underrepræsenteret i forskningen, hvilket giver anledning til refleksion over, hvad der kan ligge bag denne tendens. En stor del af den identificerede litteratur om motivation i sport, herunder fodbold, er primært rettet mod børn og unge med gennemsnitsalderen 12-14 og 14-16 år (figur 6). En mulig forklaring kan være, at de yngre børn befinder sig i en udviklingsfase, hvor deres motoriske færdigheder, evnen til at udtrykke sig sprogligt og spilforståelse stadig er under udvikling, hvilket potentielt kan gøre det mere udfordrende at måle og definere motivationen hos denne gruppe. I forlængelse heraf er det tydeligt, at mange af de inkluderede studier anvender spørgeskemaer til at undersøge motivation hos børnene. Fordelen ved at anvende denne kvantitative metode er, at metoden giver mulighed for at undersøge flere deltagere, end hvis studierne havde anvendt en kvalitativ metodologisk tilgang. Med en større mængde data, i form af besvarelser af spørgeskemaerne, er det muligt at danne et overblik over tendenser og statistiske

sammenhænge. Disse tendenser ville være svære at afdække gennem kvalitative metoder, som eksempelvis interviews, som typisk er mere tidskrævende og dybdegående. Det kan dog være problematisk i forhold til yngre børn, der muligvis ikke har de nødvendige sproglige og kognitive færdigheder til at reflektere og besvare spørgsmål om deres motivation på en meningsfuld måde. Dette kan pege på en metodisk udfordring i feltet, hvor der synes at være behov for værktøjer, som er bedre tilpasset yngre børns udviklingsniveau. Sådanne værktøjer kunne muligvis bidrage til en mere nuanceret og børnecentreret forståelse af motivation i fodboldmiljøer, særligt hos de yngste deltagere. Fremtidige studier kunne eksempelvis undersøge brugen af børnevenlige kvalitative metoder, for eksempel i form af tegninger, fortællinger eller deltagende observation, som et supplement eller alternativ til spørgeskema. Dette vil kunne bidrage til at se det fra børnenes perspektiv. Hertil viser anvendelsen af spørgeskemaerne, at der overvejende er benyttet denne kvantitative metode, hvilket kan tyde på, at motivation blandt børn og unge i alle aldre ikke er et fænomen, som er blevet undersøgt på et kvalitativt plan. Mange af studierne anvender i stedet skalaer, eksempelvis fra 1 til 5, hvor deltagerne vurderer udsagn som er relateret til deres motivationstype, behovstilfredsstillelse eller oplevelse af det træningsmiljø, som de deltager i.

På baggrund af ovenstående kan man dermed argumentere for, at dette litteraturreview ikke giver et fyldestgørende indblik i, hvorfor børn og unge oplever motivation og andre følelsesmæssige dimensioner i deres engagement på netop den måde de gør. I reviewet indgår der kun få studier, som anvender kvalitative metoder såsom interviews, og selv i disse studier er antallet af interviewede deltagere meget begrænset. Dette kan potentielt begrænse mulighederne for at opnå et repræsentativt eller nuanceret billede af børn og unges subjektive oplevelser, hvilket svækker forståelsen af de bagvedliggende faktorer, der former deres motivation. Eksempelvis bliver der interviewet 38 børn i Eliassons (2011) studie, 20 børn i Barquero-Ruiz et al. (2020) studie og kun ti i Jørgensen et al. (2024) studie. Ved den kvantitative metode bliver børnenes motivation i stedet omdannet til tal og andre værdier for sammenlignelighedens skyld, hvor den kvalitative metode potentielt kan bidrage med en dybere forståelse af de bagvedliggende årsager til, at børn og unge svarer som de gør i spørgeskemaerne. Man kan samtidig forestille sig, at der med den kvantitative tilgang vil opstå en form for bias, når børnene skal besvare spørgeskemaer. Der vil eksempelvis være en øget risiko for reporting bias, da børnene, bevidst eller ubevidst, kan forsøge at give det svar, som de tror der forventes af dem. Dette kan eksempelvis være at de rapporterer om større motivation eller glæde for at spille fodbold, end de reelt set har. Da nogle af deltagerne i

studierne er meget unge, kan en anden form for bias opstå, hvis de ikke forstår spørgsmålene korrekt. Confirmation bias kan ligeledes udfordre kvaliteten af de inkluderede studier, da forskerne kan have en tendens til at tolke svar i retning af den hypotese, som ligger til grund for undersøgelsen. Samlet set kan disse former for bias påvirke synet på validiteten i de inkluderede studier og dermed også synes på dette litteraturreviews tendenser. Ovenstående understreger et behov for, at fremtidig forskning i højere grad inddrager kvalitative eller kombinerede tilgange, hvor børnenes egne stemmer og oplevelser i fodboldmiljøet får større plads, så nuancerede forståelser af motivation, glæde og deltagelse kan afdækkes på et mere dybdegående niveau.

I forlængelse heraf er det relevant at se nærmere på, hvilke teoretiske tilgange der anvendes i de inkluderede studier, og hvordan disse kan have indflydelse på forståelsen af motivation. I denne sammenhæng er det værd at bemærke, at henholdsvis 16 studier tager udgangspunkt i SDT og 14 i AGT. De to teorier tilbyder imidlertid indsigt i forskellige aspekter af motivation som det ses hos drenge og piger. Som tidligere nævnt har SDT særligt fokus på indre motivation og trivsel gennem individets psykologiske behov, som det eksempelvis ses i studier fra Álvarez et al. (2009) og Back et al. (2022). Disse studier bidrager imidlertid primært med viden på individniveau og belyser derfor kun i begrænset omfang de bredere kulturelle eller samfundsmæssige dimensioner, som også kan påvirke motivation. AGT har derimod fokus på, hvordan børn og unge oplever og forholder sig til præstation og succes gennem et større fokus på det sociale og kulturelle aspekt, som det ses gennem det motivationsmiljø, som børnene befinder sig i. Dette ses eksempelvis i studierne af Gjesdal et al. (2019) og Høigaard & Ommundsen (2007). Ved at inddrage begge teorier kan man argumentere for, at der opnås et mere nuanceret billede af, hvad der motiverer børn og unge i fodbold. Hvor SDT bidrager med forståelser af, hvordan individuelle psykologiske behov understøtter indre motivation og trivsel, viser AGT, hvordan sociale faktorer, målorientering og miljø påvirker motivationen.

Ud fra de inkluderede studier fremgår det, at lidt over halvdelen (53 procent) har både drenge og piger som deltagere i undersøgelsen. En nærmere gennemgang viser dog, at kun ét af studierne udelukkende fokuserer på pigers motivation for at spille fodbold, mens hele 13 studier har udelukkende drenge som deltagere (figur 5). Dette tyder på, at den videnskabelige forskning inden for motivation i børne- og ungdomsfodbold i højere grad er præget af et fokus på drenge. Den overordnede kønsfordeling indikerer således en væsentlig

underrepræsentation af studier, der udelukkende undersøger pigers motivation. Herudover viser gennemgangen, at i de studier hvor både drenge og piger indgår som deltagere, er drengene ofte repræsenteret væsentlig mere end pigerne. Kun tre af de inkluderede studier har en overvægt af pigefodboldspillere, og kun ét studie præsenterer en ligelig fordeling mellem drenge og piger (bilag 1). Flere af disse studier har en skæv fordeling i deltagerantal, hvor drengene i flere tilfælde udgør hovedparten. Dette kan have betydning for, hvordan resultaterne i studierne fortolkes, da analyser og konklusioner i højere grad kan komme til at afspejle drengenes oplevelser og motivationsfaktorer, mens pigernes perspektiver risikerer at træde i baggrunden. Denne ubalance peger på et muligt behov for at øge forskningen på pigeområdet i fodbold. Det er vigtigt at sikre en mere nuanceret forståelse af pigers motivation, oplevelser og behov, så deres perspektiver i højere grad inddrages på lige fod med drengenes. Derudover kan den begrænsede repræsentation af piger i mange af studierne, vise en generel tendens i videnskabelige litteratur, hvor pigefodbold ofte er underbelyst i forhold til drengefodbold. Man kan derfor argumentere for at rette et forskningsmæssigt fokus mod pigerne og dermed sikre en mere kønsbalanceret tilgang i fremtidige studier. Den tidligere nævnte udviklingsplan "Dansk fodbold for piger og kvinder 2022-2027" fra DBU kan ses som et udtryk for Danmarks øgede opmærksomhed på pigers deltagelse og motivation i fodbold. En udviklingsplan som denne kan bidrage til at skabe et mere ligeværdigt fokus allerede fra de tidlige fodboldår, hvor piger spiller fodbold på lige fod med drenge. Man kan argumentere for at denne prioritering kan spille en vigtig rolle i at fremme opmærksomheden på piger og kvinders oplevelser i fodbold, også i forskningsmæssig sammenhæng. Et styrket fokus på pigers deltagelse i fodbold, både i praksis og i forskningen, kan bidrage til en mere balanceret viden om kønsspecifikke forhold i børne- og ungdomsfodbolden. Dette vil gøre det muligt at sammenligne og adskille pigers og drenges erfaringer på et mere ligeværdigt grundlag. Værd at bemærke er dog, at langt de fleste af de inkluderede studier ikke har til formål at undersøge kønsforskelle direkte, men nærmere at bidrage med generel viden om motivation hos børn og unge. Da de fleste studier netop ikke skelner systematisk mellem drenge og piger i deres undersøgelser, er mulighederne for at besvare sammenhængen mellem piger og drenges motivation i fodbold forholdsvis begrænset. Dette peger yderligere på behovet for fremtidig forskning, som eksplicit undersøger og adskiller kønsspecifikke oplevelser af motivation i fodboldmiljøer. Gennemgangen af den inkluderede litteratur tyder samtidig på, at geografi og kulturelle forskelle kan spille en rolle i forhold til, hvorvidt motivation hos piger i fodbold er et prioriteret undersøgelsesfokus. En sammenligning af studierne viser, at der i de

skandinaviske lande ses, en tydeligere tendens til at inkludere begge køn i undersøgelserne. I de skandinaviske studier, ses en tydelig inddragelse af piger, da otte ud af ni studier inkluderer både drenge og piger, mens kun ni ud af 23 studier fra de resterende lande undersøger begge køn. Dette kan potentielt afspejle et større fokus på piger i idrætsmiljøerne i Skandinavien. Undersøgelse af flere studier vil dog være nødvendigt for at kunne generalisere denne tendens med større sikkerhed. Dog er det også værd at bemærke, at de to inkluderede studier fra USA begge har overvægt af piger, mens studierne fra Brasilien, Mexico og Iran kun har drenge som deltagere. Det er her også relevant at nævne at mange af de inkluderede studier ikke tager afsæt i dansk fodbold, men fodbold på internationalt plan. Dette betyder derfor også, at resultaterne og de identificerede mønstre blandt motivation og køn, er baseret på flere landes tilgange og ikke kun dansk fodbold. Da kønsroller, normer og deltagelsesforhold i sport kan variere betydeligt fra land til land, kan dette have indflydelse på, hvordan forskelle i motivation kommer til udtryk i de enkelte studier. Dette kan dog pege på, at der fortsat kan være et øget behov for, at fremtidig forskning, også i en dansk kontekst, undersøger, hvordan motivation i fodbold kommer til udtryk for at kunne skabe en bedre forståelse.

5.0 Konklusion

Formålet med dette scoping review har været at undersøge, med en bred og kortlæggende tilgang, hvordan motivation kommer til udtryk i børne- og ungdomsfodbold, samt hvilke faktorer der beskrives som grundlag for motivation i den eksisterende litteratur. På baggrund af projektet kan det konkluderes, at motivation er et dynamisk og individuelt fænomen, som formes og påvirkes af et bredt spektrum af indre og ydre faktorer. Disse faktorer blev kodet tematisk, og danner tilsammen et nuanceret billede af, hvordan motivation i fodboldmiljøet skabes og vedligeholdes.

Børn og unges motivation er ikke alene bestemt af individuelle ønsker om at præstere eller udvikle sig, men formes også i høj grad af de sociale rammer, som de deltager i, herunder relationer til trænere, forældre og holdkammerater. Flere studier peger på, at et mestringsorienteret fokus, med vægt på læring, indsats og udvikling, styrker børns indre motivation og trivsel. Et ensidigt fokus på præstation kan derimod øge pres og risiko for frafald. Det understreger behovet for at trænere og klubber bevidst arbejder med målorientering og skaber motiverende rammer for alle børn. I forlængelse af dette peger mange af de inkluderede studier på betydningen af at understøtte børn og unges psykologiske behov, herunder autonomi, kompetence og tilhørsforhold. Når disse behov imødekommes, øges chancen for, at børn og unge oplever indre motivation og trives i deres fodboldmiljø. Det understøtter samtidig glæden ved fodbold samt lyst til at lære, udvikle sig og blive i sporten. Dette stemmer overens med DBU's udviklingsplaner og strategier. Den inkluderede litteratur konkluderer dermed, at motivation ikke udelukkende formes af indre eller ydre faktorer, men derimod fungerer som et samspil mellem disse.

Selvom der er en tydelig overrepræsentation af drenge i de inkluderede studier, og forskelle mellem kønnene ikke undersøges direkte, ser det ud til, at drenge og piger overordnet motiveres af de samme faktorer. Få studier viser stadig, at drenge og piger motiveres af forskellige faktorer. Dog bør disse forskelle ikke forstås som entydige eller biologisk bestemte, men snarere som udtryk for, at motivation opleves og vægtes forskelligt afhængigt af miljø, køn, alder og niveau.

5.1 Perspektivering

Dette scoping review har kortlagt en række faktorer, der har betydning for børn og unges motivation i fodbold, og peger på vigtige sammenhænge mellem sociale relationer, psykologiske behov og deltagelse. På trods af det brede videnskabelige grundlag er der fortsat væsentlige områder, som kræver yderligere opmærksomhed i fremtidig forskning. Der kunne eksempelvis være behov for mere kvalitativ forskning med fokus på pigers oplevelser og yngre børn under 10 år i fodboldmiljøet, for at få et bedre og større indblik i disse områder. I dette review var drenge overrepræsenteret i de fleste studier, og kun ét studie havde udelukkende fokus på piger. Derudover var der i de inkluderende studier kun ét studie med en gennemsnitsalder på 8-10 år. For at opnå en mere nuanceret forståelse af disse faktorer, er det afgørende, at fremtidige studier i højere grad undersøger, hvordan yngre børn og især piger oplever deltagelse, fællesskab og udvikling i fodbold.

Det er også værd at nævne, at langt størstedelen af de inkluderede studier er gennemført i udlandet, og der mangler derfor viden om, hvordan motivation konkret udspiller sig i dansk kontekst. Der kan derfor efterlyses en mere dybdegående forskning, der undersøger strukturelle og organisatoriske faktorer i dansk fodbold, som for eksempel træneruddannelse, forældresamarbejde og klubbers kultur og hvordan disse forhold understøtter eller udfordrer børn og unges motivation for at skabe mere inkluderende læringsmiljøer.

Afslutningsvis kan resultaterne fra dette review med fordel perspektiveres til andre idrætsgrene, hvor fastholdelse af børn og unge er en udfordring. Det kan bidrage til en mere helhedsorienteret forståelse af, hvordan inkluderende og motiverende miljøer skabes, uanset køn, niveau, idrætsgren eller kontekst.

Litteraturliste

Abdoshahi, M., Taleshi, M. and Ghorbani, S. (2023). Designing a Structural Model of Psychological Factors Affecting the Development of Motivation towards Participation in Sports among Children. *International Journal of School Health*, 10(1), 34-40.

<https://doi.org/10.30476/intjsh.2023.97532.1273>

Álvarez, M. S., Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2009). Coach autonomy support and quality of sport engagement in young soccer players. *The Spanish journal of psychology*, 12(1), 138–148. <https://doi.org/10.1017/s1138741600001554>

Amaro, N., Monteiro, D., Rodrigues, F., Matos, R., Jacinto, M., Cavaco, B., Jorge, S., & Antunes, R. (2023). Task-Involving Motivational Climate and Enjoyment in Youth Male Football Athletes: The Mediation Role of Self-Determined Motivation. *International journal of environmental research and public health*, 20(4), 3044.

<https://doi.org/10.3390/ijerph20043044>

Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8(1), 19–32. [https://doi-](https://doi.org/ep.fjernadgang.kb.dk/10.1080/1364557032000119616)

[org.ep.fjernadgang.kb.dk/10.1080/1364557032000119616](https://doi.org/ep.fjernadgang.kb.dk/10.1080/1364557032000119616)

Back, J., Stenling, A., Solstad, B. E., Svedberg, P., Johnson, U., Ntoumanis, N., Gustafsson, H., & Ivarsson, A. (2022). Psychosocial Predictors of Drop-Out from Organised Sport: A Prospective Study in Adolescent Soccer. *International journal of environmental research and public health*, 19(24), 16585. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416585>

Barquero-Ruiz, C., Morales-Belando, M. T., & Arias-Estero, J. L. (2020). A Teaching Games for Understanding Program to Deal With Reasons for Dropout in Under-11 Football. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 92(4), 618–629.

<https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1759767>

Baxter-Jones, A., & Maffulli, N. (2003). Parental influence on sport participation in elite young athletes. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 43(2), 250–255.

<https://www.proquest.com/scholarly-journals/parental-influence-on-sport-participation-elite/docview/202683103/se-2?accountid=13607>

Bjerregrav, H. & Jensen, K., S. (u.å.). Strategi for dansk børnefodbold [Fotografi]. Lokaliseret på <https://www.dbu.dk/boern-og-unge/boernefodbold/strategi-for-dansk-boernefodbold/>

Birkler, J. (2006). *Videnskabsteori - En grundbog*. (1. udg., 3. oplag). Munksgaard Danmark.

Castillo-Jiménez, N., López-Walle, J. M., Tomás, I., Tristán, J., Duda, J. L., & Balaguer, I. (2022). Empowering and Disempowering Motivational Climates, Mediating Psychological Processes, and Future Intentions of Sport Participation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2), 896.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19020896>

Chamorro, J., Alcaraz, S., Sánchez-Oliva, D., García-Calvo, T., & Torregrossa, M. (2021). Fuelling the passion: Psychological needs and behavioural regulations as antecedents of passion for football. *Journal of sports sciences*, 39(6), 653–662.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1840056>

Chatzopoulos, D., Drakou, A., Kotzamanidou, M., & Tsorbatzoudis, H. (2006). Girls' soccer performance and motivation: games vs technique approach. *Perceptual and motor skills*, 103(2), 463–470. <https://doi.org/10.2466/pms.103.2.463-470>

Danmarks Statistik (2024, 4. juli). Medlemsfremgang i idrætsforeningerne i 2023. Lokaliseret på <https://www.dst.dk/da/Statistik/nyheder-analyser-publ/nyt/NytHtml?cid=49194>

Dansk Boldspil-Union. (2021). Strategi for børnefodbold i Danmark. Lokaliseret på https://www.dbu.dk/media/m0pjujhf/020221_strategi_rapport_boernefodbold_final_x.pdf

Dansk Boldspil-Union. (u.å.). En del af noget større. DBU. Lokaliseret på <https://www.dbu.dk/samfundsansvar/en-del-af-noget-stoerre/>

Dansk Boldspil-Union. (2022). Udviklingsplan: Dansk fodbold for piger og kvinder. DBU.

Lokaliseret på

<https://www.dbu.dk/media/tj1pcf1b/1-5-dbu-udviklingsplan-fodbold-for-piger-og-kvinder.pdf>

Eliasson, I. (2011). Gendered socialization among girls and boys in children's football teams in Sweden. *Soccer & Society*, 12(6), 820–833.

<https://doi.org/10.1080/14660970.2011.609682>

Fenton, S. A. M., Duda, J. L., Quested, E., & Barrett, T. (2014). Coach autonomy support predicts autonomous motivation and daily moderate-to-vigorous physical activity and sedentary time in youth sport participants. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(5), 453–463.

<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.04.005>

GameChanger (2021, 10. marts). Debat: Dansk børnefodbold skal være verdens bedste.

Lokaliseret på

<https://gamechanger.nu/artikler/kronik-dansk-boernefodbold-skal-vaere-verdens-bedste/>

GameChanger (2023, 24. november). Her er de væsentlige årsager til unges frafald i fodbold.

Lokaliseret på <https://gamechanger.nu/artikler/her-er-de-vaesentlige-aarsager-til-unges-frafald-i-fodbold/>

Gjesdal, S., Wold, B., & Ommundsen, Y. (2018). Promoting additional activity in youth soccer: a half-longitudinal study on the influence of autonomy-supportive coaching and basic psychological need satisfaction. *Journal of sports sciences*, 37(3), 268–276.

<https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1495394>

Gjesdal, S., Stenling, A., Solstad, B. E., & Ommundsen, Y. (2019). A study of coach-team perceptual distance concerning the coach-created motivational climate in youth sport.

Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 29(1), 132–143.

<https://doi.org/10.1111/sms.13306>

García Calvo, T., Cervelló, E., Jiménez, R., Iglesias, D., & Moreno Murcia, J. A. (2010).

Using self-determination theory to explain sport persistence and dropout in adolescent

athletes. *The Spanish journal of psychology*, 13(2), 677–684.

<https://doi.org/10.1017/s1138741600002341>

Hwang, S., Machida, M., & Choi, Y. (2017). The effect of peer interaction on sport confidence and achievement goal orientation in youth sport. *Social Behavior and Personality*, 45(6), 1007–1018. <https://doi.org/10.2224/sbp.6149>

Høigaard, R., & Ommundsen, Y. (2007). Perceived social loafing and anticipated effort reduction among young football (soccer) players: An achievement goal perspective. *Psychological Reports*, 100(3), 857–875. <https://doi.org/10.2466/pr0.100.3.857-875>

Iglesias-Martínez, E., Rocés-García, J., & Méndez-Alonso, D. (2021). Predictive Strength of Contextual and Personal Variables in Soccer Players' Goal Orientations. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), 9401. <https://doi.org/10.3390/ijerph18179401>

Justesen, L., & Mik-Meyer, N. (2010). *Kvalitative metoder i organisations- og ledelsesstudier*. (1. udgave, 8. oplag). Hans Reitzels Forlag.

Jørgensen, T. M., Gjesdal, S., & Abrahamsen, F. E. (2024). Understanding enjoyment within the context of the children-to-youth sport transition in Norwegian soccer: A mixed methods study. *Psychology of sport and exercise*, 75, 102723. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102723>

Kavussanu M. (2006). Motivational predictors of prosocial and antisocial behaviour in football. *Journal of sports sciences*, 24(6), 575–588. <https://doi.org/10.1080/02640410500190825>

Kremer, J., Walker, G., Moran, A., & Craig, C. (2011). Motivation and Commitment. I Kremer, J., Walker, G., & Moran, A. *Key Concepts in Sport Psychology*. (1st ed.). SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781446288702>

Merrett, C. K., & Tincknell-Smith, A. L. (2018). Theories and Applications of Motivation in Sport, Exercise and Performance. I A. Mugford & J. G. Cremades (Red.), *Sport, exercise, and performance psychology: Theories and applications*. Routledge.

Miller, B. W., Roberts, G. C. & Ommundsen, Y. (2004). Effect of motivational climate on sportpersonship among competitive youth male and female football players. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 2004-06, Vol.14 (3), p.193-202
<https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2003.00320.x>

Moreno, J. A., González-Cutre, D., Sicilia, Á., & Spray, C. M. (2010). Motivation in the exercise setting: Integrating constructs from the approach–avoidance achievement goal framework and self-determination theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(6), 542–550.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.06.003>

Mossman, G. J., & Cronin, L. D. (2019). Life skills development and enjoyment in youth soccer: The importance of parental behaviours. *Journal of Sports Sciences*, 37(8), 850–856.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1530580>

Nielsen, G., Wikman, J. M., Bentsen, P., & Elsborg, P. (2023). *Det gode fodboldmiljø for unge: Forhold i danske fodboldklubber som fremmer unges (12-20 år) trivsel i og fortsættelse med fodbold*. Københavns Universitet & Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse.
https://www.dbu.dk/media/dpeosu51/det-gode-fodboldmiljoe-for-unge_resultater.pdf

Nielsen, G., Wikman, J. M., Appleton, P. R., Bentsen, P., & Elsborg, P. (2024). Predicting adolescents' continuation in club sports: A prospective cohort study of the importance of personal and contextual motivational factors in five sports in Denmark. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 34(4), e14616-n/a. <https://doi.org/10.1111/sms.14616>

Ommundsen, Y., Roberts, G. C., Lemyre, P. N., & Miller, B. W. (2005). Peer relationships in adolescent competitive soccer: associations to perceived motivational climate, achievement goals and perfectionism. *Journal of sports sciences*, 23(9), 977–989.
<https://doi.org/10.1080/02640410500127975>

Pluhar, E., McCracken, C., Griffith, K. L., Christino, M. A., Sugimoto, D., & Meehan, W. P., 3rd (2019). Team Sport Athletes May Be Less Likely To Suffer Anxiety or Depression than Individual Sport Athletes. *Journal of sports science & medicine*, 18(3), 490–496.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6683619/>

Rodrigues, F., Monteiro, D., Matos, R., Jacinto, M., Antunes, R., & Amaro, N. (2024). Exploring the Dynamics of Athletes' Enjoyment and Self-Determined Motivation, and of the Motivational Climate in Youth Football: A Longitudinal Perspective. *Perceptual and motor skills*, 131(2), 551–567. <https://doi.org/10.1177/00315125231222152>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.

https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_SDT.pdf

Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. (2013). The Importance of Parents' Behavior in their Children's Enjoyment and Amotivation in Sports. *Journal of human kinetics*, 36, 169–177. <https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0017>

Sevil-Serrano, J., Abós, Á., Diloy-Peña, S., Egea, P. L., & García-González, L. (2021). The Influence of the Coach's Autonomy Support and Controlling Behaviours on Motivation and Sport Commitment of Youth Soccer Players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16), 8699. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168699>

Smith, N., Quested, E., Appleton, P. R., & Duda, J. L. (2016). Observing the coach-created motivational environment across training and competition in youth sport. *Journal of Sports Sciences*, 35(2), 149–158. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1159714>

Verardi, C. E. L., Freitas, V. D. L., Maffei, W. S., Hirota, V. B., & De Marco, A. (2016). Sports performance: a reflection on the start-up and the development of Brazilian soccer players. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(2), 297–297.

<https://doi.org/10.7752/jpes.2016.02047>

Zuber, C., & Conzelmann, A. (2013). The impact of the achievement motive on athletic performance in adolescent football players. *European journal of sport science*, 14(5), 475–483. <https://doi.org/10.1080/17461391.2013.837513>

Zuber, C., Zibung, M., & Conzelmann, A. (2015). Motivational patterns as an instrument for predicting success in promising young football players. *Journal of sports sciences*, 33(2), 160–168. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.928827>

Zwolinsky, S., Kime, N., Pringle, A., Robertson, S., & McKenna, J. (2018). Designing programmes of physical activity through sport: Learning from a widening participation intervention, “City of Football”. *BMC Public Health*, 18(1), 1142. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6049-6>