

Stig Arve Sæther og Rune Høigaard (red.)

TOPPIDRETT I SKANDINAVIA

En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi
om utviklings- og prestasjonsmiljø



**Toppidrett i Skandinavia:
En samfunnsvitenskapelig
forskningsantologi om
utviklings- og prestasjonsmiljø**

Stig Arve Sæther og Rune Høigaard (red.)

Toppidrett i Skandinavia

*En samfunnsvitenskapelig
forskningsantologi om utviklings-
og prestasjonsmiljø*

CAPPELEN DAMM FORSKNING

Utgivelsesår: 2026

1. utgave

© 2026 Stig Arve Sæther, Rune Høigaard, Frank Eirik Abrahamsen, Filip Andersson, Nils Petter Aspvik, Max Bergström, Lars Bjørke, Christian Thue Bjørndal, Per Göran (PG) Fahlström, Josefine Frøshaug, Siv Gjesdal, Henrik Gustafsson, Silje Caroline, Per Øystein Hansen, Dag Vidar Hanstad, Tommy Haugen, Vetle B. Hedegart, Kristoffer Henriksen, Erik Hofseth, Vigdis Holmeset, Frederik Hjørnholm Kreuzfeldt, Elsa Kristiansen, Carsten Hvid Larsen, Kent Lindahl, Lukas Linnér, Ingar Mehus, Klaus Nielsen, Claes Nyberg, Lars Tore Ronglan, Brage Kampenhaus Rødal, Milla Saarinen, Kristian Kjølstad Sigvartsen, Lage Sofienlund, Gaute Schei, Guro Strøm Solli, Trine Stensrud, Silje Storaas, Louise Kamuk Storm, Rasmus K. Storm, Tor Söderström, Stefan Wagnsson og Marie Loka Øydna.

Bokens design og sats: © 2026 Cappelen Damm AS.

Dette verket omfattes av bestemmelsene i *Lov om opphavsretten til åndsverk m.v.* av 1961. Verket utgis Open Access under betingelsene i Creative Commons-lisensen CC-BY-NC-ND 4.0. Denne tillater tredjepart å kopiere, distribuere og spre verket i hvilket som helst medium eller format, under betingelse av at korrekt kreditering og en lenke til lisensen er oppgitt, og at man indikerer om endringer er blitt gjort. Tredjepart kan gjøre dette på enhver rimelig måte, men uten at det kan forstås slik at lisensgiver bifaller tredjepart eller tredjeparts bruk av verket. Materialet kan ikke benyttes til kommersielle formål. Dersom tredjepart remixer, bearbeider eller bygger på materialet, kan ikke det endrede materialet distribueres. Enhver bruk av hele eller deler av verket som input eller som treningskorpus i generative modeller som kan skape tekst, bilder, film, lyd eller annet innhold og uttrykk, er ikke tillatt uten særskilt avtale med rettighetshaverne. Lisensvilkår: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.no>

ISBN heftet utgave: 9788202916046
ISBN PDF: 9788202895983
ISBN EPUB: 9788202919788
ISBN HTML: 9788202919795
ISBN XML: 9788202919818
DOI: <https://doi.org/10.23865/cdf.282>



Dette er en fagfelleverdert antologi.

Cappelen Damm Forskning er redaksjonen for åpen forskningspublisering i Cappelen Damm Akademisk.

Omslagsdesign: Carine Fløystad, Cappelen Damm AS
Cappelen Damm Forskning
forskning@cappelendamm.no

Innhold

Introduksjon: Toppidrett i Skandinavia	9
Kapittel 1 Elite Sport in the Nordic Countries: A Comparative Analysis of Denmark, Finland, Norway, and Sweden	15
<i>Klaus Nielsen & Rasmus K. Storm</i>	
Kapittel 2 Organisasjonsutvikling i toppidretten: Storhamar-prosjektet	51
<i>Per Øystein Hansen & Lars Bjørke</i>	
Kapittel 3 Mellom frivillighet og profesjonalisering: talentutvikling i den norske idrettsmodellen	71
<i>Christian Thue Bjørndal & Lars Tore Ronglan</i>	
Kapittel 4 Norsk treningskunst: et innblikk i topptrenernes rolle. En scoping review	91
<i>Frank Abrahamsen</i>	
Kapittel 5 Én stor familie: et high-performance-miljø i dansk håndbold	111
<i>Frederik Hjørnholm Kreuzfeldt, Carsten Hvid Larsen, Louise Kamuk Storm & Kristoffer Henriksen</i>	
Kapittel 6 Talentutvikling i breddeklubb: ett guttelag – åtte proffkontrakter	131
<i>Dag Vidar Hanstad</i>	
Kapittel 7 Kultur for suksess: en kvalitativ studie av etablering og opprettholdelse av prestasjonskultur i skandinavisk toppfotball	153
<i>Kristian Sigvartsen</i>	
Kapittel 8 Idrotts-gymnasier som talangutvecklingsmiljö – utmaningar och möjligheter	175
<i>Henrik Gustafsson, Filip Andersson, Claes Nyberg, Per Göran (PG) Fahlström & Stefan Wagnsson</i>	

Kapittel 9 Utvecklingsmiljöer för dubbla karriärer i Sverige – från internationell forskning till nationella riktlinjer och praktiskt arbete om elitidrott och studier	201
<i>Lukas Linnér & Kent Lindahl</i>	
Kapittel 10 Fra plan til handling på et toppidrettsgymnas med historisk gode resultater: treneres og utøveres opplevelser av handlinger og relasjoner	221
<i>Frank Abrahamsen, Josefine Frøshaug, Stig Arve Sæther & Nils Petter Aspvik</i>	
Kapittel 11 Mellom idrett og utdanning: elevers trivsel, helse og pedagogiske utfordringer på norske idrettsungdomsskoler	247
<i>Christian Thue Bjørndal, Milla Saarinen, Marie Loka Øydna & Siv Gjesdal</i>	
Kapittel 12 Kohesjon i landslag – fra et spillerperspektiv	271
<i>Rune Høigaard, Brian Eriksson, Vetle B. Hedegart, Stig Arve Sæther & Tommy Haugen</i>	
Kapittel 13 Kommunikasjon av smerter blant aldersbestemte landslagsutøvere i håndball og ishockey	291
<i>Nils Petter Aspvik, Ingar Mehus & Stig Arve Sæther</i>	
Kapittel 14 Utvikling av robuste kvinnelige håndballspillere: mestring av overgangen til elitenivå	315
<i>Elsa Kristiansen, Trine Stensrud & Vigdis Holmeset</i>	
Kapittel 15 Vägarna till elitfotboll. En studie av svenska damelitfotballspelares utvecklingsvägar	339
<i>Tor Söderström</i>	
Kapittel 16 Teampsykologi i eliteidrett: teamoptimalisering – prestasjon og resiliens	363
<i>Rune Høigaard, Erik Hofseth & Gaute Schei</i>	
Kapittel 17 Psykologisk trygghet i et eliteserielag i håndball	387
<i>Silje Caroline Ravneng Hagen, Stig Arve Sæther & Rune Høigaard</i>	

Kapittel 18 Konnerud IL – en breddeklubb med et eliteteam i langrenn 405

*Elsa Kristiansen, Brage Kampenhaus Rødal,
Lage Sofienlund & Rune Høigaard*

Kapittel 19 «Det er jo et sjokk å komme til seniornivået»: kvinnelige eliteutøveres opplevelser av utviklingsmuligheter i starten av seniorkarrieren i langrenn 423

Silje Storaå, Max Bergström, Guro Strøm Solli & Stig Arve Sæther

Introduksjon: Toppidrett i Skandinavia

Skandinavisk idrett har en lang historie med internasjonal sportslig suksess til tross for et relativt lavt befolkningstall. Nettstedet greatestsportingnations.com rapporterer årlig hvordan ulike nasjoner presterer i toppidretten på tvers av flesteparten av idrettene som konkurreres på verdensbasis. Deres statistikk viser at alle de Skandinaviske landene har vært blant de 10 bestene toppidrettsnasjonene de siste fem årene med utgangspunkt i befolkningsgrunnlaget (www.greatestsportingnations.com). Det å beskrive og kvantifisere skandinavisk toppidrett er imidlertid utfordrende fordi bredden og variasjonen i resultater, fokus og tradisjoner er relativt stor mellom landene. Det er også slik at det innfor enkelte idretter i de ulike landene kan stabiliteten i internasjonal suksess variere. For eksempel hadde dansk fotball og svensk tennis i årene før og rett etter 2000 en formidabel suksess. Når det gjelder herrelandslaget i håndball i Danmark og kvinne landslaget håndball i Norge har de vært verdensledende over de siste to tiårene. I vinteridrett har både Norge og Sverige lange tradisjoner og en suksessfull historie. For eksempel ble Norge beste nasjon i de olympiske vinterlekene i Milano Cortina i år (41 medaljer, 18 gull, 12 sølv og 11 bronse) og Sverige ble nr. 7 (18 medaljer, 8 gull, 6 sølv og 4 bronse) (<https://www.olympics.com/en/olympic-games/olympic-medals>).

Til tross for noen forskjeller mellom de Skandinaviske landenes toppidrettsprestasjoner, har de likevel noen fellestrekk i form av deres verdi-baserte tilnærming, utøversentrerte fokus og vektleggingen av allsidighet og inkludering i barne- og ungdomsidretten. Et annet fellestrekk er at idrettsforbundene og særforbundene har hatt betydelig fokus på kompetanse, kompetanseutvikling og kompetansedeling i arbeidet som gjøres. Dette kan også sees i sammenheng med sterke akademiske utdanningsinstitusjoner i Skandinavia knyttet til idrett og fysisk aktivitet. De akademiske institusjonene bidrar med kunnskapsutvikling og kunnskapsformidling i samarbeid med praksisfeltet, noe som er godt dokumentert i vitenskapelige arbeider og integrert i trener og lederutdanning.

I denne antologien har vi invitert forskere ved ulike utdanningsinstitusjoner til å presentere samfunnsvitenskapelig forskning og utviklingsarbeid innenfor toppidrettskonteksten i Skandinavia. Hensikt er å få fram ulike samfunnsvitenskapelig perspektiver og empirisk arbeid fra Skandinavisk toppidrett og utviklingsmiljø. Mangfoldet og variasjonen i Skandinavisk toppidrett gjenspeiler også de ulike bidragene og vi har valgt å presenter de som en collage av empiriske arbeider som til sammen kjennetegner noe av toppidretten i Skandinavia.

I kapittel 1, *Elite Sport in the Nordic Countries: A Comparative Analysis of Denmark, Norway, Finland, and Sweden* av Rasmus Storm og Klaus Nielsen fra idrettens analyseinstitutt sammenligner de dagens eliteidrettssystemer i Danmark, Finland, Norge og Sverige, og peker på likheter, forskjeller og nyere trender.

I kapittel 2, *Organisasjonsutvikling i toppidretten: Storhamar-prosjektet* av Per Øystein Hansen og Lars Bjerke Hansen fra Universitetet i Innlandet har de gjennom et aksjonsforskningsprosjekt i Storhamar Håndball blant annet påpekt at spenningen mellom frivillighet og profesjonalisering sterkt påvirker klubbens utvikling.

I kapittel 3, *Mellom frivillighet og profesjonalisering: talentutvikling i den norske idrettsmodellen* av Christian Thue Bjørndal og Lars Tore Ronglan fra Norges idrettshøgskole, beskriver de hvordan tidlig seleksjon, lineære utviklingsmodeller og standardiserte tester har begrenset evne til å forutsi senior suksess, mens den desentraliserte norske modellen gir fleksibilitet, men også koordineringsutfordringer og ulikhet. De fremhever at talent er et relasjonelt og praksisbasert fenomen.

I kapittel 4, *Norsk treningskunst: et innblikk i topptrenernes rolle. En scoping review* av Frank Abrahamsen fra Norges idrettshøgskole, beskrives særtrekk ved eliteidrettstrenereollen i Norge, med vekt på kulturelle og organisatoriske forhold. Studien fremhever at norsk coaching preges av en egalitær, utviklingsorientert og mentorbasert tilnærming, påvirket av nasjonale verdier.

I kapittel 5, *En stor familie: Et high-performance-miljø i dansk håndbold* av Frederik Hjørnholm Kreuzfeldt, Carsten Hvid Larsen, Louise Kamuk Storm og Kristoffer Henriksen fra Syddansk Universitet, viser de gjennom en case studie av en elitehåndball klubb hvordan klubbens lederstil preges av direktørens fokus på spilleres trivsel og lokal forankring, men prioriterer kortsiktige resultater framfor langsiktig spillerutvikling.

I kapittel 6, *Talentutvikling i breddeklubb: ett guttelag – åtte proff-kontrakt* av Dag Vidar Hanstad fra Norges idrettshøgskole, viser han gjennom en longitudinell case design hvordan utfordringene mellom elite og bredde satsning i en breddefotballklubb. Trenere, et privat akademi, og lagkamerater og en sterk lagskultur fremheves som sentralt for suksessen.

I kapittel 7, *Kultur for suksess: en kvalitativ studie av etablering og opprettholdelse av prestasjonskultur i skandinavisk toppfotball* av Kristian Sigvartsen ved Nord universitet undersøker forfatteren hvilke kulturelle elementer som former prestasjonskulturen i to skandinaviske eliteklubber og hvordan disse etableres og opprettholdes. Schein's kulturforståelse benyttes og analysen at formelle verdier må kommuniseres og tilpasses gjennom alle nivåer, og *kulturelle arkitekter* spiller en nøkkelrolle i å forankre og formidle verdiene.

I kapittel 8, *Idrottsgymnasier som talangutvecklingsmiljö – utmaningar och möjligheter* av Henrik Gustafsson fra Karlstads universitet og Norges idrettshøgskole, Claes Nyberg og Stefan Wagnsson fra Karlstads universitet, gir forfatterne en oversikt over Sveriges videregående idrettsprogrammer, deres historie og politiske bakgrunn, og peker på utfordringer som tidlig spesialisering, sosioøkonomisk skjevhet, relativ alderseffekt og kompleks talentidentifisering.

I kapittel 9, *Utvecklingsmiljöer för dubbla karriärer i Sverige – från internationell forskning till nationella riktlinjer och praktiskt arbete om elitidrott och studier* av Lukas Linnér fra Högskolan i Halmstad og Kent Lindahl, fra Riksidrottsförbundet, beskriver forfatterne hvordan dual career development environments som en sentral del av Sveriges elitesportsystem, oppsummerer forskningsmodeller og suksessfaktorer, og viser hvordan dette har ført til nasjonale retningslinjer for universiteter og elitevennlige utdanningsinstitusjoner.

I kapittel 10, *Fra plan til handling på et toppidrettsgymnas med historisk gode resultater: treneres og utøveres opplevelser av handlinger og relasjoner* av Josefine Frøshaug og Frank Abrahamsen fra Norges idrettshøgskole og Nils Petter Aspvik og Stig Arve Sæther fra Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, undersøkes treneres, lederes og toppidrettsgymnaselever erfaringer og perspektiver i et utviklingsmiljø over tre tiår. Informantene påpekte at et helhetlig og støttende miljø, som prioriterer prestasjon og personlig utvikling er avgjørende for utviklingen og suksessen.

I kapittel 11, *Mellom idrett og utdanning: elevers trivsel, helse og pedagogiske utfordringer på norske idrettsungdomsskoler* av Christian Thue Bjørndal, Milla Saarinen, Marie Loka Øydna og Siv Gjesdal fra Norges idrettshøgskole, fokuserer de på læring, trivsel og utvikling ved spesialiserte idrettsungdomsskoler i Norge. Undersøkelsene viser at idrettselevne ofte rapporterer høy livskvalitet, selv om mange elever også opplever psykisk stress, lav selvtillit og utbrenthet, spesielt blant jenter og eldre elever.

I kapittel 12, *Kohesjon i landslag – fra et spillerperspektiv* av Rune Høigaard, Brian Eriksson, Vetle B. Hedegart og Tommy Haugen fra Universitetet i Agder og Stig Arve Sæther ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, intervjues sju tidligere landslagsspillere i fotball og håndball om kohesjon i landslaget. Resultatene viser at spillerne beskriver kohesjon som avgjørende for trivsel og prestasjon. De beskriver kohesjon som et flerdimensjonalt fenomen, bestående av: Struktur, prestisje, psykologisk trygghet og tilhørighet.

I kapittel 13, *Kommunikasjon av smerte blant aldersbestemte landslagssutøvere i håndball og ishockey* av Nils Petter Aspvik, Ingar Mehus og Stig Arve Sæther, fra Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, presenteres resultatene fra en kvantitativ studie som undersøker aldersbestemte landslagsspillere (13–18 år) i håndball og ishockey villighet til å melde fra om smerte før trening og konkurranse. Funnene viste at omtrent 30 % rapporterte at de ikke sa fra om smerter til treneren og høy grad av perfektionistisk-bekymring øker risikoen for å ikke si fra når en opplever smerte. Videre visere resultatene at å være mestringsorientert øker sannsynligheten for å kommunisere helseproblemer.

I kapittel 14, *Utvikling av robuste kvinnelige håndballspillere: mestring av overgangen til elitenivå* av Elsa Kristiansen, Universitetet i Sørøst-Norge, Trine Stensrud fra Norges idrettshøgskole og Vigdis Holmeset, fra Norges Håndballforbund, intervjues tre norske gullmedaljevinnere i håndball fra Paris OL 2024 og tre trenere om utøvernes overgang fra videregående til eliteserie og landslag. Resultatene viser at suksess krever individuelle valg, gradvis økt belastning, utvikling av robusthet (fysisk og psykisk), god kommunikasjon og tillit til trener, samt glede og tilstrekkelig restitusjon.

I kapittel 15, *Vägarna till elitfotboll. En studie av svenska damelitfotbollspelares utvecklingsvägar* av Tor Söderström fra Umeå universitet, kartlegges veiene til eliten for 142 svenske kvinnelige fotballspillere (Allsvenskan og

Elitettan) og deres erfaringer med miljø og ledere i barne- og ungdomsidretten. Resultatene viser geografiske ulike mønstre, hvor flest spiller kommer sørfra i Sverige. Videre beskrives det både funksjonelle praksiser og dysfunksjonelle praksiser i spillernes utviklingsløp og det de konkluderer ned å presisere at det finnes ulike veier fører til elitespill.

I kapittel 16, *Teampsykologi i eliteidrett: teamoptimalisering – prestasjon og resiliens* av Rune Høigaard fra Universitetet i Agder, Erik Hofseth fra MentalMomentum og Gaute Schei, fra Viking Fotballklubb, beskrives kortvarige, psykologiske ferdighetsintervensjoner for å optimalisere teamdynamikken. Ferdighetsintervensjonene er prøvd ut på tre elitelag. Evaluering fra trenere viser at klare verdier, kontinuerlig arbeid med kohesjon og strukturert samarbeid forbedrer kommunikasjon, samarbeid og evne til å håndtere utfordringer.

I kapittel 17, *Psykologisk trygghet i et eliteserielag i håndball* av Silje Caroline Ravneng Hagen fra Universitetet i Sørøst-Norge, Stig Arve Sæther fra Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet og Rune Høigaard fra Universitetet i Agder og Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, undersøkes psykologisk trygghet i et kvinnelige elitehåndball lag. Resultatene viser at psykologisk trygghet i et håndball team innebærer at en kan teste nye ting, gjøre feil, si sin mening og be om hjelp uten å bli «straffet».

I kapittel 18, *Konnerud IL – en breddeklubb med et eliteteam i langrenn* av Elsa Kristiansen fra Universitetet i Sørøst-Norge, Brage Kampenhaus Rødal og Lage Sofienlund fra Konnerud Idrettslag og Rune Høigaard fra Universitetet i Agder og Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, undersøker de Konnerud IL som først og fremst er et breddeidrettslag, men som har etablert en prestasjonscelle i langrenn. Kjernen i prestasjonscellen er kvalitet på trening, fellesskap, enkelhet, glede og kjærlighet. Informantene fremhever betydningen av det som benevnes som likemannslære og mesterlære for å sikre høy treningskvalitet. Sentralt i kulturbyggingen fremheves ledelsen de frivillige og ikke minst innsatsen og ydmykheten i treningsgruppa.

I kapittel 19, «*Det er jo et sjokk å komme til seniornivået*»: *kvinnelige eliteutøveres opplevelser av utviklingsmuligheter i starten av seniorkarrieren i langrenn* av Silje Storaas, Max Bergström og Stig Arve Sæther fra Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet og Guro Strøm Solli fra Nord universitet, intervjues 14 norske kvinnelige langrennsløpere om deres overgang til seniorkarriere. Et av hovedfunnene var at få kvinner i treningsgruppen/

utviklingsmiljøet hadde en negativ påvirkning på treningskvaliteten og motivasjonen til utøverne. Flere utøvere fremhevet at skulle ha vært mer tålmodige tidlig i seniorkarrieren og ikke så ivrig etter kortsiktige resultatet. Å kombinere idrett med høyere utdanning (dual career) ble oppfattet som positivt for sportslig utvikling, fremtidige karrieremuligheter og økonomisk trygghet.

Intensjon med boken har vært å få frem forskeres perspektiver på Skandinavisk toppidrett som et bidrag til økt forståelse og kunnskap om toppidretten i Skandinavia. Vi er av den oppfatning at den bredde og dybde som de ulike bidragene representerer gjør at vi mener at vi har lykket. Vi tror også at den kunnskapsutviklingen som bidragene representerer vil være viktige i det videre arbeidet med å ivareta og videreutvikle en sunn og bærekraftig toppidrett i Skandinavia.

Avslutningsvis vil vi takk alle bidragsyterne i denne boken for deres flotte bidrag, og ikke minst alle utøvere, trenere og ledere som har deltatt i forskningsprosjektene som kapitlene er basert på. Utvikling av en forskningsantologi er som utøver- og trenerutvikling, det er en krevende prosess som tar lang tid. Men som forskningen i denne boken viser, er denne prosessen avgjørende for resultatet for begge.

God lesning!

Stig Arve Sæther og Rune Høigaard
Trondheim, april 2026

KAPITTEL 1

Elite Sport in the Nordic Countries: A Comparative Analysis of Denmark, Finland, Norway, and Sweden

Klaus Nielsen Birkbeck, University of London, United Kingdom

Rasmus K. Storm Danish Institute for Sports Studies, Denmark & NTNU Business School, Norway

Abstract: Elite sport in the Nordic countries is embedded in the distinct cultural, social, and political context of the Nordic welfare states. This explains the similarities of the historical development path of elite sport in each of the four countries, including the role of voluntary activities in local clubs, mass participation, and easy access to state-supported sports facilities. However, since the 1970s, substantial divergence has emerged. Currently, there are major differences in the way elite sport is organised in Denmark, Finland, Norway and Sweden, respectively, although there have recently been signs of tentative convergence. This chapter deals with these similarities and differences and the recent trends. The historical development of each system is outlined, and the current characteristics of the four systems are compared according to several relevant variables.

Keywords: elite sport systems, Nordic countries, performance, organisational differences

Introduction

The Nordic countries are similar in many aspects, sharing egalitarian norms, democratic values, societal structure and cultural traits (Brandal et al., 2013; Christiansen et al., 2006; Esping-Andersen, 1990a). The elite sport systems are embedded in this societal context and have important common elements (Andersen & Ronglan, 2011). In all four countries, voluntary activities in local clubs constitute the foundation, and neither commercial sports activities nor university-based sports are as important as in many other countries. Public authorities support the clubs financially, and local governments provide facilities which are mostly community-based. The sports movement developed as part of the welfare state and is deeply rooted in egalitarian values. In elite sports, the ideal of amateurism was unchallenged and prevailed longer than elsewhere.

However, these commonalities do not mean that the organisational forms are similar. Since the 1970s, each nation has taken its specific path, developing its specificities within the distinct Nordic cultural, social and political setting. The current differences are striking. This is well described in Andersen and Ronglan (2011, p. 11):

Sweden has over the last decades had the most stable overall structures within the domain of sport. ... (In) Finland the elite sport system has become increasingly fragmented. In contrast, Norway has developed the most centralised elite sport system... In Denmark, we find a state institution for elite sport supported by special legislation. In the other countries, the state keeps an arm's length distance.

Andersen and Ronglan also observe that the emergent characteristics of each elite sport system “often runs counter to dominant patterns of political and societal organisations within each country”.

This is a description of the situation in the early 2010s. The situation is still more or less the same. However, the differences are likely to become smaller because of recent changes/planned changes in Sweden and Finland, which have adopted or plan to adopt elements of the Norwegian and Danish systems. The recent tentative convergence has been partly initiated by the relative improvement of international elite sport performance in Norway, Denmark, and other countries with a similar unified and centralised model compared to Sweden, Finland, and other countries with a more segmented, decentralised structure.

This chapter outlines the differences and commonalities among the elite sport systems in the four Nordic countries. First, there is a brief description of the main features of the systems and the way they have emerged and developed in Denmark, Finland, Norway and Sweden, respectively. This is followed by a Nordic comparison organised in a matrix that summarises the main differences/commonalities in relation to relevant dimensions. The concluding section summarises the main commonalities and differences.

Data and methodology

This contribution is mainly based on previous work on the Nordic elite sport systems by the authors. This includes comprehensive reports of the Finnish and Swedish systems, commissioned by the Finnish Ministry of Culture and Education, and the Swedish Research Council for Sport Science (on behalf of the Swedish Government), respectively (Storm et al., 2024; Storm & Nielsen, 2022). The reports were based on interviews with a multitude of stakeholders, visits to relevant locations in addition to desk research. In addition, both authors have in-depth knowledge of the Danish elite sport system as evidenced by several publications by the Danish Institute of Sports Studies (e.g. Nielsen & Storm, 2023; Storm et al., 2016; Storm & Nielsen, 2010).¹ This is supplemented by inclusion of relevant literature about the Norwegian elite sport system, in particular.²

The purpose of this study is to contribute to an overall comparison of the Nordic systems from a historical perspective based on a summary of each system's main characteristics. The contribution covers a lot of ground, and it is not possible to provide extensive evidence within the constraints of a brief chapter, so there are relatively few references and footnotes. Readers are referred to the reports listed above for more detailed evidence.

The comparison of the four Nordic elite sport systems follows the logic of the evaluation scheme developed by the SPLISS-project (De Bosscher et al., 2015) consisting of nine pillars representing the main dimensions of elite sport policy.³ However, the model has limitations in this context, and

1 See also: <https://www.idan.dk/media/>

2 The information about Norway is based mainly on Andersen (2012), Goksøyr & Hanstad (2012); Sandner (2015, 2018, 2023); Skadborg (2023) and Stensbøl (2010).

3 P1: Financial support; P2: Sport policies and structures; P3: Participation in sport; P4: Talent identification and development system, P5: Athletic and post-career support; P6: Training facilities; P7: Coaching provision and coach development; P8: International competition; P9: Scientific research.

other factors representing the cultural and social context supplement the pillars of the SPLISS model.

Denmark

Danish elite sport was until recently relatively unsuccessful in international competitions compared to the other Nordic countries. Denmark has never been a superpower in sports, as Sweden and Finland previously were in summer sports, and Norway and Sweden continues to be in winter sports. That said, sport for all has a strong tradition in Denmark, pioneering the development of gymnastics as part of a healthy lifestyle, performance excellence in team gymnastics, and engaging in sports activities in folk high schools.

The expansion of welfare state services in the 1970s led to a boom in building freely accessible facilities and activity-based financial support of sports clubs. High sports participation and the many new facilities provided good foundations for elite sports, and part of the subsidies for the sports federation went to the elite. However, until the 1980s, there was no dedicated financial support for elite sport. The organisation of sports was segmented in Denmark. In addition to the National Olympic Committee, there was not one but four umbrella organisations. Whereas the Sports Confederation of Denmark (DIF) covered both grassroots sport and elite sport, the other three organisations only covered the former (Hansen, 2012, pp. 44–47). This limited the available resources for elite sport. In addition, Denmark was one of the countries where amateurism as an ideal was strongest, which further hampered the competitiveness of Danish elite sport.

This changed radically in the 1980s. The crucial turning point was the legislation of the Elite Sport Act in 1984. The Act introduced a new independent state organisation, Team Danmark with formal responsibility for elite sport development as well as new binding criteria for the way the organisation should implement elite sport policy. The activities of Team Danmark received separate governmental funding.

The declining competitiveness of Danish elite sport, as evidenced, for instance, by poor results in the Olympic Games (only four medals in total in the two Summer Olympics in the 1970s), was partly what motivated the new legislation. Still, the aim of improving the international competitiveness of Danish athletes did not play a major role in the process that led the Parliament to introduce the Elite Sport Act. It was rather welfare

state-related concerns for athletes related to the increasing professionalisation and other trends in modern elite sport. The act involved financial support for top athletes linked to a dual career requirement that involved taking formal education alongside the elite sport career as a requirement for support.

It also included a 15-year age limit for granting support, as well as restrictions on support to sports with specific problematic practices (e.g., gymnastics and weightlifting). It was, to a large extent, the overall aim that support for elite sport should be socially and culturally responsible that galvanised support from politicians who had previously shown no interest and even hostility towards elite sport. In other words, the new law represented an extension of the social democratic welfare state even if it formally broke with deep-rooted egalitarian principles applied to the domain of sport (Hansen, 2012).

The power granted to an independent organisation was not always welcomed by the Sports Confederation of Denmark (Danmarks Idrætsforbund, DIF), which made several attempts to convince politicians to change Team Danmark's status to become part of DIF.

A protracted and conflictual but eventually successful process by Team Danmark in the 2000s involved making the support model more selective. This involved the identification of a small number of sports federations, which were to be provided with the highest level of support, as well as a less supported second layer of sports, and additional support for individual and promising young athletes in other sports. The new, more targeted approach cut the support for a range of federations that had previously received a share of the money.

In 2004, the Elite Sport Act was revised in a way which reduced the independence of Team Danmark by changing the composition of the board so that half of its members would be appointed by DIF and the other half by the Danish Ministry of Culture. The amendment involved greater state influence. It also secured DIF influence, which it has used in several strategic decisions since then. This has created a more collaborative climate, and since then, there have been no attempts to challenge the operational independence of Team Danmark.

The revision of the Act in 2004 maintained the welfare state-motivated overall principles, although it involved a few other changes including abolishment of the 15-year age limit. At the same time, the revision reflected a "significant change in mentality ... in Denmark, one that was not solely

related to the world of sport or unique to the Danish society” (Hansen, 2012, p. 59).

The Danish welfare model gradually changed in the 1980s. As in the rest of Western Europe, new liberal thinking had become widespread the concept of social equality was pushed into the background. Instead, career processes in which people were paid according to effort and merit became the dominant ideal ... (As a result, support for) elite sport became stronger than ever before. (Hansen, 2012, p. 60)

A minor revision of the Act was introduced in 2021 as a response to media and investigative reports about the abuse and harassment of young female swimmers. The reform allowed athletes and coaches to raise concerns about unacceptable behaviour in elite sport training to a new independent unit. This illustrates that the principle of socially and culturally responsible support functions as a powerful means for raising concerns and implementing changes through a political process. Team Denmark has also developed an Ethical Code of Conduct as a proactive means to counteract the emergence of problematic practices.

The liberal turn of the Danish welfare state can be seen as leading to a stricter focus on international success in daily operations and the rhetoric of Team Denmark (Storm, 2012). Four-year plans, including performance goals, became part of the contracts agreed by the Danish Ministry of Culture and Team Denmark for each Olympic cycle.

However, it has always been a predominant feature in the Danish elite sport model that athletes' welfare is of primary significance alongside international success. Team Denmark has articulated the vision of being the best place in the world for an athlete to play elite sport. Further, in its strategy for 2025–2028, the explicit focus is to optimise not only the conditions for sporting success but also the athletes' development as harmonious human beings (education, mentoring, life balance). Further, strategic priorities are an ethical and supportive environment across elite sport, and professionalisation of coach development and support for the transition from youth to elite.

Finland

In all the Nordic countries, the sports movement was segmented into class-based organisations in the first half of the 20th century. Finland is the only Nordic country where this was still the case until recently. The

split between the Finnish Workers' Sports Federation and the 'bourgeois' Finnish Central Sports Organisation did not hinder the participation of the best Finnish athletes in the Olympic Games, but cooperation was sparse in other respects. The differences have faded, and the working-class association is now part of Finland's unitary confederation of sports federations as in the other Nordic countries. Still, the organisational structure remains complex, with many stakeholders and organisations operating independently. The overall structure is unsettled and fragmented.

Finland did not become an independent nation-state until after World War I, followed by a disastrous civil war. Elite sport functioned as an instrument to foster a national identity and had a high level of legitimacy in the following decades. Finland was one of the most successful nations in the Olympics (both Summer and Winter Games) until the 1950s. Meanwhile, public policy became more and more oriented towards mass participation.

The Sport Act of 1979 created the foundation for an increased distribution of government funding to the sports movement as well as massive construction of new sports facilities. Elite sport was given less priority, and the economic crisis following the breakdown of the Soviet Union made the situation worse.

In 1992, the Finnish Central Sports Organisation went bankrupt, and organisational confusion prevailed for some years. Finnish elite sport suffered another blow when a doping scandal at World Championships in Nordic Skiing in Lahti in 2002 had long-lasting negative legitimacy impacts. Private funding through sponsorship almost dried up as a result which further reduced the economic resources available for elite sport. Then, the funding crisis and organisational failure prompted a break with the arm's length principle. During this period, the role of the state increased in Finnish sport. According to Mäkinen et al. (2019) tensions and conflicts in sport shifted from being politically rooted in class and language-based divisions (and the organisations representing them) to becoming embedded within state administration. The state and government apparatus began setting the objectives and priorities, while the main sports organisations lost influence and no longer played a leading role. The structure around 2010 is described in Andersen and Ronglan (2011):

... the current confederation, TUC, established in the mid-1990s, is weak in terms of authority and operational responsibilities. It mainly provides services for individual sports associations. The overall tendency is towards more autonomy for increasingly

specialised independent sports associations that include both competitive and recreational activities. The National Olympic Committee is independent and has a limited role in ongoing elite development. (Andersen & Ronglan, 2011, p. 21)

In the late 2000s, there was a push to modernise the Finnish sports system. Historically, public funding has been the most significant financial contributor to sport. The increasing demand for activities organised by the market and the organisational fragmentation with many independent organisations and overlapping management procedures, combined with low-performance output in medals, initiated government-led reforms.

In 2010, a dedicated elite sports reform group created by the Finnish Ministry of Culture and Education recommended the formation of an independent elite sports unit entitled 'the High-Performance Unit' (HPU), which was founded in 2013 and positioned inside the Finnish Olympic Committee. After a period with two central sports organisations – the Finnish Olympic Committee (FOC) (including the HPU) and the Finnish Sports Confederation (FSC) – with unclarity concerning their respective roles, the two organisations merged in 2017 under the name of the Finnish Olympic Committee. Since then, six Olympic training centres were selected, a new competence programme was developed, and a sharper prioritisation of the use of funds was introduced.

Following the poor performance of Finnish athletes in the Sommer Olympics in 2024, where Finland failed to win a single medal, there have been several concrete and high-level changes in the governance and strategic direction of elite sport in Finland. The government initiated an official review of the elite sport system in late 2024 which has become a key driver of governance changes. In 2025, the government announced the creation of a new independent expert panel to help the execution of the reforms. The panel is governed by the government and the Finnish Olympic Committee, respectively.

Among the reforms, the following concrete changes have been suggested or planned: sharper performance targets and international benchmarking, bringing external expertise into the otherwise federation-led system, better communication and advocacy across Finnish sport, support for high-potential young athletes outside traditional pathways, and enhanced dual-career support,

The High-Performance Unit has been discontinued and replaced with a 'high-performance sport network' led by the Finnish Olympic Committee.

The network aims to strengthen coaching, leadership and support across the elite sport ecosystem rather than operating as a separate unit, and a new collaborative entity, Team Finland brings together key elite sport stakeholders.

The network model was chosen rather than a separate, independent elite sport organisation as in Norway and Denmark. Already prior to the emergence of the ‘high-performance sport network’, Lehtonen et al. (2021) and Mäkinen (2019) described the emerging Finnish system as a network.

Successful implementation of the new policies is far from guaranteed, and several severe problems have not yet been addressed, but it is evident that much progress has been made in the last decade and especially after 2024. Finland may be moving towards an almost ideal-type example of an elite sport system without a unified structure but instead based on collaboration and coordination within an elaborate network structure.

Norway

Norwegian elite athletes have always been prominent in winter sports, and Norway has recently developed into the world’s most successful winter sports nation. Norway’s international standing in summer sports is at a lower level, but Norwegian athletes have had regular success in many sports, including handball, athletics and cycling. The successes originate from a traditional strength and entrepreneurial efforts within the sports movement in the late 1980s that resulted in an integration of the Norwegian Olympic Committee into the Norwegian Confederation of Sport Federations (NIF) and the development of a unified and centralised elite sport system centred around a new organisation responsible for elite sports, Olympiatoppen.

The emergence of this system happened even if the predominant perception of elite sport was similar to the situation in the other Nordic countries. Elite sport in Norway existed in an environment strongly dominated by values such as amateurism, voluntarism, and grassroots sport, and elite sport had to struggle for its legitimacy similar to the situation in the other Nordic countries. Elite sport gained legitimacy momentarily due to Norway hosting the Olympic Winter Games in 1952. However, no major changes happened until the 1970s and 1980s. A Parliamentary White Paper in 1973 recognised elite sport as an inherent part of sport for all (“*Also the winners belong to ‘all’*”), which opened up for state support for elite sport. From 1978, the National Budget included specific funding for elite sport (scholarships

to top athletes). In the 1970s, various proposals, such as the establishment of a top sports centre, were suggested but rejected by the NIF.

The situation gradually changed, and at least three main factors were instrumental for the establishment of what was called 'the Norwegian model' - including Olympiatoppen - in the late 1980s. First, it was accepted by the sports organisations that Norwegian elite sport had to adapt to the uniform structures and practices that had emerged in all successful countries in modern elite sport, while also maintaining crucial characteristics of the Norwegian model. The acceptance of the necessity of adapting to the realities of elite sport was coupled with efforts to do it in a way that did not diverge from the core ideals of keeping elite sport within the broader sports movement.

Second, the so-called Project 88 was successful in putting focus on the conditions of the athletes with the aim of allowing top athletes to live a normal life and have some security for the future after the end of their sporting careers. This caused a substantial increase in the funds for individual scholarships to athletes.

These two factors were similar to the welfare-state based rationale behind the Danish Elite Sport Act, but the third factor was more predominant and partly unique for Norway. The explicit concern for improving the international performance of its athletes was far more important in Norway. This was partly caused by a sharp decline in the international competitiveness of Norwegian elite sport as evidenced by poor results in the Olympic Games, most dramatically in the Winter Games in 1988, where Norway did not win a single gold medal. IOC's decision to allocate the hosting of the Games in 1994 to Lillehammer further brought home the realisation that something radical had to be done to strengthen the Norwegian elite sport system.

This was realised with financial state support but without legislation and state intervention as in Denmark. The arm's length principle was maintained as NIF and the Norwegian Olympic Committee jointly managed to create a new model (The Olympic Top Sports programme) around a new centre for top sports (Olympiatoppen), which was allocated the overall responsibility for Norwegian elite sport.

Olympiatoppen introduced an until then unseen element of professionalism in the management of elite sport. The focus on the athletes was supplemented with an increasing focus on strengthening the competencies of coaches and leaders. The influence the elected leaders in sports

organisations had on decisions was reduced in favour of decision-making by knowledgeable professionals.

Elite athletes were provided with expert resources, including medical support. Well-equipped training centres became centres not only for training and support but also for knowledge development. Olympiatoppen is located close to the Norwegian School of Sport Sciences (Norges Idrettshøyskole, NIH), which facilitates a continuous flow of knowledge from science to elite sport and vice versa. Competence flow and learning rather than increased flows of money are seen as the main characteristics of this new Norwegian model of elite sport support.

Olympiatoppen used significant resources to apply and develop new competences. In some sports, Norwegian athletes obtained a significant advantage, as for example at ski-preparation and altitude training. [Further, ed.] a joint project with Olympiatoppen and the Norwegian Ski Association generated knowledge regarding altitude level, duration of training camps and intensity of training, etc. ... Such improvements also provided advantages in biathlon. (Goksøyr & Hanstad, 2012, p. 37)

The knowledge obtained through the application of science in one sport spills over to other sports within the centralised cooperation of Olympiatoppen and the Norwegian School of Sport Sciences. The most dominant and unique characteristic of the Norwegian elite sport system is joint learning through such processes aided by a high degree of cooperation and active exchange across sports. Generalist coaches in the programme play a key role by actively challenging and supporting coaches in individual sports. The Olympic Top Sports programme has “transformed a loose and fragmented network into a cluster” (Andersen, 2012, p. 239).

The Norwegian model is not free from conflicts, including power struggles, personality clashes, ‘turf wars’ as well as inter-sport and inter-organisational rivalry that could potentially derail the whole project (Goksøyr & Hanstad, 2012; Stensbøl, 2010). Its success has been accomplished through entrepreneurial joint efforts by leaders in sports organisations. It seems that the role of the leader of Olympiatoppen from 1991 to 2004, Bjarge Stensbøl, was especially important (Sandner, 2015, 2018; Stensbøl, 2010).

While the main tenets of the system have been in place for decades, incremental reform is an ongoing process with continuous evaluation and adaptation of practice. A new development concerns a strategy plan for Olympiatoppen 2022–2028, including 10–15 development projects in

cooperation with the federations and quality assurance of the activities of four to six secondary schools giving priority to sports.

Further, a new organisational structure of Olympiatoppen was enacted in the autumn of 2022. In addition, a more consequential project is the planned establishment in Oslo of a new national training centre, which is intended to significantly improve the capacity, quality of research and expert resources supplied by NIH in cooperation with Olympiatoppen.

The organisation of elite sport diverges radically from mass sport. Operational professionalism takes centre stage in elite sport, whereas bottom-up democratic decision-making characterises the general sports movement. However, the ideals of the mass sport-centered Norwegian sports movement still permeate the way top sport is perceived and legitimised in Norway. For instance, top athletes need to be, or at least appear to be, humble and modest, refraining from extravagance to show that they are part of the people. The top athletes are expected to act appropriately, and a doping scandal as the one that rocked Finnish elite sport for a decade, could be expected to have equally disastrous impacts in Norway.

An incident of the 2025 Nordic World Ski Championship where Norwegian ski jumping suits were alleged to have been manipulated against the rules shows the disruptive potential of a doping scandal. The incident led to suspensions of officials and athletes and the discussion of integrity governance reforms.

Sweden

Historically, Sweden has been the most successful Nordic elite sport system as one of the most successful nations in the Olympic Games with sustained success in major sports such as football, ice hockey, handball, skiing, tennis and golf. Sweden is still doing well, although a declining competitiveness of the Swedish elite sport system is evident, not least in the Nordic comparative context. Denmark is now at level with Sweden in summer sports, and the gap between Norway and Sweden in winter sports has widened significantly. Until recently this decline has not led to major reform efforts. The organisational structure of Swedish elite sport has been stable. Major structural changes, as in the other Nordic countries, have been absent in Sweden.

The sports system in Sweden is a one-pillar umbrella system consisting of all national federations, with mass participation/grassroots sports and

elite sport as part of the same organisation: Swedish Sports Confederation ('Riksidrottsförbundet', or 'RF'). This independent organisation receives significant public funding to cover its activities and redistributes a large part of it to national federations. In addition to funding of the elite sport activities of the federations, RF runs a range of elite sport activities, for example regional training centres and elite sport schools.

Working in parallel with RF – but on elite sport only – the Swedish Olympic Committee (Sveriges Olympiska Kommitté, or 'SOK') prepares and manages the Swedish participation in the Olympic Games, works to develop and keep the Olympic team competitive, and works on talent identification and development. It is an independent organisation with its main funding coming from commercial partnerships. Further, the organisation receives public subsidies to cover costs associated with preparing and sending athletes to the Olympics.

According to Norberg and Sjöblom (2012), up until the 1970s, elite sport development in Sweden was sporadic and mostly taken care of by the federations. In the mid-1980s, SOK took the initiative to coordinate and arrange knowledge transfer between the federations to make experiences in one sport benefit another. Further, regional training centres were established, and RF formulated the first Swedish strategic document on elite sport.

From 2009, increased state funding – lottery money from the Swedish national gambling company ('Svenska Spel') – has further reinforced the established system (Norberg, 2012). Since 2012, there has been no earmarked state-level funding for elite sport in Sweden besides the funds given to national A-team activities, which are directed to SOK via RF. Since then, SOK has run its high-performance programme (the 'Topp och Talang' program) with commercial money only.

Internationally, there is widespread consensus among practitioners (leaders, performance directors, coaches, specialist support providers, athletes) that centralisation, or efficient collaboration that secures the same effects, is what is needed. The Swedish system is not centralised, as SOK, RF, and the sports federations (and similar organisational divisions in the governance of parasports) share responsibilities for elite sport. This would not be a problem if these organisations could collaborate and coordinate activities efficiently.

However, this has so far not been the case. This view is shared among almost all of the interviewed Swedish stakeholders (interviewed for Storm

et al., 2024) who find that the existing organisational structure is not fit for purpose. Almost everybody complains about the ‘double command system’, the lack of clarity, the inefficiencies, and even the ‘turf wars’ between the organisations. Few defend the system, and no one would presumably create such a system if they could start from scratch.

Most successful elite sport systems are governed by independent professional organisations capable of developing and implementing clear criteria for elite sport support in the short term as well as building and nurturing the system for the future. They have clear mandates from either the government or the sports organisations, guaranteeing independence or arm’s length relations. Such structures can be initiated top-down through legislation as in Denmark or bottom-up through cooperation between sports organisations as in Norway, New Zealand, and the Netherlands. Experience has shown that such different paths may lead to similar outcomes.

Apart from organisational dysfunction, the Swedish system also suffers from the lack of resources resulting from a relatively low level of targeted governmental financial support for elite sport – but also because of relatively modest sponsorship funding. With respect to targeted financial support for elite sport, Sweden has fewer resources available than Norway and Denmark. The direct financial support for developing many of the pillars of the elite sport system is relatively low compared to other similar countries. A redistribution of already existing resources may contribute to improving the situation. However, significant increased funding of elite sport in Sweden is crucial if Sweden is to sustain or improve its current level of international competitiveness in elite sports.

It is clear from the evidence collected in Storm et al. (2024) that there is widespread consensus about what is needed. The problem is not where to go, although some of the specifics are of course controversial, but rather how to get there. The path to a successful development of a more fit-for-purpose elite sport system is complicated by various factors in the Swedish context. There are forces of inertia, vested interests, and specific concerns that make it difficult to move from the existing unsatisfactory situation to a better future. There is also a worry that a future organisational solution may clash with the principle of organisational autonomy. The arm’s length principle is strongly embedded in the functioning of voluntary organisations in the Nordic countries, and perhaps strongest in Sweden.

There are other concerns founded on strong ideological norms, which may complicate the development of a suitable elite sport model. Egalitarian norms are strongly embedded in the Swedish welfare state and society. This influences sport in many ways. For instance, it may hinder the implementation of one of the policies that characterise more successful elite sport systems – an allocation of funding, guided by efficiency in relation to explicit performance goals. This involves a level of selectivity towards support for sports with better prospects of success. This runs counter to traditional principles of financial support guided by membership numbers.

Further, the legitimacy of elite sport is contested in Sweden, in contrast to Denmark and Norway. Elite sport success does not seem to matter that much in Sweden compared to most other countries. This is linked to what may be titled ‘lagom’ nationalism (Storm et al., 2024, pp. 35–39).

Recently, however, SOK and RF have taken initiatives to improve the situation. The consensus around #elitidrott2030 is promising. A pledge for increased government funding is linked to an 8-point strategy with better coordination among the main sports confederations (RF, SOK and SPK) and explicit performance goals. Further, government directives in 2025 added specific reporting obligations linked to funding. These are clear steps forward but merely initial steps. Swedish elite sport is undergoing a gradual governance recalibration rather than a major restructuring. It is changing from pure autonomy of the sports organisations towards coordinated autonomy with clearer expectations.

#elitidrott2030 could be the first stage of the development of a system in accordance with the ‘best practice’ organisational features identified by the SPLISS project – a structure that “coordinates activities and collaborates with different partners”. However, many difficult decisions need to be made, and the process can easily be derailed, when entrenched vested interests are challenged.

An overall comparison of the elite sport systems in Finland, Denmark, Norway and Sweden

Table 1 contains a schematic characterisation of elements of the four Nordic elite sport systems. Brief elaborations follow in the subsequent text. The dimensions of the table include the pillars of the SPLISS

model, although it does not follow the sequence listed in footnote 4. Mass (P3) – and the role of voluntary activities – are listed first, as these are the characteristics of the Nordic elite system, that vary mostly from other systems. Among the pillars of the SPLISS model, governance and organisation (P2) and financial support (P1) are presented in more detail than the rest with a number of sub-sections covering various dimensions of these two crucial pillars.

The table includes aspects, which are not part of the SPLISS framework. Most important is the role of culture and tradition, such as egalitarianism and legitimacy in the Nordic context. The lack of consideration of such factors may be seen as a flaw of the SPLISS framework. Another addition to the SPLISS pillars is the role of the performance or the international competitiveness of national elite sport systems. This is important as an impetus to reform of the systems. Further, learning across sports is added as another dimension of elite sport systems. This is linked to the science and research pillar but is added here as a separate dimension of a system, as this is given significant weight in the Nordic countries, especially in Norway.

The text following the table is short and only modestly supported with references to literature. However, it does refer to contributions with ranking of (some of) the Nordic elite sport systems in relation to specific dimensions. This includes the SPLISS project (De Bosscher et al., 2015), which compares Denmark and Finland with 13 other countries in relation to the nine pillars. A far less thorough ‘mini SPLISS ranking’ by the Swedish Sports Confederation (Riksidrottsförbundet [Swedish Sports Confederation], 2020, pp. 45–46)⁴ compares Denmark, Norway and Sweden with other countries in relation to the pillars. In addition to these two studies, there are also references to Skadborg (2023) which includes a comparison of Denmark and Norway to four other countries in relation to some of the same dimensions as the SPLISS study.

The table provides an indication of the status of each of the four Nordic elite sport systems in relation to the various systemic features covered by the table. The indicators (high, medium, low) signal how the systems perform in relation to elite sport systems in other countries.

4 This comparison is sketchy and may suffer from a politically motivated downgrading of Sweden’s ranking in relation to the other countries.

Table 1. Schematic comparison of elite sport systems in Finland, Denmark, Norway, and Sweden

	Finland	Denmark	Norway	Sweden
Main characteristics of sport system				
Role of broad voluntary movement	High	High	High	High
Mass participation	High	High	High	High
Culture and tradition				
Egalitarianism	Medium/high	Medium/high	High	High
Legitimacy of elite sport	Low	Medium/high	High	Medium
'Nationalism'	Medium	Medium	High	Low
Governance and organisation				
Unified centralised structure	Low	High	High	Low
Professionalism and operational autonomy	Medium	High	High	Medium/Low
Cooperation and coordination	Low – but improving	High	High	Low – but improving
Role of the state	High	High/medium	Medium	Low
Autonomy of sports organisations	Low	Medium/high	High	High
Performance and its impacts on reform				
Results/international competitiveness	Low	Medium, increasing	High	Medium, stagnating
Impact of poor results on reform	Low	High	High	Medium
Financial support				
State financial support	Medium	Medium/high	Medium/high	Low
Private sponsorships and donations	Low	Medium/high	Medium/high	Medium/Low
Targeting of support	Low- but increasing	High	Medium/high	Low - but increasing
Performance goals	Yes – but lacks detail and no follow-up	Yes	Yes	Yes – new with flaws
Other pillars of the elite sport system				
Talent recruitment and development	Medium	Medium	Medium/high	Medium/high
Athletes' financial support	Medium	Medium	Medium	Medium/Low
Support of dual careers	Medium, improving	High	High	High
Availability and quality of training facilities	High	Medium/high	High	Medium/high
Location of training facilities	Medium	Low	High	Medium

(Continue)

Table 1. (Continued)

	Finland	Denmark	Norway	Sweden
Coaches and coach development	Low, but improving	Medium/low	Medium/high	Medium/low
Access to national and international competitions	High	High	High	Medium/high
Research, sport science, technology and expert resources	Medium/high	Medium/high	High	Medium
Learning across sports	Medium/low	Medium	High	Medium/low

Mass participation and the voluntary sports movement

The Nordic countries have common features that are unique from other countries. Neither universities nor commercial activities have traditionally played a major role in the organisation of elite sports. The voluntary sports movement with local clubs provides a strong foundation for elite sport, and the Nordic countries excel in relation to mass participation. This is reflected in figures for how often people in different countries play sport. Among European Union member countries, Finland, Sweden, and Denmark clearly have by far the highest shares of the population being active in sports (European Commission, 2022; Rask et al., 2024). Norway is at a similarly high level. This creates a strong foundation for elite sport.

Culture and tradition

In all Nordic countries, the ideal of egalitarianism has an important although weakening impact on the respective elite sport systems. The ideal is central in the social democratic, universal welfare state (Esping-Andersen, 1990a, 1990b). It has historically led to the absolute predominance of mass sport and inherent scepticism towards elite sports.

The predominant egalitarianism created a solid foundation for elite sport success through mass participation, availability of facilities and the ideal of providing equal opportunities to excel in elite sport. However, it hindered, postponed, or weakened the adoption of other means of competing successfully in elite sports.

In recent decades, more liberal versions of the welfare states have gained ground, especially in Denmark and Finland. The legitimacy of elite sports

increased as a result of this development. In all Nordic countries, elite sport has historically struggled to gain legitimacy. In Sweden and especially in Finland, this still has an impact on the development of elite sports. In Norway and Denmark, the legitimacy of elite sport has been high for some time, although adherence to egalitarian norms is still a precondition for legitimacy. This is most evidently so in Norway where the official discourse on elite sport stresses how it is inherently an organic part of the sports movement despite professionalism and practices with very little similarity with grassroots sport.

Public enthusiasm and feelings of pride when a nation's elite athletes perform well are at different levels and take different forms in the four Nordic countries. Such expressions of nationalism are quite moderate in Sweden. You may call this 'lagom nationalism'. It is far more prominent in Norway. This has an impact on government policies and private sponsorships.

Governance and organisation

There are huge differences between Norway and Denmark on the one side, and Sweden and Finland on the other in relation to the current governance and organisation of the elite sport system. Whereas there is a unified structure and a high degree of centralisation in Norway and Denmark, decision-making is decentralised with a segmented organisational structure in Sweden and Finland.

However, during the last decade, Finland, and in recent years also Sweden, have seen a movement towards a substitute to the unified, centralised model with more collaboration and better coordination among the decentralised decision-making units. This involves developing some of the same organisational solutions as in Norway and Denmark through other organisational means.

Professional organisation with operational autonomy

One of the primary characteristics of the most successful elite sport systems is the existence of an operationally autonomous professional organisation with overall responsibility for elite sport strategy, coordination, and allocation of support. The success of organisations such as UK Sport and the Australian Institute of Sport was an early inspiration, and all four Nordic

countries apart from Sweden either have, or previously had, such organisations. Team Danmark (since 1984) and Olympiatoppen (since 1988) are well-established organisations. The High-Performance Unit in Finland was less developed, existed for only a decade and was dismantled as part of a major restructuring in 2025. In Sweden, SOK exercises some of the tasks of an overall strategic organisation with a level of professionalism. However, responsibilities are mostly shared between organisations, and the division of labour is contested.

Professionalism is also encouraged/enforced beyond the elite sport organisation itself. In all four Nordic countries, it is a precondition for the support of the federations, that they have a minimum level of professionalism in place. This is enacted through negotiations around possible support where the federations must provide evidence of professional strategic plans and planned implementation. Team Danmark and Olympiatoppen also demand internal organisational reform in federations as a precondition for receiving support. In small federations, streamlining their ways of organising elite sport is enforced through the employment of at least a full-time sports director and a full-time head coach as a condition for support. The motivation is to ensure a more professional interaction between Team Danmark and the federations⁵. Similar arrangements have recently been initiated in Finland and Sweden.

Cooperation and coordination

It is a crucial precondition for success that the central elite sport organisation can cooperate well with the national confederation of sports federations and the sports federations themselves. These are potentially conflictual relationships. It seems to work best in Norway, partly because of the high general approval rates regarding Olympiatoppen. In Denmark, after two decades of perpetual conflict, a *modus vivendi* was found, when a reform of the composition of the board gave DIF the right to appoint half of its members. Both Finland and Sweden attempt to achieve inter-organisational coordination and cooperation without a central organisation. This has generally been difficult. In Finland, organisational instability and confusion have hampered cooperation and led to zero-sum strategies

⁵ This may have significant impacts. In November 2025, Team Danmark suspended funding to the Danish Taekwondo Federation due to governance and financial concerns and lack of compliance with agreed procedures.

such as separate lobbying for specific state funding. In Sweden, the relationship between SOK and RF has been highly conflictual. In the last decade, the situation has improved in both Sweden and Finland, but relationships are still unsettled.

Role of the state

The role of the state in elite sport varies a lot across the Nordic countries. Denmark is a special case in the sense that Team Danmark is an independent state institution regulated by the Elite Sport Act. In the other Nordic countries, there are arm's length relationships between the state and the sports organisations. The state provides financial support but does not interfere. The Danish Ministry of Culture appoints half of the members of the board of Team Danmark including the chairman. However, whereas the establishment of Team Danmark, to a large extent, was a result of entrepreneurial activity of a civil servant in the Danish Ministry of Culture (Hansen, 2012, p. 50), as well as party politics, the active role of the state in relation to elite sport has been modest apart from the process around a few revisions of the Elite Sport Act. However, an important role of the state is the provision of a well-functioning framework for organisational self-regulation in accordance with the overall ambitions of the Elite Sport Act.

The role of the state has been more pronounced in Finland, at least in the last two decades. State activism followed the failures of the sports organisations to formulate and implement appropriate and coherent sport policies. The result has been a multitude of policy and strategy papers and investigative reports. Far more civil servants and associated researchers are employed by the ministry responsible for sport (Ministry of Education) than in the other Nordic countries. The role of the state is more withdrawn in Norway and Sweden, but in Norway the politicians are more openly supportive of elite sport and more willing to follow up with financial and other forms of support compared to Sweden.

Autonomy of sports organisations

The degree of autonomy of the organisations responsible for elite sport is the mirror image of the role of the state. In Finland, the degree of autonomy is relatively low because of the predominant role of state activism and the weakness of sports organisations. Despite the legislative constraints and

the formal break with the arm's length principle, the sports organisations have more autonomy in Denmark because of the de facto withdrawal of the state from actual interference except from politically sensitive issues. In Norway and Sweden, on the other hand, the relations with the state are still characterised by the arm's length principle. The Norwegian state has engaged more with elite sport issues than is the case in Sweden, but without limiting the autonomy of the sports organisations.

Performance and its Impacts on Reform

As detailed in the previous chapter, there is a clear pattern in The Scandinavian countries are all doing well, whereas Finland has fallen behind in both summer and winter sports. While good international performances are typically celebrated as indications that the underlying system works well, poor performances often initiate soul-searching and, eventually, reform.

Poor results may be seen as part of the reason for the reforms that led to later success, particularly the initiation of Team Danmark and Olympiatoppen. Denmark experienced very poor results in the 1970s, which was a part of the background for the White Paper that led to the Elite Sport Act and Team Danmark. The poor results in the Olympics in the 1980s had an even more significant impact in Norway. The choice of Lillehammer as host for the 1994 Olympics further strengthened the perceived need for major change.

Sweden has not experienced a similarly dramatic decline in performance, at least not since the 1950s. Further, since 1912, none of the Swedish bids to host the Summer and Winter Olympics have been successful, so the typical causes for root and branch reform have not materialised. The relatively relaxed Swedish attitude to success and failure in elite sport has also weakened the impetus to initiate major reforms of the system.

In contrast to the Scandinavian countries, Finland has experienced a radical decline in performance. For the first time ever, Finland did not win any medals in the 2024 Summer Olympics, and medals in winter sports have also become rare apart from the occasional medal in cross-country skiing. Finland is lacking behind the other Nordic countries in relation to almost all performance metrics. This has initiated state involvement and several efforts to improve the system. However, this is tempered by the relatively low legitimacy of elite sport in Finnish society.

Financial support

State financial support

Finding reliable, comparable figures for state financial support of elite sport is very difficult. This makes it almost impossible to compare the Nordic countries with countries that have completely different ways of supporting elite sport. For instance, it is practically impossible to compare countries whose funding of elite sport is primarily through the national lottery with countries where most elite athletes are employed by the military or the police, with comparable funding hidden in the budgets of these institutions.

Inter-Nordic comparison is also inherently difficult. The budgets of the organisations responsible for elite sport only (Team Danmark, Olympiatoppen, the High-Performance Unit and SOK) are transparent. This is also the case with financial support through sponsorships. However, part of the state funding of the activities of the sports federations also goes to elite sport. It is only possible to provide guesstimates of this share. The problem is exacerbated by the fact that this funding is likely to be higher than the more dedicated elite sport support.

Further, there are a lot of other types of indirect support of elite sport such as the building of facilities, the funding of the sports high school (idrottsgymnasium) model, and, in a wider sense, part of the funding of mass sport also benefits elite sport. These hidden and indirect forms of financial support are probably significantly higher in the Nordic countries than elsewhere.

However, we only have reliable figures for the direct targeted funding for elite sport. In the SPLISS study, the Nordic countries are among the countries with the lowest level of state funding for elite sport. In the RF study, Finland and Sweden are the lowest with €29 million and €26 million, respectively. Denmark is not much higher with €46 million. Another recent study including Denmark and Norway (Skadborg, 2023) finds that the direct funding of Team Danmark and Olympiatoppen at almost the same level. However, if the support for DIF and NIF, which partly benefits elite sports, is added, the funding is significantly higher in Norway.

The combined support for Olympiatoppen and NIF is three times higher than the support received by Team Danmark and DIF. Further, the financial support for Olympiatoppen and NIF increased by 135% from 2014 to 2022, whereas the support for Team Danmark and DIF only increased by 6% in the same period. The support for Team Danmark has been stagnant for several years and even decreased in 2022. However, the trend has recently

reversed. In 2023, the organisation received a major boost from a significant increase in funding through the state budget, as well as major donations from a corporation sponsor and a private foundation.

In summary, the direct funding of the dedicated Nordic elite sport organisations is relatively low. It is highest and increasing in Denmark and Norway with almost equal financial resources available for Team Danmark and Olympiatoppen, but the elite activities of the sport federations receive more funding in Norway than in Denmark. The direct funding of elite sport in Finland and Sweden has been relatively stable in recent years. In per capita terms, the support is lowest in Sweden.

Private sponsorships and donations

Funding through private sponsorships and donations reflects differences between the Nordic countries in relation to the legitimacy of elite sport. It is much lower in Finland than in the other three countries, and it is highest in Norway and Denmark. In Denmark, it has increased significantly in recent years, and this funding source is now percentage-wise larger than in the other Nordic countries. In Sweden, SOK is almost fully reliant on private sponsorships, which clearly constrains its activities in a less favourable economic climate.

Most private sponsorships go to the most popular team sports – football in all four countries, ice hockey in Sweden and Finland, handball in Denmark, Sweden, and Norway, and basketball in Finland. The only individual Olympic sports that receive sizable funding through sponsorships are skiing and biathlon in Norway. In Norway, only a small percentage of the funding of the federations derives from state funding – football (10%), skiing (18%), handball (19%) and biathlon (19%) (Sandner, 2023). The majority of the residual funding comes from sponsorships. The concentration of private funding on mainly a few team sports has become more pronounced in recent years, which is in line with a similar concentration of media rights income on a small number of sports. This has made dependence on private funding precarious, as in the case of SOK.

Targeting of support

One of the most controversial aspects of the practices in the currently most successful elite sport systems is selectivity in funding. Funds are

concentrated on sports which produce good results and have medal potential. Both Denmark and Norway initiated selectivity in the funding of sports 20-25 years ago. It did not happen without conflicts and temporary backlash. In Denmark, Olympic and non-Olympic sports which lost support joined efforts and campaigned for a more even level of funding, although unsuccessfully. In Finland, targeting of support is a relatively new phenomenon, and in Sweden, performance-related selectivity in the support of the federations was only introduced in relation to #elitidrott2030. Allocation of RI funding had previously been proportional to memberships. The organised resistance to the proposed targeting has similarities with past developments in Denmark. It remains to be seen if the ensuing partial retreat was a temporary backlash or a death knell of the efforts to reform the system.

The actual targeting of sports in the four Nordic countries has many similarities. They all distinguish between three types of federation support: (a) world-class federations with proven medal-winning capabilities; (b) international federations with top 8 rankings and potential medal winners; and (c) developing federations with future potential.⁶ The level of support varies with most support of the world-class federations. The concentration of support is highest in Denmark with fewest federations receiving support. It is a little lower in Norway, and the selectivity is less narrow in Finland and Sweden.

Performance goals

The articulation of performance goals is part of the process of negotiation about strategy and implementation between the elite sports organisations and the sports federations. Performance goals are also developed at an aggregate level by Team Denmark, Olympiatoppen, the High-Performance Unit and SOK. The goals have taken different forms.

Denmark and Norway use, or have used, nation rankings (for instance, in Norway, a ranking in top-3 in Winter Olympics sports, and, in Denmark, a ranking in top-5 among nations with a population of less than 10 million in Summer Olympic sports) as performance metrics, whereas the performance goals in Finland use absolute measures in the form of medal counts.

⁶ Denmark has also introduced a targeted talent programme aimed at identifying future world-class athletes across all federations, regardless of their classification.

The SOK (Swedish Olympic Committee) has only recently articulated measures akin to the ranking measures used by Denmark and Norway. Similar to Denmark and Norway, it includes parasports and like Finland it includes a composite measure (Greatest Sporting Nations⁷).

Performance goals only make sense, if they are followed up with operational means to achieve the desired outcome. Goals should be separated into and based on realistic goals for specific federations and even individual athletes when possible. Without such follow-up, the goals are merely a signal of broad, inconsequential aspirations. Team Danmark and Olympiatoppen have created disaggregated goals based on the overall performance goals. This is not the case with Finland and Sweden's more loosely developed performance goals. Another difference between the Nordic countries is whether over- or underperformance in relation to the goals has consequences for future support. There are no such subsequent evaluations and future consequences in Finland and Sweden, but Denmark and Norway have introduced some tentative elements in strategy negotiations with the federations in such cases. These are, however, far from the radical forms implemented by some other countries, for instance UK Sport, where a drop in performance level has immediate consequences in the form of loss or reduction of support.

An example of what not to do is the very ambitious and completely unrealistic goal set by the Finnish Olympic Committee in 2012 of becoming the best sporting nation among the Nordic countries by the end of the 2017–2020 period. The goal setting was casual, lacked appropriate implementation mechanisms and failed miserably.

Other pillars of the elite sport system

Talent recruitment and development

Early recruitment and participation in elite sport training programmes is against the ethical codes of conduct that frame elite sport in the Nordic countries. The identification and recruitment of talent takes place at the club level in all four countries. Sports federations become involved in talent development when the potential elite athletes become older. From its inception, Team Danmark operated with a 15-year age limit, which was later modified. In Norway, there is a 12-year age limit for some forms of support.

7 <http://greatestsportingnation.com>

An important element in talent development in all four countries is the sports-oriented upper secondary school (idrottsgymnasium) structure, where young athletes get into contact with professional coaches at a relatively early age. This is more developed in Sweden than in the other Nordic countries. The structure is more elaborate with a high number of schools, well qualified coaches and far more young people going through the programme.

However, the school structure is not well suited to the needs of elite sport athletes. This is reflected in the relatively high share of current top athletes who did not take a secondary education at an idrottsgymnasium.

Norway also has an elaborate structure of sports-oriented secondary schools with good coaches. However, the volume is smaller than in Sweden, also in per capita terms, and many of the top athletes have not taken advantage of this opportunity for structured talent development aimed at prospective athletes at the age of 15–19 years. Actually, only about 30% of the Norwegian participants in the 2024 Olympics took this educational path.

Finland has a highly elaborate structure of sports institutes and sports academies, which should potentially provide excellent opportunities for high-quality age-specific talent development. However, the location of the sports institutes is not ideal, which means that a relatively modest share of youth athletes choose to attend the institutes. Team Danmark also supports a structure where young athletes can spend more time on training while attending secondary schools compared to other secondary schools. Some municipalities have similar types of support. Anyway, the volume is relatively modest.

The most critical stage in relation to talent development is the period after an athlete's secondary education before reaching a level that qualifies for inclusion in the support scheme for top athletes, for example the Topp och Talang programme in Sweden. In this stage, support from parents, clubs, and federations is crucial. In this respect, the challenges of the four Nordic countries are more or less the same.

Athletes' financial support

Stipends for individual athletes were one of the earliest forms of support introduced by the Nordic elite sport organisations. It was obvious that in a world of increased professionalisation with full-time athletes supported by the state in many countries, individual financial support was required

if talents should have the chance of becoming competitive in international elite sport. This has developed into broadly similar forms of support in all four countries. The level of support differs in accordance with the performance level of athletes with world-class athletes receiving the highest amounts.

In Sweden, stipends are a central part of the Topp och Talang programme. The number of athletes who benefit from this kind of support does not differ much across the Nordic countries. However, the level of support is lower in Sweden than in the other Nordic countries, and the dire socio-economic conditions of most elite athletes is a major argument for increased financial support.

Support of dual careers

In accordance with the common adherence to welfare state ideals, all four countries provide more support for dual careers than elsewhere. Part of these efforts consists of encouragement, support, and indeed an element of nudging for elite athletes to study for a degree or take a vocational training programme simultaneously with their elite sport career. The elite sport organisations engage in efforts to ensure the flexibility needed to follow a dual career path in relation to exams and other assessments and requirements of in-class attendance. Other forms of dual career support consist of personal advice and guidance during and after the end of the elite sport career.

This is clearly a relative strength of the Nordic elite sport systems compared to other countries. Dual career support is high in all four countries. In Denmark it has been an important part of the efforts to ensure a socially and culturally responsible form of elite sport with the explicit ambition that athletes are able to support themselves after the end of a sporting career (Storm & Eske, 2022; Storm et al., 2020). Dual career support is also a consequence of the explicit goal of weighing the social and psychological needs of the athlete at level with sporting success.

Efforts to ensure that athletes can live up to family obligations alongside an elite sport career can be seen as an extension of the dual career support. A special case is support for mothers making it possible for female athletes to continue their elite sport careers after giving birth. It is a strength of the Norwegian elite sport model, that both male and female elite athletes are able to have longer careers than in other countries. This is partly because of

the dedicated post-birth support of athletes. Team Danmark has recently introduced a dedicated family support scheme with the same purpose.

Availability and quality of training facilities

Another strength of the Nordic elite sport systems is the availability and quality of training facilities resulting from the welfare-state motivated, publicly funded construction and maintenance of sports facilities. This characterises all four countries. There are indications that the facilities in Finland are the best among the Nordic countries (Storm & Nielsen, 2022) – though the other countries come close.

Facilities that are freely accessible for organised sports activities exist everywhere, and the general quality is high. However, in terms of elite sport access, the situation is not always ideal. Elite sport demands are sometimes not compatible with the needs of grassroots sport. This concerns, in particular, access to swimming pools and ice rinks where satisfying competing demands for access often leaves elite athletes with less-than-ideal training schedules.

Training centres organised solely for elite sport are needed. In Finland, such national training centres exist for summer sports in Helsinki and for winter sports in Vuokatti. In Norway, a well-functioning national training centre is located in Oslo, supplemented by a network of regional training centres. In Denmark, national training centres exist for many sports. Plans for a national training centre for many sports were aborted because of a disagreement between Team Danmark and DIF about its location. In Sweden, Bosön was intended as a cross-sport national training centre, but it does not function as such. Athletics and a few other sports have a well-functioning system of regional training centres, and a cross-sport centre for combat sports exists in Malmö in addition to the advanced winter sports centre in Östersund. However, these are exceptions. In most sports, there are no similar training centres.

Location of training facilities

The geography of the Nordic countries constitutes a challenge in relation to training centres. Denmark is an exception with its small size and short distances. The geographical dimension of the supply of training centres is understandably less developed in Denmark, although Team Danmark

cooperates with designated elite sports municipalities in the development of the local support framework for elite athletes.

In Norway, the central Olympiatoppen in Oslo is supplemented with eight regional centres. The activities of the regional centres are closely coordinated with the central Olympiatoppen. In 2021, the regional centres had 51 employees in total, whereas the centre in Oslo had 84 employees.

Finland has the most extensively developed decentral structure with sports institutes and sports academies. The quality of the sports institutes is good, but the locations of the institutes is a big problem. They are located in rural areas, but most aspiring young athletes prefer to live in urban areas, so the facilities of the sports institutes are underused.

Sweden has a similar issue with Bosön, which does not fulfil the original purpose of being a national training centre. The winter sports centre in Östersund functions well, and there are centres for some summer sports. This works well particularly for athletics. However, these are exceptions, and a coordinated overall system is lacking.

Coaches and coach development

This is an area where the Nordic countries are lagging. This may to some extent be a consequence of the common history of a sports movement with predominantly voluntary activities and amateurism. The coaches were volunteers, and elite sport coaching as a profession was for long an alien element. In any case, many studies indicate that all four countries are relatively inferior with respect to coaching and coach development for elite sports.

In a report from RF in 2020, Denmark, Norway, and Sweden are all in this respect ranked lower than all the other eight countries included in the study. The SPLISS study ranks Denmark lower than all other countries in the study and Finland only a little better.

Another report (Skadborg, 2023) identifies huge differences between Denmark and Norway in relation to coaches and coach development. Norway has far more coaches and a clear focus and strategy for improving the situation. Norway is therefore in a better situation than the other Nordic countries in relation to coach development. In 2018, Olympiatoppen initiated a long-term strategy designed to upgrade coaching (Trænerløftet). In addition to the focus on increasing the number of coaches and raising the competence level of coaches, the programme also takes steps to strengthen

coaching as a profession. Forms of employment combining elite and mass sport coaching are being supported as part of these efforts.

Like Norway, Finland also puts much emphasis on better coaching. This was one of the three priority aims in its 2021–2024 strategy. This is not the case in Denmark, where the strategy documents for 2022–2024 was silent about the need for improvement of this important part of the elite sport system. Sweden has a relatively high number of coaches at the level of children and youth but does not have many coaches with a dedicated focus on elite athletes.

Access to national and international competitions

Athletes in all four Nordic countries have good access to national and international competitions at the level and frequency needed to be competitive. However, some Swedish federations note that cost concerns make them skip participation in some of the major competitions, whereas it is added for comparison that Danish athletes do not have similar constraints.

Research, sport science, technology, and expert resources

Sweden is not performing as well as the other Nordic countries in relation to these aspects of a successful elite sport system. In the RF report comparing the systems of 12 countries, Sweden is ranked at the bottom, whereas Norway and Denmark are both doing well. The SPLISS study ranks both Finland and Denmark highly in relation to research, sport science and innovation compared to other small countries.

Sweden was among the pioneers in sports science in the past but has fallen behind the best-performing systems, according to the SPLISS study. Some nations have an elite sport research centre integrated with a national training centre. This is the case in Norway. In Sweden, Bosön is officially RF's training, education and development centre, which might have developed into an important part of the system with its combination of training, testing and expert resources. However, this is far from the current reality. Apart from the winter sport centre in Östersund where the local university is developing new knowledge as well as practical application of relevant sport science, there are only isolated examples of sports-relevant research projects and PhDs with little coordination or systematic learning.

There are, however, good examples of knowledge transfer, and CIF (Centrum för Idrottsforskning) serves an important function as the state institution responsible for sports research. However, there is only modest interest among universities to engage in cooperation, and RF and SOK have so far not been willing to invest resources in support of such projects.

Finland has a good standing in sports science with the well resourced and strongly performing Finnish Institute of High Perform (KIHU) located in Jyväskylä. However, it suffers from governance problems. Improvements in goal setting, strategy, implementation, and network governance are needed.

Team Danmark characterises itself as a knowledge organisation in close cooperation with researchers, athletes, coaches, and federations. It has performed well in relation to the application of sports science through the competencies of expert resources. The links to sports science have been strengthened through the recent investment of 40 million DKK in five researcher networks. The funding for this initiative originates from a donation from a private foundation that, in 2022, further increased its donation with 50 million DKK earmarked for the acquisition of research facilities and equipment. Performance analyses and adaptation of new technology have also been given high priority. The activities of Team Danmark in this area have been significantly boosted in recent years.

Norway is doing even better in this respect. Whereas Team Danmark has a staff of approximately 50 (full-year equivalents) expert resources, Olympiatoppen has 150. Norway has a strong position in relation to the development of sports science and new technology with a focus on winter sports.

Olympiatoppen is planning to expand and renew its existing national training centre linked to the Norwegian School of Sport Science. Team Danmark plans to establish a Team Danmark house, where athletes, coaches, experts, and researchers can meet, develop, and transfer new knowledge. It appears that Norway and Denmark are far ahead of their Nordic neighbours in this field.

Learning across sports

It is stressed by stakeholders as well as researchers that the continuous fostering of reliable learning from experience is one of the defining characteristics of the Norwegian elite sport system (Andersen, 2012). The

organisation of Norwegian elite sport involves a high degree of cooperation and active exchange across sports.

Olympiatoppen is the core organisation that supports such processes through formal authority and as a competence-centre, that also serves as shared learning arena. Breaking down the barriers between specialist cultures has been central in building a national elite sports culture. The active challenging of specific plans and approaches in individual sports, based on experiences from many different sports, is often said to be the most important task. (Andersen, 2012, p. 238)

The idea is to learn from both small and major failures and to modify and strengthen the efforts of elite sports development that traditionally take place within the silos of the national sports federations.

Although learning across sports does not have the same prominent role in Danish elite sports, it is an effort that Team Danmark explicitly aims to copy through systematic knowledge transfer and interaction in cross-federation training sessions, workshops, and conferences. Similar activities take place in Sweden and Finland, but not to the same extent as in Denmark.

Summing up on differences, commonalities, and convergence

There are many differences between the four Nordic elite sport systems. This is clear in relation to several of the dimensions of the elite sport system as summarised in Table 1. The most distinct differences concern organisation and governance, where different historical paths have resulted in radically different structures. Moments of path-shaping decisions formed the development of the Danish and Norwegian systems into different versions of a unified and centralised elite sports structure led by a professional organisation with operational autonomy. Finland and Sweden have followed a similar path-dependent⁸ trajectory leading to completely different forms of governance and organisations.

However, the differences between the Nordic countries are much less pronounced in relation to the other specific system elements. In many of

⁸ Path dependence is a concept in the social sciences, referring to processes, where past events or decisions constrain later events and decisions (Pierson, 2000).

the elements the differences are minimal, and in most respects, the four countries are converging. In most of these cases, Finland and Sweden are converging towards the solutions chosen by Denmark and Norway. This reflects a general trend of harmonisation and conversion towards the generally recognised best practice in international elite sport (Green & Oakley, 2001).

In the Nordic context, it is also evident that there is a process of inter-country learning. For instance, Team Danmark has learned from Olympiatoppen with respect to the institutionalisation of cross-sport learning processes, and Olympiatoppen has learned from Team Danmark in other respects where Denmark has been a first-mover. Finland and Sweden have learned from Norway and Denmark in several respects. The commissioning of two reports that provides much of the data for this chapter, is further evidence of the willingness in Finland and Sweden to learn from the experiences of the other Nordic countries.

Cross-country learning processes and similar reform efforts guided by attention to best practice policies have initiated a process of convergence of the Nordic elite sport systems. However, there are still significant differences as reflected in the current functioning of the four specific systems as shown in the rows of Table 1. The differences constitute four path-dependent contexts that will shape the way best practices are implemented in different national contexts.

Author biographies

Klaus Nielsen is a Professor Emeritus at Birkbeck Business School, University of London, where he is affiliated with the Birkbeck Sport Business Centre and the Centre for Innovation Management Research. His research is in the fields of the economics, business, and sociology of sport, with a particular focus on elite sports. Nielsen was involved in founding Team Danmark and the Danish Institute for Sports Studies (Idrættens Analyseinstitut). He has also conducted research on innovation, social capital, negotiated economies, and has extensive teaching experience in research methods, innovation, the EU, and economics. Nielsen has published more than one hundred scientific articles, books, and reports.

Rasmus K. Storm, PhD, is Head of Research at the Danish Institute for Sports Studies (Idrættens Analyseinstitut). He is also an Associate Professor II

at NTNU Business School in Trondheim, where he conducts research and teaches sport management and the business of sport. Storm has published in a wide range of scientific journals within his field of research. At NTNU Business School, he is affiliated with the NTNU Center for Sport Management Research.

References

- Andersen, S. S. (2012). Olympiatoppen in the Norwegian cluster. In S. S. Andersen & L. T. Ronglan (Eds.), *Nordic elite sport: Same ambitions different tracks* (pp. 237–256). Universitetsforlaget.
- Andersen, S. S. & Ronglan, L. T. (2011). Elite sports in Nordic countries: Perspectives and challenges. In S. S. Andersen & L. T. Ronglan (Eds.), *Nordic elite sport: Same ambitions, different tracks* (pp. 11–24). Universitetsforlaget.
- Brandal, N., Bratberg, Ø. & Thorsen, D. E. (2013). *The Nordic model of social democracy*. Palgrave Macmillan.
- Christiansen, N. F., Petersen, K., Edling, N. & Haare, P. (2006). *The Nordic model of welfare: A historical reappraisal*. Museum Tusulanum Press.
- De Bosscher, V., Shibli, S., Westerbeek, H. & Van Bottenburg, M. (2015). *Successful elite sport policies: An international comparison of the sports policy factors leading to international sporting success (SPLISS 2.0) in 15 nations*. Meyer and Meyer Sports.
- Esping-Andersen, G. (1990a). The three political economies of the welfare state. *International Journal of Sociology*, 20(3), 92–123. <https://doi.org/10.1080/15579336.1990.11770001>
- Esping-Andersen, G. (1990b). *The three worlds of welfare capitalism*. Blackwell Publishers.
- European Commission. (2022). *Special Eurobarometer 525 – sport and physical activity*. <https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2668>
- Goksøy, M. & Hanstad, D. V. (2012). Elite sport development in Norway – a radical transformation. In S. S. Andersen & L. T. Ronglan (Eds.), *Nordic elite sport: Same ambitions different tracks* (pp. 27–42). Universitetsforlaget.
- Green, M. & Oakley, B. (2001). Elite sport development systems and playing to win: Uniformity and diversity in international approaches. *Leisure Studies*, 20(4), 247–267. <https://doi.org/10.1080/02614360110103598>
- Hansen, J. (2012). The institutionalization of Team Denmark. In S. S. Andersen & L. T. Ronglan (Eds.), *Nordic elite sport: Same ambitions, different tracks* (pp. 43–61). Universitetsforlaget.
- Lehtonen, K., Kinder, T. & Stenvall, J. (2021). To trust or not to trust? Governance of multidimensional elite sport reality. *Sport in Society*, 0(0), 1–18. <https://doi.org/10.1080/17430437.2021.1932820>
- Mäkinen, J., Lämsä, J., & Lehtonen, K. (2019). The analysis of structural changes in Finnish sport policy network from 1989 to 2017. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 11(4), 561–583. <https://doi.org/10.1080/19406940.2019.1583680>
- Nielsen, K. & Storm, R. K. (2023). *Danske eliteresultater 2022: Individuelle toppræstationer og højt niveau i holdsport, men markant færre medaljeaspiranter*. Idrættens Analyseinstitut. <https://www.idan.dk/media/fphmgrs/danske-eliteresultater-2022.pdf>
- Norberg, J. (2012). Utgångspunkter för en studie av svenska elitidrottssystemet. In C. Dartsch & J. Pihlblad (Eds.), *För framtidens segrar – en analys av det svenska elitidrottssystemet* (pp. 7–19). Centrum för Idrätsforskning. <https://centrumforidrottsforskning.se/kunskap-om-idrott/rapporter/framtids-segrar-en-analys-av-det-svenska-elitidrottssystemet>

- Norberg, J. & Sjöblom, P. (2012). The Swedish elite sport system – or the lack of it? In S. S. Andersen & L. T. Ronglan (Eds.), *Nordic elite sport. Same ambitions, different tracks* (pp. 62–82). Universitetsforlaget. <https://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:mau:diva-10266>
- Pierson, P. (2000). Increasing returns, path dependence, and the study of politics. *The American Political Science Review*, 94(2), 251–267.
- Rask, S., Le Coq, C., & Storm, R. K. (2024). *European sport: One or several sporting realities?* www.playthegame.org
- Riksidrottsförbundet [Swedish Sports Confederation]. (2020). *Remiss - #elitidrott2030: På väg mot ett nytt, idrottsövergripande, elitidrottsprogram för fler idrottsliga framgångar internationellt*. <https://www.rf.se/download/18.407871d3183abb2a6131c5f/1665066726810/1.%20Remiss%20-%20Elitidrottsprogram.pdf>
- Sandner, H. (2015). *Norwegen - „Wir haben eine Leistungskultur geschaffen, in der wir Wissen und Erfahrungen teilen und in der wir uns gegenseitig zu neuem Denken inspirieren“*. https://www.researchgate.net/publication/275037428_Norwegen_-_Wir_haben_eine_Leistungskultur_geschaffen_in_der_wir_Wissen_und_Erfahrungen_teilen_und_in_der_wir_uns_gegenseitig_zu_neuem_Denken_inspirieren
- Sandner, H. (2018). *The NOR way – der höchste Wert ist die Freude am Sport*. https://www.researchgate.net/publication/328995763_The_NOR_way_-_der_hochste_Wert_ist_die_Freude_am_Sport
- Sandner, H. (2023). *Norwegen - „Wir haben den Eindruck, dass viele Länder zur Arbeit gehen, für uns in Norwegen ist es aber Leidenschaft“*. https://www.researchgate.net/publication/367525692_Norwegen_-_Wir_haben_den_Eindruck_dass_viele_Länder_zur_Arbeit_gehen_für_uns_in_Norwegen_ist_es_aber_Leidenschaft
- Skadborg, K. (2023). *Samlenotat for analyse af udviklingen af Danmarks konkurrenceevne i international eliteidræt*.
- Stensbøl, B. (2010). *Makten og æren – i toppidrettens kulisser*. Kagge. <https://bokelskere.no/bok/makten-og-aeren-i-toppidrettens-kulisser/191071/>
- Storm, R. K. (2012). Danish elite sport and Team Danmark: New trends? In S. S. Andersen & L. T. Ronglan (Eds.), *Nordic elite sport: Same ambitions, different tracks* (pp. 224–236). Universitetsforlaget.
- Storm, R. K. & Eske, M. (2022). Dual careers and academic achievements: Does elite sport make a difference? *Sport, Education and Society*, 27(6), 747–760. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1919070>
- Storm, R. K., Jensen, K. T. & Nielsen, K. (2024). *Swedish elite sport: External evaluation*. www.idan.dk
- Storm, R. K. & Nielsen, K. (2010). In a peak fitness condition? The Danish elite sports model in an international perspective: Managerial efficiency and best practice in achieving international sporting success. *International Journal of Sport Management and Marketing*, 7(1/2), 104–118. <https://doi.org/10.1504/IJSM.2010.029715>
- Storm, R. K. & Nielsen, K. (2022). *Elite sports in Finland: External international evaluation*. <https://www.idan.dk/media/cpnbe0n0/report-on-finnish-elite-sport-2022.pdf>
- Storm, R. K., Nielsen, K. & Thomsen, F. (2016). Can a small nation be competitive in the global sporting arms race? The case of Denmark. *Managing Sport and Leisure*, 21(4), 181–202. <https://doi.org/10.1080/23750472.2016.1243993>
- Storm, R. K., Rask, S., Eske, M. & Nielsen, K.-J. S. (2020). *Evaluering af Team Danmarks tilbud og ordninger på ungdomsuddannelsesområdet – delrapport 1 – erhvervsuddannelsesområdet*. Idrættens Analyseinstitut. <https://www.idan.dk/udgivelser/evaluering-af-team-danmarks-tilbud-og-ordninger-paa-ungdomsuddannelsesomraadet-delrapport-1-erhvervsuddannelsesomraadet/>

KAPITTEL 2

Organisasjonsutvikling i toppidretten: Storhamar-prosjektet

Per Øystein Hansen Universitetet i Innlandet, Norge

Lars Bjørke Universitetet i Innlandet, Norge

Abstract: The literature on leadership of and in elite sport organizations have, to this day, primarily focused on dyadic forms of leadership – especially in the coach-athlete relationship. There are very few studies that specifically investigate the role of leadership in developing the elite sport organization. The present chapter presents findings from an organizational development project in Storhamar Håndball. The organizational development project was initiated by the board, and the main purpose was to improve the organization and its leadership to achieve international success. The planning and execution of the project were assisted by the authors and designed as an action research project. Using the concept of sensemaking, the chapter illustrates how different understandings of the organization, and its ambitions are dependent upon what role the actors have within and outside the club. A key finding is how tensions between voluntarism and professionalization influence organizational development of, at least, Norwegian sports clubs.

Keywords: organizational development, leadership, handball, action research

Sitering: Hansen, P. Ø. & Bjerke, L. (2026). Organisasjonsutvikling i toppidretten: Storhamar-prosjektet. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 2, s. 51–69). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch2>

Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

Innledning

Organisasjoner hvor det bedrives toppidrett er utviklingsorganisasjoner. Idealet er at disse er organisert og ledet på måter som styrker kontinuerlig utvikling av deres kjerneprosesser. Studier av norsk toppidrett de siste 15 årene fremhever at måten organisasjonen ledes og organiseres på, er av stor betydning for prestasjonsutvikling (jf. Andersen, 2010; Andersen & Ronglan, 2012; Hansen et al., 2021). Samtidig som man i organisasjoner hvor det bedrives toppidrett skal jobbe for å styrke sine forutsetninger for sportslig utvikling og suksess, må de også drives på måter som er i tråd med de forventninger idrettsbevegelsen og samfunnet for øvrig har til idretten. Selv om den sportslige virksomheten i idrettsorganisasjoner profesjonaliseres, må denne utviklingen fortsatt skje ut fra forventningene idrettsbevegelsen har til organisasjonsleddene. På denne måten danner den norske idrettsmodellen og «idrettsdemokratiet» bakteppet for all organisasjonsutvikling.

Den norske idrettsmodellen vektlegger at topp- og breddeidretten er integrert i samme idrettsbevegelse, på både et ideologisk og et organisatorisk nivå (Breivik, 2011; Hanstad & Hansen, 2024). Selv om man i flere idrettslag har valgt å skille ut toppidrettssatsingen i egne juridiske enheter i allianseidrettslag, har fortsatt medlemmene av idrettslagene stor formell innflytelse over egen klubb og dens prioriteringer. Når det skal drives organisasjonsutvikling i idrettslag, spiller dermed medlemmene, de frivillige og de profesjonelle aktørene (ansatte innenfor administrasjon og sportslig virksomhet i tillegg til sponsorer og samarbeidspartnere) viktige roller. Vi har derimot lite kunnskap om hvordan organisasjonsutvikling bedrives i organisasjonsledd i norsk idrett for å styrke toppidrettsarbeidet. Hensikten med dette kapittelet er derfor, ved hjelp av Storhamar Håndball Elite (SHE) som case, å belyse erfaringer fra et organisasjonsutviklingsprosjekt som involverte «hele» klubben. Mer presist utforsker vi hvilke oppfatninger ulike aktører i og i tilknytning til klubben hadde av klubben, før vi diskuterer hva som potensielt kan ha påvirket aktørenes virkelighetsforståelser. Organisasjonsutviklingsprosjektet var forankret i klubbens styre og involverte både interne og eksterne aktører, herunder styremedlemmer, administrasjonen, sportslig ledelse, trenere, støtteapparat, spillere, frivillige og sponsorer. Den brede involveringen gir oss mulighet til å studere empirisk hvordan både personer med ulike roller og ansvarsområder innenfor klubben og klubbens eksterne interessenter opplever både klubben og det nevnte organisasjonsutviklingsprosjektet fra sine respektive posisjoner.

I det neste avsnittet gir vi en kort beskrivelse av historien om Storhamar Håndball Elite gjennom de siste årene, samt av hvordan og hvorfor utviklingsprosjektet ble en realitet. Deretter redegjør vi for kapittelets teoretiske rammeverk, før den metodologiske fremgangsmåten blir drøftet som grunnlag for å forstå studiens resultater, drøftinger og implikasjoner.

Historien om Storhamar Håndball Elite: fra skifteretten til Champions League

Storhamar Håndball Elite (SHE) har de siste årene hatt betydelig sportslig fremgang. Fra å være en solid norsk klubb i flere sesonger tok klubben seg til åttedelsfinale i Champions League i sesongen 2022–2023. Den sportslige fremgangen har skjedd parallelt med at klubben lyktes med å komme seg ut av en svært krevende økonomisk situasjon, som toppet seg med degradering til førstedivisjon i 2015. Innenfor klubben omtaler man denne reisen som «fra skifteretten til Champions League». Klubben drives i dag av en administrasjon bestående av daglig leder, markedschef og arrangementsansvarlig samt et valgt styre med fem medlemmer. Klubben er videre kjennetegnet av et stort antall frivillige. Budsjettet til klubben har de siste årene ligget på 13–15 millioner. Til sammenligning ligger budsjettene til topplagene i Champions League på fra 30 millioner og oppover.

Utviklingsprosjektet ble etter etablert etter at aktører i SHE henvendte seg til førsteforfatter våren 2023. Henvendelsen kom på grunnlag av førsteforfatters kompetanse om hva som kjennetegner toppidrettsorganisasjoner som lykkes over tid. Andreforfatter ble deretter invitert av førsteforfatter på grunnlag av hans kompetanse på praksisnær forskning og erfaring fra tilsvarende prosjekter. Bakgrunnen for henvendelsen fra SHE var at enkelte i styret hadde sett seg lei av å være en god nummer to i norsk håndball, og man ønsket å identifisere og gjennomføre tiltak som bidro til å til å gjøre klubben til nummer én i Norge (prosjektet ble gjennomført før Vipers gikk konkurs). I tillegg ble det på planleggingsstadiet i klubben gitt uttrykk for et mål om å bli en topp 4-klubb i Champions League ved å nå sluttspillet. Ut over muligheten til å innhente data til forskningsformål hadde vi forfattere ingen særinteresser for prosjektet, og vi har ingen tilknytning til klubben. Prosjektet ble drevet frem som et utviklingsprosjekt, ikke som et forskningsprosjekt. Samtidig ble det opplyst om at vi ønsket å forske på utviklingsprosessen (se metododelen for nærmere beskrivelse av forholdet mellom utviklingsprosjektet og forskningsprosjektet).

Prosjektet ble høsten 2023 vedtatt på et av klubbens styremøter, men etter store utskiftninger i styrets sammensetning ble det sommeren 2024 vedtatt at prosjektet ikke skulle videreføres. Denne studien er dermed basert på data innhentet fra det første året av det som var tenkt som et flerårig prosjekt.

Meningsskapning i organisasjoner

Alle i en organisasjon (spesielt ledere) må, på ulike måter, forholde seg til hvilke virkelighetsforståelser som råder i organisasjonen. For å undersøke hvordan de ulike aktørene i SHE oppfattet klubben, benytter vi oss av begrepet *sensemaking* eller «meningsskapning» (Logeman et al., 2019; Weick, 1979; Weick et al., 2005). Dette begrepet er mye anvendt innenfor studier av organisasjonslæring og -utvikling, og omhandler hvordan aktører i og i tilknytning til en organisasjon forstår organisasjonen. Meningsskapning som analytisk begrep gjør det mulig å analysere hvordan deltageres meningsdannelse i prosjektet kan forstås i lys av deres roller, tidligere erfaringer og samhandling i forbindelse med utviklingsprosjektet i SHE.

Hvilken forståelse man har av en organisasjon, og hvordan man tolker situasjoner og hendelser, avhenger av hvilken posisjon, rolle eller stilling man har i den aktuelle organisasjonen (Weick et al., 2005). Som Goffman (1974) påpeker, kan det som er lek for golferen, være arbeid for caddien. At personer med ulike roller har ulike virkelighetsforståelser, betyr imidlertid ikke at noens virkelighetsforståelse er «feil», men snarere at personer i ulike deler av organisasjonen oppfatter og tolker situasjoner og hendelser basert på egen rolle, og ut fra hvilket informasjonsgrunnlag denne gir. I tilfeller hvor ulike individer eller aktører i eller i tilknytning til en organisasjon ikke har en felles forståelse av organisasjonens mål, strategier, prioriteringer, kultur eller arbeidsmetodikk, er premissene for utvikling på organisasjonsnivå svært krevende fordi det i liten grad eksisterer en grunnleggende felles forståelse av organisasjonen eller organisasjonens situasjon. Dette kan ytterligere forsterkes ved arbeidet som gjøres i de ulike avdelingene eller undergruppene (i idrettsorganisasjoner er dette typisk styre, administrasjon og sportslig virksomhet), blir fragmentert og løst koblet fra det som ellers gjøres i organisasjonen (Weick, 1976). Med andre ord skapes en forståelse av organisasjonen basert på hvordan individer samhandler innenfor en avdeling eller gruppe (og hva de er opptatt av), og som ikke gjenfinnes i andre avdelinger eller grupper i organisasjonen.

Sensemaking handler om meningsdannelse (Hernes, 2016), og nærmere bestemt om hvordan individer i ulike situasjoner alltid forsøker å tolke hva som skjer, i den hensikt å skape mening for seg selv. Hva en person

er opptatt av, påvirkes av hens kognitive skjemaer (Bartunek, 1984), og av hvordan ulike kognitive skjemaer aktiveres i en fortolkningsprosess.

Kognitive skjemaer er rammer («frames») for fortolkning og kan sammenlignes med å tolke situasjonen ved hjelp av ulike «briller». Man kan for eksempel tenke seg at en spiller typisk vil være opptatt av det som direkte påvirker sportslige prestasjoner, mens man i administrasjonen gjerne vil være opptatt av økonomi, prosedyrer eller forpliktelser overfor styret. Et annet viktig element i meningsskapning er at hvordan vi forstår «dagens situasjon», er avhengig av hva vi har erfart tidligere, ettersom all meningskapning er retrospektiv. Når vi står overfor situasjoner eller hendelser vi søker å forstå, leter vi ofte ubevisst etter signaler eller informasjon som kan minne om situasjoner vi har stått overfor tidligere (jf. begrenset rasjonalitet [Simon, 1955]), med andre ord: Hva vi er opptatt av, og hva vi har erfart tidligere, påvirker og dels begrenser vår egen meningsskapings-prosess.

Sentrale egenskaper ved meningskapning er ifølge Weick (1995) at den er (1) forankret i aktørenes identitet, (2) de kognitive rammene er et resultat av hvilke omgivelser (og dermed nettverk) aktørene befinner seg i, (3) det er ofte små enkelthendelser eller uttalelser som bidrar til fortolkning av hva som foregår (og dermed hvilken virkelighetsforståelse som blir fremtredende), samt (4) at virkelighetsforståelser etableres gjennom hva som oppfattes som plausible tolkning, og ikke nøyaktighet (hva en aktør oppfatter som en rimelig eller troverdig tolkning med hensyn til hvordan organisasjonen forstås, trenger ikke å være «korrekt»).

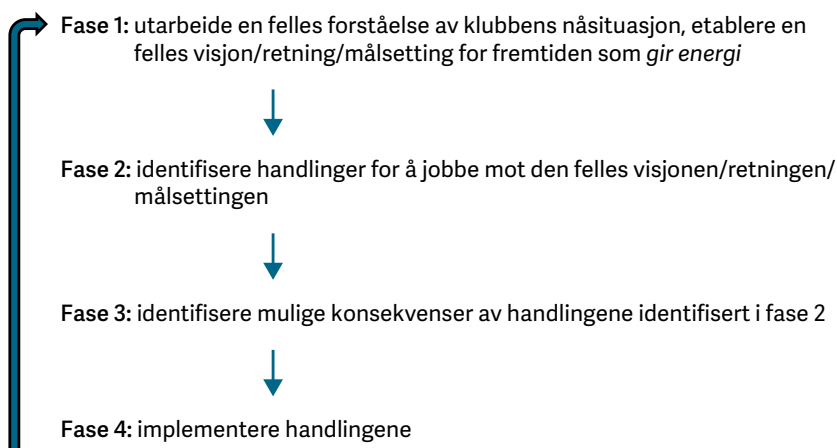
Metodologi

Storhamar-prosjektet ble designet som et aksjonsforskningsprosjekt. Valget av aksjonsforskning ble gjort av oss i dialog med klubbens styreleder, da et aksjonsforskningsdesign gjorde det mulig for klubbens ledelse å jobbe mot forbedring av forutsetningene for sportslig suksess, parallelt med at det muliggjorde for oss å forske på denne prosessen. Prosjektet er meldt til og godkjent av Sikt og overholder gjeldende forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap og humaniora (Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora [NESH], 2023).

Design: deltagende aksjonsforskning

Aksjonsforskning er en paraplybetegnelse for ulike tilnærminger hvor man på ulike vis søker å forstå og utvikle eksisterende praksis innenfor en gitt

kontekst. I denne studien benytter vi oss av deltagende aksjonsforskning, som legger særlig vekt på aktiv involvering av praktikerne i endringsprosessen (Carr & Kemmis, 1986). Tilnærmingen hviler på en forståelse av at det er de som selv befinner seg i den aktuelle situasjonen, i dette tilfellet alle de involverte i SHE, som har de beste forutsetningene for å gjennomføre endringer. Samtidig anerkjenner tradisjonen betydningen av at endringsprosessen fasiliteres og støttes av noen «utenforstående», for eksempel forskere eller andre ressurspersoner. I planleggingen av prosjektet utviklet vi et forslag til et design som ble godkjent av styret. Designet besto av følgende fire faser med tilhørende hensikter:



Figur 1. Prosjektets sykliske aksjonsforskningsdesign.

Det er viktig å understreke at dette designet, i tråd med aksjonsforskningens natur, må ses på som syklisk og uten en predefinert slutt. Dette innebærer at en ny syklus vil begynne fra fase 1 etter gjennomføring av fase 4. Ettersom prosjektet ble avsluttet etter ett år, er denne artikkelen basert på data innhentet fra primært fase 1 og 2. Tabell 1 gir en oversikt over hvilke aktiviteter som ble gjennomført i løpet av året da prosjektet pågikk.

Alle de fem samlingene ble gjennomført fysisk i lokaler klubben kunne disponere. Her ble spillere, trenere og støtteapparat, styremedlemmer, administrasjon, sponsorer, samarbeidspartnere og frivillige invitert inn. Samtlige av disse fikk etter gjennomført samling tilsendt lenke for å besvare refleksjonsspørsmål knyttet til innhold på samlingen. Totalt ble 41 svar innsendt, hvorav 15 var fra spillere, fem var fra trenere og støtteapparat, fem var fra styremedlemmer, to var fra administrativt ansatte, elleve var fra sponsorer og samarbeidspartnere og tre var fra frivillige.

I etterkant av samlingene møttes første- og andreforfatter for å analysere og sammenstille dataene som hadde kommet inn. Denne analysen danner grunnlaget for en presentasjon ved neste samling. I samling 4 og 5 ble eksterne ressurspersoner invitert for å gi en benchmarking knyttet til hva det faktisk ville innebære å nå de målsettingene som ble skissert underveis. Ressursperson 1 er en betydningsfull størrelse innenfor håndballen, med lang erfaring og innsikt i hva som kreves for å nå toppen i europeisk håndball. Ressursperson 2 besitter betydningsfull kompetanse tilknyttet ledelse og organisasjonsutvikling i idretten og har lang erfaring med å lede en stor norsk klubb innen lagidrett.

Tabell 1. Aktivitetene i prosjektet

Aktivitet	Hvem	Hva
Samling 1	Alle involverte	<ul style="list-style-type: none"> Presentasjon av og tilbakemeldinger på prosjektets innhold og struktur. Kjennetegn på vellykkede toppidrettsorganisasjoner. Kjennetegn på gode utviklingsprosesser.
Individuelle refleksjonsnotater #1	Alle deltagere	<ul style="list-style-type: none"> Redegjørelse av hvor klubben står i dag, beskrivelse av eget bidrag til klubben, tanker om hvor klubben skal være om fem år, og hvilke konsekvenser dette har.
Analysemøte 1	Første- og andreforfatter	<ul style="list-style-type: none"> Analyse og sammenstilling av innsendte refleksjonsnotater.
Samling 2 og 3	Alle involverte	<ul style="list-style-type: none"> Presentasjon av innsendte refleksjonsnotater som utgangspunkt for gruppevisе diskusjoner om klubbens nåsituasjon.
Individuelle refleksjonsnotater #2	Alle deltagere	<ul style="list-style-type: none"> Tanker om hva klubben må prioritere i et to- og et femårsperspektiv for å ta videre steg. Refleksjoner rundt utviklingsprosjektet så langt, og over hva som kreves fremover.
Analysemøte 2	Første- og andreforfatter	<ul style="list-style-type: none"> Analyse og sammenstilling av innsendte refleksjonsnotater.
Samling 4	Alle involverte + ekstern ressursperson	<ul style="list-style-type: none"> Presentasjon av innsendte refleksjonsnotater. Benchmarking: Hva kjennetegner, sportslig, de aller beste klubbene i Europa? (Ekstern ressursperson 1) Gruppevisе diskusjoner.
Individuelle refleksjonsnotater #3	Alle deltagere	<ul style="list-style-type: none"> Revidering av virkelighetsbeskrivelse og målsettinger i lys av benchmarking.
Analysemøte 3	Første- og andreforfatter	<ul style="list-style-type: none"> Analyse og sammenstilling av innsendte refleksjonsnotater.
Samling 5	Alle involverte + ekstern ressursperson	<ul style="list-style-type: none"> Presentasjon av innsendte refleksjonsnotater. Benchmarking: Hva kjennetegner, organisatorisk, de beste klubbene? (Ekstern ressursperson 2) Gruppevisе diskusjoner.

Datamateriale og analyseprosess

Den primære datakilden for denne studien er de anonyme refleksjonsnotatene som ble sendt inn. Disse utgjør om lag 40 000 ord og inkluderer stemmene til alle de 41 involverte.

Gjennom vår aktive deltagelse i utviklingsprosessen er analysene som er gjort for å svare på studiens problemstilling, gjennomført i flere steg. Det første analysesteget må forstås som de pågående analysene vi gjorde gjennom deltagelse på samlinger og i kontinuerlig dialog med de involverte. Selv om disse analysene var mindre systematiske, er det viktig å anerkjenne dem som del av den helhetlige analyseprosessen.

Det neste – og systematiske – analysesteget ble gjennomført etter at prosjektet var avsluttet. Ettersom de foregående analysestegene hadde medført at vi hadde utviklet noen foreløpige tanker og idéer relatert til datamaterialet, må dette steget forstås som en abduktiv prosess hvor vi forsøkte både å utfordre, nyansere og avkrefte våre foreløpige antagelser (Alvesson & Sköldbberg, 2018). Særlig var vi opptatt av å være åpne for at datamaterialet kunne inneholde betydningsfulle funn som vi ikke enda hadde vært oppmerksom på. For å analysere de innsendte dataene systematisk benyttet vi oss i det tredje analysesteget av tematisk innholdsanalyse (Thagaard, 2018). For å undersøke hvilke meninger de ulike grupperingene hadde om klubben, bestemte vi oss for å analysere dataene gruppe for gruppe (styret, administrasjon, trenere og støtteapparat, spillere samt frivillige og sponsorer). Først gjennomførte vi hver vår individuelle analyse før vi møttes for å diskutere disse i en analyseworkshop. I denne workshopen prøvde vi å utfordre hverandres analyser for å få et så godt innblikk som mulig i dataene vi hadde, og for å bruke dette som grunnlag for utvikling av tematikker som fanget det mest sentrale for hver gruppe. Gjennom flere runder med diskusjoner og fremskriving av resultater utviklet vi ett tema som viste likheter på tvers av grupper («Når drømmer om internasjonal suksess møter idrettsorganisasjonens realiteter»), og ett tema som viste ulikhetene («En organisasjon 'i strekk': Ulike virkelighetsforståelser av hvor langt unna klubben er å bli en internasjonalt ledende klubb»). Analyseprosessen var gjennomgående empirinær, og teorien ble ikke koblet på før vi begynte å diskutere våre resultater.

Studiens kvalitet og begrensninger

Det er viktig å understreke at resultatene som presenteres i denne studien, er basert på våre egne subjektive og kollektive fortolkninger av de innhentede dataene i lys av vår valgte teoretiske ramme. Gitt denne posisjonen av

studien innenfor et konstruktivistisk kunnskapsparadigme anses tre kriterier som spesielt relevante for å vurdere kvalitet (se Burke, 2016). Først og fremst bidrar vi i denne studien med ulike aktørers erfaringer fra et klubb-utviklingsprosjekt innenfor toppidretten, et område som i svært liten grad har vært utforsket tidligere. Med andre ord er studiens kunnskapsbidrag signifikant for fagfeltet (Burke, 2016). Videre har vår egen deltagelse i prosjektet over tid bidratt til å styrke studiens kredibilitet, mens vår kollektive analyseprosess har fremmet studiens transparens (Burke, 2016).

Resultat og diskusjon

I resultatdelens første del, som omhandler felles virkelighetsforståelser, blir det tydelig at aktørenes underliggende kognitive rammer knyttes til deres retrospektive «analyser» som har bidratt til et felles narrativ om hva klubben har måttet prioritere siden den var i skifteretten i 2016 (for hvordan narrativer utvikles i organisasjoner, se gjerne Czarniawska, 1997). I del to, som vektlegger aktørenes ulike virkelighetsforståelser, blir det tydelig at deres rolle i klubben i stor grad påvirker hva de er opptatt av, og følgelig deres virkelighetsforståelse. Årsaken til ulike virkelighetsforståelser knyttes til aktørens profesjonelle identitet, og til hvilken del av organisasjonen eller dens omgivelser de tilhører (styre, administrasjon, sportslig virksomhet eller sponsor) (Weick, 1995). Med andre ord er det som oppfattes som plausibelt for en gruppe aktører, ikke nødvendigvis plausibelt for en annen gruppe aktører i eller tilknyttet organisasjonen (Weick et al., 2005, s. 415).

Tidligere studier av organisasjonsutvikling i norsk toppidrett har i stor grad rettet søkelys på ledere og/eller trenere (jf. Andersen, 2010; Andersen & Ronglan, 2015). Svært få har studert hva andre viktige aktører er opptatt av for å styrke organisasjonens kapasitet til å lykkes internasjonalt. Måter ulike aktører forstår klubben på, og ikke minst hva som ligger til grunn for forståelsen, kan potensielt ha stor innvirkning på endrings- og utviklingsprosesser. I det følgende presenterer vi hvilke forståelser aktørene hadde av klubben. I så måte bidrar diskusjonen til å belyse utfordringer og muligheter tilknyttet organisasjonsutvikling av toppidrettsklubber.

Når drømmer om internasjonal suksess møter idrettsorganisasjonens realiteter

En utfordring for idrettsorganisasjoner som SHE er hele tiden å finne en god balanse mellom ulike logikker (jf. Gammelsæter, 2016). To av de mest

sentrale logikkene som skaper utfordringer for idrettsorganisasjoner, er den profesjonelle logikken (som bygger på viktigheten av kompetanse, kunnskap og tilpasning til markedsprinsipper) og frivillighetens logikk (som bygger på verdien frivillig innsats har for idrettsbevegelsen, ut over økonomisk vekst og sportslige resultater). Selv om aktørene som deltok i prosjektet, har ulike roller og bakgrunner, kommer det tydelig frem at forståelsen av klubben i stor grad reflekteres i disse to logikkene. Mer presist viser vår analyse at aktørenes virkelighetsforståelser i stor grad sammenfaller med hensyn til følgende dilemma: På den ene siden er klubben svært avhengig av frivillig innsats. På den andre siden, må klubben møte de kravene som følger av å profesjonalisere toppidrettsarbeidet.

Alle aktørene trakk frem at SHE er en veldrevet klubb som har vektlagt å drive virksomheten på en økonomisk forsvarlig måte. Begrensede økonomiske midler og klubbens avhengighet av dedikerte frivillige bidrar til at klubben i større grad driftes som et tradisjonelt norsk idrettslag, ikke som en toppidrettsorganisasjon. Ifølge flere i styret har det sentrale for klubbens ledelse primært omhandlet «driftsspørsmål». Klubbens vektlegging av forsvarlig drift kommer også tydelig frem i refleksjonsnotatene fra to i administrasjonen: «Storhamar Håndball Elite er en veldrevet klubb, men drives fremdeles for mye som en dagnadsklubb» og «[n]år det gjelder området rundt sporten i klubben, klarer jeg ikke å si at vi er en toppidrettsklubb».

I aktørenes refleksjonsnotater fremstår «økonomi» som den mest sentrale kognitive rammen som påvirker aktørenes virkelighetsforståelse. Felles virkelighetsforståelse av betydningen av økonomi for å lykkes internasjonalt kommer til uttrykk på litt ulike måter. Trenerne og det sportslige apparatet mener at man i klubben ikke helt vet hva som skal til (økonomisk) for å lykkes internasjonalt, og en av aktørene i denne gruppen «opplever at slitasjonen kan bli for stor hvis klubben ikke har mulighet å øke stillingsprosentene eller få inn flere folk». Med andre ord: Dersom man skal heve ambisjonsnivået i klubben, kreves langt mer penger. Samtidig representerer søkelyset på økonomi en spenning i norske idrettslag, det vil si ønsket om å profesjonalisere samtidig som profesjonaliseringen ikke «ødelegger» for det frivillige engasjementet. Som vi kommer inn på senere, er det ulike forståelser av årsak-virkning-forholdet mellom økonomi og sportslig suksess.

En annen felles virkelighetsforståelse omhandlet at spillere og det sportslige apparatet har en profesjonell tilnærming til trening og kamp. Spillerne oppfattes som «dedikerte, ambisiøse og målrettet», og refleksjonsnotatene

gir klart inntrykk av at man i klubben er opptatt av å ivareta spillerne. En aktør i gruppen «sportslig apparat» skrev at klubben tar «veldig godt vare på de spillerne som kommer til klubben, og de som leder klubben, er flinke med å se hele menneskene i spilleren». Tilsvarende refleksjoner finner vi også i refleksjonsnotatene til de andre aktørene. Videre opplever også alle aktørene at spesielt trenerne er meget kompetente og at «gode trenere» er en av klubbens styrker.

Aktørenes opplevelser av klubbens markedsarbeid samsvarer også i stor grad. Ikke overraskende var det sponsorene som hadde flest refleksjoner om markedsarbeidet. Mange av disse refleksjonene omhandlet en opplevelse av at man i klubben ikke har prioritert markedsarbeid. En sponsor uttrykte at man i klubben har «lite kjennskap til nettverksarbeid og aktivering av sponsorat», og at det er «mangel på spisskompetanse for å nå hele veien til topps». En annen mente at man i klubben «kan bli bedre på sponsornettverk». Bakgrunnen for forståelsen sponsorene hadde av markedsarbeidet, var i all hovedsak knyttet til at man i klubben ikke hadde definert en tydelig «identitet», og at klubben manglet «særpreg». Sponsorenes opplevelse av markedsarbeidet, og av hva som lå til grunn for deres forståelse (jf. kognitive skjemaer i meningsskaping), kom også frem i de andre aktørenes refleksjonsnotater. Følgende sitat er fra en aktør i administrasjonen: «Jeg mener også vi mangler noe som er oss. Hvem er vi? Hva skal vi utvikle for våre sponsorer og supportere som gir noe tilbake, og som gjør at de velger oss?» Også spillerne undrer seg over hva som gjøres i markedsarbeidet, noe som illustreres i en av spillernes refleksjoner: «Hvor er alle de unge jentene og guttene når det er kamp? En A-lagskamp burde være ukens høydepunkt for unge spillere i Storhamar.» Sitatet sammenfaller godt med at en av sponsorene etterlyser at man i klubben må «tørre å by mer på seg selv, skape engasjement, få med seg media». Profesjonalisering av klubbens markedsarbeid fremstår følgelig som svært viktig for å øke klubbens inntekter.

En organisasjon «i strekk»: Ulike virkelighetsforståelser av hvor langt unna klubben er å bli en internasjonalt ledende klubb

Gjennom analysen fant vi at de ulike aktørene har sprikende syn i deres tro på hvorvidt klubben befinner seg i en posisjon hvor økt ambisjonsnivå er realistisk. Særlig varierer forståelser av årsaksforhold mellom økonomi og resultater. Med utgangspunkt i meningsskapingensbegrepet finner vi at de

ulike virkelighetsforståelsene i hovedsak knyttet til hva man i klubben har prioritert siden degradingen i 2015 (jf. retrospektiv meningsskaping, se Weick et al., 2005, s. 411–412), hvilken kompetanse og kunnskap aktørene har om toppidrett (jf. betydningen av forståelser av kunnskap i organisasjoner, se Patriotta, 2003, s. 352–354), markedsarbeid, betydningen av frivilligheten og klubbdrift (jf. hvordan identitet påvirker meningsskaping, se Weick et al., 2005, s. 416–417) samt hvilken rolle de har, og dermed hvilke nettverk de samhandler tett med.

Styret har klart de største sportslige ambisjonene, og et samstemt styre mener at klubben må øke sitt ambisjonsnivå. Styremedlemmene mener at økt ambisjonsnivå er helt avgjørende for at klubbens elitesatsing skal bestå over tid. Som en i styret skrev: «Vi står ved et veiskille nå, slik jeg ser det. Hvis vi ikke foretar oss noe, så vil vi gradvis bli dårligere.» Alle i styret, bortsett fra én med erfaring fra toppidretten, mente også det var lite som skulle til for at klubben ble en internasjonal toppklubb. Følgende sitat er i stor grad dekkende for majoriteten i styret sin virkelighetsforståelse: «Vi mangler egentlig så lite, bare det siste 'støtet' til å ta det siste steget.» Styremedlemmet som ikke delte denne forståelsen, trakk frem «organisatorisk profesjonalitet», «spillerutvikling», «økonomi», «mediedekning» og «samfunnsengasjement» som områder man var nødt til å gjøre noe med dersom økt ambisjonsnivå skulle være realistisk. Her beskriver styremedlemmet hva hen mener om manglende organisatorisk profesjonalitet: «Begrensninger i antall ansatte og utilfredsstillende treningsfasiliteter og medisinsk støtteapparat hindrer evnen til å konkurrere med de aller beste klubbene.» Styremedlemmet mente derfor at dersom ikke man i klubben har mulighet for å utvikle den sportslige virksomheten, vil det være svært krevende å innfri et høyere ambisjonsnivå. De andre styremedlemmene, derimot, mente det var mulig å forbedre de sportslige resultatene, og at disse bidro til bedre økonomi: «Bedre sportslige resultater vil være med å styrke klubben økonomisk og organisatorisk.»

I administrasjonen, hvor man må forholde seg til både «den norske idrettsmodellen» og de kravene som stilles til å drifte toppidrettssatsingen, ønsker man også å øke ambisjonsnivået ved å «ta ytterligere steg mot å bli en internasjonal toppklubb». En fra administrasjonen begrunner dette med at «[v]i er vel alle lei av å være nest best». I motsetning til de fleste i styret har man i administrasjonen et noe mer langsiktig perspektiv med hensyn til når ambisjonsnivået kan nås. Store ambisjoner må ikke «rokke» ved tilnærmingen i klubben til «å bygge stein på stein»: «Vi må fortsette å styrke økonomi

for å få trygghet til å sette oss de målene vi ønsker. Denne økonomien må forvaltes på korrekt måte og fordeles med mål om langsiktig suksess og ikke kortsiktige ambisjoner.» I refleksjonsnotatene kommer det tydelig frem at man i administrasjonen opplever at man måtte håndtere det man opplever som krysspress fra henholdsvis styret (ovenfra) og spillere, støtteapparat og trenere (nedenfra). Ovenfra handler det i stor grad om kontroll på økonomi og forsvarlig drift. Nedenfra kommer presset i form av ønsker om å bruke penger for å styrke den sportslige virksomheten. I mange tilfeller rapporteres det fra administrasjonens side at man må finne den «riktige» balansen mellom å ta økonomisk risiko for å styrke resultatsjansene og fortsatt ha en forsvarlig økonomi. Klubben må, ifølge administrasjonen, fortsatt driftes økonomisk, og økonomisk risiko først kan tas når inntektene økes på sikt gjennom godt markedsarbeid. Følgelig viser virkelighetsforståelsen i administrasjonen at trygg økonomi er det viktigste, og at denne virkelighetsforståelsen i stor grad kommer av den økonomiske situasjonen som rådet i 2015, og av hva man måtte prioritere i årene som fulgte.

Trenere og aktører i støtteapparatet mener, som profesjonelle aktører med kunnskap om toppidrettens egenart, at klubbens ambisjoner skal innrettes mot å være en internasjonal toppklubb, men de er usikre på om man i klubben vet hva som kreves for å drive toppidrett. De opplever at det finnes ambisjoner i klubben, men at det mangler kunnskap og ressurser til å realisere dem. Aktørene i denne gruppen etterlyser større oppmerksomhet på utvikling i hele klubben, og at man ikke bare sørger for forsvarlig drift. At «drift fordriver utvikling», kommer spesielt til syne i et av refleksjonsnotatene: «Jeg hadde ønsket meg at flere av de sentrale personene [i klubbens ledelsesroller] hadde sett løsninger og unngått å tenke at det er problemer og vanskelig [å få til]». Virkelighetsforståelsen til aktørene i denne gruppen knyttes følgelig til i hvilken grad det i klubben er kultur for å finne løsninger som muliggjør sportslig utvikling. Å nå ambisjonen om å bli en internasjonal toppklubb krever, ifølge en aktør i denne gruppen, at «ledelsen forplikter seg til å drive som toppklubb med alt som det krever både av økonomi, ressurser i form av spillere, trenere og støtteapparat». Gjør man ikke noe med måten klubben organiseres og ledes på, i tillegg til å styrke økonomi, blir det krevende å ta konsekvensene av økt ambisjonsnivå. En åpenbar spenning mellom denne gruppens og andre aktørers virkelighetsforståelse knyttes følgelig til det sportslige apparatets identitet og kunnskap om toppidrett (jf. Patriotta, 2003). Virkelighetsforståelsen til aktører i det sportslige apparatets omhandler ikke primært hva som kan være beste

praksis i klubben, men om hva som er beste praksis i toppidretten generelt. Det sportslige apparatets bevissthet tilknyttet de kravene som stilles i internasjonal toppidrett er langt større enn hva som er tilfellet for spesielt styret (med unntak av styremedlemmet med erfaring fra toppidrett) og dels administrasjonen. Narrativet (jf. Logeman et al., 2019) som påvirker det sportslige apparatets meningsdannelse, knyttes således til hva som kreves i internasjonal toppidrett, mens narrativet til styret og administrasjonen knyttes til hva som kreves for å drifte et idrettslag. Aktørenes profesjonelle «identitet» er således en viktig kilde til virkelighetsforståelsen. Det er derfor ikke overraskende at aktørene tilknyttet det sportslige apparatet opplever noe manglende støtte til at klubben skal drives som en toppidrettsklubb. Når det sportslige apparatet mener andre roller i klubben ser problemer der de selv ser muligheter, gjør mange slike småsaker til at det sportslige apparatet får en forståelse av at klubben i realiteten ikke ønsker å være en toppklubb. Små hendelser over tid styrker deres virkelighetsforståelse ved at deres «domene» ikke får gjennomslag (se Weick, 1995, s. 49–55).

Spillerne, som utgjør både produktet og prosessen i en toppidrettsklubb, er interessant nok den gruppen som, sammen med sponsorene, er mest tilbakeholden med å øke ambisjonsnivået. Selv om enkelte av spillerne definitivt mener at man skal øke ambisjonsnivået i klubben på kort sikt, er de fleste spillerne opptatt av å «ta ytterligere steg mot å bli en internasjonal toppklubb» på lang sikt, med andre ord fortsette å bygge videre på det som er, snarere enn å gjøre større endringer med hensyn til mål og strategier. Hovedårsaken til skepsisen til å øke ambisjonsnivået knyttes i stor grad til økonomi. Ifølge utøverne medfører stram økonomi at mange av utøverne ikke kan være heltidsutøvere, at klubben ikke har midler nok til å holde på de gode spillerne, at den i liten grad kan hente «stjernespillere», og at klubben har et for lite helse-team (spesielt savnes mer tilgang til fysioterapeut). Følgende sitat illustrerer hvorfor spillerne stiller seg noe skeptisk til å øke ambisjonsnivået på kort sikt:

Jeg føler alle planlegger og tilrettelegger for at vi skal ha en best mulig hverdag ved å kombinere flere ting, men samtidig er det ikke det som er det optimale for å være en toppidrettsutøver. Man legger opp hverdagen etter treningene, men senere skal man kanskje videre på skole/jobb, som gjør at det ikke er helt optimalt med tanke på restitusjon, og jeg vet at i noen tilfeller får man ikke hatt behandling fordi det ikke passer med tiden på klinikken, eller at fysioteamet ikke er tilgjengelig når man trenger det.

Ulik «status» mellom spillerne var også et grunnlag for skepsis tilknyttet økte ambisjoner. En av spillerne, hvis svar kunne tyde på at hun ikke var blant de som spilte mest, skrev for eksempel:

En utfordring er at det er et stort sprik i spillernes betingelser når det blant annet kommer til lønn, som kan oppleves belastende eller være en faktor som kan påvirke spilleren på andre måter. I en klubb som har så høye ambisjoner og mål, kan en utfordring være å slippe til spillere slik at alle får en kampbelastning som er nødvendig for å kunne utvikle seg og oppnå personlige målsetninger.

I spillergruppen er det derfor ulike virkelighetsforståelser basert på hvilken rolle spillerne har i laget eller i klubben, og dermed for hvordan økte ambisjoner påvirker deres fremtid i klubben. Ikke overraskende utvikles spillernes virkelighetsforståelser av dynamikken i laget, og av at denne er løst koblet (jf. Weick, 1976) fra klubbens overordnede føringer, og av at den først kommer til syne når klubben vurderer å endre strategi, noe som gjør spillernes rolle enda mer usikker. At personer i samme «avdeling» har ulike virkelighetsforståelser, er på ingen måte overraskende, ettersom personene har ulike roller (jf. Goffman, 1974) som former deres identitet. Samtidig utgjør disse ulike virkelighetsforståelsene et viktig utgangspunkt for å forstå klubbens «nåsituasjon», og hvilke muligheter og utfordringer som oppstår når man skal øke sine ambisjoner i klubben. For noen spillere kan økt ambisjonsnivå til og med oppleves som en trussel, da veien mot mer spilletid kan bli enda lenger, eller det kan til og med påvirke hvorvidt de får fortsette i klubben.

Sponsorene, som besitter kunnskap og kompetanse innenfor markedsarbeid og samtidig kan være avgjørende for det økonomiske fundamentet, er de som er aller mest skeptiske til en ambisjon som retter seg mot det øverste internasjonale nivået. De mente at ambisjonen heller burde være «best i Norge» eller «best mulig internasjonalt». En av sponsorene mente et realistisk ambisjonsnivå ville være å bli «Norges beste lag i 2028». Hovedårsaken til et mer moderat ambisjonsnivå knyttes hovedsakelig til sponsorenes vektlegging av økonomi som viktigste forutsetning, og dertil manglende tro på at næringslivet har mulighet til å øke dets økonomiske bidrag: «Det er neppe realistisk at en klubb i lille Hamar, som også i stor grad konkurrerer med to–tre andre eliteklubber i regionen, skal klare å øke budsjettet med flere titalls millioner årlig.» For å nå en ambisjon om å bli best i Norge kreves «klar strategi, riktige folk i styret, administrasjon og sport samt tilførsel av nye inntekter/inntektskilder gjennom samarbeidspartnere». Mange av sponsorene som deltok i prosjektet, har markedsarbeid som sin profesjon, noe som gjør dem til «eksperter» på å utvikle strategier for å øke inntekter i bedrifter med mål om økonomisk profitt. Selv om man i SHE har profesjonalisert administrasjonen og markedsarbeidet, vurderer sponsorene SHEs tilnærming i lys av hva bedrifter må prioritere for å lykkes.

I tillegg utgjør sponsorenes kunnskap om hvilke muligheter som finnes i sponsormarkedet, en viktig kilde til hvordan de forstår klubben.

I prosjektet, som ble etablert i den hensikt å øke ambisjonsnivået i SHE, bidro sponsorene, dels sammen med spillerne, til «betinget tvil». I organisasjonsutviklingsprosjekter er det viktig at ikke fremtidige mål og ambisjoner blir ønskedrømmer. Som Weick (2006, s. 1776) beskriver, er entusiasme handlingens venn, men visdommens fiende. Sponsorenes kunnskaper om markedsarbeid generelt (profesjonelle identitet) og SHEs sponsormarked spesielt (sponsorenes profesjonelle nettverk (se f.eks. Weick, 1995, s. 38–43) fremstår derfor som viktige innspill for å forstå klubbens nåsituasjon, og hvilke ambisjoner klubben skal ha på sikt. Redegjørelsen om og diskusjonen av de ulike aktørenes virkelighetsforståelse, og hva som lå til grunn for deres oppfatninger av klubben, indikerer at det, selv om det i klubbens øverste ledelse er ønske om å øke ambisjonsnivået, kan være hensiktsmessig å starte med en grundig prosess som belyser klubbens nåsituasjon. I den grad andre toppidrettsorganisasjoner kan trekke direkte lærdom av Storhamar-prosjektet, mener vi dette er det viktigste læringspunktet.

Konklusjon

Hensikten med dette kapittelet har vært å løfte frem hvilke oppfatninger ulike aktører i og i tilknytning til klubben hadde av klubben, og å diskutere og å diskutere, i lys av meningsskaping som analytisk begrep, hva som påvirket aktørenes virkelighetsforståelser.

Studien viser oppsummert at de ulike aktørene i all hovedsak er samstemt i at SHE er en veldrevet dugnadsklubb, og at de aller fleste opplever at sunn økonomisk drift går foran økt sportslig satsing. Samtidig finner vi, ikke overraskende, at klubbens historie og aktørenes rolle og identitet påvirker hvordan de forstår klubben, særlig med tanke på hva ambisjonsnivået bør være, og hvordan klubben skal komme seg til ønsket nivå.

Selv om toppidretten i Norge ble profesjonalisert utover i 1990-årene, må man i toppidrettsklubber fortsatt forholde seg til at idretten er en medlemsbasert organisasjon som i stor grad bygger på frivillig innsats. Virkelighetsoppfatningene av klubben i denne studien gjenspeiler denne spenningen. Når aktørene har ulike «identiteter» som påvirker forståelsen, blir det uklart hva som er «klubbens identitet», noe som også fremheves i mange av refleksjonsnotatene. Ettersom en viktig forutsetning for å lykkes i internasjonal toppidrett er at organisasjonen ledes og organiseres på

måter som styrker utvikling (på alle nivåer), fremstår en «kartlegging» av hvordan ulike aktører forstår klubben, som meget sentral. Vi finner at det i Storhamar Håndball Elite ikke er en omforent forståelse av i hvilken grad klubben er en utviklingsorganisasjon, og vi tror at dette ikke er unikt i norsk (eller skandinavisk?) idrett. For å kunne konkludere på dette området er det imidlertid behov for flere studier av hvordan ulike aktører i toppidrettsorganisasjoner forstår egen virksomhet, som utgangspunkt for systematisk organisasjonsutvikling.

Til tross for at det ser ut til at aktørene på flere områder har en felles virkelighetsforståelse, er det viktige nyanser som hovedsakelig kan knyttes til to motsetningsforhold: SHE som et tradisjonelt idrettslag hvor frivillighet er hjørnesteinen, og SHE som en profesjonalisert toppidrettsklubb som organiseres og ledes som dels en utviklingsorganisasjon og dels som en markedsrettet bedrift. Denne utfordringen er antagelig ikke unik for SHE, men vil gjelde for alle idrettslag hvor det er ønske om å lykkes i internasjonal toppidrett. Funnene fra organisasjonsutviklingsprosjektet til SHE viser at dersom man i klubber skal øke sitt ambisjonsnivå, kan det være hensiktsmessig å involvere bredt for å få frem hvordan aktører med ulike roller og identiteter forstår klubben. Når det i organisasjoner er etablert en god forståelse av nåsituasjonen, er det mulig å gjøre gode vurderinger av fremtidige ambisjoner og av hvilke organisatoriske konsekvenser som følger av økt ambisjonsnivå. Styret i SHE startet prosjektet med store ambisjoner for klubben. Prosessen som belyste klubbens nåsituasjon, gir sterke hint om at ambisjonene var noe høye. For å finne ut hvem «vi» skal være, må man i klubber derfor først stille seg spørsmålet: «Hvem er vi?»

Om forfatterne

Per Øystein Hansen er instituttleder for Institutt for folkehelse- og idrettsvitenskap ved Universitetet i Innlandet. Hansen har doktorgrad i sport management og forskningsinteressen hans er primært organisering og ledelse i og av toppidrett. De siste årene har han skrevet en lærebok om ledelse i idrett, vært medredaktør på en fagfelleverdert internasjonal antologi om flernivåledelse i toppidrettssystemer og publisert artikler om ledelse av landslag. Han har også over flere år bidratt med undervisning og veiledning tilknyttet organisering og ledelse på Olympiatoppens Elitecoachprogram.

Lars Bjørke er førsteamanuensis i kroppsøving og pedagogikk ved seksjon for idrett og kroppsøving ved Universitetet i Innlandet. Han er studieprogramleder for Lærerutdanning i kroppsøving og idrettsfag og Master i kroppsøving og idrettsfag med integrert PPU. Lars sin forskning er hovedsakelig knyttet til refleksjon og refleksive praksiser, samt hvordan utvikling og endring av praksiser kan forstås og støttes. Praksisnære forsknings-tilnæringer, og aksjonsforskning spesielt, er et av hans spesialområder.

Referanser

- Andersen, S. S. (2010). Stor suksess gjennom små intelligente feil: Erfaringsbasert kunnskapsutvikling i toppidretten. *Tidsskrift for samfunnsforskning*, 50(4), 427–458. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-291X-2009-04-01>
- Andersen, S. S. & Ronglan, L. T. (2012). Same ambitions – different tracks: A comparative perspective on Nordic elite sport. *Managing Leisure*, 17(2–3), 155–169. <https://doi.org/10.1080/13606719.2012.674392>
- Andersen, S. S. & Ronglan, L. T. (2015). Historical paths and policy change: Institutional entrepreneurship in Nordic elite sport systems. *International journal of sport policy and politics*, 7(2), 197–216. <https://doi.org/10.1080/19406940.2015.1031811>
- Alvesson, M. & Skoldberg, K. (2018). *Reflexive methodology: New vistas for qualitative research* (3. utg.). Sage.
- Bartunek, J. M. (1984). Changing interpretive schemes and organizational restructuring: The example of a religious order. *Administrative Science Quarterly*, 29(3), 355–372. <https://doi.org/10.2307/2393029>
- Breivik, G. (2011). Norges idrettsforbund som ideologisk maktfaktor og aktivitetskaper. I D. V. Hanstad, G. Breivik, M. K. Sisjord & H. B. Skaset (Red.), *Norsk idrett: Indre spenning og ytre press* (s. 11–27). Fagbokforlaget.
- Burke, S. (2016). Rethinking «validity» and «trustworthiness» in qualitative inquiry: How might we judge the quality of qualitative research in sport and exercise sciences? I B. Smith & A. C. Sparkes (Red.), *Routledge handbook of qualitative research in sport and exercise* (s. 330–340). Routledge.
- Carr, W. & Kemmis, S. (1986). *Becoming critical: Education, knowledge and action research*. Deakin University Press.
- Czarniawska, B. (1997). *Narrating the organization: Dramas of institutional identity*. University of Chicago Press.
- Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora. (2023). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap og humaniora* (5.utg), revidert 2023. <https://www.forskningsetikk.no/globalassets/dokumenter/4-publikasjoner-som-pdf/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-og-humaniora.pdf>
- Gammelsæter, H. (2016). *Poeng, penger og politikk: Et institusjonelt perspektiv på idrettsledelse*. Cappelen Damm Akademisk.
- Goffman, E. (1974). *Frame analysis: An essay on the organization of experience*. Harper & Row.
- Hansen, P. Ø. & Andersen, S. S. (2014). Coaching elite athletes: How coaches stimulate elite athletes' reflection. *Sports Coaching Review*, 3(1), 17–32. <http://dx.doi.org/10.1080/21640629.2014.901712>
- Hansen, P. Ø., Chroni, S., Skille, E. Å. & Abrahamsen, F. E. (2021). Leading and organising national teams: Functions of institutional leadership. *Sports Coaching Review*, 10(3), 274–294. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1896213>

- Hanstad, D.V. & Hansen, P.Ø. (2024). *Ledelse i idrett: fra styrerom til treningsfelt*. Fagbokforlaget.
- Hernes, T. (2016). *Organisering i en verden i bevegelse*. Cappelen Damm Akademisk.
- Logemann, M., Piekkari, R. & Cornelissen, J. (2019). The sense of it all: Framing and narratives in sensegiving about a strategic change. *Long Range Planning*, 52(5), Artikkel 101852. <https://doi.org/10.1016/j.lrp.2018.10.002>
- Patriotta, G. (2003). Sensemaking on the shop floor: Narratives of knowledge in organizations. *Journal of Management Studies*, 40(2), 349–375. <https://doi.org/10.1111/1467-6486.00343>
- Simon, H. A. (1955). A behavioral model of rational choice. *Quarterly Journal of Economics*, 69(1), 99–118.
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforlaget.
- Weick, K. E. (1976). Educational organizations as loosely coupled systems. *Administrative Science Quarterly*, 21(1), 1–19. <http://dx.doi.org/10.2307/2391875>
- Weick, K. E. (1979). *The social psychology of organizing* (2. utg.). Random House.
- Weick, K. E. (1995). *Sensemaking in organizations*. Sage.
- Weick, K. E. (2006). Faith, evidence, and action: Better guesses in an unknowable world. *Organization Studies*, 27(11), 1723–1736. <https://doi.org/10.1177/0170840606068351>
- Weick, K. E., Sutcliffe, K. M. & Obstfeld, D. (2005). Organizing and the process of sensemaking. *Organization Science*, 16(4), 409–421. <https://doi.org/10.1287/orsc.1050.0133>

KAPITTEL 3

Mellom frivillighet og profesjonalisering: talentutvikling i den norske idrettsmodellen

Christian Thue Bjørndal Norges idrettshøgskole, Norge

Lars Tore Ronglan Norges idrettshøgskole, Norge

Abstract: The purpose of this chapter is to develop an analytically informed understanding of talent development in Norwegian youth sport by synthesising international research, the organisation of the Norwegian sport model, and relational and performative perspectives on how talent is produced in practice. The chapter examines talent development through three interconnected lenses: (a) research on talent identification and career development, (b) the organisation of talent pathways within the Norwegian sport model, and (c) relational and performative perspectives on talent as a situated and practical achievement. Research consistently shows that early selection, linear development models, and standardised assessments have limited predictive value for senior success. At the same time, the Norwegian model is characterised by a decentralised and heterarchical structure involving clubs, sport schools, and federations, offering flexibility but also challenges related to coordination, training load, and social inequality. The chapter argues that talent cannot be understood as a stable individual attribute, but is continually produced through relations, practices, and material conditions. Viewing talent as relational and performative shifts attention from early prediction towards the ecological conditions that enable young people to participate, learn, and develop over time.

Keywords: talent development, youth sport, talent identification, professionalisation, elite sport, performance development

Sitering: Bjørndal, C. T. & Ronglan, L. T. (2026). Mellom frivillighet og profesjonalisering: talentutvikling i den norske idrettsmodellen . I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 3, s. 71–90). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch3>
Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

Innledning

Norge er verdensmester i idrettsdeltakelse. 92 prosent av barn mellom 0 og 12 år deltar i organisert idrett, og deltakelsen blant ungdom er fortsatt høy sammenliknet med alle andre land (Bakken & Strandbu, 2023; Green et al., 2015). Ungdom som deltar i idrett, rapporterer om bedre trivsel, høyere skoleengasjement og sterkere sosiale relasjoner enn jevnaldrende (Bakken, 2019, 2024), og barndommens idrettsdeltakelse videreføres ofte til voksenlivet (Kjønniksen et al., 2009).

Norge er også blant verdens mest suksessrike idrettsnasjoner, særlig i vinteridretter, men også målt per innbygger i flere sommeridretter. Dette skyldes ikke et eget toppidrettssystem frikoblet breddeidretten, men en modell der talentutvikling er integrert i en medlemsbasert, frivillighetsdrevet struktur (Ibsen & Seippel, 2010). Barneidrettsbestemmelsene illustrerer denne helhetstenkingen: Barn under tolv år skal skjermes fra resultatorientering, rangering og tidlig seleksjon, og aktivitetene skal preges av lek, allsidighet, trygghet og reell medvirkning (NIF, 2019). Samtidig utfordres modellen av internasjonale utviklingstrekk: mer trening, tidligere spesialisering og økt profesjonalisering (Bjørndal & Espedalen, 2025). Organiseringen av bredde- og toppidrett innenfor den samme modellen skaper spenninger mellom verdier om inkludering og praksiser som driver mot intensivering og differensiering (Ronglan, 2014).

Denne utviklingen reiser grunnleggende spørsmål om hvordan talentutvikling bør organiseres, og hvilke konsekvenser organisatoriske valg får for deltakelse, læring, utvikling og prestasjon. Spørsmålet er ikke om noen blir gode – for noen vil alltid fylle plassene i toppen, men hvordan utviklingssystemer påvirker hvem som når toppen, hvor gode de blir, hvem som kunne blitt gode, og hva som skjer med alle dem som forsvinner underveis.

Analytisk tilnærming og kunnskapsgrunlaget

Formålet med dette kapittelet er å undersøke hvordan talentutvikling i norsk barne- og ungdomsidrett kan forstås i skjæringspunktet mellom (a) internasjonal forskning på seleksjon og karriereforløp til elitenivå (b) den norske idrettsmodellens organisering av utviklingsløp og (c) relasjonelle og performative perspektiver på hvordan talent faktisk blir til i praksis. Kapittelet søker ikke å evaluere enkeltprogrammer eller å foreslå én optimal

modell, men å utvikle et analytisk rammeverk som kan belyse spenninger mellom frivillighet og profesjonalisering, inkludering og seleksjon, samt prestasjon og bærekraft i norsk talentutvikling.

Analysen bygger på en narrativ og teoretisk informert syntese av tre kunnskapskilder: internasjonal forskning på talentidentifisering, karriereforløp og seleksjon i idrett; empirisk forskning og styringsdokumenter om organiseringen av utviklingsløp i den norske idrettsmodellen; samt relasjonelle og performative aspekter på talent, læring og utvikling. Samlet innebærer dette en fortolkende tilnærming der ulike kunnskapsbidrag settes i dialog for å analysere både strukturelle rammer og hverdagslige praksiser i norsk barne- og ungdomsidrett.

Kapittelet er strukturert i tre deler. Først analyserer vi de strukturelle premissene for seleksjon og utviklingsbaner i lys av internasjonal forskning, med særlig vekt på usikre prediksjonsgrunnlag og de former for sårbarhet og press som produseres gjennom tidlig seleksjon. Deretter undersøker vi hvordan utviklingsløp organiseres i Norge, i et heterarkisk samspill mellom klubber, idrettsskoler og særforbund, og hvilke muligheter og dilemmaer denne organiseringen skaper for utøvere, trenere, foreldre og institusjoner. Avslutningsvis drøfter vi hvordan en kontekstsensitiv, relasjonell og performativ forståelse av talentutvikling kan åpne for nye måter å tenke og praktisere talentutvikling på, med sikte på å forene inkludering, konkurransevne og bærekraft.

Seleksjon, utvikling og ulikhet i talentutviklingssystemet

Talentidentifisering er preget av usikkerhet og ufullstendige vurderinger (Bjørndal & Ronglan, 2019; Røsten et al., 2023). Det er derfor ikke overraskende at systematiske oversiktsstudier på talentidentifisering ikke finner noen enkeltvariabler som på tvers av idretter predikerer hvem som blir toppidrettsutøvere (Johnston et al., 2018). Tvert imot fremstår kunnskapsgrunnlaget som fragmentert og skjevt, dominert av mannlige utøvere og fysiske profiler innen fotball, gymnastikk og rugby, mens jenter og mindre kommersialiserte idretter er underrepresentert.

Internasjonale oversiktstudier viser at de faktiske karriereveiene til toppidrettsutøvere i liten grad samsvarer med de utviklingsbanene som favoriseres i dagens seleksjonsbaserte talentutviklingsprogrammer (Güllich et al., 2025). Güllich et al. (2021) dokumenterer at de mest suksessrike

seniorutøverne kjennetegnes av variert idrettsbakgrunn, senere spesialisering og langsommere, men jevn progresjon i trening og konkurranse. Tidlig spesialisering – intensiv helårstrening i én idrett før puberteten – er knyttet til økt risiko for skader, utbrenthet og frafall (Herman et al., 2022). Det er imidlertid ikke antallet idretter i seg selv som er avgjørende for senere suksess på seniornivå, men kvaliteten og mangfoldet i den tidlige idrettserfaringen (Moesch et al., 2011; Moesch et al., 2013; Storm et al., 2012). Som Coutinho et al. (2016) viser, kan ulike utviklingsveier føre til samme prestasjonsnivå, mens identiske forløp kan resultere i helt ulike seniorkarrierer.

Denne innsikten forsterkes ytterligere av Barth et al. (2022) som viser at topp internasjonale juniorprestasjoner ikke øker sjansen for å lykkes som senior; tvert i mot er det juniorer med merkbart svakere resultater som oftest når toppnivå. Güllich og Barth (2023) finner tilsvarende at tidlig seleksjon primært identifiserer dem som presterer tidlig, mens de som senere etablerer seg på internasjonalt toppnivå, som regel rekrutteres senere i utviklingsløpet. En viktig forklaring er at tidlig suksess ofte reflekterer modnings- og seleksjonsfordeler som gradvis avtar over tid (Sweeney et al., 2024). Nyere studier viser at modningsrelatert vekst forklarer langt mer av utviklingen i fysisk prestasjon enn treningsmengde, og at økt trening rundt vekstspurtene ikke gir ekstra utviklingsgevinster (Abbott et al., 2025; Grendstad & Hallén, 2023).

Dette mønsteret bekreftes også i registerstudier og på tvers av idretter og metodiske tilnærminger. Herrebrøden og Bjørndal (2022) viser, basert på data fra nær 19 000 internasjonale fotballspillere, at aldersbestemt landslagserfaring i liten grad predikerer seniornivå, med unntak av en moderat sammenheng for Under 21 landslag¹. Bjørndal, Luteberget og Holm (2018) finner samme mønster i norsk håndball. Boccia et al. (2021) viser at i kasteøvelser i friidrett forble kun 6–24 prosent av verdens beste juniorutøvere elite på seniornivå, og sammenliknet med juniorstjernene var seniorutøverne eldre da de nådde toppform. I sprint fant Boccia et al. (2020) at kun 17 prosent av menn og 21 prosent av kvinner som var topp 50 i verden som U18, forble topp 50 som seniorutøvere, og at de vellykkede seniorutøverne kjennetegnes av langsommere progresjon, ikke av tidlig toppnivå. I svømming fant Brustio et al. (2021) at bare 10–33 prosent

1 U21-herrelandslag i fotball er et landslag for spillere som er 21 år eller yngre ved starten av en mesterskapskvalifisering.

av de beste europeiske juniorene ble elitesvømmere, avhengig av alder og disiplin, og at juniorresultater kun har lav til moderat prediksjonsverdi.

Tilsvarende viser longitudinelle karrierestudier at utviklingsforløp sjelden følger et lineært mønster. Verbeek et al. (2025), som fulgte 2716 nederlandske akademispillere og 493 ungdomslandslagsspillere i alderen 5–22 år, fant at bare 7–10 prosent nådde elitenivå, og at de som gjorde det, sjelden var blant de tidlig selekterte. Deres karrierer var preget av ujevne forløp med stagnasjonsperioder, fravalg, omvalg og senere reseleksjon, noe som underbygger at stabile prestasjonskurver er unntaket heller enn regelen i ungdomsidrett. Også i italiensk fotball viser Boccia et al. (2023) at junior-til-senior-overganger i italiensk fotball følger minst tre ulike utviklingsbaner; hurtig, moderat og sakte, og at utøvere med langsommere utvikling oftere ender på internasjonalt toppnivå.

Samlet sett peker disse funnene på et vedvarende misforhold mellom hvem som velges tidlig, og hvem som faktisk lykkes på sikt. En viktig forklaring ligger i forskjellen mellom relativ alder og biologisk modning. Å være født tidlig på året gir klare prestasjonsfordeler i barnealder, mens modningsforskjeller først får markant betydning gjennom puberteten. I ishockey viser Niklasson et al. (2024) og Lemoyne et al. (2025) at utøvere født tidlig på året og tidlig fysisk modne utøvere dominerer talentutviklingsprogrammene, mens senmodne utøvere er overrepresentert blant dem som når National Hockey League (NHL) og internasjonalt toppnivå. Tilsvarende mønster finnes i både norsk og internasjonal håndball (Bjørndal, Luteberget, Till, et al., 2018; de la Rubia et al., 2021; De La Rubia et al., 2020; Rubia et al., 2020) og på tvers av en rekke individuelle idretter og lagidretter (se, for eksempel, Barnsley, 2025; Jakobsson et al., 2021).

Valgt eller fravalgt – ulike utfordringer i samme system

Talentutviklingssystemer basert på tidlig seleksjon har flere problematiske sider. Seleksjonen skaper muligheter for noen, men setter også unge utøvere i svært ulike utviklingsmessige posisjoner – hver med sine særegne sårbarheter. De som tas ut, møter én type press; de som velges bort, møter en annen. Samlet danner utvelgelsen et system hvor både inkludering og ekskludering kan ha betydelige konsekvenser for motivasjon, identitet og videre utvikling.

Studier viser hvordan de som selekteres inn i profesjonelle og kommersielle utviklingssystemer, beskriver en hverdag preget av overvåkning,

kontinuerlig vurdering og forventninger om å fremstå som utviklingsorienterte og motstandsdyktige – uten å vise emosjonell sårbarhet (Clarke et al., 2018; Gennings et al., 2025). I engelske fotballakademier dokumenterer Manley et al. (2012; 2016) hvordan GPS-data, videoanalyse, standardiserte vurderingssystemer og hyppig observasjon skaper et miljø der spillerne lærer å overvåke og regulere seg selv for å fremstå valgbare. Parker og Manley (2017) viser hvordan unge akademispillere derfor utvikler doble identiteter; en offentlig talentidentitet som skal vise stabilitet og profesjonalitet, og et privat selv der tvil, smerte og usikkerhet skjules. Disse er ikke bare individuelle strategier, men uttrykk for hvordan organisasjonskulturen former hva som oppfattes som ønsket og legitim atferd.

Når utviklingsmiljøene preges av konkurranse, hierarki og uformelle normer om hva som gir status, innskrenkes forståelsen av talent til prestasjon, lydighet og motstandsdyktighet (Cushion & Jones, 2014). Det etableres et permanent usikkerhetsklima der spillerne lærer at det å vise sårbarhet, kan tolkes som svakhet og true videre seleksjonsmuligheter. Konsekvensen er at flere unge spillere rapporterer om søvnforstyrrelser, humørsvingninger, sosial isolasjon og sterkt press om å vise takknemlighet for «sjansen» de har fått, til tross for belastningen (Sothorn & O’Gorman, 2021). Adams og Carr (2019) viser at selv vennskap blir preget av dette klimaet ved at relasjoner blir instrumentelle, strategiske og konkurransefarget, fordi lagkamerater samtidig er rivaler om kontrakter, spilletid og trenerens oppmerksomhet. Dette funnet samsvarer med Brown og Potrac (2009), som viser hvordan vraking oppleves som et eksistensielt identitetsbrudd, ikke bare som et idrettslig tilbakeslag.

På motsatt side møter de som ikke velges, eller som faller ut tidlig, utfordringer som er mindre synlige, men ofte like dyptgripende og strukturelt urettferdige. Seleksjon skaper klare grenser mellom «innenfor» og «utenfor», og de som plasseres utenfor, mister ofte tilgang til kompetente trenere, gode fasiliteter, sosial anerkjennelse og strukturell støtte (Bailey & Collins, 2013; Costello et al., 2024).

Wrang et al. (2023) viser hvordan barn ned i ni-tiårsalderen forstår hierarkier som første- og andrelag, og hvordan disse kategoriene preger både selvforståelse og sosiale relasjoner. Utøvernes handlinger, språkbruk og kjønnede inkluderings- og ekskluderingspraksiser gjenspeiler hierarkiene, ofte mer effektivt enn trenernes formelle rangeringer (Konoval et al., 2021; Skrubbeltrang et al., 2020). For mange innebærer ekskludering tap av motivasjon, selvtillit og identitet, og studier viser at dette er viktige

årsaker til frafall (Persson et al., 2019). Det er samtidig viktig å presisere at mange av de kritiske studiene bygger på forskning på gutter i profesjonelle fotballakademier, selv om tilsvarende problematikk er identifisert i studier av blant annet gymnastikk, svømming og friidrett, og på tvers av kjønn (Barker-Ruchti & Tinning, 2010; Konoval et al., 2021; Lang, 2010; Persson, 2022).

Talentutvikling i den norske idrettsmodellen

De internasjonale funnene som er gjennomgått ovenfor, danner et viktig bakteppe for å forstå talentutvikling i Norge. Selv om den norske idrettsmodellen skiller seg fra mer sentraliserte systemer internasjonalt, opererer også norske klubber, idrettsskoler og særforbund innenfor de samme biologiske, sosiale og organisatoriske betingelsene som preger talentutvikling globalt. De empiriske mønstrene knyttet til seleksjon, modning og karriereforløp er derfor direkte relevante for å analysere norske praksiser og strukturer.

I den norske idrettsmodellen utvikles talenter i et heterogent og desentralisert nettverk av autonome aktører – klubber, idrettsskoler og særforbund – som hver for seg har stor innflytelse på, men ikke full kontroll over utøverne (Bjørndal et al., 2017). Denne heterarkiske strukturen skiller Norge fra mer sentraliserte modeller internasjonalt og gjør utviklingssystemet både fleksibelt og sårbart. Det er fleksibelt fordi utøvere kan bevege seg mellom arenaer på ulike måter og hente inspirasjon fra ulike trenere, medutøvere og praksiser. Samtidig er den norske modellen sårbar fordi koordinering, kommunikasjon og ansvarsfordeling lett blir fragmentert. Resultatet er et utviklingslandskap der muligheter og utfordringer er uløselig knyttet til hvordan disse aktørene samhandler – eller mislykkes i å samhandle – i utøvernes hverdag (Andersen et al., 2015).

Et sentralt trekk ved den norske modellen har vært fraværet av krav om tidlig spesialisering. Dette kommer tydelig til uttrykk i nasjonale retningslinjer, som *Idrettens barnrettigheter: bestemmelser om barneidrett* (NIF, 2015), hvor barns rett til lek, mestring og mangfold står som grunnleggende premisser. Retningslinjene skal beskytte barn mot tidlig seleksjon og prestasjonspress, og sikre at idretten fungerer som en inkluderende arena for allsidig utvikling. Samtidig viser forskning at disse føringene ofte tøyes, tolkes strategisk eller delvis omgås i praksis – særlig i idretter preget av sterke prestasjonsdiskurser (Ellingsen & Danielsen, 2017). Uformell rangering,

intern seleksjon i treningsgrupper og deltakelse i konkurranser utenfor det formelle systemet kan dermed føre til at hensynet til barnrettigheter blir underordnet hensynet til talentutvikling (Dowling, 2025).

I tillegg finnes det ordninger som åpner for tidlig tilknytning til satsingsarenaer, blant annet et bredt spekter av ulike ekstratilbud i og utenfor klubb, inkludert private og kommersielle akademier og spesialiserte treningstilbud (Tuastad, 2019). Slik praksis bidrar til et spenn mellom idealene om frivillighet, inkludering og fleksibilitet på den ene siden og en utvikling preget av økt profesjonalisering, tidlig spesialisering og økte kvalitetskrav på den andre (Ronglan, 2014). Den norske modellen fremstår derfor mer som et normativt ideal enn som en ensrettet praksis. Mens retningslinjene gir uttrykk for en verdibasert tilnærming til barne- og ungdomsidrett, viser forskning at praktisk gjennomføring ofte preges av kompromisser, lokale tilpasninger og grensetilfeller – særlig der trenere, foreldre og klubber har ambisjoner om å «ligge i forkant» (Gjesdal, 2025; Gjesdal et al., 2024). For å forstå hvordan talentutvikling faktisk skjer, må vi derfor undersøke hvordan klubb, skole og særforbund samhandler i denne talentutviklingsstrukturen.

Samspillet mellom klubb, skole og særforbund i den norske modellen

Samspillet mellom klubb, skole og særforbund i den norske modellen begynner med idrettslagene, som er den første og viktigste utviklingsarenaen. Idrettslagene bygger i stor grad på frivillighet: Rundt 75 prosent av alle trenere er frivillige foreldre eller lokale ildsjeler, noe som viderefører tradisjoner knyttet til dugnad og sosiale fellesskap (Chroni et al., 2018). Samtidig er idrettslagene i stadig endring. Økende forventninger til kvalitet, dokumentasjon og prestasjonsutvikling har ført til gradvis profesjonalisering, der flere klubber ansetter lønnede trenere for å møte nye krav (Seippel, 2019; Skille et al., 2024). Dette styrker kvaliteten i noen miljøer, men bidrar også til en todeling hvor økonomisk robuste klubber kan tilby strukturerte, ressurskrevende utviklingsløp, mens mindre klubber i større grad er prisgitt frivillig kapasitet (Solstad, 2024). Ulikhetene i ressursgrunnlag omsettes dermed til ulikheter i utviklingsmuligheter for unge utøvere, avhengig av bosted og klubbtilbud.

I ungdomsårene får idrettsskolene en stadig viktigere rolle. Over 20 toppidrettsgymnaser, rundt 110 fylkeskommunale skoler med toppidrett og over 20 idrettsungdomsskoler tilbyr daglig trening integrert i skoledagen (Kristiansen & Houlihan, 2017; Kårhus, 2016). Disse skolene representerer

en form for profesjonalisert utviklingsmiljø, med bedre fasiliteter og tettere oppfølging enn de fleste klubber kan tilby. Samtidig er treningsarbeidet på skolene preget av en annen organisering, og andre forventninger og relasjoner enn i klubb, noe som gjør skolens bidrag kvalitativt annerledes (Sæther et al., 2022). Likevel viser forskning at samspillet mellom skole og klubb ofte er svakt og fragmentert, og at unge utøvere selv må koordinere treningsmengder, restitusjon og prioriteringer på tvers av flere trenere med ulike forventninger (Bjørndal & Gjesdal, 2020; Bjørndal & Ronglan, 2017). Konsekvensene er at elever rapporterer om treningsmengder på nivå med voksne topputøvere, samtidig som mange opplever høyt press, dårlig restitusjon og økt skaderisiko (Hagum et al., 2022; Kristiansen & Stensrud, 2016, 2020).

For elever i ulike idrettsskoleprogrammer viser skadestudier en ukentlig skaderisiko på 43–53 prosent, hvor 25–38 prosent av skadene er så alvorlige at de reduserer treningsmengde og prestasjon i moderat eller høy grad (Bjørndal et al., 2021; Moseid et al., 2018). På denne måten blir ungdomsårene en spesielt sårbar fase, der rask intensivering av treningen uten helhetlig oppfølging øker risikoen for både skader og utbrenthet. Når klubbene samtidig opprettholder eller øker treningsaktivitet uten å redusere belastningen tilsvarende, kan idrettsskolene – som i utgangspunktet skal være strukturerende og støttende – paradoksalt nok bidra til økt totalbelastning dersom koordineringen med både klubb og forbund er svak (Hagum et al., 2023).

Særforbundene representerer den tredje hovedaktøren i talentutviklingsnettverket. Gjennom nasjonale og regionale utviklingsprogrammer, samlingsaktivitet og trenerutvikling setter særforbundene de overordnede rammene for hvordan talentarbeidet organiseres i de ulike idrettene (Andersen et al., 2015). Mens klubb og skole fungerer som utøvernes hverdagsarenaer, bidrar forbundene med struktur, seleksjonskriterier og faglige føringer som former hvilke utviklingsmuligheter unge utøvere faktisk får tilgang til (Belling et al., 2023; Gammelsæter et al., 2023).

Når klubb, skole og særforbund virker samtidig uten å inngå i et helhetlig koordinert system, oppstår et utviklingslandskap med både betydelige muligheter og risiko for fragmentering. For mange unge innebærer dette at krav og forventninger fra ulike aktører overlapper eller kolliderer, særlig i perioder med økende treningsmengde og større seleksjonspress (Øydna et al., 2026; Øydna et al., 2025). Ansvaret for å håndtere totalbelastning og prioriteringer skyves dermed ofte ned på utøveren selv (Bjørndal

& Gjesdal, 2020; Bjørndal & Ronglan, 2017). Samtidig forsterker økende profesjonalisering og kommersialisering eksisterende ulikheter i hvilke utviklingsbetingelser barn og unge får tilgang til. Ressurssterke miljøer kan tilby mer strukturert oppfølging og spesialiserte tilbud, mens andre står svakere stilt. Når tidlig og intensiv satsning i økende grad forutsetter betydelig foreldreinvestering i tid og økonomi, blir sosial bakgrunn en viktig differensierende faktor (Espedalen & Seippel, 2022).

Utøverens utvikling fremstår dermed ikke som et resultat av individuelle egenskaper alene, men som avhengig av kvaliteten på samhandlingen mellom aktørene– og av systemets evne til å skape koordinerte og bærekraftige utviklingsprosesser.

Talentutvikling som relasjonell og performativ praksis

Gjennomgangen av forskningen på talentidentifisering og -utvikling viser at tidlig seleksjon, lineære utviklingsmodeller og standardiserte vurderinger i liten grad fanger opp dem som faktisk lykkes som seniorutøvere. Samtidig peker analysen av den norske modellen på både stor fleksibilitet og tydelige utfordringer knyttet til koordinering, belastningsstyring og sosial ulikhet. Likevel kan verken funnene om seleksjon eller systemstrukturene alene forklare hvorfor noen utøvere trives og utvikler seg, mens andre møter stagnasjon, skader eller faller ut. For å forstå talentutviklingens komplekse og ofte uforutsigbare natur må vi derfor rette blikket mot det som skjer *i praksis* – i møtene mellom mennesker, i aktivitetens rytmer og krav og i de materielle og kulturelle konfigurasjonene som gjør visse utviklingsbaner mulige og andre usannsynlige.

I tradisjonell forståelse fremstår talent som noe som kan identifiseres, styrkes og videreutvikles som en individuell egenskap (Baker et al., 2020). Fremvoksende forskning utfordrer dette bildet. Talent må ikke forstås som en stabil kvalitet som sitter «i» utøveren; det blir til gjennom relasjoner, praksiser og materielle betingelser som gjør bestemte prestasjoner synlige, legitime og verdsatt (Olesen et al., 2020). Dette perspektivet markerer et skifte fra et essensialistisk til et relasjonelt og performativt talentbegrep, hvor talent forstås som noe som *skapes* i samspill mellom utøvere, trenere, støtteapparat, teknologi, oppgaver, arenaer og institusjoner (Kerr et al., 2022). Dette innebærer ikke bare en ny forståelse av talent, men en ontologisk forskyvning i hva som i det hele tatt regnes

som forklaring i talentutvikling: fra stabile egenskaper til relasjonelle prosesser og konfigurasjoner.

I en relasjonell ontologi, inspirert av tenkere som Deleuze, Latour og Rosa, eksisterer ikke egenskaper uavhengig av relasjonene som gjør dem mulig (Deleuze & Guattari, 2013; Latour, 2005; Rosa, 2019). Mestring, mot, ro eller «x-faktor» er ikke iboende kvaliteter, men fremvoksende effekter av bestemte konfigurasjoner av tid, rom, oppgaver, tilbakemeldinger og sosial anerkjennelse (Denison, 2023; Markula, 2019). Når en utøver «ser ut som et talent», skyldes det ikke at talentet (kun) ligger i kroppen, men at trenerens blikk, gruppens respons, tempo, materialitet og situasjonens affektive atmosfære virker sammen på måter som gjør visse uttrykk synlige og usynlige. Slike konfigurasjoner eller nettverk kan skapes, endres og brytes ned over tid (Camiré, 2022; Kerr et al., 2022).

En performativ ontologi, slik vi finner hos filosofer som Butler, Mol og Barad, forsterker dette perspektivet ved å vise at fenomener eksisterer gjennom handling (Barad, 2007; Butler, 2006; Mol, 2002). Talent er dermed ikke en kategori man *har*, men en praksis man kontinuerlig må *gjøre* for å opprettholde statusen som «lovende» (Camiré, 2025; Øydna & Bjørndal, 2022). I ungdomsidrett innebærer dette at utøvere lærer å produsere bestemte kroppsligheter og væremåter: å vise energi, å skjule smerte, å fremstå motivert, å tilpasse seg trenerens preferanser og å opptre riktig i kritiske situasjoner (Øydna et al., 2025). Talentstatusen blir derfor sårbar; den må opprettholdes gjennom kontinuerlig tilblivelse, og den kan forsvinne raskt dersom relasjonene og praksisene som bar den, faller bort.

For eksempel illustrerer Skrubbeltrang et al. (2016) hvordan elever i idrettsklasser formes til subjektet «den gode idrettseleven» – et identitetsarbeid som krever kontinuerlig innsats både på skolearenaen og i idretten. Olesen et al. (2020) viser at talent ofte fremstår som en «lånt posisjon»: Når trenerblikk, resultater eller sosiale relasjoner endres, kan talentstatusen trekkes tilbake, ikke fordi utøveren har endret seg som person, men fordi nettverket som opprettholdt talentet, oppløses. Talent fremstår dermed som et resultat av vedlikeholdsarbeid, ikke som en essens.

Treneren trer i denne forståelsen frem som en portvokter snarere enn som en nøytral fagperson (Skrubbeltrang et al., 2021). Trenerne distribuerer muligheter – spilletid, anerkjennelse, eksponering, utforskningsrom og individuell oppfølging – og er dermed medprodusenter av talent. Denne distribusjonen er samtidig en form for maktutøvelse: Gjennom vurderinger, prioriteringer og hverdagslige beslutninger definerer treneren hvilke uttrykk,

kroppsligheter og væremåter som gir verdi, og hvilke som marginaliseres (Mills & Bjørndal, 2025). Hvem som får rom til å feile, hvem som gis tålmodighet, og hvem som inviteres inn i utviklingssituasjoner, former hvem som fremstår som «lovende». Seleksjon blir dermed ikke bare et spørsmål om å identifisere talent, men om å *skape* talent gjennom ressursfordeling og vurdering av hvilke væremåter som passer inn i systemet (Røsten et al., 2023).

Et slikt perspektiv får tydelige implikasjoner. For det første flyttes analysen fra individuelle egenskaper til de relasjonelle og materielle konfigurasjonene som gjør bestemte prestasjoner mulige: Kvaliteten på talentutvikling avhenger av hvordan praksiser, relasjoner og institusjonelle rammer virker sammen over tid. For det andre utfordrer perspektivet grunnlaget for tidlig seleksjon, fordi talent ikke kan forstås som en stabil og identifiserbar egenskap, men noe som utvikles og vedlikeholdes i samspill (Morganti et al., 2023). For det tredje endres perspektivet på hva god coaching innebærer: ikke primært å forbedre individuelle egenskaper, men å forme relasjonelle og organisatoriske betingelser som gjør læring, utforskning og progresjon mulig (Camiré, 2025; Denison, 2022; Reinold, 2025).

I norsk idrett, hvor talentutvikling allerede foregår i et heterarkisk nettverk av klubber, skoler og særforbund, gir et relasjonelt og performativt perspektiv et fruktbart analytisk rammeverk. Det gjør det lettere å forklare hvorfor noen utviklingsløp blir helhetlige og bærekraftige, mens andre preges av fragmentering og sårbarhet. Rammeverket synliggjør hvordan strukturelle og sosiale ulikheter «oversettes» til praksis, og hvorfor tilgang til relasjoner, rom og anerkjennelse er avgjørende for hvem som faktisk får mulighet til å bli til som utøver.

Talentutvikling, forstått som relasjonell og performativ praksis, er derfor både en kritikk og en mulighet; en kritikk av essensialistiske forestillinger som skjuler makt og ulikhet, og en mulighet til å skape utviklingsmiljøer der flere kan lykkes, ikke fordi de «har» talent, men fordi betingelsene gir rom for å *bli* det.

Avslutning

Talentutvikling i norsk idrett utspiller seg i skjæringspunktet mellom breddeidrettsverdier, høye prestasjonsambisjoner og et komplekst samspill mellom klubber, skoler og særforbund. Gjennomgangen av forskningen viser tydelig at tidlig seleksjon og lineære utviklingsmodeller gir et skjevt bilde av hvem som faktisk lykkes. Forskningen underbygger at potensialet til mange unge utøvere formes av strukturelle forhold, sosiale

ulikheter og evnen til å koordinere praksisene på ulike utviklingsarenaer. Samtidig argumenterer vi for at talent ikke kan forstås som en medfødt egenskap som sitter «i» individet, men som noe som gjøres og blir til gjennom relasjoner, materialitet og hverdagslige situasjoner. Det er i møtene mellom trenere og utøvere, i organiseringen av hverdagen og i de små, tilbakevendende praksisene at utviklingsmuligheter skapes – eller lukkes.

Denne innsikten peker mot en mer nyansert og bærekraftig forståelse av talentutvikling, en forståelse som anerkjenner variasjon, sen modning, ikke-lineære karriereveier og betydningen av støtte, trygghet og tilhørighet. Den norske modellen rommer allerede mange av disse kvalitetene, men utfordres av økende profesjonalisering, fragmentering og sosial ulikhet som krever bevisste strukturelle og pedagogiske grep.

Til syvende og sist handler barne- og ungdomsidrett om mer enn å produsere fremtidens eliteutøvere. De fleste skal ikke til toppen, men alle barn og ungdom har rett til gode opplevelser, trygge miljøer og reelle muligheter til å utvikle seg. Meningen med barne- og ungdomsidrett er ikke talentutvikling; samtidig kan talentutvikling være dypt meningsfylt – når den skjer på måter som ivaretar mennesket og åpner snarere enn lukker dørene for deltakelse, læring, utvikling og prestasjon.

Om forfatterne

Christian Thue Bjørndal er førsteamanuensis ved Institutt for idrett og samfunnsvitenskap ved Norges idrettshøgskole. Han har doktorgrad i idrettsvitenskap, og forsker på idrettsskoler, talentutvikling, trenerrollen og pedagogisk praksis innen idretten, med særlig fokus på unges trivsel, helse og utvikling. Bjørndal har et kritisk blikk på idrettens samfunnsrolle, spesielt gjennomorganiseringen av barn og unges fritid. Han er sertifisert EHF Master Coach og har bred trenererfaring fra norsk elitehåndball. Bjørndal leder et forskningsprosjekt finansiert av Norges forskningsråd som undersøker elevers læring og utvikling ved spesialiserte idrettsungdomsskoler.

Lars Tore Ronglan er professor ved Institutt for idrett og samfunnsvitenskap ved Norges idrettshøgskole, og tidligere rektor på NIH. Han har doktorgrad i idrettssosiologi på en avhandling om prestasjonsgrupper i toppidretten. Ronglans forskningsfelt er organisering, ledelse og læring i ulike idrettslige kontekster, og han har publisert artikler og bøker både om ungdomsidrett og toppidrett. Han arbeider med prosjekter om den norske

idrettsmodellens styrker og utfordringer, særlig i lys av hvordan den norske modellen skiller seg fra andre lands organisering.

Referanser

- Abbott, S., Javet, M., Bested, S., Hackett, D., Romann, M. & Cobley, S. (2025). Is maturational growth more influential than training engagement in longitudinal adolescent physical performance development? *European Journal of Sport Science*, 25(5). <https://doi.org/10.1002/ejsc.12293>
- Adams, A. & Carr, S. (2019). Football friends: adolescent boys' friendships inside an English professional football (soccer) academy. *Soccer & Society*, 20(3), 471–493. <https://doi.org/10.1080/14660970.2017.1331164>
- Andersen, S. S., Bjørndal, C. T. & Ronglan, L. T. (2015). The ecology of talent development in the Nordic elite sport model. I S. S. Andersen, B. Houlihan & L. T. Ronglan (Red.), *Managing elite sport systems* (s. 49–66). Routledge.
- Bailey, R. & Collins, D. (2013). The standard model of talent development and its discontents. *Kinesiology Review*, 2(4), 248–259.
- Baker, J., Wilson, S., Johnston, K., Dehghansai, N., Koenigsberg, A., de Vegt, S. & Wattie, N. (2020). Talent research in sport 1990–2018: A scoping review. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.607710>
- Bakken, A. (2019). *Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar og hvem slutter i ungdomsidretten? [The position of sport in adolescence. Who participates and who drop-out of youth sports?]* (NOVA Rapport). NOVA. <http://hdl.handle.net/20.500.12199/1298>
- Bakken, A. (2024). *Ungdata 2024: Nasjonale resultater* (NOVA rapport). Oslo Metropolitan University. N. N. S. Research. https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3145138/Ungdata2024_NasjonaleResultater_UU.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bakken, A. & Strandbu, Å. (2023). *Idrettsdeltakelse blant ungdom – før, under og etter koronapandemien [Sports participation among youth – before, during, and after the COVID-19 pandemic]* (NOVA rapport). Oslo Metropolitan University. N. N. S. Research. <https://hdl.handle.net/11250/3063817>
- Barad, K. (2007). *Meeting the universe halfway: Quantum physics and the entanglement of matter and meaning*. Duke University Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctv12101zq>
- Barker-Ruchti, N. & Tinning, R. (2010). Foucault in leotards: Corporeal discipline in women's artistic gymnastics. *Sociology of Sport Journal*, 27(3), 229–250. <https://doi.org/10.1123/ssj.27.3.229>
- Barnsley, R. H. (2025). 40-years of relative age effects: Life is not fair! *Frontiers in Sports and Active Living*, 6. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1516173>
- Barth, M., Güllich, A., Macnamara, B. N. & Hambrick, D. Z. (2022). Predictors of junior versus senior elite performance are opposite: A systematic review and meta-analysis of participation patterns. *Sports Medicine*, 52(6), 1399–1416. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01625-4>
- Belling, A., Telseth, F. & Augestad, P. (2023). The professionalisation of youth football in Norway. I M. Szerovay, A. Nevala & H. Itkonen (Red.), *Football in the Nordic countries* (1st. utg., s. 106–118). Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781003280729-12/professionalisation-youth-football-norway-anders-belling-frode-telseth-p%C3%A5-augestad>
- Bjørndal, C. T., Andersen, S. S. & Ronglan, L. T. (2017). Successful and unsuccessful transitions to the elite level: The youth national team pathways in Norwegian handball. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13(4). <https://doi.org/10.1177/1747954117740014>

- Bjørndal, C. T., Bache-Mathiesen, L. K., Gjesdal, S., Moseid, C. H., Myklebust, G. & Luteberget, L. S. (2021). An examination of training load, match activities, and health problems in Norwegian youth elite handball players over one competitive season. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.635103>
- Bjørndal, C. T. & Espedalen, L. E. (2025). From acceleration to resonance: Reimagining Norwegian youth sport in a rapidly changing world. *Sport, Ethics and Philosophy*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/17511321.2025.2579507>
- Bjørndal, C. T. & Gjesdal, S. (2020). The role of sport school programmes in athlete development in Norwegian handball and football. *European Journal for Sport and Society*, 17(4), 374–396. <https://doi.org/10.1080/16138171.2020.1792131>
- Bjørndal, C. T., Luteberget, L. S. & Holm, S. (2018). The relationship between early and senior level participation in international women's and men's handball. *Journal of Human Kinetics*, 63(1), 73–84. <https://doi.org/10.2478/hukin-2018-0008>
- Bjørndal, C. T., Luteberget, L. S., Till, K. & Holm, S. (2018). The relative age effect in selection to international team matches in Norwegian handball. *PLoS One*, 13(12), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0209288>
- Bjørndal, C. T. & Ronglan, L. T. (2017). Orchestrating talent development: Youth players' developmental experiences in Scandinavian team sports. *Sports Coaching Review*, 1–22. <https://doi.org/10.1080/21640629.2017.1317172>
- Bjørndal, C. T. & Ronglan, L. T. (2019). Engaging with uncertainty in athlete development – orchestrating talent development through incremental leadership. *Sport, Education and Society*, 26(1), 104–116. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1695198>
- Boccia, G., Brustio, P. R., Rinaldi, R., Romagnoli, R., Cardinale, M. & Piacentini, M. F. (2023). Junior to senior transition pathway in Italian football: The rocky road to the top is not determined by youth national team's selections. *PLoS One*, 18(7), e0288594. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0288594>
- Boccia, G., Cardinale, M. & Brustio, P. R. (2020). World-class sprinters' careers: Early success does not guarantee success at adult age. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 16(3), 367–374. <https://doi.org/10.1123/ijssp.2020-0090>
- Boccia, G., Cardinale, M. & Brustio, P. R. (2021). Elite junior throwers unlikely to remain at the top level in the senior category. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 1–7. <https://doi.org/10.1123/ijssp.2020-0699>
- Brown, G. & Potrac, P. (2009). 'You've not made the grade, son': De-selection and identity disruption in elite level youth football. *Soccer & Society*, 10(2), 143–159. <https://doi.org/10.1080/14660970802601613>
- Brustio, P. R., Cardinale, M., Lupo, C., Varalda, M., De Pasquale, P. & Boccia, G. (2021). Being a top swimmer during the early career is not a prerequisite for success: A study on sprinter strokes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 24(12), 1272–1277. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2021.05.015>
- Butler, J. (2006). *Gender trouble*. Routledge.
- Camiré, M. (2022). A move to rethink life skills as assemblages: A call to postqualitative inquiry. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 14(6), 900–915. <https://doi.org/10.1080/2159676x.2021.2002395>
- Camiré, M. (2025). Sport coaching as intra-action: an agential realist diffraction. *Sports Coaching Review*, 14(3), 467–488. <https://doi.org/10.1080/21640629.2023.2242180>
- Chroni, S., Medgard, M., Nilsen, D. A., Sigurjónsson, T. & Solbakken, T. (2018). *Treneren i norsk idrett: En nasjonal kartlegging av trenere og trenerrollen*. Universitetet i Innlandet. <http://hdl.handle.net/11250/2569675>
- Clarke, N. J., Cushion, C. J. & Harwood, C. G. (2018). Players' understanding of talent identification in early specialization youth football. *Soccer & Society*, 1–15. <https://doi.org/10.1080/14660970.2018.1432388>

- Costello, I., Taylor, J. & Macnamara, Á. (2024). Hedge trimming or tree felling? Context and systemic factors in talent system recruitment and selection decisions. *Journal of Expertise*, 7(3), 73–92.
- Coutinho, P., Mesquita, I. & Fonseca, A. M. (2016). Talent development in sport: A critical review of pathways to expert performance. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(2), 279–293. <http://spo.sagepub.com/content/11/2/279.abstract>
- Cushion, C. J. & Jones, R. L. (2014). A Bourdieusian analysis of cultural reproduction: socialisation and the ‘hidden curriculum’ in professional football. *Sport Education and Society*, 19(3), 276–298. <https://doi.org/10.1080/13573322.2012.666966>
- de la Rubia, A., Lorenzo, A., Bjørndal, C. T., Kelly, A. L., García-Aliaga, A. & Lorenzo-Calvo, J. (2021). The relative age effect on competition performance of Spanish international handball players: A longitudinal study. *Frontiers in Psychology*, 12(2462), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.673434>
- De La Rubia, A., Lorenzo-Calvo, J. & Lorenzo, A. (2020). Does the relative age effect influence short-term performance and sport career in team sports? A qualitative systematic review. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01947>
- Deleuze, G. & Guattari, F. (2013). *A thousand plateaus*. Bloomsbury Academic.
- Denison, J. (2022). Coaching matters: Programming, pedagogy and performance. *Sports Coaching Review*, 1–20. <https://doi.org/10.1080/21640629.2022.2140396>
- Denison, J. (2023). Movement, meaning and matter: Understanding skillful action in sport. *Quest*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/00336297.2022.2153707>
- Dowling, F. (2025). “Adults know what’s best for children!”: A critical narrative analysis of children’s participation rights in sports. *International Review for the Sociology of Sport*, 0(0), 10126902251391784. <https://doi.org/10.1177/10126902251391784>
- Ellingsen, J. E. & Danielsen, A. G. (2017). Norwegian children’s rights in sport and coaches’ understanding of talent. *The International Journal of Children’s Rights*, 25(2), 412–437. <https://doi.org/10.1163/15718182-02502006>
- Espedalen, L. E. & Seippel, Ø. (2022). Dropout and social inequality: Young people’s reasons for leaving organized sports. *Annals of Leisure Research*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/11745398.2022.2070512>
- Gammelsæter, H., Herskedal, K. M. & Egilsson, B. (2023). Commodification spiralling down to the football’s grassroots: A case study on football’s ecological development. *Managing Sport and Leisure*, 1–17. <https://doi.org/10.1080/23750472.2023.2182826>
- Gennings, E., Kavanagh, E., Hunter, A. & Jones, I. (2025). A critical examination of children’s well-being and well-becoming in a professional youth football academy. *Sport in Society*, 1–17. <https://doi.org/10.1080/17430437.2025.2543805>
- Gjesdal, S. (2025). A coach perspective on a mastery motivational climate in the competitive youth soccer context. *The Sport Psychologist*, 39(1), 46–55. <https://doi.org/10.1123/tsp.2023-0110>
- Gjesdal, S., Seippel, Ø., Waldenstrøm, S. R. & Bjørndal, C. T. (2024). *Spilleroverganger i ungdoms fotballen i Oslo 2009-2023 [Player transfers in youth football in Oslo 2009-2023]*. Norwegian School of Sport Sciences. <https://hdl.handle.net/11250/3130022>
- Green, K., Thurston, M., Vaage, O. & Roberts, K. (2015). ‘[We’re on the right track, baby], we were born this way!’ Exploring sports participation in Norway. *Sport, Education and Society*, 20(3), 285–303. <https://doi.org/10.1080/13573322.2013.769947>
- Grendstad, H. & Hallén, J. (2023). Effects of adding high-intensity training during an 8-week period on maximal oxygen uptake in 12-year-old youth athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, n/a(n/a). <https://doi.org/10.1111/sms.14489>
- Güllich, A. & Barth, M. (2023). Effects of early talent promotion on junior and senior performance: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1007/s40279-023-01957-3>

- Güllich, A., Barth, M., Hambrick, D. Z. & Macnamara, B. N. (2025). Recent discoveries on the acquisition of the highest levels of human performance. *Science*, 390(6779), eadt7790. <https://doi.org/10.1126/science.adt7790>
- Güllich, A., Macnamara, B. N. & Hambrick, D. Z. (2021). What makes a champion? Early multidisciplinary practice, not early specialization, predicts world-class performance. *Perspectives on Psychological Science*, 174569162097477. <https://doi.org/10.1177/1745691620974772>
- Hagum, C. N., Tønnessen, E., Nesse, M. A. & Shalfawi, S. A. I. (2023). A holistic analysis of team dynamics using relational coordination as the measure regarding student athlete total load: A cross-sectional study. *Sports*, 11(5), 104. <https://doi.org/10.3390/sports11050104>
- Hagum, C. N., Tønnessen, E. & Shalfawi, S. A. I. (2022). Progression in training volume and perceived psychological and physiological training distress in Norwegian student athletes: A cross-sectional study. *PLoS One*, 17(2), e0263575. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263575>
- Herman, D. C., Nelson, V. R., Montalvo, A. M., Myer, G. D., Brenner, J. S., Difiori, J. P., Jayanthi, N. A., Marshall, S. W., Kliethermes, S. A., Beutler, A. I. & Tenforde, A. S. (2022). Systematic review of health organization guidelines following the AMSSM 2019 Youth Early Sport Specialization Summit. *Sports Health: A Multidisciplinary Approach*, 14(1), 127–134. <https://doi.org/10.1177/19417381211051371>
- Herrebrøden, H. & Bjørndal, C. T. (2022). Youth international experience is a limited predictor of senior success in football: The relationship between U17, U19, and U21 experience and senior elite participation across nations and playing positions. *Frontiers in Sports and Active Living*, 4, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.875530>
- Ibsen, B. & Seippel, Ø. (2010). Voluntary organized sport in Denmark and Norway. *Sport in Society*, 13(4), 593–608. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=s3h&AN=50038445&site=ehost-live>
- Jakobsson, J., Julin, A. L., Persson, G. & Malm, C. (2021). Darwinian selection discriminates young athletes: The relative age effect in relation to sporting performance. *Sports Medicine - Open*, 7(1). <https://doi.org/10.1186/s40798-021-00300-2>
- Johnston, K., Wattie, N., Schorer, J. & Baker, J. (2018). Talent identification in sport: A systematic review. *Sports Medicine*, 48(1), 97–109. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0803-2>
- Kerr, R., Edwards, S. & Konoval, T. (2022). The athlete-as-network and the athlete multiple: Potential contributions of actor-network theory to sports coaching research. *Sports Coaching Review*, 11(1), 5–22. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1995238>
- Kjønniksen, L., Anderssen, N. & Wold, B. (2009). Organized youth sport as a predictor of physical activity in adulthood. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 19(5), 646–654. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2008.00850.x>
- Konoval, T., Denison, J. & Mills, J. (2021). Fitting in and getting fit: A post-structuralist analysis of athletes' experiences of less disciplinary coaching practices. *Sports Coaching Review*, 10(3), 249–273. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1896210>
- Kristiansen, E. & Houlihan, B. (2017). Developing young athletes: The role of private sport schools in the Norwegian sport system. *International Review for the Sociology of Sport*, 52(4), 447–469. <https://doi.org/10.1177/1012690215607082>
- Kristiansen, E. & Stensrud, T. (2016). Young female handball players and sport specialisation: how do they cope with the transition from primary school into a secondary sport school? *British Journal of Sports Medicine*. <http://bjsm.bmj.com/content/early/2016/09/06/bjsports-2016-096435.abstract>
- Kristiansen, E. & Stensrud, T. (2020). Talent development in a longitudinal perspective: Elite female handball players within a sport school system. *Translational Sports Medicine*, 3(4), 364–373. <https://doi.org/10.1002/tsm2.143>

- Kårhus, S. (2016). What limits of legitimate discourse? The case of elite sport as ‘thinkable’ official knowledge in the Norwegian national curriculum. *Sport, Education and Society*, 21(6), 811–827. <https://doi.org/10.1080/13573322.2014.975112>
- Lang, M. (2010). Surveillance and conformity in competitive youth swimming. *Sport, Education and Society*, 15(1), 19–37. <https://doi.org/10.1080/13573320903461152>
- Latour, B. (2005). *Reassembling the social: An introduction to actor-network-theory*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780199256044.001.0001>
- Lemoine, J., Bospomoshchnov, V. A. & Saarinen, M. (2025). Relative age effects and player pathways in international ice hockey: A longitudinal multi-cohort analysis. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1583349>
- Manley, A., Palmer, C. & Roderick, M. (2012). Disciplinary power, the oligopticon and rhizomatic surveillance in elite sports academies. *Surveillance & Society*, 10(3/4), 303–319. <https://doi.org/10.24908/ss.v10i3/4.4281>
- Manley, A., Roderick, M. & Parker, A. (2016). Disciplinary mechanisms and the discourse of identity: The creation of ‘silence’ in an elite sports academy. *Culture and Organization*, 22(3), 221–244. <https://doi.org/10.1080/14759551.2016.1160092>
- Markula, P. (2019). *Deleuze and the physically active body*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315543789>
- Mills, J. & Bjørndal, C. T. (2025). Endurance running coaching’s mechanical topography: A Foucauldian discourse analysis of coaches’ knowledges. *Sports Coaching Review*, 1–14. <https://doi.org/10.1080/21640629.2025.2541142>
- Moesch, K., Elbe, A. M., Hauge, M. L. T. & Wikman, J. M. (2011). Late specialization: The key to success in centimeters, grams, or seconds (cgs) sports. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 21(6), 282–290.
- Moesch, K., Hauge, M., Wikman, J. M. & Elbe, A.-M. (2013). Making it to the top in team sports: Start later, intensify, and be determined! *Talent development & Excellence*, 5(2), 85–100.
- Mol, A. (2002). *The body multiple: Ontology in medical practice*. Duke University Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctv1220nc1>
- Morganti, G., Lascu, A., Apollaro, G., Pantanella, L., Esposito, M., Grossi, A. & Ruscello, B. (2023). (Beyond) the field of play: Contrasting deterministic and probabilistic approaches to talent identification and development systems. *Sport, Education and Society*, 1–14. <https://doi.org/10.1080/13573322.2023.2212689>
- Moseid, C. H., Myklebust, G., Fagerland, M. W., Clarsen, B. & Bahr, R. (2018). The prevalence and severity of health problems in youth elite sports: A 6-month prospective cohort study of 320 athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(4), 1412–1423. <https://doi.org/10.1111/sms.13047>
- NIF. (2019). *Children’s rights in sports: The provisions of children’s sport*. NIF. https://flippage.impleweb.no/dokumentpartner/8a4ab125083149639ebc3b0c0c7cd0a5/82_19_Barneidrettsbestemmelsene_EN.pdf#page=1
- Niklasson, E., Lindholm, O., Rietz, M., Lind, J., Johnson, D. & Lundberg, T. R. (2024). Who reaches the NHL? A 20-year retrospective analysis of junior and adult ice hockey success in relation to biological maturation in male Swedish players. *Sports Medicine*, 54(5), 1317–1326. <https://doi.org/10.1007/s40279-023-01985-z>
- Olesen, J. S., Nielsen, J. C. & Søndergaard, D. M. (2020). Disassembling and reassembling a sports talent. *Culture Unbound*, 12(2), 1–21. <https://doi.org/10.3384/cu.2000.1525.20200526a>
- Parker, A. & Manley, A. (2017). Goffman, identity and organizational control: Elite sports academies and social theory. *Sociology of Sport Journal*, 34(3), 211–222. <https://doi.org/10.1123/ssj.2016-0150>
- Persson, M. (2022). Playing without goals: Gendered practices in recreational youth football. *Journal of Youth Studies*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/13676261.2021.2022641>

- Persson, M., Espedalen, L. E., Stefansen, K. & Strandbu, Å. (2019). Opting out of youth sports: How can we understand the social processes involved? *Sport, Education and Society*, 25(7), 842–854. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1663811>
- Reinold, M. (2025). Resonant coaching in sport—a late modern approach. *Sport, Ethics and Philosophy*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/17511321.2025.2579509>
- Ronglan, L. T. (2014). Elite sport in Scandinavian welfare states: Legitimacy under pressure? *International Journal of Sport Policy and Politics*, 7(3), 1–19.
- Rosa, H. (2019). *Resonance – a sociology of our relationship to the world*. Polity Press.
- Rubia, A., Bjørndal, C. T., Sanchez-Molina, J., Yague, J. M., Calvo, J. L. & Maroto-Izquierdo, S. (2020). The relationship between the relative age effect and performance among athletes in World Handball Championships. *PLoS One*, 15(3), e0230133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0230133>
- Røsten, S., Sæther, S. A., Aspvik, N. P. & Bjørndal, C. T. (2023). Embedded, embodied, enculturated, and enabling processes: The identification and evaluation of sporting talent by ice hockey coaches in Norwegian youth national teams. *International Sport Coaching Journal*, 1–11. <https://doi.org/10.1123/iscj.2022-0058>
- Seippel, Ø. (2019). Professionalization of voluntary sport organizations – a study of the Quality Club Programme of the Norwegian Football Association. *European Sport Management Quarterly*, 19(5), 666–683. <https://doi.org/10.1080/16184742.2019.1579240>
- Skille, E. Å., Strittmatter, A.-M., Stenling, C. & Fahlén, J. (2024). The professionalization of the role of the coach: Transforming the last bastion of the Scandinavian welfare-sport model. *Sport in Society*, 27(12), 1994–2013. <https://doi.org/10.1080/17430437.2024.2411779>
- Skrubbeltrang, L. S., Karen, D., Nielsen, J. C. & Olesen, J. S. (2020). Reproduction and opportunity: A study of dual career, aspirations and elite sports in Danish SportsClasses. *International Review for the Sociology of Sport*, 55(1), 38–59. <https://doi.org/10.1177/1012690218789037>
- Skrubbeltrang, L. S., Olesen, J. S. & Nielsen, J. C. (2016). How to stay becoming – living up to the code of conduct in a sports class. *Ethnography and Education*, 11(3), 371–387. <https://doi.org/10.1080/17457823.2015.1109467>
- Skrubbeltrang, L. S., Olesen, J. S. & Nielsen, J. C. (2021). The coach as gatekeeper, distributor of resources and partner for sports talents. *Sports Coaching Review*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/021640629.2021.1978730>
- Solstad, G. M., & Sandvik, M. R. (2024). *Frivillig i idrettslag: Idrettsorganisering i spennet mellom forening og forretning* (NOVA Rapport). OsloMet – storbyuniversitetet. <https://hdl.handle.net/11250/3129457>
- Sothorn, N. A. & O’Gorman, J. (2021). Exploring the mental health and wellbeing of professional academy footballers in England. *Soccer & Society*, 22(6), 641–654. <https://doi.org/10.1080/14660970.2021.1952693>
- Storm, L. K., Henriksen, K. & Krogh, C. M. (2012). Specialization pathways among elite Danish athletes: A look at the developmental model of sport participation from a cultural perspective. *International Journal of Sport Psychology*, 43(3), 199–222.
- Sweeney, L., de la Rubia, A., Taylor, J. & Bjørndal, C. T. (2024). Looking beyond relative age to understand relative advantage and disadvantage in talent development. *Front Sports Act Living*, 6, 1470944. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1470944>
- Sæther, S. A., Feddersen, N., Andresen, E. & Bjørndal, C. T. (2022). Balancing sport and academic development: Perceptions of football players and coaches in two types of Norwegian school-based dual career development environments. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 1–13. <https://doi.org/10.1177/17479541221111462>
- Tuastad, S. (2019). The Scandinavian sport model: Myths and realities. Norwegian football as a case study. *Soccer & Society*, 20(2), 341–359. <https://doi.org/10.1080/14660970.2017.1323738>
- Verbeek, J., M., N. A. S., Steffie, V. D. S., W., V. Y. N. & Den Hartigh, R. J. R. (2025). Career patterns within men’s and women’s soccer talent systems: The typical pathway to the top is

- atypical. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 1–17. <https://doi.org/10.1080/24748668.2025.2479940>
- Wrang, C., Martin, L., Rossing, N. & Agergaard, S. (2023). How do young athletes experience selection and nonselection? An ethnographic study of talent categorization and identification processes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 12. <https://doi.org/10.1037/spy0000325>
- Øydna, M. L. & Bjørndal, C. T. (2022). Youth athlete learning and the dynamics of social performance in Norwegian elite handball. *International Review for the Sociology of Sport*, 10126902221140844. <https://doi.org/10.1177/10126902221140844>
- Øydna, M. L., Nielsen, J. C. & Bjørndal, C. T. (2026). Power, discourse, and practice: Exploring athlete development as an educational discursive practice in a Norwegian lower secondary sports school. *Sport, Education and Society*, 31(2), 171–185. <https://doi.org/10.1080/13573322.2024.2387799>
- Øydna, M. L., Saarinen, M., Nielsen, J. C. & Bjørndal, C. T. (2025). “You can definitely tell she’s truly committed”: Student-athletes’ discursive construction of athletic commitment during transitions in secondary school. *Frontiers in Sports and Active Living*, Volume 7. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1658234>

KAPITTEL 4

Norsk treningskunst: et innblikk i topptrenernes rolle. En scoping review

Frank Abrahamsen Norges idrettshøgskole, Norge

Abstract: Norway's success in elite sports is particularly notable given its population size and Olympic medal count, making it a unique case study in this field. Thus, the following scoping review examines the unique aspects of coaching in elite sports in Norway, offering insights into the cultural and organizational conditions that shape coaching practices in this context. The aim was to explore how Norwegian elite sports coaches perceive and operate within their roles, with emphasis on the cultural and organizational influences specific to Norway. This review examines literature on the unique aspects of Norwegian elite sports coaching, highlighting distinct coaching methods, Norwegian cultural influences, and the organizational frameworks prevalent in Norway. Drawing on Bronfenbrenner's ecological framework, this review analyzes the societal levels that uniquely influence coaching in Norway, including Norway's macro-level cultural values, specific exosystem factors within Norwegian sports organizations, and mesosystem interactions among stakeholders in the Norwegian context. The findings illustrate that the coaching culture in Norway is characterized by an egalitarian and developmental approach that reflects the country's values and traditions. Sources were identified through systematic literature searches across multiple databases, with specific search strings related to coaching in Norway, Scandinavia, and the Nordics. The existing literature suggests a predominantly egalitarian coaching style in Norway, emphasizing mentorship over authoritarian leadership. This review ultimately aims to address critical research gaps concerning Norwegian coaching culture and contribute to a deeper understanding of how it shapes elite sports practices within Norway's unique social and cultural framework.

Keywords: elite sport, coaching, culture, Norway, egalitarian, leadership

Sitering: Abrahamsen, F. (2026). Norsk treningskunst: Et innblikk i topptrenernes rolle. En scoping review. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 4, s. 91–110). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch4>
Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

Innledning

Norge har oppnådd bemerkelsesverdig suksess i toppidrett, spesielt når man vurderer antall OL-medaljer i forhold til folketallet. Til tross for Norges begrensede befolkning har vi konsekvent prestert på høyt nivå, både i sommeridretter og spesielt i vinteridretter (Winter_Olympic_Games#Medal_leaders_by_year, 2026). Denne suksessen har ikke bare fått økt oppmerksomhet, men har også vekket internasjonal interesse for metodene og tilnærmingene som har formet Norges idrettsprestasjoner (f.eks. Britton, 2018; Culpepper, 2018; Waldie, 2022). Ved å analysere de forskjellige faktorene som påvirker trenernes arbeid, inkludert samarbeid, kommunikasjonsmønstre, og de spesifikke sosiale normene i sporten, vil artikkelen kunne bidra til en dypere forståelse av hvordan trenere påvirker idrettsprestasjoner i Norge. Videre kan denne innsikten være relevant for å belyse lignende fenomen i en bredere, skandinavisk kontekst. Derfor favner teksten mange samfunnsnivåer når det gjelder trenergjerning, og Bronfenbrenner (2004) sin modell brukes til å presentere funnene. I sammendraget ville jeg se spesifikt på Norge, men jeg valgte også å gå gjennom litteratur fra andre skandinaviske land. Dette fordi det er relativt få funn i enkelte områder, og fordi landene har mye til felles, politisk og kulturelt. For interesserte lesere vil jeg også anbefale å lese Andersen og Ronglan (2012) og De Bosscher et al. (2008).

Toppidrett i Norge

Det kan være at vi i Norge utøver lederskap og trenerskap på en annen måte enn i andre land. Tidligere OL-vinner og landslagstrener Tor Arne Hetland sier for eksempel følgende (Waldie, 2022):

Selv på elitenivå er coaching langt mindre rigid i Norge enn i mange andre land. Hvis du lærer bort ferdigheter og lidenskap, utvikler utøverne seg selv. Utøvere coacher delvis seg selv, med trenere som mer mentorer og mindre som diktatorer.

I den samme kronikken av Waldie (2022) følger toppidrettssjef Tore Øvrebø opp med sin idrettsreise og sitt syn på den norske idrettsmodellen, fra å ha konkurrert i roing i OL i 1988 til å lede Olympiatoppen. Tidlig drev han med ulike idretter som fotball og håndball, men som 13-åring begynte han i en roklubb – en klubb med mange olympiske utøvere. Disse ble raskt mentorer og trenere for ham, og de truet med å sparke ham ut av laget hvis han

forsømte studiene. «Det er den store forskjellen», sa Øvrebø. «I Norge er det som om vi utvikler borgere og ikke bare idrettsutøvere» (Waldie, 2022).

Professor og tidligere rektor ved Norges idrettshøgskole Lars Tore Ronglan peker på noe av det samme. I et bokkapittel (Ronglan, 2019, s. 23) innleder han med hvordan utenlandske trenere som kommer til Norge, kan oppleve betydelige utfordringer i starten. Ronglan forteller om en trener som i løpet av sitt første år i Norge gjorde mange feil, og som i ettertid fant det merkelig at han beholdt jobben etter denne sesongen. Etter seks år i Norge følte treneren seg mer effektiv i jobben, mye takket være en dypere forståelse av den norske kulturen. Kultur her inkluderer det politiske klimaet, de egalitære verdiene, betydningen av idrett og funksjonene til frivillige organisasjoner. Trenerens erfaring reflekterer en bredere problemstilling innen forskning på treneres rolleforståelse: behovet for å kontekstualisere kunnskap på forskjellige nivåer. Feddersen et al. (2021) fremhever i sin studie av britisk OL-idrett at det er få studier som har undersøkt de makrokulturelle forholdene innen idrett. Dette gapet i forskningen er sentralt, hvor blant annet Ronglan (2019) argumenterer for viktigheten av å forstå hvordan samfunnsmessige, kulturelle og organisatoriske faktorer påvirker treningsprosesser. Ronglan (2019) advarer også om at trenere som opererer med en autoritær tilnærming i en skandinavisk kontekst, kan risikere å undergrave sin egen autoritet.

I møte med trenere i toppidrett, både i praksis og gjennom forskning, har jeg også opplevd mange av de samme fenomenene i norsk toppidrett som beskrevet over. Jeg har jobbet med over 60 ulike landslag og har vært i fire OL og fire paralympiske leker som idrettspsykologisk rådgiver, og jeg har liknende erfaringer som dem Ronglan (2019) beskriver. Jeg har også jobbet tett med norsk trenerutdanning gjennom Norges idrettsforbund (NIF) de siste 15 årene. Som Ronglan har også jeg opplevd at utenlandske trenere strever i starten i Norge, men også at norske trenere strever i starten i utlandet, ofte fordi forventningene til trenere i utlandet kan innebære en mer autokratisk lederstil, en stil som flere peker på er motstykket til den mer egalitære og samarbeidende tilnærmingen som er vanlig i Norge (Abrahamsen & Bentzen, 2025; Abrahamsen & Chroni, 2021; Hansen et al., 2021; Haraldsen et al., 2020; Skille et al., 2020). I en studie som er illustrerende for dette kapittelet, undersøkte Skille og Chroni (2018) hvordan ni sportssjefer så på sin egen påvirkning av toppidretten i syv norske særforbund. Skille og Chroni (2018) identifiserte fem grunnmønstre (mine oversettelser av grunnmønstre), hvorav tre gikk på

organisasjonskulturen (utviklingsorientering, hardtarbeidende team og egalitære strukturer), og de siste to på selve gjennomføring av jobben de gjorde (dedikasjon og nærhet).

Selv om både praktiske erfaringer og forskning, som nevnt over, peker på at Norge kan skille seg ut med tanke på hvordan trenerrollen utøves, finnes det, så vidt jeg vet, ingen studier som prøver å sammenfatte slik forskning. Som nevnt vil derfor dette litteratursammendraget forsøke å belyse de spesifikke forholdene som er unike for norsk toppidrettskontekst og trenerrollen. Gjennom denne tilnærmingen vil artikkelen ikke bare fylle et viktig forskningshull. Selv om mye synes likt i Norden og Skandinavia, er det også forskjeller. Ved å tilby en fyldig gjennomgang av elitetrenerkulturen i Norge kan funnene kanskje informere og utfordre gjeldende teorier om trening og ledelse i de skandinaviske landenes idrettsmiljøer som helhet.

Kulturell idrettspsykologi

I løpet av de siste to tiårene har kulturell idrettspsykologi vokst som område i idrettspsykologi (f.eks. Castillo et al., 2022). Feltet har blitt mer sensitivt for sosiokulturelle faktorer, med økt oppmerksomhet på kvalitativ forskning og kulturelt kompetent praksis, og flere forfattere har fremhevet konsekvensene for fagfeltet (f.eks. Quartiroli et al., 2020; Ryba et al., 2010; Ryba et al., 2013; Schinke & Moore, 2011). Denne review-studien har søkelys på nettopp kulturelle og organisatoriske betingelser, som gir et stort og komplekst felt, og derfor er scoping review valgt (se Grant & Booth, 2009). Som Schinke og Moore (2011) minner oss på, er det selvsagt ingen definitiv tilnærming for å jobbe med mennesker – det finnes mange fremgangsmåter. Det er selvsagt store forskjeller på miljøer, tilnærminger og tradisjoner i et land også, men på samme tid legger holdninger, tradisjoner og retningslinjer føringer for hvordan vi samhandler som mennesker.

Norsk idrett og Bronfenbrenner

Andersen og Ronglan (2011, s. 5) skriver at det er gjort lite forskning på organisering og lederskap i eliteidrett i Norden. To viktige unntak fra forskningsmangelen siden 2011 er blant andre Lundqvist et al. (2025) og Næss og Svendsen (2024), men på grunn av utvalgskriteriene er disse dessverre ikke inkludert i dette sammendraget. Lundqvist et al. (2025) har gjort et sammendrag av skadelige eliteidrettsmiljøer internasjonal, men ikke

i Norge. Næss og Svendsen (2024) har brukt Jung til å se på lederskap i Europa, hvor nivå, land og type lederskap er uklart.

Derfor vil dette litteratursammendraget forsøke å fylle forskningsmangelen, og forskningsfunnene om norske elitetreneres rolle blir diskutert ut fra Bronfenbrenner (1979) sin tilnærming, spesifikt med tanke på makro-, meso-, ekso- og mikrosystem. Det såkalte kronosystemet i modellen ble valgt bort på grunn av plass og få longitudinelle studier (se f.eks. Andersen & Ronglan, 2015; Goksøyr & Hanstad, 2012).

På makrosystemnivå påvirkes trenerens praksis av kulturelle og samfunnsmessige verdier, inkludert den norske velferdsmodellen, likestilling og demokratiske prinsipper. Disse verdiene former trenerrollen og forventningene til trenerens lederskap. På eksosystemnivå blir bredere sosiale systemer som direkte eller indirekte påvirker trenerne, relevante. Disse inkluderer trenerløypen (se www.idrettsforbundet.no, 2026) samt verdigrunnlaget i Norges idrettsforbund, særforbund og den overordnede idrettspolitikken. Mesosystemnivået er orientert mot interaksjonen mellom ulike mikrosystemer (Bronfenbrenner, 1979). Her kan samarbeidet mellom trenere, skoler, foreldre og idrettslag illustrere hvordan ulike ledelsesstiler (f.eks. demokratisk versus autokratisk) påvirker samarbeid og kommunikasjon. Mikrosystemet omhandler de umiddelbare omgivelsene som direkte påvirker trenerne, som relasjoner med utøvere, foreldre og kolleger. Med gjennomgangen over som bakgrunn ønsker jeg å undersøke hvordan topptrenere i norsk eliteidrett utøver sin rolle, samt hvilke kulturelle og organisatoriske faktorer som påvirker deres praksis.

Metode

I startfasen av denne studien (april 2024) innledet jeg arbeidet med å få større oversikt over forskning på temaet ved bruk av enkle litteratursøk og ved å snakke med kolleger i feltet. Det ble tidlig klart at det var stor spredning i funnene med tanke på nivåene i Bronfenbrenner sin modell – en sentral grunn til at scoping review ble valgt (se Grant & Booth, 2009). Basert på disse foreløpige søkene ble en søkestreng for det systematiske litteratursøket utviklet (se under).

Kartleggingsstudier skal være systematiske og transparente (Grant & Booth, s. 101). I denne sammenheng er blant annet PRISMA (Tricco et al., 2016) og PRISMA-ScR (Tricco et al., 2018) relevante referanselister utarbeidet for review-studier. I denne studien har PRISMA-ScR for scoping

review blitt fulgt, eksempelvis ved å identifisere studiens formål i tittel og ved å gi bakgrunn for hvorfor reviewen trengs, og for hvilke søkemotorer og søkestrenger (se under) som er brukt. Databasene ble valgt på bakgrunn av tema (f.eks. idrettslitteratur, psykologi, ledelse), og Google Scholar som ofte gir mange funn.

En ulempe ved denne typen review er typisk manglende prosess for å kvalitetsvurdere de tidligere studiene, noe som også anerkjennes i PRISMA-ScR (Tricco et al., 2018, s. 23), hvor punkt 12 (om kvalitetsvurdering) er regnet som alternativt. Derfor ses en scoping review ofte som midlertidig før andre typer reviewer (f.eks. systematiske reviewer) kan gjennomføres. En scoping review anses som hensiktsmessig om man vil gjøre en foreløpig vurdering av et eksisterende forskningsfelt (Arksey & O'Malley, 2005; Grant & Booth, 2009), og Tricco et al. (2016) beskriver hvordan tilnærmingen kan være nyttig til å avklare sentrale temaer og eventuelle mangler i litteraturen.

I tidligere studier har vi meldt inn studiene i PROSPERO (f.eks. Bartura et al., 2024; Kristensen et al., 2022; Wedege et al., 2024), men det praktiske (spennet i funnene) og deadline forhindret innmelding i slike registre i dette dokumentet. Jeg har likevel prøvd å følge Arksey og O'Malley (2005, s. 22) sine steg for gjennomføringen av reviewen. Kort fortalt er disse stegene som følger: 1) identifisere forskningsspørsmålet, 2) identifisere relevante studier, 3) velge seleksjonskriterier for inklusjon og eksklusjon, 4) systematisere data og 5) sammenfatte funn av studiene. Fordi funnene var relatert til ulike nivåer av forskning (for eksempel fra makro- til mikrosystem), ble trinn 3 mer utfordrende enn planlagt for å oppnå ønsket presisjon (se også Tricco et al., 2018, s. 12, 23).

Søkeprosedyre

Under beskrives den systematiske søkeprosessen som ble basert på de innledende undersøkelsene. I perioden fra 3. oktober 2024 til 5. januar 2025 gjennomførte jeg flere systematiske litteratursøk i følgende databaser: PsycInfo (Ovid), PubMed (NIH), SPORTDiscus (EBSCOhost) og Google Scholar. Søkestrengen jeg brukte, med tilpasning til de ulike databasene, var: [(coach*) AND ('Norway*' OR 'Nordic*' OR 'Scandinavia*') AND ('elite sport' OR 'high level sport' OR 'elite coaching')]. Søket på SPORTDiscus 7. januar 2025 ga for eksempel en treffliste med 347 funn ved bruk av søkeordene 'coach' AND 'role' AND 'sports' AND 'Norway', mens andre søk resulterte i så få som 56 funn.

I gjennomgangen av disse funnene leste jeg først grundig titler og sammendrag for å se om de var relevante for reviewen. Spesifikt så jeg etter om studiene handlet om topptrenere, primært i norsk eliteidrett (jeg sjekket også for skandinavisk og nordisk forskning), deres utøvelse av trenerrollen samt de kulturelle og organisatoriske faktorene som påvirker deres praksis. Mange av funnene fra søkene var relatert til samfunnspolitikk på andre områder (se f.eks. Bondeson, 2005), forskning på fysisk aktivitet i Skandinavia, Norden og Europa (Dohrn et al., 2024; Fridberg, 2010), historisk forskning som ikke er relevant her (Skjeldal, 2022), og studier av barne- og ungdomstrenerne (Tuastad, 2019). Var jeg i tvil, leste jeg artikkelen under denne screeningen samtidig som jeg var fleksibel med hensyn til hvor godt forskningen traff de relevante nøkkelordene. I tillegg ble det i etterkant utført manuelle søk etter relevante forskere, noe som ga en ekstra inkludert studie (Augestad & Hjelseth, 2024).

Resultat og diskusjon

For å sammenfatte og tolke dataene har jeg valgt å grovsortere funnene etter nivåene til Bronfenbrenner (2004). De fleste studiene kan typisk innplasseres på ett til to nivåer, men enkelte artikler har vært spesielt vanskelige å plassere i denne modellen. Innplassering i modellen blir kommentert i teksten der det er relevant.

Makrosystemnivå

Andersen og Ronglan (2012, s. 11) beskriver Norge som det nordiske landet med størst tradisjon for desentralisering og egalitarisme, men også som landet med det mest sentraliserte eliteidrettssystemet. Den sosiale strukturen til den norske idrettsbevegelsen reflekteres blant annet i verdiene og søkelyset til NIF, hvilket gjelder alle tilknyttede særforbund (Hansen et al., 2021, s. 3). Verdiene fungerer som retningslinjer for hva som anses som ønskelig eller passende trenergjerning, og de er også i tråd med begrunnelsen den norske stat gir for sin støtte til toppidrett (Hansen et al., s. 5), spesifikt med tanke på toppidrettens evne til å skape identitet og dens «bidrag til en positiv prestasjonskultur» (Meld. St. 26 (2011–2012)). I studien peker Hansen og kolleger (2021, s. 17) på at alle de tre intervjuede landslagstrenerne utviklet sine respektive lag til institusjoner på grunnlag av de viktigste verdiene i norsk idrett og samfunn, men funnene i studien

er relevante for flere nivåer i Bronfenbrenner (2004) sin modell. Det er viktig å merke seg at denne desentraliserte tilnærmingen kan skape utfordringer for trenere, da de må balansere tradisjonelle verdier med kravene som følger med et mer konkurransepreget miljø som preger toppidretten.

Haraldsen og kolleger gjennomførte flere studier relatert til motivasjonsprosesser blant juniorutøvere på elitenivå innen sport og utøvende kunst (f.eks. Haraldsen et al., 2021; Haraldsen et al., 2019; Haraldsen et al., 2020), men særlig den ene studien (Haraldsen et al., 2020) påpekte hvordan kulturelle normer og verdier var relatert til kontrollert motivasjon og perfeksjonisme hos eliteutøvere. Talentutviklingsmiljøene i musikk, ballett og sport hadde flere fellestrekk, blant annet at de fremmet både autonom og kontrollert motivasjon. Det så ut til at det siste, kontrollert motivasjon, var spesielt fremtredende når toppprestasjoner var sentralt, også når det gikk på bekostning av psykologisk velvære (Haraldsen et al., 2020, s. 119). Det så først ut til at nærhet mellom trenere og utøvere fremmet tilhørighet og selvstyrt motivasjon, men for makten lærere og trenere hadde over utøverne, var bildet annerledes. Noen utøvere rapporterte at fordelene ved et nært og støttende forhold avhang av lojalitet og tilpasning. Med andre ord vil treneres autonomistøtte kunne utfordres av en kamp for resultater som er en underliggende verdi på toppnivå i flere miljøer. Denne dynamikken antyder at trenere i norsk toppidrett ofte står overfor spenningsfeltet mellom å fremme utøvernes velvære og å oppnå gode resultater, noe som igjen kan påvirke deres tilnærming til ledelse og støtte i trenerrollen.

På makrosystemnivå ser vi hvordan nasjonale verdier og kulturelle normer påvirker trenerrollen i Norge. Den norske idrettsmodellen med dens søkelys på egalitarisme og desentralisering skaper, sammen med et ganske sentralisert toppidrettssystem, en dynamikk hvor trenere må navigere mellom tradisjonelle verdier og moderne krav til prestasjon. Ved å utnytte de unike aspektene ved den norske kulturen kan trenere finne strategier for å oppnå høy ytelse samtidig som de bevarer verdier som felleskap og respekt for individet, noe som er essensielt for en sunn idrettskultur.

Eksosystemnivå

I en studie peker Skille og kolleger (2024) på hvordan trenergjerningen i Skandinavia preges av spenninger mellom frivillige idealer og økte krav til profesjonalisering. Spenningen kan gi ringvirkninger for treneres rolle og praksis. Studien er fra fotball, og de peker på tre årsaker til endringen:

byråkratisering for å tilfredsstillte forbund, press fra medlemmer om tjenestetilbud og press fra markedsmekanismer med mer kundeorientert tilnærming. Selv om funnene ikke direkte diskuterer eliteidrett, henger de sammen også med andre funn. Primus (2024, s. 1952) peker på at det ser ut til at trenere i svensk elitefotball utvikler seg til en underordning i forhold til andre verv i klubben, ut fra en kommersiell logikk hvor spillere blir sett på som økonomiske investeringer. Spillervalg og tilgang styres derfor også av andre i klubben. Det vil si at bredere sosiale systemer påvirker trenerrollen, både direkte og indirekte.

Også Ronglan (2015) argumenter for endringer i skandinavisk idrett, hvor eliteidretten de siste tiårene har blitt profesjonalisert, utvidet og drevet i tråd med generelle internasjonale trender. I den norske konteksten er det viktig å vurdere hvordan disse profesjonaliseringstrendene kan påvirke treneres frihet til å ta beslutninger, ettersom de ofte må prioritere organisatoriske mål over utøvernes individuelle utvikling. Dette dilemmaet kan skape konflikt mellom det ønskede utbyttet av idretten som helhet og de langsiktige utviklingsbehovene hos utøvere. Ifølge Ronglan (2015) utfordrer endringene verdier som er grunnleggende for den frivillige sportsmodellen. Ronglan peker på et paradoks hvor frivillighet, desentralisering og lokalt eierskap til idrett har vært viktig, men at sentralisert talentutvikling motstrider denne tradisjonen. Ronglan (2015, s. 360) peker på at det mangler en offentlig diskusjon om hvordan gode resultater kan skapes uten å svekke verken elite- og breddeidrett. Dette bildet kan også speiles i den norske konteksten, hvor det er konstant justering mellom kommersielle interesser og behovet for å bevare idrettens kulturelle verdier. Trenere må navigere i en rolle der de søker både å heve kompetansen til utøvere og å tilpasse seg kravene fra administrative nivåer.

En nylig studie fra fotball av Schubring et al. (2024) er relevant med tanke på slike endringer. Schubring og kollegene rapporterer i intervjuene det ganske flate hierarkiet mellom spillere og trenere i Sverige. Søkelys på utvikling over resultater hadde fordeler, men også noen ulemper. Det så ut til å fremme ungdomsutvikling og helhetlig spillerutvikling, mens topp profesjonaliserte klubber øker spillerprestasjoner og karriereutvikling, men risikerer kommersialisering og misbruk. Når treneren i Sverige var mindre opptatt av resultater, kunne det føre til at spillerne var dårlig forberedt på det tøffere internasjonale nivået.

Kultur i særforbund og klubbmiljøer kan med andre ord påvirke trenerrollen, noen ganger på svært uheldige måter. I en retrospektiv studie fra Kjær

og Agergaard (2022) pekes det på hvordan det danske svømmeforbundets valg av elitetrenerne underbygget en svært uakseptabel praksis. Det så ut til at de transnasjonale trenerne representerte en ideologi hvor sportslig prestasjon var eneste målestokk for suksess, hvor forbundet opererte som portvokter for denne tilnærmingen. Andersson og Hognestad (2019) diskuterer hvordan de ulike skandinaviske landene har hatt ulik innflytelse fra trenerstiler i fotball i andre land. Mest handler artikkelen deres om ulikt søkelys på spillestil og fotballfilosofi, men den diskuterer også hvordan blant annet det svenske idrettsforbundet har forsøkt å bevare en ikke-kommersiell idrettsmodell og har opprettholdt en sterk, sentralisert organisasjon som fremmer interessene til ungdom og innen breddeidrett (Andersson & Hognestad, 2019, s. 712). Andersson og kolleger (2023) peker også på internasjonali-sering i fotball, men mest relevant her er deres argument at vitenskap ble viktigere for utviklingen av norsk fotball i 1990-årene. Egil «Drillo» Olsen og Nils Arne Eggen bidro til en vitenskapelig tilnærming som forbedret både resultater og fotballkultur, og som i tillegg opplyste den norske offentligheten om vitenskap og fotball i Norge (Andersson et al., 2023, s. 292).

Giulianotti et al. (2019, s. 542) diskuterer idrett i Norden, og de mener at den nordiske sportsmodellen har sterke sosiale kvaliteter. Her kan idrett betraktes som en menneskerett, blant annet med Finland som eksempel på sport lovfestet som et sosialt gode. De nordiske landene har vært ledende globalt innen masseidrett, med betydelig statlig støtte til idrettsanlegg og infrastruktur. Giulianotti et al. (2019) nevner også at kvinner har hatt betydelige roller i nordisk idrett og samfunnsliv, med en historie som avviker fra mange andre europeiske land når det gjelder politiske rettigheter, utdanning og sysselsetting. Ottesen et al. (2010) ønsket å få oversikt over holdninger og erfaringer blant mannlige og kvinnelige ledere i skandinavisk idrett. Selv om ikke deltakerne var trenere, var de viktige *for* trenere. Blant annet deltok presidenter, styreledere og medlemmer av styrene i ulike idrettsorganisasjoner. Forskerne rapporterte om forskjeller mellom de skandinaviske landene i holdninger til likestilling innen idrettsorganisasjoner. I Danmark var holdningene til likestilling lavere, og det var ifølge Ottesen og kolleger (2010) ingen systematisk likestillingspolitikk i de største idrettsorganisasjonene. I Sverige var det sterk enighet om viktigheten av likestilling, med kvoter innført i paraplyorganisasjonen og i regionale organisasjoner. I Norge pekte de på en mer uttalt feministisk holdning blant kvinner, og det er rapportert om innføring av kvoter for kjønnsmessig fordeling i idrettsstyrer, noe som har bidratt til høyere grad av likestilling.

I en serie studier om utbrenthet blant topptrenere rettet også Bentzen et al. (2014, 2016a, 2016b, 2017) søkelys på hvordan arbeidsrelaterte krav i jobben og miljøet til trenerne påvirket dem på flere ulike måter. Bentzen et al. (2014, s. 112) konkluderte med at til tross for at alle de intervjuede trenerne hadde gjennomført det høyeste nivået av trenerutdanning i sitt forbund, var ikke denne utdanningen nok til å forberede dem for elitetrenersjobben. Dette gikk blant annet på at organisasjonene hadde stor innflytelse på utførelsen av jobben og ble viktige faktorer i en utbrenthetsprosess. Den mest krevende delen var trenernes forhold til toppledelsen og dennes ledere (Bentzen et al., 2014, s. 111), blant annet basert på det de betraktet som «ikke-profesjonelle organisasjoner», både når det gjaldt begrensede interne og eksterne ressurser og med tanke hvordan de opplevde å bli behandlet og kontrollert som ansatte. Funnene indikerer at gjensidig forståelse blant trenere og toppledelsen er nødvendig for å skape en sunn og produktiv arbeidskultur der trenerne føler at de fullt ut kan utøve sin rolle uten å bli hemmet av byråkrati eller irrelevante krav. En forklaring på funnene til Bentzen et al. (2014) kan være frivillighet som en viktig faktor i norsk og skandinavisk idrett. Forskerne skriver at klarere rolleforventninger for blant annet trenere er viktig innenfor idretten. Samlet sett viser også disse studiene viktigheten av autonom motivasjon og balanse mellom jobb og privatliv. Bentzen et al. (2017) skriver at strategier for restitusjon må bli gjennomført på toppnivå hos fotballtrenere for å unngå utbrenthet – både i utdanning og forbund.

I en studie av Abrahamsen og Chroni (2021) av serievinnende norske OL-trenere fremhevet trenerne viktigheten av å sikre støtte fra egne organisasjoner for «sin» måte å utføre trenerrollen på. Denne støtten påvirket også deres opplevelse av jobben og motivasjonen. Trenerne hadde investert mye i jobben og var hovedsakelig indre motivert. Selv om elitenivå krever resultater, opplevde de støtte for søkelys på utvikling i organisasjonen. En av trenerne i studien uttaler at det finnes kommunikasjonsutfordringer som kan gjøre trenerjobben enten vanskelig eller lett, men at det i hans organisasjon forventes at trenerne sier fra til overordnede hvis noe er galt eller kan forbedres. I likhet med de andre trenerne i andre forbund beskriver han et miljø med mye autonomistøtte, og en rett til å uttrykke seg dersom noe plager dem.

Eksosystemnivået reflekterer mulige sosiale og organisatoriske strukturer som indirekte påvirker trenerrollen. Trenerne i Norge må balansere mellom frivillighetsidealer og krav til profesjonalisering, skapt av både internt og eksternt press. Eksempelvis kan byråkrati og kommersialisering

skape utfordringer for treneres arbeid, slik at både verdier og praksis settes under press.

Mesosystemnivå

I en studie av profesjonelle fotballspillere (Kristiansen et al., 2019) var spilleres oppfatning av et mestringsklima knyttet til lavere opplevde organisatoriske stressfaktorer måneden etter undersøkelsesmåneden. Når trenerne i staben var enige om lagstrategi, behandlet spillerne rettferdig og kommuniserte godt med hver spiller, ble problemer løst effektivt, og spillere respekterte hovedtreneren. Forskerne peker på at situasjonsbestemte faktorer for mestringsorientering bør hensyntas, både for å redusere potensielle stressfaktorer og for å legge til rette for utvikling av eliteutøvere (Kristiansen et al., 2019, s. 179). I en studie av golf av Henriksen og kolleger (2014) berøres flere nivåer av Bronfenbrenner sin modell, men denne studien blir presentert her på mesosystemnivå. Spesielt viktig var ønsket til trenere og managere om å styrke kommunikasjon og relasjoner i mikromiljøet, inkludert en mer optimal dialog mellom trenere og faglærere og mellom skolens trenere og trenerne i golfernes hjemmeklubber (Henriksen et al., 2014, s. 147). Også initiativer for å skille mellom fritids- og elitegolfere ble fremhevet, samt for å utforme en klar visjon og et sett med verdier, hvor integrerte rollemodeller kunne ha en forsterkende effekt. Konklusjonen i artikkelen illustrerer hvordan ulike aktører i idrettsmiljøet samarbeider og kommuniserer for å forbedre både utvikling og trivsel hos utøverne. Dette indikerer at det er gjensidig forståelse blant trenere og toppledelsen er nødvendig for å skape en sunn og produktiv arbeidskultur der trenerne føler at de fullt ut kan utøve sin rolle uten å bli unødvendig hemmet av byråkrati eller irrelevante krav.

I en studie av Holmemo og Abrahamsen (2018) ble tre erfarne toppfotballtrenere intervjuet om deres virke, med søkelys spesifikt på mikropolitikk, da dette kan sies å stå i spennet mellom eksosystem- og mikrosystemnivået. Spesifikt diskuterte forskerne hvordan samhandling mellom overordnede og ansatte i klubben påvirket trenernes samhandling med spillerne. Trenerens evne til å navigere og orkestrere i organisasjonen var noe de utviklet med erfaring. De påpekte blant annet at ulike mål blant overordnede kan skape tvetydighet i fotballklubber. Styremedlemmer har for eksempel ofte forskjellige ambisjoner, som økonomi, tradisjonsvern, sportslige suksesser eller et godt sosialt miljø. Som en trener sa (trener 2,

Holmemo & Abraahmsen, 2018, s. 84): «[...] som trener, for å se litt sånn kynisk på det, så må du finne ut hvor den reelle makten sitter, og så må du sørge for å ha kort vei dit og veldig åpen kanal og bygge relasjoner der.» De påpekte alle at deres respekt og handlefrihet som trenere var avhengig av rykte og erfaring, noe som peker på at topptreneres opplevelse av at de kan «gjøre jobben», også handler om renommé. I nøkkelsituasjoner der det er interne stridigheter eller motstridende interesser, kan trenere bli isolert hvis de ikke klarer å bygge bro over de forskjellige interessene i klubben. Trenerens evne til å navigere i slike landskaper er avgjørende for å oppnå det støttende miljøet utøvere trenger for å utvikle seg.

Berntsen og Kristiansen (2020) avdekket et gap mellom utøvere som deltar for moro skyld (hedoniske utøvere), og trenere som vektlegger hardt arbeid og utøvers utvikling (eudaimoniske utøvere). I denne studien peker de blant annet på at utøvere som tilsynelatende er umotivert, blir mer styrt av trenere. Paradoksalt kan trenerens reaksjon på det de oppfatter som manglende initiativ hos utøverne, slik som færre selvstendige treninger, være mer kontrollerende oppførsel som igjen resulterer i redusert motivasjon hos utøverne. Resultatene tyder på at det er viktig med god match mellom trenerens og utøverens mål for å oppnå vellykket coaching på toppidrettsskoler. Berntsen og Kristiansen (2020) peker derfor på at treneren bør kunne tilpasse sin tilnærming basert på utøvernes forskjellige behov og ønsker, enten de søker glede eller utvikling gjennom idretten. De skriver også at kultur trumfer struktur. I den norske konteksten er det essensielt at trenere anerkjenner kulturelle forskjeller i motivasjonen til utøvere, slik at fremgangsmåten kan skreddersys. Skreddersøm kan omfatte alt fra å tilby varierte treningsmetoder til å skape et inkluderende miljø som fremmer deltakelse og entusiasme. I en studie (Abrahamsen et al., 2026) pekes det på hvor viktig ledere ved et serievinnende toppidrettsgymnas vurderer kultur. I denne studien peker ledere og trenere på hvordan de prøver å bygge en kultur for utvikling, langsiktighet og samarbeid med utøverne og ved å bruke andre fag og utvikle et samarbeid også med foreldrene for å skape en slik tilnærming.

På mesosystemnivå er samhandling mellom ulike mikrosystemer sentralt. Blant annet står trenerens kommunikasjon og relasjoner med andre aktører, som faglærere og klubbledelse, sentralt for å fremme utøvernes utvikling og trivsel. Effektiv samarbeidsstrategi og klare visjoner kan styrke mestringsklimaet, redusere stress og forbedre utviklingen av eliteutøvere, men disse krever også god rolleforståelse og tilpassningsevne fra trenerens

side. Dette åpner også for muligheter til å inkorporere tilbakemeldinger fra utøverne i utviklingen av trenerens tilnærming, noe som kan ha en positiv innvirkning på hvordan utøverne selv opplever egen trening og utvikling.

Mikrosystemet

Hamnlund et al. (2024) beskriver hvordan trenerne i studien foretrakk å delegere klinisk behandling til medlemmer av utøvernes helse- og prestasjonsteam. I studien opplevde trenerne manglende forståelse i idrettsorganisasjonen for utfordringer knyttet til REDs og DE/EDs (Relative Energy Deficiency in Sport og Disordered Eating behaviours/Eating Disorders), noe som reflekterte ressursene de hadde tilgang til. Denne situasjonen skapte flere utfordringer: Trenerne eller andre kunne overskride sin rolle i slike tilfeller, og muligheten til å dele informasjon (for eksempel med foreldre) var også liten. Funnet viser at trenerne tenkte på sin rolle i forbindelse med kliniske utfordringer, men opplevde at de trengte støtte fra forbundet for å følge opp disse problemene. Gerrevall et al. (2024) undersøkte hvordan integreringen av ulike kunnskapsområder kom til uttrykk i treningspraksisen blant 18 suksessrike skandinaviske elitetrenerne. De rapporterte om fire viktige dimensjoner i tillegg til en etisk base eller kjerne som grunnlag for disse fire dimensjonene. Som forskerne peker på, må idrett i Skandinavia være etisk fundert for å få offentlig støtte. Gjennom dette identifiserte de disse dimensjonene som «through a well-functioning interaction, characterised how knowledge was transformed into the coaching practices of Scandinavian HP coaches: *analytical and systematic, authority and stability, relational and communicative, and innovative and creative development*» (Gerrevall et al., 2024, s. 1887).

Ifølge Frøyen og Pensgaard (2014) vektla trenerne et behov for å kjenne utøvernes livssituasjon, og hvordan de ville tenke og føle i ulike konkurransesituasjoner, for å kunne tilrettelegge best mulig. Deres studie består av to deler, studie 1 og studie 2, hvor henholdsvis idrettsutøvere og trenere ble intervjuet. Utøvernes behov for å kunne ta autonome valg i treningen og i livet som helhet, sett opp mot trenernes behov for å forstå utøverne og deres tanker og følelser, kan gi flere ulike utfall. Åpen dialog og ærlighet rundt disse temaene kan bidra til tilfredsstillende av begge parter psykologiske behov. Parallelt med disse funnene undersøkte Berntsen og kolleger (Berntsen et al., 2019; Berntsen & Kristiansen, 2019) treneres og utøveres interaksjon med tanke på deres mål og opplevelse av behovstilfredsstillende.

Berntsen et al. (2019) så på endringer i utøveres opplevde behovsstøtte gjennom sesongen, og det var kun i kompetansebehovet de så en endring. Resultatene viste at selv om trenerne fortsatt ble oppfattet som støttende for utøvernes kompetanse ved sesongslutt, opplevde utøverne en reduksjon i trenernes kompetansestøtte gjennom sesongen. I den andre studien fant Berntsen og Kristiansen (2019) at en digital arbeidsbok kunne brukes til å øke trenernes refleksjoner – som et skritt mot å integrere ny kunnskap med tidligere erfaringer. Trenerne fremhevet i overføringen av det presenterte læringsmaterialet til egne praktiske erfaringer, at designet på arbeidsboken økte trenernes opplevelse av ferdigheter for psykologisk behovstilfredsstillelse.

Studiene relatert til dette nivået peker på treneres utfordringer med å håndtere spesielle problemstillinger (som klinisk behandling) og behov for selv å oppleve organisatorisk støtte. Integrering av kunnskap er viktig, med søkelys på etiske dimensjoner, er viktig for effektiv praksis. Her er åpen dialog mellom trenere og utøvere et bidrag til både utvikling og behovstilfredsstillelse, og Berntsen og Kristiansen (2019) viste at et digitalt verktøy kan forbedre trenernes refleksjoner og dermed bidra til bedre støtte av utøverne.

Avslutning

I denne scoping reviewen har jeg forsøkt å samle varierte studier, hvor de viktigste funnene indikerer at den norske trenerrollen er preget av en tilnærming som retter søkelys på menneskelig utvikling, med vekt på samarbeid og autonomistøtte. Disse funnene står i kontrast til mer autoritære tilnærminger som kan ses i andre kulturer, selv om sammenliknende studier er mangelfulle (Frøyen & Pensgaard, 2014). Funnene viser også at denne demokratisk orienterte trenerrollen kan være under press fra elementer som resultatfokus, internasjonalisering og kommersialisering (Kjær & Agergaard, 2022). Selv om det nåværende forskningslandskapet gir et innblikk i denne dynamikken, er det klart at det er betydelige mangler i forskning og forskningsfunn.

Først og fremst er det eksisterende datagrunnlaget variert og mangler systematiske tilnærminger og enhetlige konklusjoner. Mange studier berører flere nivåer i Bronfenbrenners (2004) modell samtidig, noe som gjør det vanskeligere å trekke klare konklusjoner. Kronosystemet er også utelatt, noe som er en åpenbar svakhet ved gjennomgangen, men som ville ha gjort analysen

enda mer kompleks. For det andre, så mangler det også longitudinelle studier om trenerroller i Norge som ville vanskeliggjort denne dimensjonen. Longitudinelle studier som kan belyse hvordan trenerrollen utvikler seg over tid, særlig med hensyn til endringer som følge av press fra resultater og kommersielle interesser, er nyttige (Hamnlund et al., 2024). Forskning bør også spisses inn mot spesifikke nivåer i Bronfenbrenner sin modell. Videre kan fremtidig forskning sammenlikne trenerroller i forskjellige kulturer og land for å gi en mer helhetlig vurdering av hvordan norske verdier står i kontrast til andre tilnærminger. Slike studier kan bidra til en dypere forståelse av de unike aspektene ved den norske trenerrollen (Gerrevall et al., 2024).

To andre åpenbare forskningsbehov handler om intensjonell vertikal integrering i studiene. Det første behovet handler om å undersøke hvordan man i forbund eller idretter opererer med intensjoner for toppidrett gjennom styrevedtak og ledelse, og det andre behovet om hvordan disse intensjonene formidles via trenere til utøvernes opplevelser. Flere av studiene, inkludert Berntsen et al. (2019) og Berntsen og Kristiansen (2019), har vist at trenere opplever støtte fra forbund eller klubber, men at denne støtten ofte er nært knyttet til trenerens renommé. Siste punkt på forskningsagendaen bør adressere hvordan normer og verdier implementeres i praksis i trenerrollen og gjennomføres til faktiske erfaringer for utøverne. En sammenlikning av ulike forbund og idretter, både i Norge og internasjonalt, vil gi verdifulle perspektiver.

Avslutningsvis fremgår det klart at den norske (og skandinaviske) trenerrollen representerer en tilnærming som kombinerer menneskelig utvikling med demokratiske verdier. Denne tilnærmingen gir, med sin vekt på samarbeid og autonomistøtte, et konkret og attraktivt alternativ til mer autoritære metoder. Det er viktig å bevare det beste fra denne tilnærmingen, ikke minst fordi den har vist seg effektiv i utviklingen av utøvere på høyt nivå.

Om forfatteren

Frank Abrahamsen, ph.d., jobber på Norges idrettshøgskole. Han har publisert over 60 fagfelleverderte arbeider og flere bøker innen motivasjon, stress, prestasjonsangst og ledelse i eliteidrett. Han har arbeidet tett med nasjonale og internasjonale topputøvere og trenere over flere tiår, inkludert deltakelse i flere olympiske og paralympiske leker. Hans forskning og praksis kombinerer vitenskapelig forankring med anvendt erfaring fra prestasjonsmiljøer i og utenfor idretten.

Referanser

- Abrahamsen, F. E. & Bentzen, M. (2025). En kartleggingsoversikt av SDT-forskning på eliteidrett i Norge. I H. Halvari & A. H. Olavsén (Red.), *Motivasjon i fokus: Selvbestemmelsesteorien i teori og praksis* (s. 293–321). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.236>
- Abrahamsen, F. E. & Chroni, S. (2021). Longevity in elite coaching: Motives and maneuvers keeping them in the game. *Roeper Review*, 43(1), 53–66. <https://doi.org/10.1080/02783193.2020.1840466>
- Andersen, S. S. & Ronglan, L. T. (2015). Historical paths and policy change: Institutional entrepreneurship in Nordic elite sport systems. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 7(2), 197–216. <https://doi.org/10.1080/19406940.2015.1031811>
- Andersen, S. S. & Ronglan, L. T. (2012). Elite sports in Nordic countries: Perspectives and challenges. I S. S. Andersen & L. T. Ronglan (Red.), *Nordic elite sport: Same ambitions, different tracks* (s. 11–24). Universitetsforlaget.
- Andersen, S. S. & Ronglan, L. T. (2012). *Nordic elite sport: Same ambitions different tracks*. *Managing Leisure*, 17(2–3), 155–169. <https://doi.org/10.1080/13606719.2012.674392>
- Andersson, T. & Hognestad, H. (2019). Glocal culture, sporting decline? Globalization and football in Scandinavia. *Sport in Society*, 22(4), 704–716. <https://doi.org/10.1080/17430437.2017.1389015>
- Andersson, T., Carlsson, B. & Hognestad, H. K. (2023). Nordic football: Local and global impact, influences and images. *Soccer and Society*, 24(3), 289–292. <https://doi.org/10.1080/14660970.2023.2179190>
- Arksey, H. & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: Towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8(1), 19–32. <https://doi.org/10.1080/1364557032000119616>
- Augustad, P. & Hjelseth, A. (2024). Science in the clutches of elite sports: hard science, relational skills and power in Norwegian sports coaching. *Sport in Society*, 27(12), 1899–1916. <https://doi.org/10.1080/17430437.2024.2411495>
- Bartura, K., Gorgulu, R., Abrahamsen, F. & Gustafsson, H. (2024). A systematic review of ironic effects of motor task performance under pressure: The past 25 years. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(2), 1378–1417. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2023.2193966>
- Bentzen, M., Lemyre, P.-N. & Kenttä, G. (2017). A comparison of high-performance football coaches experiencing high- versus low-burnout symptoms across a season of play: Quality of motivation and recovery matters. *International Sport Coaching Journal*, 4(2), 133–146. <https://doi.org/10.1123/iscj.2016-0045>
- Bentzen, M., Lemyre, P.-N. & Kenttä, G. (2014). The process of burnout among professional sport coaches through the lens of self-determination theory: A qualitative approach. *Sports Coaching Review*, 3(2), 101–116. <https://doi.org/10.1080/21640629.2015.1035050>
- Bentzen, M., Lemyre, P.-N. & Kenttä, G. (2016a). Changes in motivation and burnout indices in high-performance coaches over the course of a competitive season. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(1), 28–48. <https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1053160>
- Bentzen, M., Lemyre, P.-N. & Kenttä, G. (2016b). Development of exhaustion for high-performance coaches in association with workload and motivation: A person-centered approach. *Psychology of sport and exercise*, 22, 10–19. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.06.004>
- Berntsen, H. & Kristiansen, E. (2019). Successful coach learning: Digital workbook informed by pedagogical principles. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 14(3), 310–323. <https://doi.org/10.1177/1747954119835439>
- Berntsen, H. & Kristiansen, E. (2020). Perceptions of need-support when «having fun» meets «working hard» mentalities in the elite sport school context. *Sports Coaching Review*, 9(1), 1–23. <https://doi.org/10.1080/21640629.2018.1525862>

- Berntsen, H., Ivarsson, A. & Kristiansen, E. (2019). Need-supportiveness and athlete well-being: Coaches' competence-support at risk in the elite sport context throughout the season. *Current Issues in Sport Science (CISS)*, 4, 010. https://doi.org/10.15203/CISS_2019.010
- Bondeson, U. V. (2005). Crime and criminals in Nordic countries. *Society*, 42(2), 62–70. <https://doi.org/10.1007/BF02687401>
- Britton, B. (2018, 25. februar). The secret behind Norway's Winter Olympic success. *CNN*. <https://edition.cnn.com/2018/02/24/sport/norway-winter-olympic-success-intl/index.html>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. (2004). *Making human beings human: Bioecological perspectives on human development*. Sage.
- Castillo, E. A., Lebeau, J.-C., Cho, S., Sáenz-Moncaleano, C. & Chow, G. M. (2022). Understanding sport expertise through a cultural perspective: An exploratory study. *International Journal of Sport Psychology*, 53(2), 99–118. [https://doi.org:10.7352/IJSP.2022.53.099](https://doi.org/10.7352/IJSP.2022.53.099)
- Culpepper, C. (2018, 9. februar). Every four years, they come from Norway to plunder your gold. *The Washington Post*.
- De Bosscher, V., Bingham, J., Shibli, S., van Bottenburg, M. & De Knop, P. (2008). *The global sporting arms race: An international comparative study on sports policy factors leading to international sporting success*. Meyer & Meyer Sport.
- Dohrn, I.-M., Tarp, J., Steene-Johannessen, J., Vasankari, T. & Hagströmer, M. (2024). Device-measured physical activity and sedentary time in the Nordic countries: A scoping review of population-based studies. *Journal of Sport and Health Science*, 13(5), 650–660. <https://research.ebsco.com/linkprocessor/plink?id=5bde4606-cf2c-3dd7-ab09-67128e590b26>
- Feddersen, N. B., Morris, R., Abrahamsen, F. E., Littlewood, M. A. & Richardson, D. J. (2021). The influence of macrocultural change on national governing bodies in British olympic sports. *Sport in Society*, 24(9), 1698–1714. <https://doi.org/10.1080/17430437.2020.1771306>
- Fridberg, T. (2010). Sport and exercise in Denmark, Scandinavia and Europe. *Sport in Society*, 13(4), 583–592. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17430431003616225>
- Froyen, A. F. & Pensgaard, A. M. (2014). Antecedents of need fulfillment among elite athletes and coaches: A qualitative approach. *International Journal of Applied Sports Sciences*, 26(1): 26–41.
- Gerrevall, P., Hageskog, C. A., Kjær, J. B., Bjärsholm, D. & Linnér, S. (2024). A Scandinavian perspective on high-performance coaching: An ethically based balancing act between four interrelated knowledge dimensions. *Sport in Society*, 27(12), 1881–1898. <https://doi.org/10.1080/17430437.2024.2411493>
- Giulianotti, R., Itkonen, H., Nevala, A. & Salmikangas, A.-K. (2019). Sport and civil society in the Nordic region. *Sport in Society*, 22(4), 540–554. <https://doi.org/10.1080/17430437.2017.1390906>
- Goksoyr, M. & Handstad, D. V. (2012). Elite sport development in Norway – a radical transformation. I S. S. Andesen & L. T. Ronglan (Red.), *Nordic elite sport: Same ambitions different tracks* (s. 27–42). Universitetsforlaget.
- Grant, M. J. & Booth, A. (2009). A typology of reviews: An analysis of 14 review types and associated methodologies. *Health Information and Libraries Journal*, 26(2), 91–108. <https://doi.org/10.1111/j.1471-1842.2009.00848.x>
- Hamnlund, C., Kjær, J. B., Linnér, S. & Melin, A. (2024). «What should I do as a coach?»: An interview study with Swedish national team coaches about their professional practice and experiences in addressing potential health risks in elite sport. *Sport in Society*, 27(12), 1917–1937. <https://doi.org/10.1080/17430437.2024.2411496>
- Hansen, P. Ø., Chroni, S., Skille, E. Å. & Abrahamsen, F. E. (2021). Leading and organising national teams: Functions of institutional leadership. *Sports Coaching Review*, 10(2), 274–294. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1896213>

- Haraldsen, H. M., Abrahamsen, F. E., Solstad, B. E. & Halvari, H. (2021). Narrative tensions in strained junior elite performers' experiences of becoming elite performers. *Frontiers in Psychology, 12*, Artikkel 645098. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.645098>
- Haraldsen, H. M., Halvari, H., Solstad, B. E., Abrahamsen, F. E. & Nordin-Bates, S. M. (2019). The role of perfectionism and controlling conditions in Norwegian elite junior performers' motivational processes. *Frontiers in Psychology, 10*, Artikkel 1366.
- Haraldsen, H. M., Nordin-Bates, S. M., Abrahamsen, F. E. & Halvari, H. (2020). Thriving, striving, or just surviving? TD learning conditions, motivational processes and well-being among Norwegian elite performers in music, ballet, and sport. *Roeper Review, 42*(2), 109–125. <https://doi.org/10.1080/02783193.2020.1728796>
- Henriksen, K., Larsen, C. H. & Christensen, M. K. (2014). Looking at success from its opposite pole: The case of a talent development golf environment in Denmark. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 12*(2), 134–149. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.853473>
- Holmemo, J. & Abrahamsen, F. E. (2018). Profesjonelle fotballtrenere interaksjon med sine overordnede og assistenter: Bruk av orkestrering og mikropolitisk leseferdighet. I T. Haugen & R. Høigaard (Red.), *Trender i idrettspsykologisk forskning i Skandinavia* (s. 73–102). Cappelen Damm Akademisk.
- Kjær, J. B. & Agergaard, S. (2022). What's at play? Power, transnational coaches and the global hegemony of performance within Danish elite swimming. *Sport in Society, 25*(6), 1211–1226. <https://doi.org/10.1080/17430437.2022.2064113>
- Kristensen, J. Å., Skilbred, A., Abrahamsen, F. E., Ommundsen, Y. & Loland, S. (2022). Performance-enhancing and health-compromising behaviors in youth sports: A systematic mixed-studies review. *Performance Enhancement and Health, 10*(4), Artikkel 100237. <https://doi.org/10.1016/j.peh.2022.100237>
- Kristiansen, E., Ivarsson, A., Solstad, B. E. & Roberts, G. C. (2019). Motivational processes affecting the perception of organizational and media stressors among professional football players: A longitudinal mixed methods research study. *Psychology of Sport and Exercise, 43*, 172–182. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.02.009>
- Lundqvist, C., Camps, J., Vertommen, T., Barker-Ruchti, N. & Kolbeinsson, Ö. (2025). Toxic leadership in high-performance sports and its consequences for mental health and performance: A scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 1–27*. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2025.2457038>
- Meld. St. 26 (2011–2012). *Den norske idrettsmodellen*. Kulturdepartementet. <https://www.regjeringen.no/contentassets/aaf9142d54e344608cc20d4e5fa752e0/no/pdfs/stm201120120026000dddpdfs.pdf>
- Norges idrettsforbund. (n.d.). Trenerløypa. Hentet 14. februar 2026, fra <https://www.idrettsforbundet.no/nif/trenerloypa/>
- Næss, H. E. & Svendsen, M. (2024). «We are not selling soap here, you know»: Eight humanistic leadership qualities in sport. *Leadership, 20*(3), 144–161. <https://doi.org/10.1177/17427150241237925>
- Ottesen, L., Skirstad, B., Pfister, G. & Habermann, U. (2010). Gender relations in Scandinavian sport organizations – a comparison of the situation and the policies in Denmark, Norway and Sweden. *Sport in Society, 13*(4), 657–675. <https://doi.org/10.1080/17430431003616423>
- Primus, R. S. (2024). Out of the shadows into the limelight: The impact of commercialization on the Swedish men's elite football coach from the 1960s until today. *Sport in Society, 27*(12), 1938–1957. <https://doi.org/10.1080/17430437.2024.2411490>
- Quartiroli, A., Vosloo, J., Fischer, L. & Schinke, R. (2020). Culturally competent sport psychology: A survey of sport psychology professionals' perception of cultural competence. *The Sport Psychologist, 34*(3), 242–253. <https://doi.org/10.1123/tsp.2019-0075>
- Ronglan, L. T. (2015). Elite sport in Scandinavian welfare states: Legitimacy under pressure? *International Journal of Sport Policy and Politics, 7*(3), 345–363. <https://doi.org/10.1080/19406940.2014.987309>

- Ronglan, L. T. (2019). Sports coaching the Scandinavian way: The significance of context. I C. L. T. Corsby & C. N. Edwards (Red.), *Exploring research in sports coaching and pedagogy: Context and contingency* (s. 23–30). Cambridge Scholars Publishing.
- Ryba, T. V., Schinke, R. J. & Tenenbaum, G. (2010). *The cultural turn in sport psychology*. Fitness Information Technology.
- Ryba, T. V., Stambulova, N. B., Si, G. & Schinke, R. J. (2013). ISSP Position Stand: Culturally competent research and practice in sport and exercise psychology. *International journal of sport and exercise psychology*, 11(2), 123–142. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.779812>
- Schinke, R. & Moore, Z. E. (2011). Culturally informed sport psychology: Introduction to the special issue. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 5(4), 283–294. <https://doi.org/10.1123/jcsp.5.4.283>
- Schubring, A., Lundvall, S. & Rylander, P. (2024). Exploring the professionalisation of sports coaching from the athlete's point of view: A study of professional players from Sweden. *Sport in Society*, 27(12), 1958–1977. <https://doi.org/10.1080/17430437.2024.2411494>
- Skille, E. Å. (2011). Sport for all in Scandinavia: Sport policy and participation in Norway, Sweden and Denmark. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 3(3), 327–339. <https://doi.org/10.1080/19406940.2011.596153>
- Skille, E. Å. & Chroni, S. (2018). Norwegian sports federations' organizational culture and national team success. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 10(2), 321–333. <https://doi.org/10.1080/19406940.2018.1425733>
- Skille, E. Å., Hansen, P. Ø., Abrahamsen, F. E. & Chroni, S. (2020). National and organizational culture in Norwegian elite sport: The account of national handball head coaches. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 11, 93–116. <https://sportstudies.org/wp-content/uploads/2020/10/sss-f-vol-11-2020-p93-116-skilleetal.pdf>
- Skille, E. Å., Strittmatter, A.-M., Stenling C., & Fahlén, F. (2024). The professionalization of the role of the coach: Transforming the last bastion of the Scandinavian welfare-sport model. *Sport in Society*, 27(12), 1994–2013. <https://doi.org/10.1080/17430437.2024.2411779>
- Skjeldal, G. (2022). National mourning: The first Norwegian sports boycott in 1905. *International Journal of the History of Sport*, 39(12), 1371–1390. <https://doi.org/10.1080/09523367.2023.2168653>
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K., Colquhoun, H., Kastner, M., Levac, D., Ng, C., Sharpe, J. P., Wilson, K., Kenny, M., Warren, R., Wilson, C., Stelfox, H. T. & Straus, S. E. (2016). A scoping review on the conduct and reporting of scoping reviews. *BMC Medical Research Methodology*, 16(1), Artikkel 15. <https://doi.org/10.1186/s12874-016-0116-4>
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., Moher, D., Peters, M. D. J., Horsley, T., Weeks, L., Hempel, S., Aki, E. A., Chang, C., McGowan, J., Stewart, L., Hartling, L., Aldcroft, A., Wilson, M. G., Garrity, C., Lewin, S., ... Straus, S. E. (2018). PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR). *Annals of Internal Medicine*, 169(7), 467–473. <https://doi.org/10.7326/m18-0850>
- Tuastad, S. (2019). The Scandinavian sport model: Myths and realities. Norwegian football as a case study. *Soccer and Society*, 20(2), 341–359. <https://doi.org/10.1080/14660970.2017.1323738>
- Waldie, P. (2022, 24. januar). Norway's radically different approach to sports helped it climb to the top of the Olympic podium. *The Globe and Mail*. <https://www.theglobeandmail.com/sports/olympics/article-norways-radically-different-approach-to-sports-helped-it-climb-to-the/>
- Wedeg, P., Mæland, S., Abrahamsen, F. E. & Divanoglou, A. (2024). Structured, time-limited peer mentorship activity programmes for individuals with acquired brain or spinal cord injuries: A mixed methods systematic review of characteristics and outcomes. *Disability and Rehabilitation*, 46(23), 5442–5457. <https://doi.org/10.1080/09638288.2024.2310185>
- Wikipedia. (n.d.). Winter Olympic Games. In Wikipedia. Retrieved February 14, 2026, from https://en.wikipedia.org/wiki/Winter_Olympic_Games#Medal_leaders_by_year

KAPITTEL 5

Én stor familie: et high-performance-miljø i dansk håndbold

Frederik Hjørnholm Kreuzfeldt Syddansk Universitet, Danmark

Carsten Hvid Larsen Syddansk Universitet, Danmark

Louise Kamuk Storm Syddansk Universitet, Danmark

Kristoffer Henriksen Syddansk Universitet, Danmark

Abstract: This chapter examines the high-performance environment of a Danish men's handball league club, HC Jylland, using the holistic ecological approach. The case study is based on 160 hours of participant observation and nine semi-structured interviews with players, coaches, and support staff. The result is an environmental description presented in two empirical models, where HC Jylland is characterized by the director's leadership, which ensures that the players and their families thrive and that the club is locally anchored. HC Jylland prioritizes short-term results over long-term player development, and the head coach primarily focuses on senior players in the club. HC Jylland's culture is discussed in relation to findings from previous research on talent development.

Keywords: handball, sports psychology, elite sport, talent development, organizational psychology, high-performance environment

Introduktion

Ingen når verdenseliten alene. I elitesporten hyldes og fejres præstationerne, som da en ung Mikkel Hansen trådte ind i den internationale håndboldelite til OL i Beijing ved at score på direkte frikast over Rusland og dermed sikre, at Danmark vandt kampen. Selvom Mikkel sendte det sidste skud afsted, var det et sammentømret hold, der vandt. Vejen til mesterskaberne, hvor de afgørende bolde spilles, er aldrig foregået alene. Når eliteatleter ser tilbage på deres karriere, fortæller de om mennesker og miljøer, der var så afgørende, at de aldrig ville have klaret det uden. Når de skal forklare succesen, fortæller de om deres hold, deres familie og deres omgivers betydning for præstationerne. Vejen til toppræstationer kan ses som en rejse gennem miljøer, der støtter atleternes stræben efter topkvalitet, samtidig med at de opretholder et højt niveau af mental sundhed og glæde ved det, de gør. Et gammelt afrikansk ordsprog siger, at det kræver en hel landsby at opfostre en atlet. Netop kontekst, kulturelle aspekter og brede samfundsmæssige faktorer har i flere år præget forskningen indenfor talentudvikling. Det er ikke længere tilstrækkeligt at undersøge, hvad der ligger til grund for individets succes, og der er derfor i de senere år sket et skift henimod at fokusere på interaktioner og kultur som væsentlige aspekter af vellykkede talentudviklingsmiljøer i elitesport. Inspireret af denne talentmiljøforskning vil vi i dette kapitel rette fokus mod et dansk high-performance-miljø i håndbold og undersøge faktorer, der påvirker miljøets succes.

Det holistiske, økologiske perspektiv på talentudvikling i sport

Den holistiske, økologiske tilgang introduceret af Henriksen og kolleger (Henriksen et al., 2010) lægger vægt på det miljø, som potentielle atleter udvikler sig i, og på miljøets organisatoriske kontekst. To arbejdsmodeller repræsenterer den holistiske, økologiske tilgang (for en mere detaljeret beskrivelse se Henriksen et al., 2010). Den første model er en arbejdsmodel til beskrivelse af talentudviklingsmiljøet (ATDE; athletic talent development environment), som er en ramme, der kan beskrive de forskellige komponenters og relationers roller og funktioner i miljøet. Denne model skildrer miljøet som en række indlejrede strukturer med de unge, lovende atleter i centrum og andre komponenter struktureret i to niveauer (mikro og makro) og to domæner (det sportslige og det ikke-sportslige). Den anden model,

der repræsenterer den holistiske, økologiske tilgang, er arbejdsmodellen for miljøets succesfaktorer (ESF; environment success factors), som strukturerer de faktorer, der faciliterer miljøet succes. Modellen tager hensyn til forudsætningerne i miljøet (fx. menneskelige, økonomiske og materielle ressourcer) og illustrerer, hvordan de daglige rutiner eller processer (fx. træning eller kamp) relaterer sig til atleternes individuelle udvikling og præstationer, holdpræstationer (i holdsport) og den organisatoriske udvikling og kultur.

Organisationskultur og lederskab

En central teoretisk inspirationskilde til den holistiske, økologiske tilgang er organisationspsykologen Edgar Schein (2010), som hævder, at organisationskultur består af tre lag: ”Artefakter”, der er synlige manifestationer såsom historier og myter, tøj, bygninger og organisationsdiagrammer. ”Værdier”, der er de sociale principper, normer, mål og standarder, som organisationen viser verden (dvs. hvad spillerne og trænerne siger, de gør). ”Grundlæggende antagelser”, der er underliggende årsager til handlinger, som der ikke længere sættes spørgsmålstejn ved, men som tages for givet (hvilket har stor indflydelse på, hvad spillerne og trænerne rent faktisk gør). Kultur er en stabiliserende kraft i gruppen og guider medlemmerne i, hvordan de bør føle, tænke og handle. Kultur genskabes og skabes konstant af folks interaktion med hinanden og formes af folks egen adfærd (Schein, 2010). Gennem deres interaktioner, ofte guidet af træneren, lærer nye spillere gruppens underliggende antagelser som den korrekte måde at opfatte, tænke, føle og handle på i forhold til forskellige udfordringer. I denne sammenhæng er Scheins (2010) perspektiv på kulturel ledelse i organisationens dagligdag relevant. Han argumenterer for, at ledere (fx en træner eller direktør) ofte ubevidst lærer spillere, hvordan de skal tænke, føle og handle. Vi opfatter kulturel ledelse som den bevidste brug af kulturelle indlejningsmekanismer. Eksempler kan være, hvad træneren eller lederen interesserer sig for, er opmærksom på og kontrollerer/overvåger regelmæssigt, afsætter ressourcer til, hvordan træneren belønner, bruger rollemodeller, promoverer, udvælger eller fravælger (Henriksen et al., 2018, 2025).

Casestudier i holdsport

Siden 2010, hvor den holistiske, økologiske tilgang til talentudvikling blev introduceret i den sportspsykologiske litteratur (Henriksen et al., 2010), er

der blevet foretaget en lang række af casestudier indenfor mange forskellige sportsgrene (Hauser et al., 2022; Henriksen & Stambulova, 2023). Specifikt for holdsport er der flere studier, der afdækker miljøets karakteristika i klubber og på akademier, der er særligt succesfulde med deres talentudvikling (fx Larsen et al. 2020; Ryom et al., 2020; Storm et al., 2020). Aalberg og Sæther (2016) undersøgte eksempelvis talentudviklingsmiljøet i U19 i den norske, professionelle fodboldklub Rosenborg BK. Et af kendetegnene i denne klub var en kultur, hvor man syntes at arbejde sammen om at udstyre spillerne med de nødvendige ressourcer, både på banen og i livet generelt. Samarbejdet på tværs af klubbens hold reducerede afstanden mellem U16- og U19-grupperne på grund af disse gruppers tætte relationer. Viden om, hvad "det næste skridt" består af, har vist sig at være vigtig i overgangen fra ungdom til senior og kan faciliteres i miljøet gennem de tætte forbindelser mellem disse grupper (Henriksen et al., 2011; Storm et al., 2020). Når disse grupper har samme strømlinede tilgang, forbedrer det grundlaget for implementering af en fælles filosofi og mål, hvilket Martindale og kolleger har påpeget som vigtigt (Martindale et al., 2007). Forskning har vist, at i professionelle klubber og i Rosenborg BK mangler der ofte en forbindelse mellem den professionelle afdeling og ungdomsafdelingen. De sportslige resultater i den professionelle afdeling har førsteprioritet, og normalt er førsteholdet klubbens finansielle motor, og alt andet synes at bevæge sig rundt om det (Larsen et al., 2013; Relvas et al., 2010).

De nyeste litteraturgennemgange viser, at følgende træk ved et talentudviklingsmiljø faciliterer spillerudvikling: muligheder for inklusion i et støttende træningsfællesskab, rollemodeller, støtte til sportslige mål fra det bredere miljø, fokus på langsigtet udvikling snarere end kortsigtet succes, en sammenhængende organisationskultur og integration af indsatsen mellem sport, skole, familie og andre komponenter i miljøet (Hauser et al., 2022; Henriksen & Stambulova, 2023).

High-performance-miljøer

Vi forstår atleters udvikling som en rejse gennem miljøer. De fleste starter i et børneidrætsmiljø, og rejsen fortsætter gennem ungdomssportsmiljøer, talentudviklingsmiljøer og for nogle et dual career-miljø (Storm et al., 2021). For de atleter, der sigter mod elitesport, kulminerer rejsen i et high-performance-miljø. Det er et miljø designet med det formål at levere toppræstationer. Schlawe et al. (2025a) definerer et high-performance-miljø

(HP-miljø) som et dynamisk system, der omfatter (a) en eliteatlets sports- hold og dennes daglige liv udenfor sporten (mikroniveau), (b) sportshol- dets organisationskultur og ledelse og (c) den større sammenhæng, som holdet er en del af, herunder landets organisering, politik og finansie- ringsmodeller for elitesport (makroniveau). Schlawe et al. (2025a) skelner mellem *typer* af high-performance-miljøer, herunder professionelle hold, landshold, nationale træningscentre og klubmiljøer.

Der findes rigelig forskning i specifikke faktorer, der bidrager til succes i elitesport, herunder, sociale, fysiologiske, teknologiske og organisatoriske, politiske faktorer. Hvor forskning har set på aspekter af miljøer i elitesport som isolerede variable, har få studier indtil nu gjort selve high-performance- miljøet til genstand for forskning (Schlawe et al., 2025b; 2025c).

Formålet med undersøgelsen, der er præsenteret i dette bogkapitel, er (a) at give en holistisk, økologisk beskrivelse af et high-performance-miljø indenfor håndbold, og (b) at undersøge faktorer, der påvirker miljøets succes. Derefter diskuteres, om og på hvilke måder træk ved succesrige talent- udviklingsmiljøer er til stede i miljøet. Det er vores håb, at et casestudie med dyb indsigt i et konkret eksempel, inklusive konteksten og kulturen, kan foreslå nye perspektiver for trænere og praktikere i deres arbejde med at skabe gode miljøer.

Metode

Introduktion til miljøet

HC Jylland accepterede at deltage i studiet under forudsætning af, at klub- navnet kunne anonymiseres. HC Jylland blev rekrutteret gennem en ansat, hvorefter førsteforfatteren tog kontakt til deres sportschef og aftalte omfang. Spillerne og støttepersonernes identitet er sløret, mens sportschef, direktør og chefræner nævnes ved titel. De anvendte citater er derfor redigeret for at anonymisere personerne og klubben. Dog må det kunne forventes, at folk med særligt kendskab til håndbold muligvis kan identificere klubben, og derfor har sportschefen været involveret i at godkende anonymiseringen.

HC Jylland er en herrehåndboldklub placeret i en mindre by. De har været en del af håndboldligaen i mere end 20 sæsoner, hvor klubben har hentet medaljer og trofæer i både den nationale pokal- og ligaturnering. I løbet af de seneste sæsoner er klubben endt i top fire i håndboldligaen og har derfor også spillet med i de europæiske turneringer. Klubben tjener

således som et eksempel på et high-performance-miljø med succes, et godt men som forventeligt ikke perfekt miljø, der ikke er udvalgt som eksempel til efterfølgelse, men som et eksempel, der kan åbne for ideer og perspektiver i forhold til egen praksis. Klubben holder til i det lokale kulturcenter, hvor deres kamparena, administration og træningsfaciliteter er placeret. Administration, trænere, støttepersoner og spillere er fuldtidsansatte.

Undersøgelsens baggrund

Undersøgelsen er designet som et casestudie, hvor formålet er at få en bedre forståelse af den specifikke case (Hodges & Sharp, 2016). Casestudiedesignet egner sig til i praksis at forstå et fænomen, hvori der ikke er tydelig adskillelse mellem fænomen og kontekst (Yin, 2018). HC Jylland er netop et komplekst miljø, som ikke kan adskilles fra dets kontekst, og derfor anvendes flere datakilder for at forstå HC Jyllands miljø.

Dataindsamling

For at belyse HC Jylland som miljø blev der genereret data med brug af forskellige datakilder. Der blev gennemført: (1) Ni semistrukturerede interviews med henholdsvis spillere, cheftræner, sportschef og støttepersoner med en varighed fra 40-74 minutter. (2) I alt 160 timers fokuseret deltagerobservation i forskellige settings, herunder træning, kamp, transport og møder. (3) Analyser af klubbens sociale medier og hjemmeside for at informere både interviews og observationer.

Databehandling og analyse

Vi anvendte tematisk analyse (Braun et al., 2016) til at identificere, analysere og rapportere mønstre i dataene. Alle interviews blev lydoptaget. Interviews blev transskriberet ordret, og observationsnoterne blev skrevet i fuld tekst. Dataanalysen rapporteres her gennem de seks trin, som Braun og kollegaer (Braun et al., 2016) foreslår til tematisk analyse. Den første fase af analysen bestod i at transskribere, læse og genlæse data for at opnå fortrolighed med materialet. I den anden fase genererede vi indledende koder. I denne fase var koderne en deduktiv kategorisering af data baseret på ATDE- og ESF-modellerne. Det involverede primært hovedtemaer. I den tredje fase arbejdede vi med de deduktive kategorier og konstruerede subtemaer ud fra data. Den fjerde fase bestod i at skitsere miljøets

forudsætninger, processer, organisationskultur og resultater. I denne fase udforskede og fortolkede vi de grundlæggende antagelser i miljøets organisationskultur. Vi udledte disse antagelser gennem fortolkning af data. I fase fem gennemgik og forfinede vi alle temaerne og udviklede de empiriske modeller af casen som en opsummering af analysen. Det sjette trin var rapportskrivning og præsentation af data, hvilket er et dybdegående billede af casen ved hjælp af fortællinger (Creswell, 2012). Temaer og fortolkninger af resultaterne blev diskuteret i forskergruppen, hvor teamet fungerede som kritiske venner (Smith & McGannon, 2017), hvilket gav mulighed for dialog om forskellige sandheder og fortolkninger.

Resultater

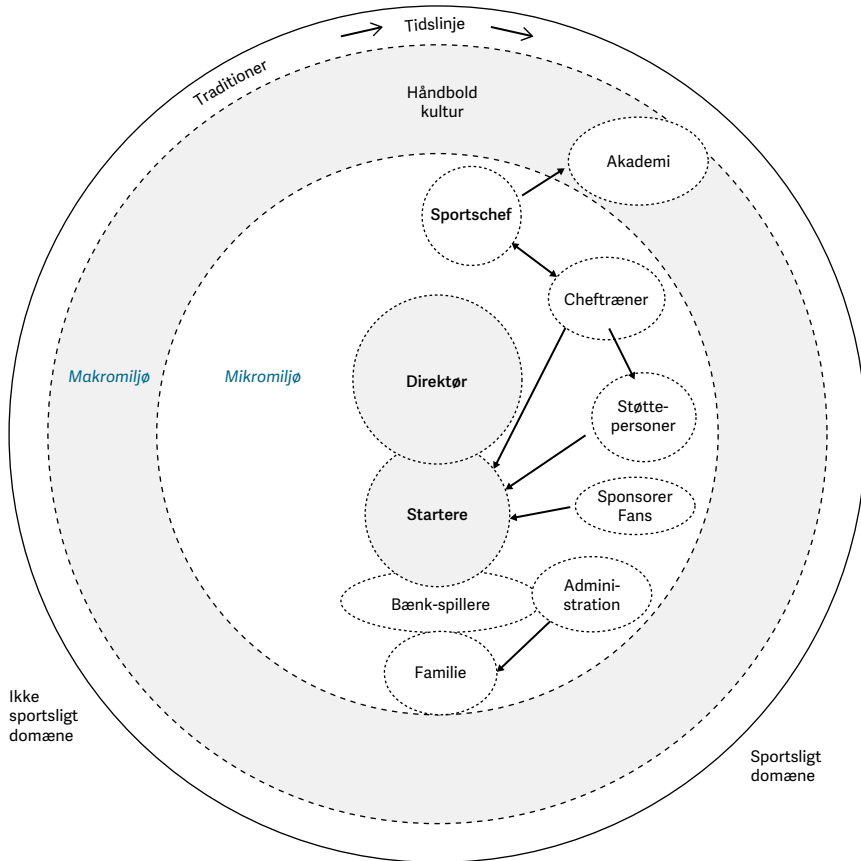
En holistisk analyse af et sportsmiljø er i sagens natur omfattende. I dette kapitel fokuserer vi på strukturen og kulturen i HC Jylland. Miljøets struktur bestod af de forskellige systemer i organisationen, såsom ledelse, administration, trænere, eksperter og spillere. Dog beskriver figur 1 primært strukturen i det sportslige domæne. Organisationskulturen i HC Jylland beskrives gennem artefakter, skueværdier og grundlæggende antagelser.

Mikromiljø

Han er det hele, han gør alt det, du ikke ser

På baggrund af observationer og interviews fremstår det klart, at direktøren i HC Jylland var drivkraften i miljøet. Derfor er han placeret i centrum af den empiriske ATDE-model af HC Jylland. Han var en altoverskyggende karakter, der formede og faciliterede klubkulturen og relationerne i miljøet. Han påvirkede relationen mellem spillere, fans og sponsorer med ambitionen om, at klubben var et lokalt flagskib for byen. Derudover havde han budgetteret med midler til spillernes familier. Han gik forrest med at organisere sociale arrangementer, særligt når det ikke gik godt sportsligt. Som det fremgår i nedstående citat fra en spiller, havde direktøren mange roller, og der var stor respekt for ham i miljøet:

Jeg ved ikke engang, hvad direktørens rolle er, for han er det hele. Han har nærmest ikke engang en rolle, for hans rolle er det hele. Han er jo klubben, og han er sindssygt dygtig til at føle, det her er HC Jylland, vi er en stor familie, og alle er velkomne. Jeg tror aldrig nogensinde, jeg kommer til at få en bedre chef. (spiller)



Figur 1. Empirisk ATDE-model af HC Jylland. Selvom miljøet er et high-performance-miljø, er talentmiljømodellen anvendt som analytisk ramme.

Én stor familie

Spillernes familier spillede en central rolle i klubben, hvor der var en nær relation på tværs af spillerne og deres familier udenfor banen. HC Jylland blev af alle spillerne beskrevet som den klub, der gør mest for familierne. Der var en frivillig, der er ansvarlig for spillernes hustru/kæreste og børn og den såkaldte *koneklub*. De fik et fitnessabonnement, sæsonkort, tøj og sociale arrangementer betalt. Samtidig sørgede klubben for, at spillerne og deres familie blev installeret med bolig, visa, børnehave osv. En af spillerne beskrev det særlige fokus på familien som et chok:

Hun spurgte mig om, hvilken størrelse min kone brugte, jeg spurgte hvorfor? Hun fik tøj fra HC Jylland. Hver jul får vi gaver fra klubben, og til min søns fødselsdag får han også gaver fra klubben. Det er stort for mig, og det betyder meget for spillerne. (spiller)

Det er træneren, der har allermest pres på

Den næste vigtige relation til spillerne i det sportslige domæne var cheftræneren, som beskrev: ”Min primære hovedopgave er at vinde så mange håndboldkampe som overhovedet muligt”. Alle i miljøet var enige om cheftrænerens opgave og præmissen om, at bestyrelsen ville fyre ham, hvis resultaterne udeblev. Det er anden gang, cheftræneren står i spidsen for klubben, og begge gange startede han midt i sæsonen grundet en trænerfyring. Den præmis formede hans relation til spillerne. Han prioriterede sin opmærksomhed på starterne til træning, videomøder og kamp. Cheftræneren gik op i, at spillerne havde det godt uden for banen, men på håndboldbanen var cheftræneren hård i sin kommunikation, hvor han råbte og skældte ud. Cheftræneren slog benhårdt ned på sportslige fejl, hvilket spillerne beskrev som unødvendig støj, ”der går ind ad det ene øre og ud af det andet”, men de udviste stor respekt for hans taktiske forståelse af forsvarsspillet. Cheftræneren stolede på de spillere, der turde udfordre ham, hvilket ifølge ham var et ”gen”, en tophåndboldspiller burde have, som han forklarede i nedstående:

Lige nu så står vi med en ny spiller, der har et potentiale af den anden verden, men som ikke forstår endnu, hvad det kræver at spille på højeste plan [...]. Jeg søger en reaktion fra ham, hvor han bliver sur og sviner mig til, ligesom [navn] gør. I mandags sviner jeg [navn] til, og hans første reaktion er at råbe tilbage til mig. Det kan jeg godt lide, fordi så er han der. Med den nye spiller ved jeg ikke 100%, om jeg kan regne med ham i de sidste 10 minutter. (cheftræner)

Støttepersoner

Støttepersonerne havde i dagligdagen den uformelle kontakt med spillerne i *players' lounge*, styrketræningslokalet og på behandlerbriksen. De var altid tilgængelige med f.eks. behandling udenfor klubben eller hjælp med private udfordringer. Støttepersonerne blev af spillerne og sportschefen beskrevet som et loyalt bindeled mellem spillerne og cheftræneren. Fordi de var både lyttende og forstående overfor spillernes udfordringer og eventuelle utilfredshed med cheftræneren, samtidig med at de fremstod loyale overfor cheftræneren, hvilket en spiller beskrev på følgende måde:

Har jeg et problem, så kan jeg gå op til assistenttræneren, hvor jeg kan sige det til ham, og han kan sige det videre til cheftræneren. Hvis assistenttræneren synes, det er noget pladder, kan han sige hold din kæft, sådan er det bare. Han er en rigtig god fyr, man kan komme til med sine holdninger, og du får altid et ærligt svar fra ham. (spiller)

Fans og sponsorer

Direktøren ville have, at HC Jylland var lokalt forankret, og spillerne skulle være tilgængelige for fans og sponsorer. Han ville gerne have, at spillerne kendte dem, der betalte deres løn, fordi klubben var afhængig af sponsorindtægterne for at kunne spille med om medaljer. Klubben handlede af loyalitet kun ved sponsorer, og skulle der f.eks. købes nyt fitnessudstyr ved et firma, der ikke var partner, skulle der først laves en sponsoraftale. Derudover ville direktøren have spillerne til at bo i byen, så de betalte skat i kommunen og mødte fans og sponsorer i bymiljøet. Spillerne og støttepersonerne, der boede i byen, nævnte, at ”Det er så sikkert som amen i kirken” at skulle snakke håndbold med fans nede i Brugsen. For langt størstedelen var dette positivt, da de forstod deres rolle som flagskib for byen, og snakken inkluderede positive og negative kommentarer fra fans med interesse i HC Jyllands succes.

Makromiljø

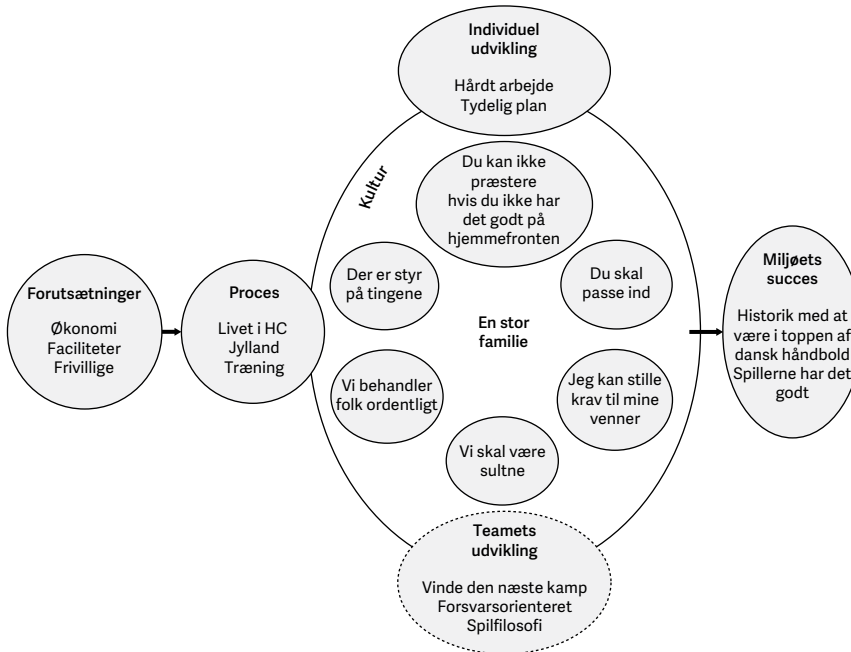
Akademiet

I HC Jylland var der ikke en direkte forbindelse mellem seniorholdet og akademiet. Sportschefen forsøgte at fremme klubbens langsigtede udvikling gennem talentudvikling med deltidsansatte trænere på akademiet. Fra direktørens side var det samtidig vigtigt at tydeliggøre en afstand ved, at alle akademispillere havde trøjenumre over 30, og at de ikke måtte klæde om i ligaspillernes omklædningsrum. Han mente, at man skulle gøre sig fortjent til det. Cheftræneren, hvis ansvar var at vinde kampe, gik op i at prioritere sin opmærksomhed på ligaspillerne, hvilket følgende udsagn viser:

Sportschefen og cheftræneren snakker om en bagspiller fra U17, som sportschefen gerne vil have med op og træne med. Cheftræneren svarer: ”Hvad er det for et signal at sende med en U17-spiller? Hvad vil vores bagspillere sige til at dele minutter til træning med ham? Senere når vi får skader, eller vi skal hvile nogen, så kan vi hive ham ind, og så kan han måske få tre gange i træk. Men at lave en fast aftale på ugentlig basis er alt for meget. (observation)

Miljøsuccesfaktor-modellen

I nedenstående afsnit vil forudsætninger, processer samt individets og holdets udvikling og resultater blive uddybet, og afslutningsvis bliver grundlaget for miljøets effektivitet præsenteret.



Figur 2. Empirisk ESF-model af HC Jylland.

Forudsætninger

På det tidspunkt, hvor denne undersøgelse blev lavet, var der hård konkurrence om pladserne i den danske liga, og selvom der var forskel på klubbernes økonomi, så var det sådan, at alle hold kunne slå hinanden på dagen. Økonomisk var ét hold i en liga for sig, og HC Jylland lå som en af udfordrerne. Da man hverken havde den bedste geografiske placering eller de økonomiske forudsætninger, ville HC Jylland kompensere ved at være bedst på alle andre parametre. For at forblive konkurrencedygtig havde klubben udviklet en defensiv spilfilosofi, da defensive spillere var billigere end angrebsprofiler.

Alle klubbens faciliteter var samlet i det lokale kulturcenter, og udenfor arenaen hang der billeder af klublegender, historiske bedrifter og samarbejdsklubber. Dagligdagen for ligaholdet centredes sig om den gamle hal, hvor klubben havde egne lokaler til trænerne, styrketræning og *players' lounge* med omklædning og behandlingsområde. I centerets kantine spiste alle fra klubben frokost.

Selvom klubben var professionel, var de afhængige af frivillige til afviklingen af kampe. Den vigtigste frivillige post var klubbens holdleder, der stod for tøjvask, bolde og drikkedunke til træning og kamp.

Processer

Livet i HC Jylland foregik typisk fra kl. 9-15. Spillerne begyndte at dukke op en time før morgenmødet, der startede kl. 9.30, da nogle skulle have behandling eller også bare ville være der i god tid. Når spillerne, stab eller trænere ankom, gav de hånd til alle, tog en kop kaffe og satte sig på deres faste pladser. Til morgenmødet blev der givet praktiske oplysninger såsom opdateringer på sygdom og skader, en præsentation af dagens plan og et oplæg til dagens træning. Efter træning klædte spillerne om og gik til frokost kl. 12, hvor spillerne og lederne sad ved hvert deres bord. Efter frokost sad spillerne i *players' lounge* og spiller kort.

Træningen startede efter morgenmødet og varede ca. 90 minutter. Akademispillerne var kun med ved skader eller sygdom på ligaholdet. Opvarmningen var enten styret af den fysiske træner, spillerne selv eller bestod af 10 minutters fodbold. Dernæst blev gruppen opdelt, og assistenttræneren trænede fløjene, mens resten lavede dueltræning med chefræneren. Efterfølgende blev der trænet ”på buen”, hvor der blev spillet forsvar mod angreb på mål. Det var altid starterne og særligt forsvarsspillerne, som fik opmærksomhed. Cheftræneren var velforberedt, og hans rolle til træning var at sætte ekstremt høje krav.

Kulturelt paradigme

Direktøren havde skabt en klub, der hvilede på værdier om hårdt arbejde og en lokal fællesskabs- og familiefølelse. Kulturen var bundet op på hans personlige holdninger og værdier og var ikke til forhandling. Klubbens værdier stod skrevet på trøjer, hjemmesider og i kulturcenteret. Klubbens kulturelle paradigme var baseret på det, vi har formuleret som én basal antagelse og seks værdier, der var gensidigt forbundne.

Basale antagelser

Én stor familie handler om, at man i klubben troede på nære relationer, hvor spillere, trænere og ansatte kendte hinandens børn og familie, som kilde til miljøets succes. Ideen var, at i en lille by er alt, hvad du skal bruge i hallen, og som en af spillerne beskrev det, så var folk altid klar til at hjælpe hinanden:

Det betyder meget for mig, da en holdkammerat hjalp mig, da jeg havde vand i mit hus. Så har jeg også lyst til at hjælpe ham, måske på banen eller udenfor. Men at vi

har et forhold til alle, hvor vi stoler på hinanden, og ikke kun om håndbold. Og jeg tror også, dette er vigtigt for sportschefen og chefræneren. (spiller)

Værdier

I klubben så man holistisk på spillerne, og derfor gjorde alle i klubben også en ekstra indsats for familierne. Der blev gentagne gange sagt, ”at man ikke kan præstere, hvis ikke man har det godt på hjemmefronten”. Udadtil var HC Jylland kendt for denne kultur og havde en tydelig profil i forhold til at være dem, som gjorde mest for spillernes familie.

For at blive en del af den store familie var det til gengæld vigtigt, at ”du skal passe ind”. I HC Jylland var det vigtigere at passe ind i kulturen end kompetencerne. Blandt de ansatte var der flere med en fortid som spiller i klubben. Man fik sin indflydelse efter anciennitet i klubben, og uanset hvilken rolle den enkelte har som enten spiller, fysioterapeut eller fysisk træner, var den vigtigste opgave for alle først og fremmest at blive integreret i kulturen.

Den næste værdi var, ”at jeg kan stille højere krav til mine venner”. I den store familie troede man på, at man skulle have det godt udenfor banen, for når spillerne så gik på banen, havde de tillid til hinanden og ville hinanden det bedste, og alle arbejder mod at vinde.

Den fjerde værdi var, ”vi skal være sultne”. Spillerne var motiveret for både at udvikle sig og vinde, men for klubben var det vigtigt, at det blev synligt i form af følelser og råb. Der var en iboende frygt for at blive mægtelig, og man for ville alt i verden ikke være det, de betegnede som et ”leverpostejshold”. Denne frygt udtrykte sportschefen således:

Det er vigtigt, at vi har de bedste faciliteter og forhold for spillerne. Det er vigtigt, det ikke bliver en tilfredshedskultur. Det skal vi sørge for i rekrutteringen. Vi vil ikke have spillere, der tænker, det er et dejligt sted at være. Vi vil have sultne spillere, som vil videre, men som også synes, det er fedt at være her.

Den femte værdi var: ”vi behandler folk ordentligt”. Selvom der var forskel på spillernes roller og opmærksomheden på banen, skulle alle have det godt i HC Jylland. Antagelsen kom særligt til syne i spillernes fortællinger om normerne ved spillerafgang, hvor en af starterne sagde: ”I håndboldkredse bliver der aldrig talt negativt om HC Jylland”.

Den sidste værdi var, ”at der er styr på tingene”. Alle i miljøet nævnte, hvordan der i HC Jylland altid var styr på tingene, og spillere og trænere

brugte særligt eksemplet med, at der altid var løn til tiden. I interviewene fortalte både chefræneren, startere og bænkspillere, at de oplevede, der var styr på tingene, fordi der var en plan med dem som spillere.

Holdets udvikling og resultater

Klubben prioriterede de kortsigtede resultater frem for langsigtet udvikling. Som en spiller formulerede det: ”selvfølgelig er den vigtigste kamp den næste”. HC Jylland sigtede mod at være det bedste forsvarshold i ligaen. Dette kom til udtryk gennem spillerrekruttering, i den chefræner, klubben havde ansat, og måden, han prioriterede sine ressourcer på. I HC Jylland havde man en tydelig rekrutteringsprofil, hvor man gerne ville have store, fysisk stærke forsvarsspillere, som arbejdede hårdt og viste følelser, når de spillede.

Individuel udvikling og resultater

Starterne blev prioriteret i træningen og til kamp, så bænkspillernes opgave var at træne så godt som muligt, indtil de fik chancen til kamp. Trænerne stod for spillernes udvikling, og der blev lagt en individuel plan for spilleren, når de kom til klubben. Til hverdag fulgte spillerne klubbens træningsplan, og der var kun individuel træning i meget begrænset omfang. Bænkspillerne oplevede starterne som nære rollemodeller, hvor de fik hjælp, sparring og feedback om håndboldteknik, karriere og privatlivet. I miljøet var overbevisningen, at spillernes udviklede sig ved at få chancen på banen, og det var accepteret og naturligt at skifte klub for at få spilletid.

Miljøets effektivitet

HC Jylland målte sin succes ved historisk og forsat at være et tophold i herreligaen, hvor de havde vundet mesterskaber og spillet med i europæiske turneringer. Dernæst gik klubben op i, at spillerne havde det godt, hvilket kom til udtryk ved, at klubben hjalp spillernes familie, og at der i hverdagen var en tæt relation på tværs af spillere og ansatte i klubben.

Diskussion

HC Jylland var kendetegnet ved at være et miljø centeret om direktøren i klubben. I kontrast til det meget spidse hierarki og den hårde tone på

håndboldbanen var der et stærkt fokus på og omsorg for familien, så spillerne havde det godt på hjemmefronten. Klubben anså sig selv som én stor familie, hvor både spillere og ansatte mødtes privat. Cheftræneren var den i miljøet, der stillede krav, mens støttepersonerne fungerede som loyale bindeled for spillerne. Klubben var bevidst om den geografiske placering, og man satte en ære i at være det lokale flagskib, hvor fans kom tæt på spillerne. Ifølge klubben var de på grund af deres begrænsede økonomiske forudsætninger nødt til at være bedst på alle parametre uden for banen. Den kortsigtede præstation blev vægtet over den individuelle udvikling, og selvom der ikke var plads til alle, behandlede klubben folk ordentligt.

Når vi sammenligner HC Jylland – et high-performance-miljø med fokus på seniorspillere og sportslig succes – med fællestræk for succesfulde talentudviklingsmiljøer, så er der flere ligheder, men også nogle væsentlige forskelle. For det første er der fokus på spillernes her-og-nu-succes fremfor deres langsigtede udvikling, da der er et stærkt fokus på seniorholdets præstationer. Tidligere studier af talentudviklingsmiljøer har vist en stærk og sammenhængende organisationskultur (Henriksen & Stambulova, 2023), hvor der i HC Jylland-casen var mangel på sammenhæng mellem, hvad de sagde, de gjorde, og hvad de faktisk gjorde på den måde, at de ønskede at lave langsigtet talentudvikling, men prioriterede resultater på kort sigt. På trods af, at HC Jylland var et succesfuldt miljø i forhold til sportslige seniorresultater, står det i kontrast til tidligere studier af succesfulde talentudviklingsmiljøer. Det kan forstås som iboende centrale problemer i håndbold eller holdsport af mere generel karakter, når vi ser på tidligere litteratur af professionelle klubber (Larsen et al., 2013).

Barrierer for en succesfuld overgang fra akademi til senior

HC Jylland er et professionelt hold, men også en klub med andre hold, herunder et akademi, der har til formål at udvikle talenter. Et centralt problem for talentudvikling var manglen på nære rollemodeller og kommunikation i overgangen fra ungdom til professionel i HC Jylland. Resultaterne viste, at akademiet var langt væk fra seniorholdet. Tidligere undersøgelser af succesfulde talentudviklingsmiljøer har vist, at trænere faciliterede, at spillerne lejlighedsvist trænede med grupper på både et højere og/eller lavere sportsligt niveau og dermed fremmede vidensdeling, færdighedsudvikling og rollemodeller (Storm et al., 2022). Udover at lære fra de bedste kan

spillere, der dagligt eller ugentligt interagerer med ældre spillere, få lettet deres overgang fra ungdom til senior, hvilket kan forhindre en slags kultur-chok, når de når eliteniveauet (Henriksen et al., 2010; Ryom et al., 2020). I denne case kunne overgangen potentielt blive et kulturchock og en udfordring for talentudviklingen i klubben. Den store kulturelle afstand mellem akademi og seniorholdet kan være svær at håndtere, men det er muligt, at den stærke familiefølelse, der kendetegner klubkulturen, overordnet set kan kompensere og dermed facilitere overgangen for de unge spillere til det professionelle niveau. Det kan vi ikke sige på baggrund af dette casestudie. Det vil kræve et længerevarende studie, der følger spillere gennem overgangen, at forstå de processer. Litteraturen viser, at strategier, støtte, selvet og situationen er vigtige for at mestre transitioner (Stambulova, 2012). Det manglende overlap mellem akademi og ligahold i HC Jylland viste ingen åbenlys støtte fra omgivelserne (dvs. trænere, ledere, senior spillere), og der blev ikke fremhævet strategier for den enkelte spiller (selvet) til at klare overgangen (situationen) (Alfermann & Stambulova, 2007).

Organisatoriske barrierer mellem akademi og seniorholdet

Det kulturelle paradigme (hvad de siger og gør) i den professionelle afdeling i HC Jylland stod skarpt for senior elitespillerne, men de organisatoriske strukturer gjorde det svært for akademispillere at forstå paradigmet. Tidligere forskning i elitefodboldklubber på tværs af fem europæiske lande viste ligeledes, at mangel på nærhed og formel kommunikation mellem de unge og det professionelle miljø kunne forhindre en sammenhængende udvikling af unge spillere ind i det professionelle miljø (Relvas et al., 2010). Ifølge Woodman og Hardy (2001) er effektiviteten i en organisation direkte forbundet med klare roller og kommunikation. Set i et talentudviklingsperspektiv var faktorer som disse fragmenterede i HC Jylland. På daglig basis var den professionelle afdeling i en prioriteret position som strategisk spydspids og blev jævnlige italesat af direktøren og cheftræneren som det vigtigste. Den organisatoriske struktur i HC Jylland inkluderede en formel afstand mellem de to forskellige afdelinger, henholdsvis senior og akademi, og miljøets succes var bundet op på ligaholdets sportslige resultater. Set i lyset af kulturel ledelse bekræfter dette casestudie, at ledere kan facilitere og skabe kultur – eksplicit eller implicit. Ser vi på eksemplet med HC Jylland og den kulturelle ledelse, så står man for at skabe en familie og hjælper alle

i klubben. Men casestudiet viste også, at lederne faciliterer en kultur, hvor de stærke bestemmer, og hvor rollemodellerne er ældre og bærende spillere på seniorholdet. Det betyder nedprioritering af unge spilleres udvikling i hverdagen og til træning, hvilket skaber svære vilkår for de spillere, der er nederst i hierarkiet, og for akademispillere.

Konklusion

Dette kapitel undersøgte en dansk herrehåndboldklub, HC Jylland, ved at bruge den holistiske, økologiske tilgang. Resultaterne er opsummeret i to empiriske modeller, hvoraf det fremgår, at HC Jylland sætter direktørens ledelse i centrum, hvilket skaber og ligger til grund for seniorspillernes og deres familie trivsel og præstationer. HC Jylland prioriterer kortsigtede resultater over langsigtet spillerudvikling, hvilket er i tråd med miljøets primære funktion som high-performance-miljø, men bliver en barriere i forhold til klubbens øvrige formål om at udvikle talent. Ideen om at være én stor familie er en central del af miljøets kultur, men denne familiefølelse strækker sig primært til seniorspillerne og er ikke i samme grad repræsenteret for akademispillerne i HC Jylland. Således kan klubben betegnes som en resultatmæssigt succesfuld håndboldklub, men casen illustrerer også de udfordringer, som mange klubber står overfor, nemlig at kombinere en professional afdeling (high-performance-miljø) med et akademi (talentudviklingsmiljø).

Om forfatterne

Frederik Hjørnholm Kreuzfeldt cand.scient i idræt, er ligatræner for Ikast KFUM Volleyball og højskolelærer på ISI idrætshøjskole. Han har som træner arbejdet med miljøer i Danmark, Norge og Canada. Frederik har på forbundsniveau arbejdet med talentudviklingscamps, træneruddannelse og ungdomslandshold. Frederik er optaget af at skabe miljøer, der skal klæde de unge mennesker på til at håndtere transitionen fra ungdom til senior eliten.

Carsten Hvid Larsen er lektor ved Institut for Idræt og Klinisk Biomekanik på Syddansk Universitet og leder af fodboldpsykologi i Dansk Boldspil-Union (DBU). Carsten har publiceret flere artikler inden for anvendt sportpsykologi og talentudvikling. Han har redigeret og bidraget til flere

bøger om mindfulness og mental sundhed i idræt og har igennem mange år arbejdet med atleter til EM, VM og OL og arbejder på nuværende tidspunkt med landsholdene i DBU.

Louise Kamuk Storm, ph.d., er lektor ved Syddansk Universitet. Hendes primære forskningsinteresse er kulturelle og relationelle aspekter af ungdoms-idræt og talentudvikling, og hendes nuværende fokus er: unges idrætsmiljøer, specialisering og trænerens rolle. Hun har mange års erfaring med undervisning, vejledning og formidling; og har bidraget til flere strategiske initiativer, der sigter mod at skabe bedre miljøer i f.eks. kommuner og forbund.

Kristoffer Henriksen, cand.psych., ph.d., er professor i sportspsykologi og forskningsleder i Psychology of Sport, Excellence and Health på Syddansk Universitet. Han var blandt de første i verden til at sætte talentudviklingsmiljøet på forskningsdagsordenen og har skrevet adskillige bøger og internationale artikler om emnet. Kristoffer var i mange år sportspsykologisk konsulent i Team Danmark. Han hjælper stadig atleter og trænere med at præstere under pres og klubber og forbund med at skabe udviklingsmiljøer i verdensklasse.

Referencer

- Aalberg, R. R. & Sæther, S. A. (2016). The talent development environment in a Norwegian top-level football club. *Sport Science Review*, 3-4, 159-182. <https://doi.org/10.1515/ssr-2016-0009>
- Alfermann, D. & Stambulova, N. (2007). Career transitions and career termination. I G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Red.), *Handbook of sport psychology* (3 udg., s. 712-736). Wiley.
- Braun, V., Clarke, V. & Wheate, P. (2016). Using thematic analysis in sport and exercise research. I B. Smith & A. Sparkes (Red.), *Routledge handbook of qualitative research in sport and exercise* (s. 191-205). Routledge.
- Creswell, J. W. (2012). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage Publications.
- Hauser, L. L., Harwood, C. G., Höner, O., O'Connor, D. & Wachsmuth, S. (2022). Talent development environments within sports: a scoping review examining functional and dysfunctional environmental features. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(2), 1105-1131. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2129423>
- Henriksen, K., Stambulova, N. & Roessler, K. K. (2010). A holistic approach to athletic talent development environments: A successful sailing milieu. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 212-222. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.10.005>
- Henriksen, K., Stambulova, N. & Roessler, K. K. (2011). Riding the wave of an expert: A successful talent development environment in kayaking. *The Sport Psychologist*, 25, 341-362. <http://journals.humankinetics.com/tsp>
- Henriksen, K., Dideriksen, S., Kuettel, A., Schlawe, A. & Storm, L. K. (2025). The coach as an architect of Danish high-performance sport environments. *Psychology of Sport and Exercise*, 80, 102877. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2025.102877>

- Henriksen, K. & Stambulova, N. (2023). The social environment of talent development in youth sport. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1127151>
- Henriksen, K., Storm, L. K. & Larsen, C. H. (2018). Organisational culture and influence on developing athletes. I C. Knight, C. Harwood & D. Gould (Red.), *Sport psychology for young athletes* (s. 216-228). Routledge.
- Hodges, K. & Sharp, L.-A. (2016). Case studies. I B. Smith & A. C. Sparkes (Red.), *Routledge handbook of qualitative research in sport and exercise* (s. 62-74). Routledge.
- Larsen, C. H., Alfermann, D., Henriksen, K. & Christensen, M. K. (2013). Successful talent development in soccer: The characteristics of the environment. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2(3), 190.
- Larsen, C. H., Storm, L. K., Sæther, S. A., Pyrdol, N. & Henriksen, K. (2020). A world class academy in professional football: The case of Ajax Amsterdam. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2, 33-43. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v2i0.119746>
- Martindale, R. J. J., Collins, D. & Abraham, A. (2007). Effective talent development: The elite coach perspective in UK sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19, 187-206. <https://doi.org/10.1080/10413200701188944>
- Relvas, H., Littlewood, M., Nesti, M., Gilbourne, D. & Richardson, D. (2010). Organizational structures and working practices in elite European professional football clubs: Understanding the relationship between youth and professional domains. *European Sport Management Quarterly*, 10, 165-187. <https://doi.org/10.1080/16184740903559891>
- Ryom, K., Ravn, M., Düring, R. & Henriksen, K. (2020). Talent development in football – a holistic perspective: The case of KRC Genk. *International Sport Coaching Journal*, 7(3), 360-369.
- Schein, E. H. (2010). *Organizational culture and leadership* (4. udg.). John Wiley & Sons.
- Schlawe A., Christiansen A.V. & Henriksen K. (2025a). The high-performance sport environment: Laying the foundation for a new research topic. *Frontiers of Sports and Active Living*, 7, 1503199. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1503199>
- Schlawe, A., Christiansen, A.V. & Henriksen, K. (2025b). *Features of successful high-performance sport environments: Stakeholder insights*. Manuskript indleveret til udgivelse.
- Schlawe, A., Christiansen, A.V. & Henriksen, K. (2025c). *The Danish badminton miracle: A case study of a high-performance environment*. Manuskript indleveret til udgivelse.
- Smith, B. & McGannon, K. R. (2017). Developing rigor in qualitative research: Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 11, 101-121. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1317357>
- Stambulova, N. (2012). Working with athletes in career transitions. I S. Hanton, & S. Mellalieu (Red.), *Professional practice in sport psychology: A review* (s. 165-194). Routledge.
- Storm, L. K., Christensen, M. K. & Ronglan, L. T. (2020). Successful talent development environments in female Scandinavian handball: constellations of communities of practice and its implications for role modeling and interactions between talents, senior players and coaches. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2, 16-25. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v2i0.115967>
- Storm, L. K., Henriksen, K., Stambulova, N. B., Cartigny, E., Ryba, T. V., De Brandt, K., ... & Erpič, S. C. (2021). Ten essential features of European dual career development environments: A multiple case study. *Psychology of Sport and Exercise*, 54, 101918.
- Storm, L. K., Ronglan, L. T., Henriksen, K. & Christensen, M. K. (2022). Organisational cultures of two successful Scandinavian handball talent development environments: A comparative case study. *Sports Coaching Review*, 11(2), 147-169. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1990652>
- Woodman, T. & Hardy, L. (2001). A case study of organizational stress in elite sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13(2), 207-238. <https://doi.org/10.1080/104132001753149892>
- Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications* (6. udg.). Sage Thousand Oaks.

KAPITTEL 6

Talentutvikling i breddeklubb: ett guttelag – åtte proffkontrakter

Dag Vidar Hanstad Norges idrettshøgskole, Norge

Abstract: This chapter examines the success factors behind the talent development of a youth team for boys at a grassroots club in Norway. Ten years after the team started in 2015 at thirteen year, eight of the sixteen players had signed professional contracts, and five had represented Norwegian national teams (U15–Senior A). The holistic and ecological approach, inspired by Bronfenbrenner’s (1979, 2004) ecological model, is used to understand the factors that contributed to this success. The Athletic Talent Development Environment (ATDE) encompasses structural components that surround the athletes. At the micro-level, findings show that two coaches, a private football academy, and teammates were central actors. The team had limited or no access to expertise in the form of physical coaches, a goalkeeper coach, and medical staff, which is common in higher-level clubs. At the macro-level, socio-economic conditions were important. Regarding the environmental success factors (ESF), preconditions included challenging factors such as poor club economy and lack of facilities, but this was resolved by the families (economy) and players (creativity to find places to play football). The process was characterized by extensive and varied training in different forms. The players took ownership of their development and often trained together outside of organized sessions. This contributed to a strong organizational culture with camaraderie, a will to win, and a sense of responsibility. However, the tough tone from demanding coaches and between the players did not always contribute to joy.

Keywords: talent development, grassroots football, holistic and ecological approach, organizational culture.

Sitering: Hanstad, D. V. (2026). Talentutvikling i breddeklubb: Ett guttelag – åtte proffkontrakter. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 6, s. 131–152). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch6>

Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

Introduksjon

I februar 2015 spilte Lyns gutter 13-lag i fotball (heretter Lyn G02) sin første treningskamp med spillere som var tatt opp fra barnefotballen. På den tiden var Lyns seniorlag for menn på nivå fire i det norske seriesystemet. Ti år senere hadde halvparten av de 16 spillerne signert proffkontrakt, og av disse hadde fem spilt minst én aldersbestemt landskamp for Norge. Ved inngangen til 2026-sesongen befant én seg i Premier League (England), en i Eredivisie (Nederland), tre i Eliteserien (nivå 1 i Norge), en i OBOS-ligaen (nivå 2) og en i 2. divisjon (nivå 3). En av spillerne hadde sluttet av helsemessige årsaker som ikke var relatert til fotball. Av de øvrige spilte én i Norsk Tipping-ligaen (nivå 4), tre spilte på hobbynivå, mens fire hadde sluttet helt. Alle som hadde sluttet, var heltidsstudenter.

Hva kan grunnen være til at såpass mange har nådd toppfotballen i en idrett der en ytterst liten andel blir profesjonelle spillere? For å svare, låner jeg tittelen på boken *Something in the water*, der forfatteren Callum Murray (2022) beskriver to talentmiljøer i England. Med en viss skepsis til at vannkvaliteten i Nordre Aker er bedre enn i resten av landet, ligger neppe grunnen der, og jeg har i stedet sett etter andre forhold som er lagt inn i følgende problemstilling: *Hvilke miljøfaktorer var avgjørende for talentutvikling i breddeklubben Lyn Fotball?*

I kapittelet benyttes en holistisk og økologisk tilnærming (Henriksen et al., 2010a, 2010b) med inspirasjon fra Bronfenbrenner (1979, 2004) sin økologiske modell for menneskelig utvikling, og spesielt for hvordan utvikling dreier seg om personens (utøverens) forutsetninger og karakteristika, hvilke prosesser som foregår, konteksten og tidsaspektet. I boken *Talentutviklingsmiljøer i verdensklasse* setter Henriksen (2011) det holistiske og økologiske inn i rammen for idrettslig talentutvikling i mange idretter, og påpeker at det er umulig å forstå hvorfor noen blir bedre enn andre hvis vi ikke interesserer oss for miljøet utøverne er del av.

Den holistiske og økologiske tilnærmingen står i kontrast til den *individuelle* tilnærmingen, der *talent* er en gave noen er født med (genetisk), eller noe som er knyttet til individuell erfaring og læring. Talentbegrepet er i det hele tatt omdiskutert, fordi det er vanskelig å definere og blir brukt på mange forskjellige måter (Till & Baker, 2020; Zhao et al., 2024). Baker et al. (2024) spør om det er på tide å trekke «talent» ut av diskusjonen om idrettsutøveres utvikling. Forfatterne er opptatt av at den generiske bruken av begrepet er uhensiktsmessig og feilaktig. De konkluderer

likevel med at begrepet bør beholdes i idrett, men da ved å knytte den individuelle utviklingen til mikro- og makromiljøer for idrettsutøveres læring, trening og utvikling. På den måten kan det skapes muligheter for flere idrettsutøvere enn dem som blir utpekt som talenter i svært ung alder.

Kapittelet er et empirisk bidrag til litteraturen om talentutvikling der den holistiske og økologiske tilnærmingen er benyttet. Først og fremst er utgangspunktet her talentutvikling i en breddeklubb, mens studier til nå i all hovedsak har sett på arbeidet i toppklubber. Dette gjelder både internasjonalt (Larsen et al., 2013; Larsen et al., 2020; Ryom et al., 2020) og nasjonalt (Aalberg & Sæther, 2016; Flatgård et al., 2020; Haukli et al., 2021; Sæther et al., 2025). Denne studien skiller seg også fra tidligere bidrag ved et retrospektivt perspektiv der alle spillerne i voksenalder er i stand til å reflektere over det de var del av som barn og tidlig i tenårene. Riktignok er det enkelte fellestrekk i en studie av Brynes lag for gutter født i 1999 (laget til blant andre Erling Braut Haaland), men i den studien var utvalget begrenset til fire spillere (Erikstad et al., 2021). I Bryne-studien var det heller ikke benyttet samme teoretiske rammeverk. Tidligere studier er i hovedsak basert på relativt få intervjuer og begrenset observasjon over en kort periode. Haukli et al. (2021) påpeker i studien av talentutvikling i Stabæk at flere spillerintervjuer kunne ha bidratt med andre oppfatninger av miljøet. Blant spillerne var det foretatt bare ett gruppeintervju med tre spillere og med en varighet på 35 minutter. I denne studien er samtlige spillere som var på Lyn G02 i 2015, og alle involverte trenere i perioden 2015–2018 intervjuet.

Kapittelet fortsetter slik: I teoridelen beskriver jeg den økologiske og holistiske tilnærmingen, mens litteraturgjennomgangen først og fremst presenterer studier innen fotball der det samme rammeverket er benyttet. Deretter vil jeg presentere metoden og så funn før jeg fortsetter med drøfting og avsluttende betraktninger.

Teori- og litteraturgjennomgang

I den holistiske og økologiske tilnærmingen står *talentutviklingsmodellen* (TUM) og *miljøsuksessmodellen* (MS) sentralt (Henriksen et al., 2010a, 2010b). TUM beskriver hvordan de ulike komponentene i et miljø har betydning for å skape best mulig utvikling for utøveren, mens MS forklarer de faktorene som miljøets suksess bygger på.

Talentutviklingsmodellen består av to nivåer. Mikronivået refererer til miljøet der spilleren befinner seg i det daglige, bestående av lagkamerater, klubben, vennegruppen, familien og skolen. Makronivået refererer til omgivelser som påvirker utøveren, for eksempel organisasjonsledd på regionalt og nasjonalt nivå og utdanningssystemet. Både mikro- og makronivået har et idrettslig- og et ikke-idrettslig domene. For en ung fotballspiller er familien (mikro) og generell ungdomskultur (makro) forhold som tilhører det ikke-idrettslige domenet, mens laget og klubben (mikro) og fotballkretsen (makro) er eksempler på det idrettslige domenet.

Miljøsuksessmodellen består av faktorer som potensielt kan forklare miljøets suksess. Modellen tar utgangspunkt i forutsetningene som er nødvendige, men som ikke representerer noen garanti for suksess. Disse forutsetningene er menneskelige, materielle og økonomiske ressurser. Prosessen, eller de daglige rutinene, er viktige for analysen. Her er det snakk om trening, kamper og turneringer. Hvis både forutsetningene og prosessen er gode, kan vi oppnå utvikling for hver enkelt utøver og for laget. Utvikling av det enkelte individ og laget kan ikke ses isolert fra kulturen som etableres.

Organisasjonskultur står sentralt i miljøfaktormodellen. Henriksen og kolleger (2010a, 2010b) og senere studier har i all hovedsak benyttet seg av Schein (1985) sin forståelse av organisasjonskultur, bestående av tre nivåer: *Artefakter* er synlige og består av symboler, historier og myter, klær og bygninger. *Verdier og normer* er mål, standarder, prinsipper og normer som organisasjonen viser til omverdenen. Mens *grunnleggende antakelser* er underliggende årsaker til handlinger som «bare er der» for deltakerne i gruppen.

«Miljøets suksess» er på mange måter endepunktet i modellen. Så er et spørsmål hva som egentlig er suksess her. Feddersen et al. (2021) problematiserer i sin litteraturgjennomgang at flesteparten av talentutviklingsmiljøene ble klassifisert som vellykket allerede i forkant av datainnsamlingen. Det ga potensielle bekreftelsesskjevheter (bias) i analysene. Forfatterne mener det kan være nødvendig å revurdere måten å klassifisere vellykkede miljøer på, da man skal være forsiktig med å fastslå sammenhengen mellom de ulike faktorene og suksess. Hauser et al. (2024) spør om vellykkede talentutviklingsmiljøer utelukkende kan defineres ut fra resultater (her antall utøvere som blir topputøvere), eller om det kreves en mer helhetlig vurdering av hele mennesket (helse og personlig utvikling).

Tidligere studier som anvender Henriksens tilnærming

Den holistiske og økologiske tilnærmingen er anvendt på flere idretter. Studier innen seiling (Henriksen et al., 2010a), friidrett (Henriksen et al., 2010b), padling (Henriksen et al., 2011) og orientering (Henriksen, 2015) har tatt for seg vellykkede miljøer (se også Henriksen (2010)), mens en studie av golf er belyst som et mindre vellykket talentutviklingsmiljø (Henriksen et al., 2014). En studie av unge ishockeyspillere viste at de mannlige spillerne generelt var mer fornøyd med talentutviklingsmiljøet enn de kvinnelige spillerne, noe som blant annet gikk på at jentene savnet støtte til sin satsing (Bergström et al., 2026). Rammeverket er også benyttet på en studie av talentutvikling i amerikanske underprivilegerede miljøer (Book jr et al., 2021; Book jr et al., 2022). Den første studien av fotball handlet om den danske toppklubben Aarhus Gymnastikforening (AGF) (Larsen et al., 2013) og er senere fulgt opp av en studie av belgiske Genk (Ryom et al., 2020), nederlandske Ajax (Larsen et al., 2020), dansk barnefotball (Jørgensen et al., 2025) og britisk kvinnefotball (Gledhill & Harwood, 2019). I Norge finnes det studier av toppklubbene Rosenborg (Aalberg & Sæther, 2016), Ranheim (Flatgård et al., 2020), Stabæk (Haukli et al., 2021), en anonym toppklubb for kvinner (Sæther et al., 2025) og en sammenlikning mellom de høyest og lavest rangerte akademiene i Norge (Gangsø et al., 2021). Vi kommer tilbake til noen av disse studiene.

Metode

Beskrivelse av laget: Alle de 16 spillerne i fotballklubben Lyn som startet med ungdomsfotball i 2015, og som utgjorde «førstelaget», er intervjuet. Disse ble selektert etter treninger og kamper for hele kullet høsten–vinteren 2014–2015. Fem av spillerne på «førstelaget» var født i 2003. De øvrige spillerne tilhørte treningsgruppe 2 og 3 (alle født i 2002). Da årgangen gikk inn i tredje sesong som G15, hadde knapt noen av de 50 spillerne sluttet (Lyn Fotball Gutter 2002, 2017). Det var ingen aktiv rekruttering av spillere fra andre klubber det første året. Til de påfølgende sesongene kom det til i gjennomsnitt tre nye spillere, først og fremst for å gjøre treningsgruppen større. En av spillerne i det opprinnelige laget reiste til utenlandsk akademi høsten 2015, men han var fortsatt medlem i klubben og deltok på nesten alle turneringer til og med 2017. I denne studien er nye spillere utelatt, da jeg

har ønsket å følge «originalbesetningen» fra første år i ungdomsfotballen. Det fjerde året ble avsluttet med flere sterke resultater, blant annet plass i semifinalen i NM gutter 16. Blant semifinalistene var Lyn på nivå 4 den eneste klubben utenfor eliteserien.

Intervjuer: De 16 spillerne er delt i to grupper, begge bestående av åtte spillere. Gruppe 1 er spillere som har «tatt steget», her definert ved at de senere skrev proffkontrakt, mens gruppe 2 er gutter som i dag spiller på lavere nivå eller har lagt opp. Når vi kommer til funn og diskusjon, er spillerne i gruppe 1 gitt fiktive fornavn som starter på A, mens de starter på B i gruppe 2. Videre er lagets fire trenere i perioden intervjuet. Disse har her fått navn som starter med C. To av disse (Christian og Christoffer) var hovedtrenere i hele perioden og var de mest sentrale informantene av trenerne. De to andre (Cato og Claus) var inne i en kortere periode. I tillegg ble to trenere på et privat akademi (Curtis og Christos) intervjuet sammen. Av de 21 intervjuene ble 6 foretatt fysisk og 15 digitalt. Varighet på de 16 spillerintervjuene var i gjennomsnitt 59 minutter, mens trenerintervjuene var på 88 minutter.

Semistrukturerte intervjuer var basert på to ulike intervjuguider til spillere og trenere, der hovedkategoriene var de samme, som tiden i barnefotballen, opplevelsen av akademi i regi av klubb og private aktører, organisering av trening i og utenfor klubben, relasjonen mellom spiller og trener, opplevelser fra kamper og turneringer, forholdet til klubb, foreldreinvolvering og andre eksterne interessenter. Spørsmålene var i størst mulig grad åpne, med mulighet for oppfølgingsspørsmål.

Observasjon, dokumenter og egen rolle: Jeg er pappa til en av spillerne. Min rolle i foreldregruppen var å filme kamper for at spillere og trenere kunne lære og analysere, samt å lage innhold til lagets profil på Instagram, Facebook og YouTube. Instagram-kontoen (@lyngutter2002) hadde på det meste 2200 følgere, og den er fortsatt aktiv. I denne rollen fikk jeg god innsikt, samt at jeg har holdt kontakt med både spillere, trenere og foreldre i tiden etter 2018. Det å kjenne informantene kan gi verdifull tilgang til data, men det kan også kan skape press og svekke den reelle frivilligheten med tanke på deltakelse (Thagaard, 2018). Rollen stiller også krav til at forskeren er bevisst forhold knyttet til *relational ethics* ved kontinuerlig å vurdere hvordan forskningsprosessen påvirker deltakerne både under og etter prosjektet (Tracy, 2024). Jeg informerte ekstra grundig om studien da informantene ble forelagt et informasjonsskriv og en samtykkeerklæring, i tråd med de forskningsetiske retningslinjene (Den nasjonale

forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora, 2021). Jeg la spesielt vekt på at de kunne trekke seg når som helst og uten begrunnelse. Samtykkeerklæringen ble signert digitalt av alle. Studien er godkjent av Sikt (referansenr. 101881).

Analyse av dataene: Jeg hentet inspirasjon til reflektiv tematisk analyse fra Braun og Clarke (2021). Først ble alle intervjuene transkribert. Denne prosessen fungerte som en viktig første fase for å bli godt kjent med data-materialet. Under transkriberingen ble det satt inn foreløpige tematiske overskrifter, noe som la grunnlaget for å identifisere mønstre i dataene på tvers av intervjuene. Deretter ble temaene gjennomgått og vurdert i lys av den holistiske og økologiske modellen for talentutvikling. Disse temaene ble så strukturert i en disposisjon som dannet grunnlag for presentasjonen av funn og den påfølgende diskusjonen. For å redusere mulig bias i analysen ble funnene diskutert med fagfeller innen idrettsvitenskap. Gjennom denne prosessen mottok jeg tilbakemeldinger og gjennomførte såkalte *friendly reviews* for å sikre nyansert og kritisk vurdering av tolkningene.

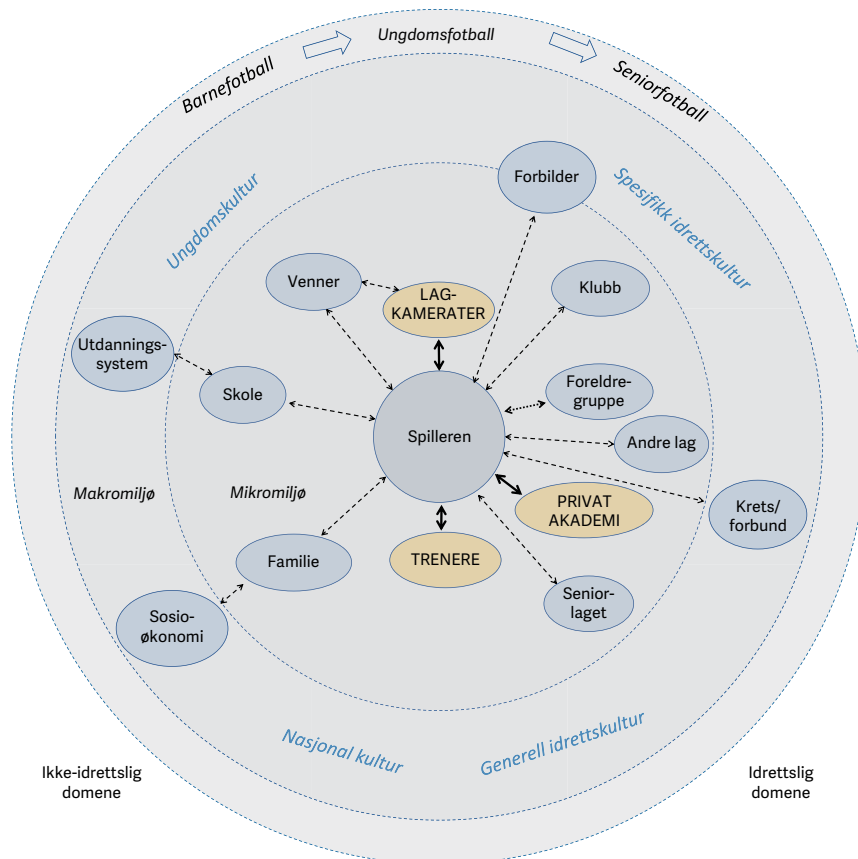
Funn og diskusjon: talentutviklingsmiljøet og miljøsuksessfaktorene

Vi skal nå se nærmere på Lyn G02 i lys av talentutviklingsmodellen (TUM) og miljøsuksessmodellen (MS). Konseptet bidrar først og fremst til å strukturere et empirisk bidrag til feltet. I tråd med problemstillingen blir det lagt mest vekt på suksessfaktormodellen. Utgangspunktet for analysen er opplevelsene til spillerne og trenerne.

Talentutviklingsmiljøet

Mikromiljø: Den enkelte spilleren på laget er plassert i midten av talentutviklingsmodellen (figur 1). Basert på intervjudata er aktørene som har størst betydning for spillerens utvikling, plassert tettest på. Disse er markert med gult i figur 1. Spillerne i Lyn hadde langt færre å forholde seg til enn det vi finner i eliteklubbens akademi (Aalberg & Sæther, 2016; Haukli et al., 2021). Her var det ingen eksperter i form av fysiske trenere, keepertrenere eller analyseansvarlige. Laget hadde heller ingen ordning med fysikalsk eller medisinsk oppfølging. Klubbens ansatte i administrative og sportslige stillinger ble av spillere og trenere oppfattet som temmelig perifere. Spillerne trekker heller ikke frem andre lag i klubben, da ingen spillere

hospiterte opp til lag med eldre spillere. Innenfor det idrettslige domenet var det først og fremst tre aktører som utgjorde kjernen i mikromiljøet: trenerne, et privat akademi og ikke minst lagkameratene.



Figur 1. Talentutviklingsmiljøet i Lyn Fotball Gutter 2002 med den enkelte spiller i sentrum (basert på Henriksen et al., 2010a, s. 213).

De to *trenere* som fulgte laget i de fire årene, fikk sentrale plasser i spillerens liv. Denne relasjonen tar vi opp når vi skal gå inn på prosessen. *Privat akademi* er den andre aktøren. Mens toppklubber i henhold til krav i akademiklassifiseringen gjennom Norsk Toppfotball (Olafsen, 2017, 2022) har egne akademier der de mest lovende spillerne rekrutteres inn, peker spillerne i denne studien på betydningen av å være del av et privat akademi på siden av laget. Elleve av spillerne deltok fra de var ti–elleve år på Fotballprogresjon Norge (FPN) sitt tilbud i form av fotballskoler i ferier,

camper i helgene og økter i smågrupper. Flere benyttet seg av tilbudet til de var 14–15 år. Av spillerne som «tok steget», var alle innom FPN, og de uttrykker at det var viktig for deres utvikling.

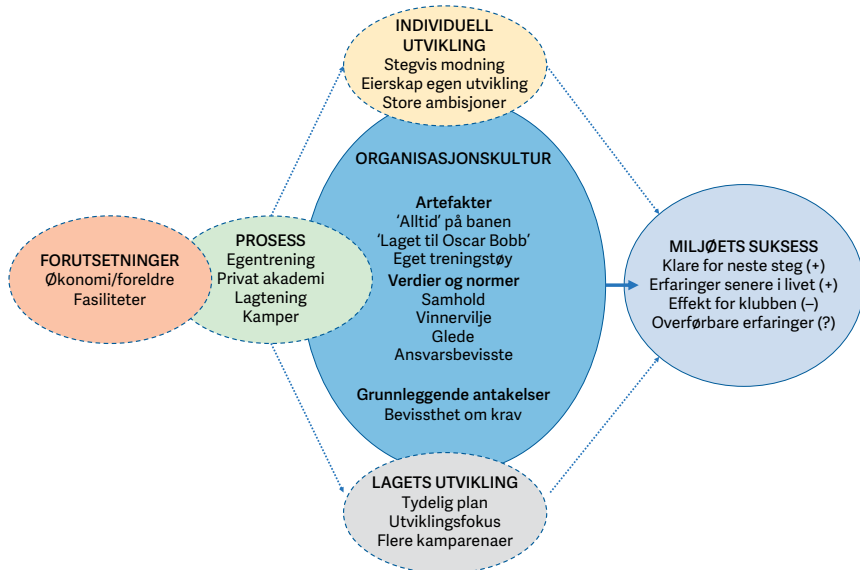
Alle fotballspillere må forholde seg til *de andre på laget*. Det gjorde også utøverne i denne gruppen, og vi skal i neste del komme inn på lagets organiserte og uorganiserte treninger. Når *lagkamerater* trekkes frem spesielt i TUM, er det fordi samtlige spillere understreker at de var kamerater som likte å trene sammen. Ettersom de hadde vært sammen på Lyns skolefritidsordning (Lyn Akademiet) fra de var åtte–ni år, oppga mange av spillerne at gutter på laget også var deres nærmeste venner. Det er markert med den eneste pilen mellom aktørene i mikromiljøet i figur 1.

Makromiljø: I forhold til modellen til Henriksen og kolleger (2010a, 2010b) på makronivå er et element lagt til i denne studien på Lyn: sosioøkonomiske forhold. Levestandarden i bydelen Nordre Aker er høy (Oslo kommune, 2024) og består i all hovedsak av ressurssterke familier. Spillerne kunne derfor delta på et privat akademi, samt utenlandsturer med laget. Det fantes unntak, og disse spillerne ble subsidiert av andre spilleres foreldre. Når spillerne snakker om den generelle ungdomskulturen, bærer den preg av at spillerne i all hovedsak hadde venner knyttet til fotballen generelt og laget spesielt. Festing og bruk av alkohol var knapt noen involvert i så lenge de var del av dette laget. Utdanningssystemet har betydning for unge idrettsutøvere. Med to unntak var spillerne del av offentlig skole, ikke av toppidrettskoler (for ungdom).

Miljøets suksessfaktorer

Basert på modellen til Henriksen og kolleger (2010a, s. 214) skal vi i denne delen se på hva som peker seg ut som suksessfaktorene knyttet til Lyn G02. Vi forholder oss til figur 2.

Forutsetninger: Økonomi og fasiliteter er trukket frem som utfordrende faktorer i studiene av Stabæk og Ranheim (Flatgård et al., 2020; Haukli et al., 2021). Det samme er tilfellet i Lyn, som i en årrekke har hatt betydelig underdekning i forhold til behov. Dette fremgår også av fotballkretsens egen kartlegging (NFF Oslo, 2023). Ut fra intervjuene kommer det frem at spillerne alltid klarte å finne en berge eller en bane i nærheten der det var mulig å trene. Det hører også med til historien at en av trenerne var baneansvarlig for klubben, og vedkommende viste kreativitet når ledig kapasitet oppsto. Banekapasitet var derfor ingen begrensning for dette laget.



Figur 2. Miljøsuksessmodellen visualisert for Lyn Fotball Gutter 2002 (basert på Henriksen et al., 2010a, s. 214).

Når det gjelder økonomi, hadde klubben lite å bidra med til finansiering av utstyr, ekspertise og turneringer, men her bidro foreldrene. Klubbens viktigste bidrag var å ansette to kompetente trenere. Christian var ansatt på fulltid samtidig som han hadde mange andre oppgaver i klubben, mens Christoffer hadde engasjement på timebasis. Begge forteller at de jobbet betydelig mer enn de skulle i henhold til kontraktene sine.

Prosess: Her er egentrening, privat akademi, lagtøying og kamper ført opp i figur 2. Sammensetningen av de ulike treningsformene er trolig kjernen når vi skal forklare hvorfor det ble så mange gode fotballspillere av denne gjengen. En av dem som har nådd aller lengst, uttrykker det slik:

Jeg tror det handler om at vi ble kjent tidlig og hadde, i hvert fall i den mest kritiske alderen fra 10 til 14 år, ekstremt kvalifiserte fotballfolk rundt oss. Og det at vi ble kjente når vi var så unge, ja i de årene hvor man utvikler mye av det tekniske, så var vi på banen hver dag. Jeg tror den basen man skapte da, altså bare rundt de fotballtekniske og i hodene våre, var helt avgjørende. (Aron)

Aron mener at «de hundrevis av gangene han, Anton, Axel, Brage, Birger og de andre bare var på Kringsjø sammen og spilte tre mot tre og fire mot fire på små mål, var vel så avgjørende som PT-øktene [personlig trening] på akademi». Adrian supplerer: «Selv de kaldeste januardagene ble

jo morsomme. Eller juledagene eller hva det var. Man måtte bare ta på et ekstra lag med ull. Men også i sommerferien, med bading og sånt etterpå.» Her skiller studien av Lyn G02 seg fra majoriteten av studiene av toppklubber der treningene fra svært ung alder i stor grad er knyttet til selve akademiet (se f.eks. Larsen et.al., 2020). Unntak er Stabæk (Haukli et al., 2021) og Ranheim (Flatgård et al., 2020), der kameratskap og betydning av egen utvikling ble presisert fra klubbens side, så her møttes trolig spillerne utenfor det organiserte opplegget, selv om dette ikke er uttrykt spesifikt.

Mens det ikke var eget akademi i regi av klubben (det såkalte Lyn Akademiet er en skolefritidsordning med breddeperspektiv), hadde et privat akademi stor betydning for tidlig utvikling. Spillerne på Lyn G02 har ulike oppfatninger om tilbudet. To uttalelser fanger opp forskjellen. Axel sier følgende om det private akademiet:

[...] virkelig åpna sinnet mitt for fotball [...]. Det var ikke bare å ta imot ballen, men *hvordan* du tok den imot. Om du tok den imot med innside eller utside av foten, hvor du fikk press fra, og ikke minst orientering før du mottok ball.

Benjamin er i den andre delen av skalaen: «Jeg syns det var veldig sånn nisjetrening hvor det var mye føring i sirkel og sånn. Og det syns ikke jeg var noe gøy.» En av trenerne på det private akademiet forteller at tilbudet var for de ivrige spillerne, og at metodikken kunne oppfattes noe avansert. Alle øvelser hadde tre komponenter, der søk og blikk var det ene og valg det andre. «Og selvsagt handlingen, det du som spiller gjør med ballen – det rent tekniske. Det er filosofien vi følger også i dag» (Curtis).

I og med at mange deltok på privat akademi fra de var ti–elleve år og inn i ungdomsfotballen, fikk de et godt fundament. Treneren Christoffer på Lyn G02 forteller at forutsetningene var gode da han og Christian tok over: «Det har jeg tenkt veldig mye på. 80 prosent av disse gutta hadde jo lagt et grunnlag som var helt fantastisk. Da er det veldig enkelt å være trener. Det var ganske rått for oss å ta over.» Christian sier at nivået på treningene lå langt over alderen: «Vi kunne si til spillerne at det vi holdt på med nå, var øvelser for seniornivå, eller måten vi snakket til dem på. Vi brukte jo veldig mye fotballterminologi.» Dette understrekes av Birger, som mener de lærte «utrolig mye taktikk». Han fortsetter: «Jeg føler jeg kunne trent et lag med visdommen jeg fikk fra Christian.»

Utvikling individuelt og som lag: I all hovedsak mener spillerne at trenerne var mer opptatt av utvikling enn av resultater. Når det gjelder den

individuelle utviklingen, var trenerne opptatt av når på året spillerne var født. Med et par unntak var spillerne dessuten svært små av vekst. Dette poenget ble uttrykt overfor spillere og foreldre. Christian var selv sent utviklet, men ble senere en god spiller (nivå 2 i fotball og landslag i futsal). Han forteller at han og Christoffer tok hensyn til spillere som var født sent på året, og hadde kommet kortere i utvikling enn andre på laget både fysisk og psykisk. Eksempler var å sette disse mot hverandre på trening, og å ta hensyn ved at de minste ikke havnet i dueller mot to år eldre (og betydelig sterkere) spillere i kamp. Ut fra disse refleksjonene kan man tolke at trenerne var opptatt av relativ alderseffekt og modning i både i trening og kamp (se f.eks. Fuhre et al., 2022).

Av intervjuene fremgår det at spillerne hadde eierskap til egen utvikling, noe denne studien har til felles med andre studier (se f.eks. Flatgård et al., 2020, s. 14). Gjennomgående hadde de store ambisjoner, selv om det varierer hvor bevisst de var på hva det innebar å sikte høyt. Når det gjelder lagets utvikling, er det enighet om at spillerne tidlig fikk føle at de drev «voksenfotball». Det innebar at det i liten grad var behov for å bli del av det som er omtalt som «hospiteringshysteriet» i norsk fotball (Gjelsvik, 2021). Etter at Lyn G02 ble etablert, var det ingen enkeltspillere som på fast basis ble trukket opp på laget for gutter født i 2001. Først i 2018 ble en spiller (som G16) tatt inn i A-stallen. I dette bildet må man for det første ta med at fem spillere født i 2003 var inne i gjengen fra start, og for det andre at flere kamparenaer bidro til at laget som helhet «hospiterte». Som G13 spilte laget ett år opp, men var samme sesong også med i serie på eget alderstrinn (ingen spillere spilte fast på begge lag hver uke). Deltakelse i mange turneringer bidro til nyttig erfaring, ikke minst i form av kamper mot internasjonale lag. Året 2016 (G14) skiller seg ut med fire utenlandsturer – til Göteborg (treningskamper i februar og Gothia Cup i juli), Madrid (e-Soccer Cup) og København (Audi Cup). Alle fire årene deltok laget i mange norske turneringer.

Organisasjonskultur

Som det fremgår av figur 2, er organisasjonskultur kjernen i miljøsuksessmodellen. Lyn G02 var del av klubben, men opererte temmelig uavhengig til tross for at strategiplanen for 2016–2020 presiserte at Lyn skulle være klubbstyrt (Lyn Fotball, 2016). Det var mange i Lyn som anså dette laget som en subkultur fordi ledelsen i liten grad klarte å styre trenerne og en

sterk foreldregruppe. Her er det et klart skille mellom Lyn og treningsmiljøene i toppklubbene Ajax, Rosenborg og Genk, der felles klubbkultur er trukket frem som en styrke (Aalberg & Sæther, 2016; Larsen et al., 2020; Ryom et al., 2020). I studien av Lyn G02 er det kulturen i *laget* jeg er opptatt av. Utgangspunktet er Schein (1985) sin forståelse av artefakter, verdier, normer og grunnleggende antakelser, som også Henriksen et al. (2010a) forholder seg til.

Artefakter

Alltid på banen er en typisk historie knyttet til dette laget. I en klubb og et miljø er det ofte slik at enkelte spillere peker seg ut fordi han eller hun er på banen «døgnet rundt». Lyn G02 skilte seg ut fordi åtte–ti spillere var på banen så ofte de kunne: «Hvis man hadde fri en dag, var det å dra på banen det første man tenkte på», sier Andreas. Han tenkte aldri på at han gjorde det for å bli god, men fordi det var gøy. Andre var mer bevisst, som Anton: «Jeg var veldig glad i å trene, og jeg visste at jeg måtte gjøre det for å bli god. Så jeg tok veldig mye initiativ.» Han har i ettertid sett på historikken på Instagram, der det fremgår at han bare sendte melding om noen ville være med på banen. De andre var ikke vonde å be. Trener Christian observerte fra kontoret sitt på klubbhuset at denne gjengen skilte seg fra alle andre ved at spillerne var der for å trene med kvalitet.

Laget til Oscar Bobb: Fotballpublikum ble kjent med Oscar Bobb da TV 2 (2014) trakk en parallell til Messi da han som elleveåring (født i 2003) herjet for 2001-laget til Lyn på Norway Cup. TV-kanalen fulgte opp Oscar de neste årene da han var tilbake med Lyn G02. Han ble blant annet omtalt som vidunderbarn (TV 2, 2015, 2016). Oscar, som i dag spiller i Fulham i Premier League og på det norske landslaget, hadde ekstreme ferdigheter som tiltrakk seg oppmerksomhet på kamper. Det merket de andre spillerne seg også, og de syntes det var stas. Innen laget var han uansett bare «en av gutta». En spiller sier: «Det var ikke sånn at man så opp til han eller så på han som en konkurrent. Vi var bare gode venner, og vi hadde det gøy når vi spilte fotball sammen» (Brage).

Eget treningstøy: Laget skilte seg ut fra de andre lagene i Lyn ved at spillerne alltid var likt kledd på trening. På den tiden trente de ulike lagene stort sett i blå overdel, men Lyn G02 varierte med flere farger. Kapteinen hadde ansvar for å melde til spillerne hva de skulle ha på seg til hver trening. Det var ikke bare når det gjaldt treningstøy laget skilte seg ut. I stedet

for «billigballene» som resten av lagene i klubben trente med, ble det med penger fra lagkassen kjøpt inn baller av høyere kvalitet. Nettopp lagkassen er verdt å nevne. Den ble fylt opp ved hjelp av loddsalg, dugnader og salg av boller på alle hjemmekamper. Laget skilte seg også ut med profil på Instagram, der filmsnutter fra kampene ble lagt ut. «Når vi kom på skolen dagen etter kamp, hadde mange fått med seg scoringer og episoder. Det var kult», minnes Benjamin.

Verdier og normer

I strategiplanen til Lyn Fotball (2016) het det at man i klubben skulle være lojal, ydmyk og nytenkende, men verdiene var ikke forklart og var i liten grad forankret i klubben. Spillere og trenere i Lyn G02 forholdt seg ikke til disse verdiene, og spillerne visste ikke engang at de fantes. Laget hadde ikke egne nedskrevne verdier, men Christian forteller at trenerne var tydelig på hva som alltid måtte ligge i bunnen, og «som vi skulle slippe å coache på». Her trekker han frem verdier som entusiasme, intensitet og glede. Christoffer snakker om betydningen av at det skulle være morsomt. Ettersom verdiene ikke var skrevet ned, har jeg gjennom intervjuer trukket frem det spillerne oppfattet som verdier og normer: samhold, vinnervilje, glede og ansvarsbevissthet.

Samhold: Så å si alle er inne på at spillerne først og fremst var gode kamerater da de kom inn på laget som G13. Birger mener det var snakk om at de hadde ganske like personligheter. Selv om de var forskjellige, mener han at lagkameratene var genuint gode personer:

Det var ingen som var såne ekstra egoer, følte jeg. Ingen som liksom fucket det opp med å si: «Hva, jeg er best, hvorfor spiller ikke jeg?» Folk var skuffet [når de ikke fikk spille], selvfølgelig, men de viste det liksom ikke godt. Og så var vi jo venner. (Birger)

Mens spillerne på Lyn G02 var gode kamerater *før* de kom sammen på laget som G13-spillere, utviklet det seg samhold også i de andre norske lagene som er studert (se f.eks. Haukli, 2018, s. 78). Kontrasten er stor til akademiene i internasjonale toppklubber: Også her fremhever spillerne kameratskap, men at det kan bli overflatisk fordi de kjemper så hardt om plassene (Adams & Carr, 2019). For Lys del ble i all hovedsak spillere som kom de neste sesongene, en del av gruppen. Utfordringen da var at flere av disse spillerne bodde lenger unna banen, og de var derfor ikke like mye inkludert i det som skjedde utenfor de organiserte treningene. Både August, Albert

og Birger uttrykker at det gjorde noe med dynamikken i gruppen. Albert sier at han fra det andre året begynte å kjenne på at det ikke var så gøy å være i garderoben: «I starten [på G13] følte jeg trygghet, men etter hvert så ble det verre og verre. At jeg følte meg litt sånn ... ja, ukomfortabel.»

Vinnervilje: Alle treninger med laget var lagt opp med massevis av konkurranser. Det kunne være stafetter, én-mot-én-spill og småbanespill der det handlet om å vinne. August mener man på en måte bevisst dyrket konkurranseinstinkt: «Når man spilte på slutten av treningene, var det sånn at man skulle vinne. De to trenerne hadde ofte hvert sitt lag, og det var litt sånn [vennskapelig] rivalisering mellom de to også.» Han mener det ble lagt prestisje i denne spildelen, og det tror han de fleste syntes var gøy. Christoffer sier øktene ble pakket inn i konkurranser. «Alt var en konkurranse», sier han. På den tiden opplevde han at spillerne virkelig trivdes med det. Samtidig innser han at det kan ha sklidd litt ut i kampsituasjon. Noen år senere vedgår han:

Det ble kanskje litt for mye alvor. Eller det *ble* for mye alvor, jevnt over. Vi var for røffe med gutta. På treningene, derimot, var det gutta som la for mye alvor i å vinne. De kunne gå i kjelleren etter et tap på trening. (Christoffer)

Jakten på å vinne kan medføre unødig press på unge utøvere, og det kan absolutt diskuteres om den gikk for langt i Lyn G02. Fra forskningen vet vi at unge fotballspillere opplever motivasjonsklimaet som betydelig mer prestasjonsorientert og betydelig mindre mestringsorientert, sammenliknet med det trenerne opplever (Møllerløkken et al., 2017). Med bakgrunn i at overdrevent konkurransepreg kan føre til frafall i ungdomsfotballen (Persson et al., 2020), påpeker Thomas M. Jørgensen og kolleger (2024) at trenere bør sørge for at konkurranseinstinktet ikke undergraver spillerens fascinasjon for og kjærlighet til fotball i ungdomsfotballen. Studien av Lyn G02 skiller seg ikke i vesentlig grad fra andre studier med det samme rammeverket, selv om vinnervilje ikke er uttrykt eksplisitt som en verdi. I studien av Stabæk sier en av trenerne at det må stilles høye krav tidlig: «Man må lære at det å konkurrere tidlig er et must for å kunne gå hele veien» (Haukli et al., 2021, s. 13). Den tydeligste nedtoningen av konkurransepreg finner vi i Rosenborg, der jakten på resultater ikke skulle gå på bekostning av den langsiktige utviklingen for hver enkelt spiller (Aalberg & Sæther, 2016, s. 172). Et langsiktig utviklingsperspektiv var neppe til hinder for at det kunne «smelle» på treningene der også.

Flere av Lyn-spillerne er inne på at det å prestere er noe de har tatt med seg videre i livet, også utenfor fotballen. Bernt, som i dag er fulltidsstudent, har tatt med seg ønsket om å vinne: «Det er litt sykt, men jeg har sagt til gutta på universitetet som er blitt gode venner, at når jeg sitter på eksamen, så handler det om slå de andre.» Han innser at det kan oppfattes som en «litt rar holdning til det å ha eksamen, men jeg er kanskje prega av den vinnerkulturen vi fikk inn».

Glede: Vinnerviljen i laget skulle kombineres med glede. Det kan være en balansegang, da presset for å vinne kan bli stort, og dessuten må noen tape når andre vinner. Trenerne la uansett vekt på at treningene skulle være preget av glede. Christoffer forteller at han og Christian «jobba jo ræva av oss også for å få folk i godt humør. Vi lo mye». For han var det viktig at spillerne fant gleden i fotballen, noe han mener de lyktes med fordi så å si alle fortsatte med fotball etter tiden med Lyn G02. Det er ikke vanskelig å finne uttalelser som peker på glede og «morsomme treninger» (Adrian). Også Bjarte sier at «det var veldig morsomt», før han legger på et «men»: «[...] jeg skal ærlig innrømme at jeg var ganske redd for Christoffer da han ble sur.» Han mener at en voksen mann som står og skriker i en treningsgarderobe, ikke får frem gleden. Allerede i neste setning forsvarer han treneren: «Han gjorde ikke det for å være slem, men bare det at han visste vi kunne gjøre det bedre.» Andre er mer kritiske. Benjamin husker at han fra det andre året begynte å grue seg til kampene, og at han etter hvert håpet at han ikke skulle bli sendt på banen: «Det var mye på grunn av kjefting. Det var jo en ganske hard tone. En av trenerne var litt skummel til tider.» Anton sier at det i ettertid er lett å se tilbake og bare huske de gode tingene, men at det var vanskelige tider også:

Plutselig hadde vi trenere som trente oss som om vi var menn. Og jeg var bare tolv år og i tillegg sent utviklet. Det var tøft å bli kjeftet huden full foran alle de andre fordi trener mente jeg gjorde noe feil.

Der og da var det ikke glede han forbandt med laget, og sitater som dette reflekterer snarere ledelse som bidrar til frykt og mangel på mestring. Selv om trenerne jobbet for å spre glede, er det tydelig at i alle fall noen spillere opplevde at trenernes organisering og strukturering av laget ikke alltid ivaretok hensyn til mestringsklima for at flere skulle oppleve glede i fotballhverdagen (se f.eks. Kristiansen & Berntsen, 2021; Roberts, 2012). Trenerne innser at de kunne være for tøffe, men de mener spillerne «skjønte

at vi oppriktig brydde oss om dem, at vi var glade i gutta og brukte masse tid på dem» (Christian). De er samstemt med tanke på at det dermed var enklere å «ta noen hardt». Selv om folk ikke likte det der og da, tror de at spillerne skjønnte at de brydde seg. «Dessuten er dette enklere når du har spillere over tid og blir godt kjent. Det gir en bedre utvikling, for du kan tørre å være ærligere med dem» (Christian). Satt inn i den holistiske og økologiske tilnærmingen ser vi her en kontrast: Mens trenerne oppfattet seg selv som omsorgsfulle og opptatt av å skape glede, viste praksis med kjefting og en hard tone at de skapte et prestasjonsklima som ikke uten videre støttet helhetlig utvikling.

Ansvarsbevissthet: At alle skulle være med på å dra lasset, var en godt innarbeidet norm i laget. Lurte man seg unna en øvelse eller unngikk å bidra med å rydde etter seg, fikk man høre det. Mest tydelig var det på treningene. Der var kravet full innsats. Adam forteller:

Hvis det var for dårlig, så sluttet vi å trene. Det var liksom mye sånne ting. Alt ble veldig proft veldig fort, det følte jeg. Folk som hospiterte fra andrelaget, hatet å trene med oss fordi de syntes det var så seriøst. Det var jo en ganske stor overgang. Men jeg trivdes med det.

Igjen ser vi at spillere har tatt med seg elementer til senere i livet. Bastian forteller at han av natur ikke er en typisk lagspiller, men liker å gjøre ting litt på sin måte. Han mener han utviklet seg som lagspiller ved å være del av et lag som satset. Tar han del i noe nå, gjør han det for fullt: «Jeg går ikke halvveis inn for noe der andre er avhengig av meg eller min innsats. Da tar jeg oppgaven seriøst. Det er noe jeg vil si jeg har med meg derfra» (Bastian).

Å ta ansvar finner vi i andre studier av fotball. I Ranheim ble spillerne oppfordret til å ta ansvar for egen utvikling, med vekt på selvrefleksjon og evnen til å håndtere utfordringene som kan oppstå i livet til unge fotballspillere, og til å optimalisere egen hverdag (Flatgård et al., 2020, s. 14). Også i toppklubben Genk var man i ledelsen opptatt av helhetlig utvikling i og *utenfor* fotballen. Dette målet var uttrykt eksplisitt overfor spillerne ved at de skulle vise respekt ved å ta godt vare på utstyr, fasiliteter og omgivelsene generelt (Ryom et al., 2020, s. 364).

Grunnleggende antakelser

Et vesentlig kjennetegn ved enhver kultur, er det som blir tatt for gitt. Det er mye som «bare var der» for deltakerne i gruppen, uten at de tenkte over det.

Cato, en trener som kom inn det andre året, reagerte temmelig kjapt på det han observerte med et utenfrablikk: «Det var noe helt annet enn hva jeg har vært vant til, både på A-lagsnivå og egentlig på samtlige ungdomsnivåer jeg har vært innom.» Han trekker frem høy intensitet med betydelig mer stopp, prating, forklaring og coaching enn han hadde vært med på tidligere, både som spiller og som trener. Cato uttrykker at det akkurat der og da føltes «liksom som at det var en symbiose som alle var med på, at dette her var liksom ... det er sånn det er. Og det var greit, liksom».

Når spillerne ser tilbake, er det en som setter ord på at det for ham kunne bli litt for mye av det gode. Brage minnes at han lærte at det var viktig å hvile, og han nevner en sen søndagskamp som eksempel: «Jeg lå bare inne på rommet og skulle restituere og spise hele dagen. Da var jeg 12–13 år.» Han er usikker på effekten, men innser i dag at det for hans del kom litt for mye alvor litt tidlig. Han minnes også at han i samme alder var på et foredrag om kosthold, og at han deretter gikk hjem og laget seg laks til kveldsmat. I ettertid innser han at det var noe sært. «Da jeg ble 18–19 år, så var jeg litt lei av å tenke sånn, fordi det hadde jeg gjort i seks–sju år». Han mener han kunne ha blitt en ok OBOS-spiller, men han hadde egentlig fått nok og trappet ned.

Avsluttende drøfting og konklusjon

Utgangspunktet for denne studien var en empirisk gjennomgang av den holistiske og økologiske tilnærmingen til talentutvikling, nærmere bestemt med følgende problemstilling: Hvilke miljøfaktorer var avgjørende for talentutvikling i breddeklubben Lyn Fotball? Sluttproduktet, vist som «miljøets suksess» helt til høyre i figur 2, kan karakteriseres som vellykket, i den forstand at mange har «tatt steg» innen fotballen ved at de har blitt profesjonelle spillere, og ved at spillerne, uavhengig av fotballstatus i dag, i all hovedsak sitter igjen med gode minner og nyttige erfaringer som de har tatt med seg videre i livet (markert med plusstegn i figur 2). Å få frem spillere fra eget akademi er viktig i dagens fotballøkonomi. Her var effekten for Lyn minimal, fordi alle spillerne (med ett unntak) hadde forlatt klubben i løpet av to–tre år etter G16. Derfor er det satt minustegn i figuren. Det er også høyst usikkert (derfor spørsmålstegn når det gjelder overføring av erfaringer fra dette laget, som fikk frem såpass mange spillere. Ifølge de to hovedtrenerne, som begge sluttet i klubben like etter tiden med Lyn G02, var det liten interesse for å bygge videre på modellen til laget. For årskullene

2004–2009 har ikke Lyn vært representert med en eneste guttespiller på aldersbestemt landslag.

Når det gjelder miljøsuksessmodellen (Henriksen et al., 2010a), peker Lyn-spillerne på artefakter, verdier og normer og grunnleggende antakelser som ved første øyekast kan tyde på en sterk organisasjonskultur i laget. Samtidig finner vi igjen elementer av tvetydighet og konflikt mellom uttalte verdier og faktisk atferd. Noe tilsvarende ble påpekt i studien av Stabæk (Haukli et al., 2021). I Lyn G02 var det en sentral verdi at spillerne skulle kjenne på gleden ved fotballen. Samtidig var det en del kjefting fra trenerne som, når det gjaldt flere av spillerne, ikke bidro til å stimulere gleden. Det er pekt på at spillernes sterke samhold bidro til at de klarte å stå i det, men når vi ser på de grunnleggende antakelsene, kan også spillerne ha bidratt til å legge press på hverandre. Intensiteten var høy, og det hele fikk et profesjonelt preg. En spiller orket ikke disse kravene og bestemte seg for å slutte. Han måtte bort fra miljøet og fotballen en periode før han kom sterkt tilbake, og per i dag er han en av dem som har nådd lengst. Her skal leseren huske at disse spillerne fortsatt bare er 22–23 år, og at det er altfor tidlig å si *når* hver enkelt spiller fra Lyn G02 «peaker» – eller om noen allerede har gjort det.

Videre forskning: I dette laget vil det være flere spor å følge. I dette kapittelet er perspektivene til spillere og trenere belyst, men det vil være relevant å trekke inn flere interessenter, som foreldre, ledere i klubben og representanter fra krets og forbund. Intervjudataene gir også grunnlag for å gå dypere inn i likheter og forskjeller mellom spillere som tok steget inn i proflivet, og spillere som ikke gjorde det.

Om forfatteren

Dag Vidar Hanstad er professor i sport management ved Norges idretts-høgskole. Han var tidligere journalist, kommentator og sportsredaktør i flere aviser, bl.a. som sportssjef i Aftenposten fra 1996 til 2004. Hanstad gikk etter det over til akademia, og tok i 2009 doktorgrad innenfor antidopingpolitikk. Som aktiv utøver har Hanstad 142 landskamper i håndball, og han har erfaring på høyeste nivå som trener. Hanstad har skrevet mer enn 15 bøker om idrett.

Referanser

- Aalberg, R. R. & Sæther, S. A. (2016). The talent development environment in a Norwegian top-level football club. *Sport Science Review*, 25(3–4), 159–182. <https://doi.org/10.1515/ssr-2016-0009>
- Adams, A. & Carr, S. (2019). Football friends: Adolescent boys' friendships inside an English professional football (soccer) academy. *Soccer & Society*, 20(3), 471–493. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/14660970.2017.1331164>
- Baker, J., Johnston, K. & Till, K. (2024). Is it time to retire «talent» from discussions of athlete development? *High ability studies*, 35(1), 93–105. <https://doi.org/10.1080/13598139.2023.2295320>
- Bergström, M., Mehus, I., Aspvik, N. P., Høigaard, R. & Sæther, S. A. (2026). «Same sport, different game»: Male and female junior Norwegian national ice hockey players' perceptions of their talent development environments. *Sport in Society*, 29(2), 292–309. <https://doi.org/10.1080/17430437.2025.2450798>
- Book jr, R. T., Henriksen, K. & Stambulova, N. (2021). Oatmeal is better than no meal: The career pathways of African American male professional athletes from underserved communities in the United States. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(4), 504–523. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1735258>
- Book jr, R. T., Henriksen, K., Stambulova, N. & Storm, L. K. (2022). «All they have seen is a model for failure»: Stakeholder's perspectives on athletic talent development in American underserved communities. *Journal of Applied Sport Psychology*, 34(6), 1037–1057. <https://doi.org/10.1080/10413200.2021.1958953>
- Braun, V. & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: A practical guide*. Sage.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. (2004). *Making human beings human: Bioecological perspectives on human development*. Sage.
- Den nasjonale forskningssetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora. (2021). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap og humaniora*. https://www.forskningsetikk.no/retningslinjer/hum-sam/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-og-humaniora/?utm_source=chatgpt.com
- Erikstad, M. K., Johansen, B. T., Johnsen, M., Haugen, T. & Côté, J. (2021). «As many as possible for as long as possible». A case study of a soccer team that fosters multiple outcomes. *The Sport Psychologist*, 35(2), 131–141. <https://doi.org/10.1123/tsp.2020-0107>
- Feddersen, N. B., Morris, R., Ronkainen, N. J., Sæther, S. A., Littlewood, M. A. & Richardson, D. J. (2021). A qualitative meta-study of a decade of the holistic ecological approach to talent development. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 3, 24–39. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v3i1.128317>
- Flatgård, G., Larsen, C. H. & Sæther, S. A. (2020). Talent development environment in a professional football club in Norway. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2, 8–15. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v2i0.114470>
- Fuhre, J., Øygard, A. & Sæther, S. (2022). Coaches' criteria for talent identification of youth male soccer players. *Sports 10*(2), 14. <https://doi.org/10.3390/sports10020014>
- Gangsø, K., Aspvik, N. P., Mehus, I., Høigaard, R. & Sæther, S. A. (2021). Talent development environments in football: Comparing the top-five and bottom-five-ranked football academies in Norway. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph18031321>
- Gjelsvik, P.-E. (2021, 5. mars). Hospiteringshysteriet i fotballen v_2.0. *Fotballtreneren.no*. https://fotballtreneren.no/2021/03/05/hospiteringshysteriet-i-fotballen-v_2-0/

- Gledhill, A. & Harwood, C. (2019). Toward an understanding of players' perceptions of talent development environments in UK female football. *Journal of Applied Sport Psychology*, 31(1), 105–115. <https://doi.org/10.1080/10413200.2017.1410254>
- Haukli, J. S. (2018). *En casestudie av utviklingsmiljøet i Stabæk Fotball G16* [Masteroppgave, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet].
- Haukli, J. S., Larsen, C. H., Feddersen, N. & Sæther, S. A. (2021). The athlete talent development environment in the best ranked football academy in Norwegian football: The case of the U16 team in Stabæk football club. *Current Issues in Sport Science*, 6. <https://doi.org/10.36950/2021ciss008>
- Hauser, L.-L., Harwood, C. G., Höner, O., O'Connor, D. & Wachsmuth, S. (2024). Talent development environments within sports: A scoping review examining functional and dysfunctional environmental features. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(2). <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2129423>
- Henriksen, K. (2010). *The ecology of talent development in sport: A multiple case study of successful athletic talent development environments in Scandinavia* [[Doktorgradsavhandling, Syddansk Universitet]].
- Henriksen, K. (2011). *Talentudviklingsmiljøer i verdensklasse*. Dansk psykologisk forlag.
- Henriksen, K. (2015). Developing a high-performance culture: A sport psychology intervention from an ecological perspective in elite orienteering. *Journal of Sport Psychology in Action*, 6(3), 141–153. <https://doi.org/10.1080/21520704.2015.1084961>
- Henriksen, K., Larsen, C. H. & Christensen, M. K. (2014). Looking at success from its opposite pole: The case of a talent development golf environment in Denmark. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(2), 134–149. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.853473>
- Henriksen, K., Stambulova, N. & Roessler, K. K. (2010a). Holistic approach to athletic talent development environments: A successful sailing milieu. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(3), 212–222. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.10.005>
- Henriksen, K., Stambulova, N. & Roessler, K. K. (2010b). Successful talent development in track and field: Considering the role of environment. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 20(2), 122–132. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01187.x>
- Henriksen, K., Stambulova, N. & Roessler, K. K. (2011). Riding the wave of an expert: A successful talent development environment in kayaking. *The Sport Psychologist*, 25(3), 341–362. <https://doi.org/10.1123/tsp.25.3.341>
- Jørgensen, T.-M. S. B., Storm, L. K. & Henriksen, K. (2025). Children's football environment in Denmark: A case study from the holistic ecological approach. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7, 59–68. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v7i.150076>
- 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>
- Kristiansen, E. & Berntsen, H. (2021). *Idrettspsykologi. Motivasjon, ledelse, prestasjon*. Universitetsforlaget.
- Larsen, C. H., Alfermann, D., Henriksen, K. & Christensen, M. K. (2013). Successful talent development in soccer: The characteristics of the environment. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2(3), 190–206. <https://doi.org/10.1037/a0031958>
- Larsen, C. H., Storm, L. K., Sæther, S. A., Pyrdol, N. & Henriksen, K. (2020). A world class academy in professional football: The case of Ajax Amsterdam. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2(0), 33–43. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v2i0.119746>
- Lyn Fotball. (2016). *Strategiplan Lyn Fotball 2016–2020*. <https://static1.squarespace.com/static/55faa0bee4b0e6e5e6a8e620/t/583d9dc5f5e2313f41c5f28d/1480433095318/PDF+Strategiplan+LF+20161128.pdf>
- Lyn Fotball Gutter 2002. (2017, 20. mars). *Kampen mot frafallet i ungdomsfotballen* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=ngxDyG3jFDQ>

- Murray, C. (2022). *Something in the water: The story of England's football talent Hotbets*. Pitch Publishing.
- Møllerløkken, N. E., Lorås, H. & Pedersen, A. V. (2017). A comparison of players' and coaches' perceptions of the coach-created motivational climate within youth soccer teams. *Front Psychol*, 8, 109. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00109>
- NFF Oslo. (2023). *Anlegssituasjonen for fotballklubber i Oslo kommune. Behov og kapasitet pr. sesongslutt 2023*. <https://www.fotball.no/globalassets/krets/oslo/konkurranse/aktivitet/anlegg/anleggsrapporter/2023/anleggsrapport-oslo-kommune-2023.pdf>
- Olafsen, E. (Red.). (2017). *Akademiklassifiseringsrapporten 2017*. Norsk Toppfotball.
- Olafsen, E. (Red.). (2022). *Akademiklassifiseringsrapporten 2022*. Norsk Toppfotball.
- Oslo kommune. (2024). Levekårsindikatorer. <https://bydelsfakta.oslo.kommune.no/bydel/alle/levekaar/>
- Persson, M., Espedalen, L. E., Stefansen, K. & Strandbu, Å. (2020). Opting out of youth sports: How can we understand the social processes involved? *Sport, Education and Society*, 25(7), 842–854. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1663811>
- Roberts, G. C. (2012). Motivation in sport and exercise from an achievement goal theory perspective: After 30 years, where are we? I G. C. Roberts & D. Treasure (Red.), *Advances in motivation in sport and exercise* (3. utg., s. 5–58). Human Kinetics.
- Ryom, K., Ravn, M., Düring, R. & Henriksen, K. (2020). Talent development in football – a holistic perspective: The case of KRC Genk. *International Sport Coaching Journal*, 7(3), 360–369. <https://doi.org/10.1123/iscj.2019-0045>
- Schein, E. H. (1985). *Organizational culture and leadership. A dynamic view*. Jossey-Bass.
- Sæther, S. A., Banne, H. B., Larsen, C. H., Storm, L. K., Schlawe, A. & Henriksen, K. (2025). Features of successful talent-development environments in Norwegian professional women's football. *Case Studies in Sport and Exercise Psychology*, 9(1), 39–49. <https://doi.org/10.1123/cssep.2022-0026>
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforlaget.
- Till, K. & Baker, J. (2020). Challenges and [possible] solutions to optimizing talent identification and development in sport. *Frontiers in psychology*, 11, 664. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00664>
- Tracy, S. J. (2024). *Qualitative research methods: Collecting evidence, crafting analysis, communicating impact* (3. utg.). Wiley.
- TV 2. (2014, 31. juli). – *En liten Messi i spillestilen* [Video]. <https://www.tv2.no/video/sport/en-liten-messi-i-spillestilen/20225552>
- TV 2. (2015, 31. juli). *Stortalentet Oscar Bobb (12) i straffedram: – Halve sommeren ødelagt* [Video]. <https://www.tv2.no/video/sport/stortalentet-oscar-bobb-12-i-straffedrama-hal/20199164>
- TV 2. (2016, 4. august). *Vidunderbarnet Oscar Bobb (13) tilbake i Norway Cup – herjer mer enn noensinne* [Video]. TV 2. <https://www.tv2.no/a/8489978>
- Zhao, J., Xiang, C., Kamalden, T. F. T., Dong, W., Luo, H. & Ismail, N. (2024). Differences and relationships between talent detection, identification, development and selection in sport: A systematic review. *Heliyon*, 10(6). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e27543>

KAPITTEL 7

Kultur for suksess: en kvalitativ studie av etablering og opprettholdelse av prestasjonskultur i skandinavisk toppfotball

Kristian Sigvartsen Nord universitet, Norge

Abstract: This chapter examines which cultural elements govern the performance culture of elite football clubs, and how performance cultures are established and maintained. Methodologically, the study is based on qualitative interviews with athletes, coaches, and managers within two Scandinavian elite football clubs. Applying Schein's understanding of culture as theoretical framework, the analysis shows how elite football clubs emphasize a value-based performance culture whereby agreed-upon values govern their performance cultures. Importantly, findings highlight that formal values may quickly become espoused, and the chapter reveals the importance of dialogue between cultural members at different levels to adapt the club's governing values to behaviors best suited to the environment in which they operate. The chapter further shows how 'cultural architects', through their role, experience and leadership skills, influence performance culture. By increasing other members' knowledge of and belief in, governing cultural elements within the clubs, the cultural architects play a vital part in establishing and maintaining the performance culture within the clubs. Lastly, the chapter highlights the vulnerability of performance cultures in elite sport, where findings show that performance cultures seem to depend on sporting success in order for athletes, coaches, and managers to fully believe in, and commit to, their performance

Sitering: Sigvartsen, K. (2026). Kultur for suksess: En kvalitativ studie av etablering og opprettholdelse av prestasjonskultur i skandinavisk toppfotball. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 7, s. 153–174). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch7>

Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

culture. To conclude, the chapter therefore argues that performance cultures must not be understood as linear processes towards success, but rather a circular process in which performance culture and success mutually influence each other.

Keywords: performance culture, elite sport, organisational culture, culture, performance development, team sport

Introduksjon

God prestasjonskultur beskrives ofte som avgjørende for fotballklubbers sportslige suksess. Kultur innebærer et mønster av grunnleggende antakelser som styrer atferd, og som forteller hvordan en gruppe skal oppfatte, tenke på og føle om ting (Schein, 1985). Prestasjonskultur kan dermed videre forstås som en kultur som legger til rette for optimale prestasjoner for lag og utøvere (Andersen, 2021). I medieintervjuer med trenere og utøvere hører man utsagn som «vi må ha en god kultur i alt vi gjør» og «kulturen sitter i veggene» som forklaring på hva som er viktig for deres prestasjonsarbeid. Men hva er egentlig «god kultur»? Og hva betyr det for prestasjonsarbeidet at kulturen «sitter i veggene»? Selv om kultur er et av de mest brukte begrepene i toppidrett, er det mindre tydelig hva god toppidrettskultur faktisk innebærer, og hva som kjennetegner arbeidet med å etablere og opprettholde god prestasjonskultur.

Innenfor forskning på toppidrett er prestasjonskultur lite utforsket, med få empiriske studier av hva viktige elementer i en prestasjonskultur er, hvordan prestasjonskulturer utvikles og opprettholdes, eller i hvilken grad «god kultur» resulterer i bedre prestasjoner og sportslige resultater (Andersen, 2021; Maitland et al., 2015). Kulturbegrepet er likevel sentralt i både toppidrettspraksisen generelt og toppfotball spesielt, og studier har blant annet vist at flere toppidrettslag opererer med spesifikke prestasjonskulturer for å oppnå suksess (Henriksen, 2015; Sigvartsen, 2025; Sigvartsen & Tjønndal, 2025). Da Norges Fotballforbund (NFF) søkte ny direktør for avdeling toppfotball og landslag i 2022, var det første punktet listet opp under sentrale arbeidsoppgaver, å «lede arbeidet med å utvikle NFFs sportslige filosofi og høyprestasjonskultur» (Waagaard, 2022). I Olympiatoppens strategiplan fastslås det allerede på første side at «Norge skal være en ledende toppidrettsnasjon med verdibasert prestasjonskultur» (Olympiatoppen, 2025). Eksemplene illustrerer hvordan prestasjonskultur har en sentral plass i det strategiske arbeidet i toppfotball og toppidrett.

Samtidig, med lite forskning på hva begreper som «høyprestasjonskultur» og «verdibasert prestasjonskultur» faktisk innebærer i toppidrettskontekster, reises viktige spørsmål knyttet til hvilke atferder, verdier, normer og praksiser som anses som ønskelige i en prestasjonskultur, og til hvordan etablering og opprettholdelse av prestasjonskultur utspiller seg i praksis (Andersen, 2021).

Dette kapittelet utforsker hva ledere, trenere og utøvere i to toppfotballklubber i Skandinavia forstår som styrende for «god prestasjonskultur», og hvilke prioriteringer og tiltak de gjør for at en slik prestasjonskultur etableres og opprettholdes i deres prestasjonsgrupper. Kapittelet har følgende problemstilling: *Hva er styrende kulturelementer i toppfotballklubbers prestasjonskultur, og hvordan foregår arbeidet med å etablere og opprettholde en slik kultur?*

Tidligere forskning

Få studier har undersøkt prestasjonskulturer i toppfotball. Flere studier har undersøkt nærliggende fenomener, som prestasjonsledelse (Arnold et al., 2012, 2018), prestasjonsmiljø (Larsen et al., 2013; Sæther, 2017) og prestasjonsklima (Mills et al., 2014a, 2014b). Disse sentrerer mer rundt «klima» og «miljø» fremfor rundt kultur, som er relatert, men likevel ikke helt det samme. Mens klima er forankret i psykologien, er kultur mer assosiert med sosiologi og antropologi og retter dermed søkelys på det strukturelle fremfor på det individuelle (Schneider et al., 2013). Miljøbegrepet er mer rettet mot den fysiske og økologiske rammen rundt praksisen som utføres, mens kultur omhandler sosiale forhold rundt en prestasjonsgruppes felles tro og verdier (Denison, 1996).

Ser vi mot toppidrett generelt, fant Andersen (2021) at prestasjonskultur er et relativt nytt og understudert fenomen i toppidrett, men at det likevel eksisterer en håndfull studier som undersøker prestasjonskultur i toppidrett.¹ Cruickshank og Collins (2012) undersøkte blant annet hva som skal til for å levere stabilt gode prestasjoner i toppidrett, og de argumenterer for at det avhenger av at høytpresterende kulturer skapes og opprettholdes. Sigvartsen og Tjønndal (2025) demonstrerte hvordan trenere og ledere benytter prestasjonskultur for å disiplinere utøvere til å utvise ønsket

1 Flere av studiene undersøker ikke prestasjonskultur spesifikt, men anvender begreper som kultur og organisasjonskultur. Innenfor en toppidrettslig kontekst kan disse forstås som synonymer til prestasjonskultur, ettersom kultur og organisasjonskultur her brukes som verktøy for å fremme prestasjoner.

atferd for å oppnå suksess i toppfotball. Flere har også vist at ledere kan oppnå bedre sportslige resultater ved å endre kulturen (Biener, 2020; Cole & Martin, 2018; Frontiera, 2010). Henriksen (2015) undersøkte kulturen i et orienteringslandslag, og fant at det å implementere spesifikke verdier i kulturen bidro til bedre prestasjoner. Samlet demonstrerer studiene et sentralt fellestrekk i litteraturen: Prestasjonskultur i toppidrett handler om felles tro, oppfatninger og praksis i en gruppe som søker optimale prestasjoner (Andersen, 2021).

Det er en overvekt av ledersentriske tilnærminger i forskningen på prestasjonskultur, der ledere (f.eks. trenere og sportsdirektører) søker å skape en enhetlig prestasjonskultur (Cruickshank et al., 2014; Henriksen, 2015; Storm & Svendsen, 2023). Cruickshank og Collins (2013) undersøkte kulturendring i toppidrett, og fant at ledere var svært betydningsfulle for å lykkes med kulturendring. Flere har også vist hvordan utøvere med høy status er sentrale for endring av kultur ved å innta roller som «kulturarkitekter», definert av Danielsen og kollegaer (2019) som utøvere som bidrar betydelig til å skape, tolke, utvikle, implementere, utføre og forbedre trenerens visjoner og strategier gjennom sine holdninger og handlinger (både verbalt og atferdsmessig), og som dermed bidrar til utvikling av teamkoordinering og prestasjonskultur.

Forskningen demonstrerer likevel også betydelig skepsis til idéen om at ledere kan forme og endre kulturer i samsvar med egne formål (McDougall et al., 2017; McDougall & Ronkainen, 2019; McDougall et al., 2020). Girginov (2010) hevder at ledelsesskapt kultur blir brukt til å forenkle årsakssammenhenger som er komplekse og tvetydige, fordi vi har behov for å redusere denne kompleksiteten. Med mandat til å ta beslutninger er lederen derfor lett å se til som årsak til suksess eller fiasko (Gammelsæter, 2019). Flere argumenterer likevel for at kulturer ikke kun er styrt av ledere, men snarere er et produkt av samspillet mellom lederens idéer og troen og forventningene til interessentene, og at prestasjonskultur i toppidrett er kontekstavhengig, kontekstformet og kontekstspesifikk (Andersen, 2021; Cruickshank & Collins, 2013): kontekstavhengig på grunn av nødvendigheten av støtte fra utøvere og støttepersonell, kontekstformet på grunn av nødvendigheten av å møte behovene til utøvere, støttepersonell, prestasjonsorienterte styrer, følelsedrevne tilskuere og sensasjonssøkende medier. Kontekstspesifikk refererer til betydningen av prestasjonsgruppens historie, tradisjoner og ressurser. Bjørnstad et al. (2024) understøtter dette, og argumenterer for at det må erkjennes at mange individer, grupper og

bredere systemer kan påvirke kulturen i en prestasjonsgruppe, der ledere kan se seg nødt til å tilrettelegge for eller støtte slike prosesser i stedet for å forsøke å kontrollere eller skape dem.

Forskningen på prestasjonskultur avdekker flere kunnskapshull. For det første har få studier undersøkt prestasjonskulturer i toppfotball spesifikt. For det andre er det, til tross for anerkjennelsen av at prestasjonskulturer bør forstås som et samspill mellom medlemmene av kulturen, lite forskning som har undersøkt prestasjonskultur i toppidrett gjennom perspektivene til trenere og utøvere (Andersen, 2021; Maitland et al., 2015). Selv om forskere understreker betydningen av å forstå prestasjonskulturer som kontekstspesifikke, har forskningen også primært vært gjennomført innenfor britiske kontekster (Andersen, 2021). Dette gir behov for å utvide forståelsen av hvordan prestasjonskulturer skapes i samspill mellom både ledere, trenere og utøvere og i andre kontekster enn den britiske. Dette vil gi nye perspektiver på prestasjonskultur som hittil har vært neglisjert, og vil utvide forståelsen av prestasjonskultur som fenomen.

Teoretisk rammeverk

Kapittelet benytter Schein (1985) sin forståelse av kultur for å analysere hvilke kulturelementer som er styrende for toppfotballklubbers prestasjonskultur, og hvordan arbeidet med å etablere og opprettholde en slik prestasjonskultur foregår. Schein regnes som en av de mest innflytelsesrike forskerne på kultur, og han definerte kultur som:

[E]t mønster av grunnleggende antakelser – oppfunnet, oppdaget eller utviklet av en gitt gruppe etter hvert som den lærer å takle sine problemer med ekstern tilpasning og intern integrasjon – som har fungert godt nok til å bli ansett som gyldig, og som derfor blir lært til nye medlemmer som den korrekte måten å oppfatte, tenke og føle på overfor disse problemene. (Schein, 1985, s. 9, min oversettelse)

Schein (1985) argumenterte for at enhver gruppes kultur kommer til syne på tre nivåer: *artefakter*, *verdier* og *grunnleggende antakelser*.

Artefakter

Artefakter er synlige og følbare strukturer og prosesser og inkluderer for eksempel en klubb sine fysiske arkitekturer (stadion og treningslokaler), språk, teknologi og produkter, kjennetegn ved klær og observerbare ritualer

og seremonier (Schein, 1985). Artefakter er både enkle å observere og svært vanskelige å tyde. Med andre ord kan observatører beskrive hva de ser og føler er sentrale artefakter i en gruppes kultur, men de kan likevel ikke fra det alene rekonstruere betydningen av disse kulturuttrykkene i gruppen.

Verdier

Verdier uttrykker hva som oppfattes som viktig, og som man etterstreber i en gruppe. Vi kan si at verdier refererer til ønskelige mål, og til atferdene som fremmer dem. Slik fungerer verdier som kriterier ved å vurdere om atferder fremmer eller undergraver oppnåelsen av sentrale verdier. Flere har vist hvordan det å gjøre verdier styrende for eget arbeid kan være positivt for prestasjoner i toppidrett, blant annet i orientering (Henriksen, 2015), rugby (Cole & Martin, 2018) og friidrett (Biener, 2020). Etter hvert som en gruppes verdier medfører suksess, begynner de ifølge Schein (1985) å bli tatt for gitt, og de blir gradvis til grunnleggende antakelser som blir ubevisste og automatiske. Mange verdier forblir imidlertid bevisste og eksplisitt artikulert fordi de tjener en normativ funksjon om å veilede medlemmer av gruppen i hvordan de skal håndtere visse situasjoner. For eksempel kan det i en fotballklubb sine offentlige dokumenter uttales at man i klubben verdsetter trivsel fordi man ønsker at alle skal operere etter den verdien, selv uten erfaring med at en slik verdi faktisk forbedrer prestasjoner i klubbens miljø. Det kan være risiko for at disse verdiene blir sett på som forfektede verdier som forutsier hva folk vil *si* i en rekke situasjoner, men som kan være i uoverensstemmelse med hva de faktisk vil *gjøre* i situasjoner der disse verdiene burde være styrende (Argyris & Schön, 1978). I analyse av verdier må man derfor skille nøye mellom verdier som samsvarer med gruppens underliggende antakelser, og verdier som i realiteten er rasjonaliseringer eller ambisjoner for fremtiden (Schein, 1985).

Grunnleggende antakelser

Grunnleggende antakelser er det dypeste nivået av kultur og utgjør ifølge Schein (1985) essensen i en kultur. Det er gruppens grunnleggende antakelser som faktisk styrer atferd, og som forteller gruppe-medlemmer hvordan de skal oppfatte, tenke på og føle om ting. Det innebærer antakelser som har blitt så tatt for gitt at man finner lite variasjon innenfor en sosial enhet. Dette temaet har også blitt undersøkt i toppidrettslig kontekst, der

Henriksen og kollegaer (2010) fant at grunnleggende antakelser var stabile blant landslagsutøvere i seiling, noe som bidro til å gjøre kulturen til en effektiv og stabiliserende faktor avgjørende for lagets suksess. Schein (1985) beskriver de grunnleggende antakelsene som basert på medlemmers tidligere erfaringer og tilpasning til interne og eksterne forhold, noe som danner en læringsprosess for hvordan å løse situasjoner. Denne læringsprosessen skaper en felles antakelse i gruppen om hva som fungerer best, tilpasset det miljøet gruppens medlemmer opererer i. Ved gjentatt suksess med å implementere visse verdier og overbevisninger oppnås konsensus rundt et felles sett med grunnleggende antakelser.

Når en grunnleggende antakelse blir sterk i en gruppe, vil medlemmene finne atferd basert på et hvilket som helst annet premiss, utenkelig. For eksempel vil det i et kapitalistisk land være utenkelig at noen utformer en forretningsorganisasjon til å drive med konsekvent økonomisk tap, eller innenfor toppidrett vil det være utenkelig at det er likegyldig for en toppidrettsorganisasjon om de sportslige prestasjonene er gode. Å forstå kulturens grunnleggende antakelser fører ifølge Schein (1985) til en dypere analyse av kulturens innvirkning på dens medlemmer, og av hvordan kultur begynner, utvikler seg, endrer seg og noen ganger går i oppløsning.

Ettersom det ifølge Schein (1985) er i de dypeste nivåene selve essensen av kultur kan forstås, vil kapittelet primært sentreres rundt verdier og grunnleggende antakelser. Analyse av klubbens verdier og grunnleggende antakelser vil gi verdifulle perspektiver på styrende kulturelementer i deres prestasjonskultur, og på hvordan arbeidet med å etablere og opprettholde en slik prestasjonskultur foregår.

Metode

Kapittelet baseres på kvalitative intervjuer i to skandinaviske toppfotballklubber. Videre beskrives utvalget og den metodiske tilnærmingen.

Utvalg og gjennomføring

Utvalget er et strategisk utvalg (Markula & Silk, 2011) fra to skandinaviske toppfotballklubber. To kriterier lå til grunn for valg av klubber: (1) uttalt oppmerksomhet på prestasjonskultur og (2) betydelig suksess nasjonalt og internasjonalt de siste årene, i tråd med prestasjonselementet i prestasjonskultur. Videre ble informanter i hver klubb valgt ut basert på at de hadde

vært del av klubben i minimum to år, samt at de representerte både ulike ledernivåer og ulike utøvernivåer.

Intervjuer ble gjennomført med styreleder, daglig leder og sportsdirektør fra hver av de to klubbene. Videre ble tre trenere fra førstelagets trenerapparat og fire utøvere fra hver av de to klubbene intervjuet (se tabell 1 for oversikt over informanter). Totalt ble 20 intervjuer gjennomført, med en varighet på mellom 45 og 90 minutter. Intervjuene var semistrukturert med åpne spørsmål, sentrert rundt temaer som klubbens prestasjonskultur, hvordan prestasjonskultur etableres og opprettholdes, informantens rolle i klubbens arbeid med prestasjonsutvikling og hva som anses som viktige verdier, prioriteringer, strategier og beslutninger i klubbens arbeid med å skape suksess.

Tabell 1. Oversikt over informanter og roller

<i>Pseudonym</i>	<i>Klubb</i>	<i>Rolle</i>	<i>Antall år i klubben</i>
<i>Ludvig</i>	Klubb 1	Styreleder	> 3 år
<i>Lars</i>	Klubb 1	Daglig leder	> 3 år
<i>Lasse</i>	Klubb 1	Sportslig leder	> 3 år
<i>Truls</i>	Klubb 1	Trener	> 3 år
<i>Thomas</i>	Klubb 1	Trener	> 3 år
<i>Tony</i>	Klubb 1	Trener	> 2 år
<i>Simen</i>	Klubb 1	Spiller	> 4 år
<i>Sindre</i>	Klubb 1	Spiller	> 4 år
<i>Svein</i>	Klubb 1	Spiller	> 10 år
<i>Stian</i>	Klubb 1	Spiller	> 4 år
<i>Lauritz</i>	Klubb 2	Styreleder	> 6 år
<i>Leif</i>	Klubb 2	Daglig leder	> 7 år
<i>Leo</i>	Klubb 2	Sportslig leder	> 15 år
<i>Tore</i>	Klubb 2	Trener	> 12 år
<i>Tim</i>	Klubb 2	Trener	> 10 år
<i>Tiago</i>	Klubb 2	Trener	> 2 år
<i>Sebastian</i>	Klubb 2	Spiller	> 7 år
<i>Steffen</i>	Klubb 2	Spiller	> 10 år
<i>Sander</i>	Klubb 2	Spiller	> 10 år
<i>Sverre</i>	Klubb 2	Spiller	< 15 år

Utvalget gir innsyn i perspektiver fra ulike nivåer og roller i klubbene og anses derfor som godt egnet til å gi et detaljert innblikk i prestasjonskulturen i de to klubbene. Informantene gir også innblikk i felles verdier,

handling og samhandling som er betydningsfulle for ulike aktører og roller i prosessen med å etablere og opprettholde ønsket prestasjonskultur. I etterkant av intervjuene ble det gjennomført feltbesøk der jeg i en dag fikk følge utvalgte møter og snakke med klubbmedlemmer og på den måten utvide kjennskapet til klubbene og deres praksis. Refleksjonsnotater fra feltbesøk ble benyttet som supplement til intervjudata i analysearbeidet.

Analytisk tilnærming

Intervjuene ble analysert gjennom kollektiv kvalitativ analyse. Det er en metode der en gruppe forskere engasjerer seg i analysearbeidet sammen, noe som begrenser risikoen for at resultatene preges av en enkeltpersons (for)forståelse (Eggebo, 2020). Analytisk er metoden inspirert av Braun og Clarke (2019) sin induktive og refleksive tematiske analyse. Analysen ble gjennomført i samarbeid med to erfarne kollegaer, den ene med bakgrunn i idrettsforskning og den andre i ledelses- og kulturstudier i arbeidslivet. Prosessen besto av først å reflektere rundt hvert enkelt intervju, og over hvilke temaer, idéer og analytiske tråder vi i forskergruppen anså som viktige. Så diskuterte vi kategorier i materialet (viktige verdier, innflytelsesrike individer, betydning av suksess). Deretter ble sitater gruppert innenfor hovedtemaene. Her ble det analysert etter særlig fremtredende tendenser, sammenhenger og nyanser innenfor dominerende kulturelementer i prestasjonskulturen samt sentrale elementer i etableringen og opprettholdelsen av en prestasjonskultur som ivaretar kulturelementene, i tråd med Braun og Clarke (2019) sin refleksive tematiske analyse. Basert på analysen ble tre kategorier funnet: 1) verdibasert prestasjonskultur, 2) kulturarkitektens innflytelse og 3) ambivalent tro på suksess. Disse utgjør også den tematiske strukturen i analysekapittelet.

Kvalitetsvurderinger

Flere tiltak ble gjort for å sikre dataenes kvalitet og troverdighet. Alle informanter fikk mulighet til å se over intervjutranskripsjoner. Det ble også gjennomført feltbesøk i etterkant av intervjuene for utvidet innsyn i deres praksiser. Feltbesøket ga bakgrunnsinformasjon om klubbens kulturelementer og praksiser og bidro på denne måten til å styrke gyldigheten av den tematiske analysen (Tjora, 2021). Videre er bruken av kollektiv analyse, som innebærer felles refleksjon blant flere forskere, et metodisk verktøy som styrker kvaliteten i den tematiske analysen (Smith & McGannon, 2018).

En begrensning ved funnenes gyldighet og troverdighet er at kapittelet er basert utelukkende på intervjuer. Å kombinere intervju med observasjon eller dokumentanalyse ville åpnet for ytterligere innsyn i klubbens prestasjonskultur. Toppfotballklubbens praksis er imidlertid svært utilgjengelig for utenforstående, noe som gjør omfattende datainnsamling utfordrende å gjennomføre i praksis. I tråd med blant andre Pugh (2013) er jeg også overbevist om at man kan få dyptgående innblikk i kultur basert på hva som trekkes frem, og ut fra måten(e) det trekkes frem på, gjennom interaktive dybdeintervjuer. Med en konstruktivistisk epistemologi representerer ikke kapittelets intervjuer kun informantens selvrapportering, men en arena der informant og forsker produserer kunnskap om klubbens prestasjonskultur gjennom beskrivelser og refleksjoner som oppstår, og gjennom påfølgende analyser (Lynch, 2019). Denne tilnærmingen, i kombinasjon med feltbesøk, utvider innsikten i klubbens daglige praksis og styrker dermed funnenes gyldighet og troverdighet.

Analyse

Hensikten med kapittelets er å undersøke styrende kulturelementer i to toppfotballklubbens prestasjonskulturer, og hvordan arbeidet med å etablere og opprettholde deres prestasjonskulturer foregår. Først presenteres styrende verdier for de to klubbens prestasjonskultur og prosessen med å etablere og opprettholde disse. Deretter viser analysen hvordan kulturarkitekter påvirker klubbens grunnleggende antakelser, og hvordan de er betydningsfulle for klubbens evne til å etablere og opprettholde sentrale elementer i egen prestasjonskultur. Avslutningsvis diskuterer analysen en ambivalens mellom klubbens prestasjonskulturer, og troen i klubbene på at deres kultur vil lede til sportslig suksess.

Verdibasert prestasjonskultur?

I begge klubbene vektlegges en «verdibasert prestasjonskultur». Det innebærer at klubbens aktører bruker bestemte verdier som retningslinje for sitt prestasjonsarbeid, der det å jobbe i tråd med verdiene trekkes frem som avgjørende for kulturen man forsøker å skape. Informantene beskriver at det i klubbene er nøye utvalgte verdier som står skrevet på veggen i garderobes og møterom, og som ifølge styringsdokumenter skal være styrende for klubbens praksis. Verdienes sentrale plass understrekes av klubbens ledere, hvor styreleder Lauritz uttalte: «Vi tror det bidrar til å

skape en prestasjonskultur i klubben. En retning som er tydelig, som gir noe å forholde seg til.» Mens daglig leder Lars påpekte følgende: «På veggen der har du kjerneverdiene våre. De peker retning for hvilke handlinger vi skal gjøre. Du skal kunne peke på det når du lurer på hva du skal gjøre.»

I begge klubbene var «tydelig identitet», «fokus på utvikling» og «dyrking av fellesskapet» sentrale verdier som skal gjennomsyre prestasjonsarbeidet. Daglig leder Lars eksemplifiserer dette: «Vi må tenke på hva det er som gjør oss til oss, og som gjør oss unike. Det er det lille særpreget som skaper stolthet i alt vi gjør, og gir oss en identitet». Dette blir også bekreftet av utøver Sindre:

Når du er her, så skal du gjøre ditt beste. Når vi ikke trener, er det lov til å slappe av og ha det gøy, men når du trener, skal du bli bedre. Det er nok først og fremst det som går igjen som en verdi.

Videre uttaler utøver Sebastian: «En del av kulturen her er at hvis man investerer i fellesskapet, så blir man betalt tilbake.»

Både ledere, trenere og utøvere i klubbene understreker prioriteringen av å ha en tydelig identitet som er knyttet til klubbens særegenhet, av å rette søkelys på utvikling av prestasjoner, og at det hele skal gjennomføres med søkelys på fellesskapet. Konsensusen rundt viktige elementer – og språkliggjøringen av disse – kan i lys av Schein (1985) forstås som at de utgjør viktige artefakter i prestasjonskulturen og derfor har en sentral plass i klubbene. Som Schein (1985) påpeker, er innsyn i slike kulturelementer viktig for å kartlegge strukturer og prosesser som preger en prestasjonskultur. Samtidig kan man ikke fra det alene rekonstruere betydningen disse har for kulturen i klubbene. Et vel så interessant spørsmål blir derfor hvilke(n) betydning(er) man i klubbene tilskriver disse sentrale kulturelementene. Her fremkommer det at man i begge klubbene har erfart utfordringer knyttet til de «offisielle verdiene», og betydningen disse har hatt for deres prestasjonsarbeid. Utøver sindre uttaler:

Klubben har jo noen verdier, der styret og ledelsen har satt seg fire verdier. Jeg har ikke hørt de ordene bli sagt av trenerne. Det henger i gangen, men jeg føler ikke at det er så veldig overførbart til oss.

Mens daglig leder Leif utdyper: «A-laget kjente på at de verdiene ikke ga noe kraft, eller retning, og beskrev ikke hva de holdt på med i sitt prestasjonsmiljø.»

Utøver og daglig leder tilhører forskjellige klubber, og de beskriver hvordan man i begge klubbene har erfart utfordringer der verdiene som er formalisert som styrende, ikke har gitt nok retning til deres arbeid. Det kan indikere at verdiene som ble vedtatt som styrende for prestasjonskulturen, ikke var egnet til å være nettopp det. Dermed forblir de heller normative verdier som representerer ønskede verdier og handlinger, fremfor faktiske verdier som styrer atferd (Schein, 1985). En sentral utfordring for en verdi-basert prestasjonskultur er å sørge for at de verdiene som vedtas som sentrale, i realiteten også er sentrale for praksisen. Ellers risikerer klubber å ende opp med det Argyris og Schön (1978) omtaler som forfektete verdier, hvor det blir avstand mellom hva man i klubbene sier at man gjør, og hva man faktisk gjør. Disse funnene understreker betydningen av treneres og utøvers opplevelse av egen praksis for forståelsen av prestasjonskulturer i toppfotball, og viser med det viktigheten av å undersøke prestasjonskulturer gjennom flere perspektiver enn kun lederes, som eksisterende forskning primært har vært sentrert rundt (Andersen, 2021; Maitland et al., 2015).

For å unngå at det benyttes forfektete verdier som rettesnor for prestasjonskulturen, er man i klubbene nødt til å sørge for at verdiene som vedtas, samsvarer med atferd som gir mening også for treneres og utøvers praksis. Ifølge Schein (1985) må verdier ivareta gruppens grunnleggende antakelser dersom de skal være styrende for gruppens atferd. Et sentralt premis for å etablere noe som en grunnleggende antakelse er imidlertid at det over tid utvikles en antakelse om at atferd som er i tråd med den gitte verdien, er den som fungerer best for å oppnå suksess, tilpasset det miljøet klubben opererer i (Schein, 1985). En forklaring på manglende samsvar mellom «skrevne verdier» og faktisk praksis kan dermed være at trenere og utøvere opplever at verdiene som er vedtatt i klubben, ikke har stor nok betydning for deres prestasjonsarbeid. Følgelig vokser det frem andre, mer styrende kulturelementer som i større grad oppleves å ivareta treneres og utøvers muligheter for å forbedre sine prestasjoner. Denne forklaringen er også i tråd med tidligere forskning på prestasjonskultur, der eksempelvis Henriksen (2015) fant at verdier må gi tro på suksess for å føre til bedre prestasjoner.

Som konsekvens av dissonansen mellom klubbens formelle verdier og det faktiske prestasjonsarbeidet har det blitt gjort tilpasninger i begge klubbene. Daglig leder i den ene klubben beskriver hvordan ledelsen har revidert hvilke verdier som skal være styrende for arbeidet i klubben: «Vi var enige om at vi er nødt til å spise meningsinnholdet mye mer. Vi må

være ganske tydelige på hva verdiene faktisk betyr. Så vi spisset det ganske tydelig gjennom tilbakemeldingene fra omgivelsene.» (Lars, daglig leder). Sitatet viser hvordan opplevelsen av forfektete verdier resulterte i revisjon av klubbens verdier, mot verdier som trenere og utøvere i større grad kunne føle var retningsgivende for deres arbeid. For å sikre at de nye verdiene ikke lider samme skjebne, har man i en av klubbene iverksatt regelmessige møter mellom utøvere, trenere og ledere for å få innsyn i hva som fungerer og ikke fungerer når det gjelder deres prestasjonskultur:

Vi har jevnlig møter der sportslig leder og daglig leder kan ta gode dialoger med et utvalg av spillerne. Jeg tror det er hver tredje uke. Så prater man seg gjennom hvordan kulturen og retningen er, hvor fornøyd er man, er det ting vi har å gå på. Og da kommer jo mye for en dag. (Steffen, utøver)

Møtene gir innsyn i hva medlemmer i klubben opplever som meningsfullt, basert på egen rolle og praksis. De gir også muligheter for å trekke paralleller og identifisere synergier på tvers av roller, og for å etablere verdier og tilhørende atferder som man i klubben kan vedkjenne som kjerneverdier for den felles prestasjonskulturen. Som sitatet over beskriver, gir møtene mulighet til å justere hvordan kulturen *er* mer i tråd med hvordan man ønsker at kulturen *skal være*, for at den skal lede til bedre prestasjoner. Dermed er møtene også godt egnet for å sikre at prestasjonskulturen baseres på verdier og atferd som fremmer muligheten for optimale prestasjoner, og for å unngå moralske eller normative verdier som ikke gjenspeiles i klubbmedlemmene sine handlinger (Schein, 1985).

I den andre klubben er også de offisielle verdiene nylig revidert fordi man også her opplevde at de ikke ga nok retning til treneres og utøveres prestasjonsarbeid. Strategien i denne klubben er imidlertid noe annerledes, ifølge sportslig leder Lasse: «Jeg synes man er litt fucked hvis man må sette opp møter for å snakke omkring kulturen sin.» Sportslig leder i klubben beskriver hvordan det her er liten tro på formelle møter for å snakke om innholdet i egen prestasjonskultur. Man er heller opptatt av at det skal være så korte avstander og hyppige interaksjoner i klubben at viktige elementer i klubbens prestasjonskultur etableres gjennom uformelle dialoger: «Dette løses ikke i formelle møter. Dette løses i det uformelle og at jeg noen dager i uken setter meg med støtteapparatet rundt A-laget. Prater med dem, spør hvordan det går, forteller hvordan vi tenker og lufter utfordringer.» (Lars, daglig leder). Som sitatet viser, søker man i klubben så korte avstander og

så tette relasjoner at de gir innsyn i klubbmedlemmenes perspektiver på prestasjonskulturen, og i deres grunnleggende antakelser om verdier og kulturartefakter som styrker deres muligheter til å prestere godt. Følgelig kan også en slik tilnærming anses som et tiltak som, i lys av Schein (1985), åpner for tilpasninger til utøvere og trenere sine opplevelser av interne og eksterne forhold, og som bidrar til å redusere avstanden som eksisterer mellom verdier og praksis i klubben. Med så stor tillit til det uformelle er det imidlertid en forutsetning at man lykkes med korte nok avstander mellom klubbmedlemmer, og at korte avstander fører til uformelle dialoger der man deler perspektiver med hverandre. Ellers kan en potensiell fallgrube være at klubbmedlemmer benytter seg av forskjellige verdisystemer, basert på hva de selv opplever som viktigst for egen praksis, uten at de nødvendigvis innehar kjennskap til hvorvidt og i hvilken grad disse verdiene samsvarer med andre klubbmedlemmer sine verdier (Schein, 1985). En slik tilnærming kan øke risikoen for at det oppstår subkulturer der andre verdier og kulturuttrykk vokser frem og forstyrrer prestasjonsarbeidet i klubben.

Analysen har hittil vist at det foregår kontinuerlige samspill og forhandlinger mellom klubbmedlemmer om hvilke kulturelementer som etableres som grunnleggende antakelser i klubbens prestasjonskultur, og som dermed blir styrende. Disse funnene understøtter Bjørnstad og kollegaer (2024) sitt argument om viktigheten av å undersøke hvordan ledere tilrettelegger for og støtter kulturprosesser fremfor å forsøke å kontrollere eller skape dem, for å få en nyansert forståelse av innholdet i en prestasjonskultur. Videre vil analysen se nærmere på hvordan noen individer får særlig innflytelse over kulturelementene i klubbens praksis og på den måten er i sentrum for klubbens arbeid med å etablere og opprettholde ønsket prestasjonskultur.

Innflytelsesrike kulturarkitekter

I begge klubbene var det spesifikke individer som var særlig betydningsfulle for prestasjonskulturen i klubbene. Styrelederen Lauritz beskriver det slik: «Du må ha de som skjønner hva som er viktig. Som skjønner kulturen og det vi prøver å få til. Det er det som er kulturbærerne.» Informanten selv omtaler dem som kulturbærere. Jeg vil argumentere for at disse snarere kan betegnes som «kulturarkitekter» (Danielsen et al., 2019), da de ikke bare bærer kulturen, men har sterk innflytelse på etableringen og opprettholdelsen av prestasjonskulturens elementer.

Utøver Sindre beskriver det slik: «Hovedtrener er en kulturbærer som virkelig går foran. Og vi har en kaptein som går foran og alltid gjør ting skikkelig. Det er de to viktigste for oss, og de hjelper resten å se hvordan det fungerer her.» Han beskriver hvordan hovedtrener og lagkaptein har fremtredende roller i å vise hva som er riktig atferd i klubbene. Det at det er hovedtrener og lagkaptein som pekes på som kulturarkitektene i klubbene, kan henge sammen med at de i kraft av sine formelle lederroller som hovedtrener og lagkaptein besitter et visst ansvar og definisjonsmakt over arbeidet som gjøres i klubbene, og at de som følge av det får innflytelse over hvilke kulturelementer som blir sentrale i deres prestasjonsarbeid. Denne innflytelsen samsvarer godt med tidligere forskning som har vist hvordan ledere har sterk innflytelse på prestasjonskulturen i toppidrett (Cruickshank et al., 2014; Henriksen, 2015; Storm & Svendsen, 2023). En utøver oppsummerer det som er en generell konsensus i klubbene om hovedtreners innflytelse:

Når hovedtrener har sagt noe, så kjører vi på i den retningen som en samlet enhet. Da ender vi opp med å gjøre en god prestasjon og vinner gang på gang. Jeg føler virkelig at han treffer spikeren på hodet *veldig ofte* når han kommer med tilbakemeldinger om hva vi bør gjøre, og hvordan vi bør gjøre det. (Stian, utøver)

Utøveren beskriver hvordan det å følge retningen hovedtrener staker ut, gang på gang fører til suksess. Mye av forklaringen på hvorfor hovedtrener og kaptein innehar så stor innflytelse over viktige kulturelementer, kan derfor, i lys av Schein (1985), være at utøverne opplever at kulturelementer som frontes av trener og kaptein, har medført gjentatt suksess. En slik tilnærming reduserer behovet for alternative atferder, fordi utøverne opplever at prestasjonskulturen allerede leder mot deres mål om suksess. Fordi verdiene hovedtrener og kaptein står for, medfører suksess over tid, blir de internalisert i prestasjonskulturen, og denne oppfatningen tas for gitt som en grunnleggende antakelse om at de er den mest hensiktsmessige veien for å opprettholde og videreutvikle klubben sin suksess.

Samtidig som hovedtrener og kaptein er fremtredende med sin innflytelse over prestasjonskulturen, kom det frem at begge klubbene også har mer uformelle kulturarkitekter. Dette var utøvere uten formelle lederroller, men som i kraft av erfaring, personlige egenskaper, og kjennskap til klubben påtok seg ekstra ansvar for prestasjonskulturen. En utøver beskriver det slik:

De er kulturbærerne i gruppa, som er helt klubbspiller fra topp til tå. Både når det gjelder taktikk og spillestil. Og det viktigste, som er hva slags fokus vi har i klubben. De er viktig for at spillergruppa drar i retningen som klubben, hovedtrener og trenerapparatet mener at det skal dras i. (Steffen, utøver)

Sitatet gjenspeiler hvordan utøvere med innsikt i sentrale kulturelementer i klubbens praksis har en aktiv og betydningsfull, men også uformell rolle i å korrigere atferd og holdninger blant andre utøvere uten samme kulturforståelse. Flere informanter beskriver hvordan kulturarkitekter, basert på sin kjennskap til prestasjonskulturen, tar ansvar for å korrigere andre utøvere på hvordan prestasjonskulturen er og skal være:

Det er en stamme i gruppa her som er veldig bevisst på kulturen og korrigerer andre. Hvis du ser at noen sklir ut, med alt fra kosthold, holdninger og innsats til hva slags fokus de har. Hvis jeg kan hjelpe en spiller, for jeg vet hva hovedtrener vil, så er jo det en avlastning for hovedtrener. Så slipper han å korrigere på det, for spilleren har tatt til seg læring fra meg. (Sebastian, utøver)

Styreleder Lauritz beskriver det slik: «Kulturbærerne har utviklet seg til å bli større og større, så nå har du opptil flere spillere som skjønner hele prosessen. Så det er *ekstremt* viktig med kulturbærere.» Sitatene beskriver hvordan «en stamme i gruppa» påtar seg ansvaret for å korrigere andre utøveres atferd og holdninger med utgangspunkt i egen tolkning av hva hovedtrener ønsker skal være styrende elementer for klubbens prestasjonskultur. Fordi kulturarkitektene tilskrives – og selv tilskriver seg – stor definisjonsmakt over hvilke atferder som fører til suksess, får de også, i tråd med Schein (1985), stor tilslutning til de verdiene de mener er avgjørende for at klubben skal ha suksess. Dermed blir de innflytelsesrike når det kommer til hva som skal være sentrale verdier i klubbens prestasjonskulturer. Fordi klubbene oppnår suksess over tid, og fordi utøverne opplever at de verdiene kulturarkitektene legger til grunn, fører til bedre prestasjoner, lykkes kulturarkitektene i å opprettholde verdiene som sentrale for prestasjonskulturen, noe Stian beskriver slik: «På grunn av at vi vinner, så er det enklere å stå i den retningen. Du får ekstra tro på det du holder på med, når du vinner.» Sitatet viser hvordan verdiene gradvis, som følge av positive utfall over tid, omgjøres til grunnleggende antakelser om at det gir mening å følge verdiene fordi de erfarer som vellykket og derfor internaliseres (Schein, 1985). Dette funnet samsvarer med tidligere forskning, der nettopp utøvere med høy status i gruppen, som innehar kulturens idealer, benyttes for å skape ønsket endring i prestasjonskulturen og

som eksempler til etterfølgelse for resten av gruppen (Cruickshank et al., 2015; Danielsen et al., 2019).

Kulturarkitekter beskrives som ekstremt viktige fordi de er avgjørende for etablering og opprettholdelse av sentrale kulturelementer som styrende for prestasjonskulturen i klubbene. Fordi verdiene som kulturarkitektene fronter, medfører suksess, internaliseres verdiene som grunnleggende antakelser hos flere og flere utøvere. Det resulterer i at kjennskapen til styrende kulturelementer øker, og det styrker konsensusen rundt prestasjonskulturen i klubbene. Samtidig synliggjør det også betydningen av suksess for etablering og opprettholdelse av prestasjonskulturer. Videre vil analysen adressere relasjonen mellom suksess og prestasjonskultur, og en potensiell ambivalens mellom klubbens prestasjonskulturer og klubbaktørens tro på at den vil lede til sportslige suksess.

Leder prestasjonskultur til suksess – eller omvendt?

I begge klubbene er man tydelig på at hensikten med prestasjonskulturen er å sikre at prestasjonsarbeidet er av god nok kvalitet til at man er i bedre stand til å prestere godt og oppnå suksess. For å oppnå dette mener man i klubbene at de kulturelementene som legges til grunn for klubbens prestasjonskultur, må følges. Trener Truls beskriver hvordan klubbledelsen tror på akkurat denne veien mot suksess:

Vi har ekstremt tro på at når vi gjør det vi skal gjøre, så er det ingen som stopper oss. Det er en *ekstrem* vinnerkultur som kommer av en tro på seg selv, og en tro på det vi holder på med.

Treneren beskriver stor tro på at klubbens prestasjonskultur, dersom den følges godt nok, vil føre til bedre prestasjoner. Samtidig kommer det også frem i intervjuene at man i klubbene på samme tid er overbevist om at selv om man står godt i egen prestasjonskultur, vil suksessen en dag ta slutt. Styreleder Ludvig sier dette: «Det kommer til å skje at vi begynner å tape fotballkamper. Det kommer til å komme noen regnværsdager i klubben. Hundre prosent sikkert.» Sitatene demonstrerer ambivalens i klubbene når det gjelder troen på at en god prestasjonskultur er veien som leder til suksess *over tid*. For samtidig som man er overbevist om at det er egen prestasjonskultur og dens styrende elementer som leder til suksess, erkjenner man også at suksessen vil ta slutt en dag, og man ytrer usikkerhet rundt hva som vil skje med prestasjonskulturen når suksessen uteblir. Et naturlig spørsmål blir derfor hvorvidt man i klubbene egentlig har tro på

egen prestasjonskultur. Prestasjonskulturens mål og hensikt, som beskrevet av klubblederne, er nettopp at den skal gi bedre forutsetninger for å levere gode prestasjoner over tid. Tidligere forskning understøtter dette poenget ved å påpeke at den primære hensikten med prestasjonskulturer i toppidrett er å øke sannsynligheten for at prestasjonsgruppen når sine prestasjonsmål (Andersen, 2021). Om det ikke er prestasjonskulturen som sikrer kontinuerlig suksess – hva er det da? For selv om man i klubbene er skråsikker på at suksessen en dag vil ta slutt, er man samtidig også tydelig på at det er viktig å stå stødig i motgangen som uunngåelig vil komme. Styreleder Lauritz beskriver det slik: «Når vi har tro på dette oppsettet, så må vi tåle å stå i det. Også i en regnværsdag eller to.»

Styrelederen beskriver at det er viktig å stå i den prestasjonskulturen som er valgt, med de kulturelementene den innebærer, selv i motgang. Det viser hvordan man i klubbene har stor tro på de styrende elementene i egen prestasjonskultur, men at man samtidig er usikker på om de samme kulturelementene vil fortsette å bringe suksess i fremtiden. En mulig forklaring er at prestasjonskulturen enda ikke har fått *nok* suksess til å etableres fullstendig som en grunnleggende antakelse (Schein, 1985). Som konsekvens blir sentrale kulturelementer heller ikke fullstendig akseptert som grunnleggende antakelser, men heller som overbevisninger med visse forbehold og tvil. Følger vi videre Schein (1985) sin forståelse av betydningen grunnleggende antakelser har for kulturen, vil det derfor være avgjørende at man i klubbene opplever mer suksess over tid, der suksessen oppleves som direkte konsekvens av prestasjonskulturen. En slik opplevelse er nødvendig for at både utøvere, trenere og ledere skal gå gjennom en læringsprosess der de verdiene som vektlegges i kulturen, og de påfølgende kulturelementene som blir styrende, over tid fungerer godt nok, tilpasset interne og eksterne forhold de er del av, til at det gir mening å følge dem for å oppnå suksess (Schein, 1985). Det vil gi bedre forutsetninger for at styrende kulturelementer oppnår konsensus som grunnleggende antakelser i gruppen, og for at man i klubbene vil stå i prestasjonskulturen man mener er riktig, over tid, noe som i lys av tidligere forskning vil gi bedre forutsetninger for å prestere godt som klubb (Cruickshank & Collins, 2012; Henriksen, 2015).

Konklusjon

Hensikten med kapittelet har vært å analysere styrende kulturelementer i toppfotballklubbers prestasjonskulturer, og hvordan arbeidet med

å etablere og opprettholde slike prestasjonskulturer foregår. Analysen viser hvordan bestemte verdier er styrende for toppfotballklubbens prestasjonskulturer, men òg at verdiene til klubbene fort kan bli «til pynt» dersom styrende verdier ikke ivaretar klubbmedlemmenes oppfatning av egne omgivelser. Funnene avdekker betydningen av dialog mellom kulturmedlemmer på ulike nivåer for å tilpasse klubbens styrende verdier til atferd man opplever fungerer best, tilpasset det miljøet klubbene opererer i (Schein, 1985). En slik tilnærming vil gi bedre forutsetninger for at verdiene man enes om i klubbene, blir grunnleggende antakelser som styrer klubbmedlemmenes atferd.

Kapittelet viser videre hvordan kulturarkitekter er avgjørende for etablering og opprettholdelse av sentrale kulturelementer som styrende for klubbens prestasjonskultur. Gjennom egen rolle og erfaring og egne lederegenskaper har kulturarkitekter innflytelse over kulturen fordi de oppleves å fronte kulturelementer som medfører suksess over tid. Kulturarkitektenes innflytelse øker kjennskapen til – og troen på – styrende kulturelementer i klubbene, og følgelig internaliseres kulturelementene som grunnleggende antakelser hos flere og flere av kulturmedlemmene, som bidrar til å opprettholde prestasjonskulturen i klubbene (Schein, 1985).

Kapittelet viser imidlertid også at man i en klubb må ha opplevd tilstrekkelig suksess for å kunne etablere og opprettholde en suksesskapende kultur. Dette fordi utøvere og trenere, for å etablere nødvendig tilslutning til kulturelementene, må erfare at atferd som understøtter prestasjonskulturen, vil lede dem mot suksess. Kapittelet viser med det sårbarheten ved prestasjonskulturer i toppidrett, der det synes som at prestasjonskulturer avhenger av suksess for at klubbmedlemmene skal tro på at egen prestasjonskultur kan være riktig og effektiv. Basert på kapittelets funn kan det derfor argumenteres for at prestasjonskultur ikke må forstås som en lineær prosesser mot suksess, men snarere som en sirkulær prosess der prestasjonskultur og suksess påvirker hverandre gjensidig.

Om forfatteren

Kristian Sigvartsen er doktorgradsstipendiat i sosiologi ved Fakultet for samfunnsvitenskap, Nord universitet. Han forsker på samspillet mellom kultur, ledelse og prestasjon i idrett, med særlig interesse for hvordan prestasjonskulturer skapes og vedlikeholdes i toppidrett.

Referanser

- Andersen, T. L. (2021). *Prestasjonskultur – «There ain't no cure». En studie av lederstilen til en landslagstrener i fotball* [Doktorgradsavhandling]. Universitetet i Tromsø.
- Argyris, C. & Schön, D. A. (1978). *Organizational learning: A theory of action perspective*. Addison-Wesley.
- Arnold, R., Fletcher, D. & Hobson, J. A. (2018). Performance leadership and management in elite sport: A black and white issue or different shades of grey? *Journal of Sport Management*, 32(5), 452–463. <https://doi.org/10.1123/jsm.2017-0296>
- Arnold, R., Fletcher, D. & Molyneux, L. (2012). Performance leadership and management in elite sport: Recommendations, advice and suggestions from national performance directors. *European Sport Management Quarterly*, 12(4), 317–336. <https://doi.org/10.1080/16184742.2012.693115>
- Biener, E. (2020). *Core values driving sustained elite performance cultures* [Doktorgradsavhandling]. University of Missouri-Columbia.
- Bjørnstad, M., Tam, A., McDougall, M. & Feddersen, N. B. (2024). Relationships influencing organisational culture in men's elite football clubs in Norway. *Psychology of Sport and Exercise*, 72, Artikkel 102604. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102604>
- Braun, V. & Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 11(4), 589–597. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1628806>
- Cole, J. & Martin, A. J. (2018). Developing a winning sport team culture: Organizational culture in theory and practice. *Sport in Society*, 21(8), 1204–1222. <https://doi.org/10.1080/17430437.2018.1442197>
- Cruickshank, A. & Collins, D. (2012). Culture change in elite sport performance teams: Examining and advancing effectiveness in the new era. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(3), 338–355. <http://dx.doi.org/10.1080/10413200.2011.650819>
- Cruickshank, A. & Collins, D. (2013). Culture change in elite sport performance teams: Outlining an important and unique construct. *Sport and Exercise Psychology Review*, 9(2), 6–21. <http://dx.doi.org/10.53841/bpssepr.2013.9.2.6>
- Cruickshank, A., Collins, D. & Minten, S. (2014). Driving and sustaining culture change in Olympic sport performance teams: A first exploration and grounded theory. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 36(1), 107–120. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0133>
- Cruickshank, A., Collins, D. & Minten, S. (2015). Driving and sustaining culture change in professional sport performance teams: A grounded theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 20, 40–50. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.04.007>
- Danielsen, L. D., Giske, R., Peters, D. M. & Høigaard, R. (2019). Athletes as “cultural architects”: A qualitative analysis of elite coaches' perceptions of highly influential soccer players. *The Sport Psychologist*, 33(4), 313–322.
- Denison, D. R. (1996). What is the difference between organizational culture and organizational climate? A native's point of view on a decade of paradigm wars. *Academy of Management Review*, 21(3), 619–654. <https://doi.org/10.2307/258997>
- Eggebo, H. (2020). Kollektiv kvalitativ analyse. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 4(2), 106–122. <http://dx.doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2020-02-03>
- Frontiera, J. (2010). Leadership and organizational culture transformation in professional sport. *Journal of Leadership and Organizational Studies*, 17(1), 71–86. <https://doi.org/10.1177/1548051809345253>
- Gammelsæter, H. (2019). Idrettsledelse og organisasjonskultur. I S. A. Sæther (Red.), *Idrettsvitenskap: perspektiver og praksis* (s. 73–92). Universitetsforlaget.

- Girginov, V. (2010). Culture and the study of sport management. *European Sport Management Quarterly*, 10(4), 397–417. <https://doi.org/10.1080/16184742.2010.502741>
- Henriksen, K. (2015). Developing a high-performance culture: A sport psychology intervention from an ecological perspective in elite orienteering. *Journal of Sport Psychology in Action*, 6(3), 141–153. <http://dx.doi.org/10.1080/21520704.2015.1084961>
- Henriksen, K., Stambulova, N. & Roessler, K. K. (2010). Holistic approach to athletic talent development environments: A successful sailing milieu. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(3), 212–222.
- Larsen, C. H., Alfermann, D., Henriksen, K. & Christensen, M. K. (2013). Successful talent development in soccer: The characteristics of the environment. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2(3), 190–206. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0031958>
- Lynch, M. E. (2019). The sociology of science and social constructivism. I M. Fricker, P. J. Graham, D. Henderson & N. J. L. L. Pedersen (Red.), *The Routledge handbook of social epistemology* (s. 220–229). Routledge.
- Maitland, A., Hills, L. A. & Rhind, D. J. (2015). Organisational culture in sport: A systematic review. *Sport Management Review*, 18(4), 501–516. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2014.11.004>
- Markula, P. & Silk, M. L. (2011). *Qualitative research for physical culture*. Palgrave Macmillan.
- McDougall, M., Nesti, M., Richardson, D. & Littlewood, M. (2017). Emphasising the culture in culture change: Examining current perspectives of culture and offering some alternative ones. *Sport and Exercise Psychology Review*, 13(1), 47–59. <https://doi.org/10.53841/bpssepr.2017.13.1.47>
- McDougall, M. & Ronkainen, N. (2019). Organisational culture is not dead... yet: A response to Wagstaff and Burton-Wylie. *Sport and Exercise Psychology Review*, 15(1), 13–19. <https://doi.org/10.53841/bpssepr.2019.15.1.13>
- McDougall, M., Ronkainen, N., Richardson, D., Littlewood, M. & Nesti, M. (2020). Organizational culture beyond consensus and clarity: Narratives from elite sport. *The Sport Psychologist*, 34(4), 288–299. <https://doi.org/10.1123/tsp.2019-0163>
- Mills, A., Butt, J., Maynard, I. & Harwood, C. (2014a). Examining the development environments of elite English football academies: The players' perspective. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 9(6), 1457–1472. <http://dx.doi.org/10.1260/1747-9541.9.6.1457>
- Mills, A., Butt, J., Maynard, I. & Harwood, C. (2014b). Toward an understanding of optimal development environments within elite English soccer academies. *The Sport Psychologist*, 28(2), 137–150. <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.2013-0018>
- Olympiatoppen. (2025). *Olympiatoppens strategiplan 2025-2028*. <https://olympiatoppen.no/contentassets/6d8054117b6543fe9f527d3c06878786/oppdatert-strategiplan-olt-2025-2028.pdf>
- Pugh, A. J. (2013). What good are interviews for thinking about culture? Demystifying interpretive analysis. *American Journal of Cultural Sociology*, 1(1), 42–68.
- Schein, E. H. (1985). *Organizational culture and leadership*. Jossey-Bass.
- Schneider, B., Ehrhart, M. G. & Macey, W. H. (2013). Organizational climate and culture. *Annual Review of Psychology*, 64(1), 361–388. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143809>
- Sigvartsen, K. (2025). Grenseløs suksess? En studie av ressursvake fotballklubbene vei mot toppprestasjoner og spenninger i deres søken etter suksess. I L. D. Tjærandsen, F. A. Wågan & A. Tjønndal (Red.), *Grenseløs idrett. Studier av risiko, spenning og makt i norsk idrett* (s. 59–80). Cappelen Damm Akademisk.
- Sigvartsen, K. & Tjønndal, A. (2025). Sacrifice for success: How coaches, athletes and managers normalise commitment and conformity in Scandinavian elite football. *International Review for the Sociology of Sport*. <https://doi.org/10.1177/10126902251345348>

- Smith, B. & McGannon, K. R. (2018). Developing rigor in qualitative research: Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 101–121. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1317357>
- Storm, L. K. & Svendsen, A. M. (2023). Conceptualizing cultural leadership in physical education and youth sport: Outlining a pedagogical concept. *Sport, Education and Society*, 28(7), 797–810. <https://doi.org/10.1080/13573322.2022.2065670>
- Sæther, S. A. (2017). *De norske fotballtalentene: Hvem lykkes og hvorfor?* Universitetsforlaget.
- Tjora, A. (2021). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (4. utg.). Gyldendal.
- Waagaard, M. S. (2022, 24. mai). *Stillingsutlysning: Direktør for avdeling Toppfotball og Landslag*. Fotball.no. <https://www.fotball.no/tema/nff-nyheter/2022/stillingsutlysning-direktor-for-avdeling-toppfotball-og-landslag/>

KAPITTEL 8

Idrottsgymnasier som talangutvecklingsmiljø – utmaningar och möjligheter

Henrik Gustafsson Karlstads universitet, Sverige & Norges idrettshøgskole, Norge

Filip Andersson Linnéuniversitetet, Sverige

Claes Nyberg Karlstads universitet, Sverige

Per Göran (PG) Fahlström Linnéuniversitetet, Sverige

Stefan Wagnsson Karlstads universitet, Sverige

Abstract: This chapter provides an overview of Sweden's upper secondary school sports programs (RIG and NIU), which aim to support talented youth in combining elite sports with academic education. It traces the historical development and policy background of these programs and highlights key challenges such as early specialization, socio-economic bias, relative age effects, and the complexity of talent identification. Although designed to foster dual careers, the programs often struggle to balance athletic and academic demands, potentially leading to stress, injury, burnout, and dropout—especially among female athletes and those lacking support structures. Research indicates that while many top-level athletes have attended these programs, a significant number have not, raising questions about the effectiveness and inclusivity of current selection processes. The chapter also addresses the evolving role of special sports teachers, who face complex responsibilities involving pedagogy, performance development, and admission decisions. New educational reforms emphasize the need for students to gain knowledge about elite sports career pathways, highlighting the importance of career education alongside sport-specific training. In conclusion, the chapter calls for a more flexible and evidence-informed approach to talent development, one that considers long-term athlete well-being and broader access to support

Sitering: Gustafsson, H., Andersson, F., Nyberg, C., Fahlström, P. G. & Wagnsson, S. (2026). Idrottsgymnasier som talangutvecklingsmiljø – utmaningar och möjligheter. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 8, s. 175–199). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch8>

Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

systems. It recommends targeted mental health initiatives, injury prevention strategies, and greater attention to transitions within and beyond sport. Finally, it stresses the need for future research into learning processes and the key role of educators in dual career environments.

Keywords: dual career, talent development, sport schools, youth athletes, burn-out, relative age effect, mental health, special sports teachers

Introduktion

Idrottsutbildningar på gymnasienivå är en fundamental del av svensk talangutveckling och syftar till att ge unga idrottare möjlighet att kombinera elitidrott med gymnasiestudier. På dessa utbildningar erbjuds en strukturerad miljö där eleverna får tillgång till specialiserad träning, kvalificerade tränare och anpassad undervisning för att möjliggöra en dubbel karriär – det vill säga att utvecklas både akademiskt och idrottsligt (Stambulova et al., 2024). Möjligheten för idrottsutövare att kombinera elitsatsning med skolgång genom särskilda idrottsutbildningar är förhållandevis vanlig i Europa och återfinns på både grundskole- och gymnasienivå (Andersson, 2024). En gemensam nämnare för dessa är en ambition att underlätta för elevernas idrottssatsning genom skolans flexibilitet, såsom en systematisk anpassning av studierna. I detta kapitel presenteras en översikt av det svenska idrottsutbildningssystemet i relation till ett internationellt forskningsperspektiv. Vi belyser hur dessa utbildningar har växt fram och utvecklats över tid, vilka utmaningar och möjligheter som idrottselever och specialidrottslärare möter inom ramen för idrottsutbildningar, samt diskuterar potentiella riktningar för framtida utveckling.

Gymnasiala idrottsutbildningars framväxt i Sverige

I samband med den statliga idrottsutredningen *Idrott åt alla* (SOU 1969:29) framlades en idé om att skapa möjligheter för idrottande individer att kombinera studier med en elitidrottssatsning. Bakgrunden till denna idé var ett så kallat ”idrottssocialt problem”, att elitidrottande individer fick det allt svårare att övergå till en god tillvaro efter avslutad idrottskarriär (Thelin & Larson, 1984, s. 96). En orsak till problematiken var att elitidrottsutövning krävde en allt intensivare satsning som gjorde att yrke eller utbildning nedprioriterades och att framtida livssituation således blev osäker (Eriksson, 1989, 1999, 2007). Idén om att skapa möjligheter att kombinera idrott och

studier förverkligades 1972, då Riksidrottsgymnasieverksamheten (RIG) startades på två platser: i Åre/Järpen (skidor) och Malmö (badminton, basket, bordtennis, tennis, volleyboll). Det primära syftet var att ge unga idrottstalanger möjligheten att kombinera elitidrott och gymnasiestudier och på det viset ta ett socialt ansvar för dessa individer (Eriksson, 1989, 1999, 2007). Utöver det sociala ansvaret fanns också ett idrottspolitiskt motiv med införandet av RIG. Riksidrottsförbundet (RF) önskade att flytta fram positionerna på den internationella idrottsarenan (Eriksson, 1989). Därmed var avsikten med att införa RIG tvådelat: dels att utbilda fler och bättre elitidrottare, dels att ge dessa idrottare en gymnasieutbildning som de kunde falla tillbaka på när de avslutat sin elitidrottskarriär (Svensson, 2021).

I praktiken innebar de tidiga satsningarna på idrottsutbildningar att ungdomar flyttade till orter där det fanns kvalificerade tränare inom deras respektive idrotter. Träningen bedrevs dock till en början enligt traditionellt mönster på kvällstid, ibland även på morgonen, medan den ordinarie skolundervisningen fortgick på dagtid (Svensson, 2021). Denna struktur, med intensiv träning utanför skoltid i kombination med vanliga skoldagar, var ansträngande för många elever. För att underlätta detta infördes under läsåret 1977/1978 ämnet *specialidrott* (Ferry et al., 2013). I sin ursprungliga form innebar ämnet att fem timmar av den ordinarie undervisningen kunde ersättas med träning (Eriksson, 1989; Thelin & Larson, 1984). Efter några år med RIG på två orter bestämdes att utbildningarna skulle utvidgas till fler platser, med fler idrotter, skolor och elever. Satsningarna utvidgades under 1980-talet då så kallade hemortsalternativ tillkom. Detta förändrades av att många ungdomar inte klarade eller ville flytta för att satsa på sin idrott och följaktligen permanentades utbildningarna i det svenska utbildningssystemet.

Under 1990-talet genomgick det gymnasiala idrottsutbildningssystemet betydande förändringar. Dessa förändringar föregicks av en omfattande utbildningspolitisk reform under läsåret 1991/1992, som innebar att ansvaret för gymnasieskolan decentraliserades från staten till kommunerna (Ferry, 2014). För gymnasieskolorna innebar detta en möjlighet att erbjuda ämnet specialidrott till alla elever oavsett idrottslig nivå, vilket medförde en ökning av gymnasieprogram med idrottsprofiler (Ferry et al., 2013). Dessa förändringar skapade nya förutsättningar för att kombinera studier och idrott genom regionala och lokala alternativ, vilket i sin tur innebar att fler elever kunde elitsatsa inom sin idrott (Ferry & Larneby, 2024). En konsekvens av decentraliseringen blev att idrottsinriktningar i skolor användes

för att locka elever, vilket ledde till en debatt om kvaliteten på utbildningen. Det var inte längre endast elitidrottsfokus på utbildningarna. I samband med gymnasiereformen 2011 betonades därför behovet av att begränsa gymnasieskolornas möjligheter att utforma specialutformade program. Antagningskraven skärptes och enbart de mest talangfulla idrottsutövarna skulle ges tillgång till ämnet specialidrott inom Riksidrottsgymnasium (RIG) och det nyinrättade Nationellt godkänd idrottsutbildning (NIU) (Lund & Liljeholm, 2012). Denna reform tydliggjorde RIG:s roll som en utbildning för idrottare med potential att nå internationell elitnivå, medan NIU kom att inriktas mot nationell elit (Ferry, 2014).

För att få bedriva en idrottsutbildning 2025 ska utbildningen uppfylla kraven för RIG eller NIU i 5 kap. 23–28 §§ gymnasieförordningen (SFS 2010:2039). Här framgår att en utbildning där ämnet specialidrott ingår får vara RIG om det finns ett nationellt intresse av att tillgodose elitidrottens krav och det ställs särskilda krav på gemensam träning, eller ett NIU om det finns en tydlig elitidrottskaraktär och ett etablerat samarbete med ett specialidrottsförbund (SF). RIG-skolor har ett större socialt ansvar, inklusive boende och träning, och endast skolor med ett nationellt elitidrottsbehov får anordna RIG, enligt beslut av Skolverket i samråd med Riksidrottsförbundet (Riksidrottsförbundet, 2024).

Sammanfattningsvis har idrottsutbildningar på gymnasienivå i Sverige existerat i över 50 år. De har blivit en viktig stödform för talang- och prestationsutveckling inom svensk idrott (Eriksson, 2007; Fahlström, 2011) och har av internationella bedömare beskrivits som väletablerade och till stora delar välfungerande (Centrum för idrottsforskning, 2024). I dag finns det 47 RIG och 468 NIU (Ferry & Larneby, 2024) på 477 skolenheter utspridda över hela landet. Betydligt fler elever studerar vid NIU än vid RIG.¹ Under läsåret 2022/2023 gick omkring 90 procent av eleverna på NIU, vilket motsvarade 10 491 elever, medan 1 114 elever var inskrivna på RIG (Skolverket, 2023).² Idrottsutbildningarna är den största svenska satsningen på talangutveckling inom idrotten. Den rådande ambitionen med utbildningarna är att via en antagningsprocess identifiera talangfulla ungdomar med förutsättningar att nå elitidrott i vuxen ålder.

Som tidigare beskrivits infördes idrottsgymnasier i början av 1970-talet för att skapa möjligheter för idrottande individer att kombinera studier

1 Detta beror på hur man räknar, då en skola exempelvis kan bedriva både RIG- och NIU-verksamhet.

2 Det finns i skrivande stund ingen nyare sammanställning av antalet elever eller skolor.

med en elitidrottssatsning. Avsikten var att ge idrottande ungdomar möjligheten att kombinera elitidrott och gymnasiestudier samt att ta ett socialt ansvar för dessa individer (Eriksson, 1989, 1999, 2007). Detta skedde under en tid då ett ökande antal ungdomar bedrev en alltmer tidskrävande tränings- och tävlingsverksamhet, vilket medförde att studierna nedprioriterades eller till och med avbröts (Eriksson, 1989, 1999, 2007). Men syftet var också att utforma en svensk, internationellt konkurrenskraftig modell för idrottsutövande (Eriksson, 1989). Begreppet *dual career* hade inte sett dagens ljus, men införandet av idrottsgymnasier kan ses som en föregångare då syftet var att både utbilda fler elitidrottare och ge dem möjlighet att samtidigt få en utbildning (Svensson, 2021).

Den grupp som i dag antas till idrottsgymnasierna består av en högre andel pojkar än flickor (Ferry, 2014; Ferry & Andersson, 2021; Ferry & Olofsson, 2009; Uebel, 2006). Dessutom är en majoritet av eleverna svenskfödda med en god socioekonomisk bakgrund (Ferry & Lund, 2018; Sæther et al., 2017).

En socioekonomisk snedrekrytering

Aktuell forskning visar hur utvecklingen har gått från att idrottsgymnasierna svarade mot ett behov av socialt ansvar, för att säkerställa idrottsungdomars möjligheter att klara studier och idrottssatsning, till en socioekonomisk snedrekrytering (se t.ex. Fahlström et al., 2023). De som antas till idrottsgymnasierna har ofta goda betyg, vilket krävs då de efter antagning till respektive idrott också ska antas till en sökt utbildning vid aktuellt gymnasium. Betygens betydelse blir ännu tydligare då idrottsförbunden ofta väger in både idrottslig potential och betyg i den idrottsliga antagningsprocessen, eftersom de tar hänsyn de sökandes förmåga att klara kombinationen studier och elitidrottssatsning (Fahlström et al., 2023). Detta har ju också stöd i gymnasieförordningen som anger att de som har bästa förutsättningar att tillgodogöra sig utbildningen ska antas (SFS 2010:2039).

Den dagliga specialidrottsverksamheten, med ”träning” före eller efter skolundervisningen passar bättre ihop med de studieförberedande programmen som har verksamheten förlagd till den fysiska skolmiljön, medan många praktiska gymnasieprogram har undervisning förlagd i olika praktikmiljöer, exempelvis Bygg- och anläggningsprogrammet, Fordons- och transportprogrammet samt Restaurang- och livsmedelsprogrammet. De studieförberedande programmen har ofta krav på höga studiemeritpoäng för antagning. Den socioekonomiska snedrekryteringen bekräftas av det

faktum att en ökad andel av de antagna kommer från familjer med studiebakgrund (Fahlström et al., 2023).

Idrottsutbildningar – för de mest talangfulla?

Idrottsgymnasier är avsedda för talangfulla ungdomar med potential att nå framgång på elitnivå i framtiden (se t.ex. Morris et al., 2021; Riksidrottsförbundet, 2012; Thompson et al., 2022). Emellertid väcker detta frågan om vad talang egentligen är och om, och i sådana fall hur, den kan och bör identifieras. Dessa frågor är särskilt centrala i relation till RIG och NIU, där en antagningsprocess syftar till att identifiera ”rätt” ungdomar, det vill säga de med bäst förutsättningar att tillgodogöra sig utbildningen (SFS 2010:2039, 5 kap. 26 §) och de med störst potential att nå nationell eller internationell elit på seniornivå (Riksidrottsförbundet, 2012).

Talangbegreppet

Inom idrottsvetenskapen pågår en omfattande diskussion om både talangens natur och hur identifikation och selektion bör genomföras. Dessa diskussioner berör bland annat hur talang definieras, huruvida den är medfödd eller förvärvad samt i vilken utsträckning den kan utvecklas genom lekfull eller specialiserad träning eller miljöfaktorer (se t.ex. Baker et al., 2024; Güllich & Barth, 2024; Lundberg, 2024). Det finns flera definitioner av begreppet talang, där en vanligt förekommande är att talang utgörs av ”the presence or absence of particular skills or qualities identified at earlier time points that correlate to or predict expert future performance” (Cobley et al., 2012, s. 3;). Det innebär att vissa egenskaper, om de identifieras tidigt, kan indikera potential för framtida idrottsliga framgångar. Med andra ord definieras talang oftast som egenskaper som är relaterade till framtida framgång (Baker et al., 2018).

I detta kapitel har vi valt att inte fördjupa oss i talangbegreppet, utan vi utgår från gymnasieförordningens krav på att ge företräde till de som *anses ha bäst förutsättningar att tillgodogöra sig utbildningen* (SFS 2010:2039, 5 kap. 26 §) och Riksidrottsförbundets riktlinjer som anger att syftet är att *erbjuda stöd till talanger med bäst förutsättningar att som seniorer nå nationell eller internationell elit* (Riksidrottsförbundet, 2012).

Oberoende av talangbegreppet är syftet att anta dem som har möjlighet att nå elitnivå som seniorer. Omfattande forskning har visat på problematiken med att förutsäga framtida idrottslig framgång. Majoriteten av forskare

som har studerat processen att identifiera unga utövare med potential att bli framtida elitidrottare (Roberts et al., 2019) är överens om att detta är en komplex, utmanande och nästintill omöjlig uppgift. Att prognostisera framgång är särskilt komplext eftersom det som ska utvärderas är framtida potential, något som är svårt att både mäta och förutsäga. Dessutom utvecklas idrotten ständigt, vilket innebär att kravprofiler för specifika idrotter kan förändras avsevärt mellan det att en individ identifieras som talangfull och den tidpunkt då hen når senioridrott (Collins & MacNamara, 2022).

Olika selektionsprocesser bygger ofta på mätning och jämförelse av olika egenskaper och färdigheter som antas bidra till idrottslig prestation (Johnston et al., 2018). Det har dock argumenterats för att detta tillvägagångssätt är alltför förenklat och reduktionistiskt samt saknar validitet, eftersom det bygger på en statistiskt, linjär syn på talangutveckling (MacNamara & Collins, 2022). Ytterligare kritik har riktats mot bristen på psykologiska variabler, samt det faktum att idrottslig expertis kan utvecklas från unika kombinationer av färdigheter och beteenden ignoreras. Därmed finns risken att selektionssystemet felaktigt väljer bort idrottare med potential att lyckas. Vidare bortses det ofta från miljön där de idrottande har bedrivit sin idrott och samspelet med den kommande gymnasiemiljön.

Detta till trots måste klubbar och förbund arbeta med selektering längs vägen, i det här fallet årliga antagningar i årskurs 9 till platser på RIG eller NIU. I relation till idrottsutbildningar och processen att identifiera de ”rätta” individerna – det vill säga de med bäst förutsättningar att tillgodogöra sig utbildningen (SFS 2010:2039, 5 kap. 26 §) – uppstår dock utmaningar. Dessa utmaningar inkluderar bland annat svårigheten att utifrån en prognostisk ansats försöka förutspå vilka unga idrottsutövare som har potential att nå elitnivå i vuxen ålder. Konsekvenserna av detta kommer vi att återkomma till senare, men resurser i form av ekonomiska begränsningar, tränare och faciliteter sätter ofta begränsningar (Till & Baker, 2020). Att som idrottsförbund ha en klar bild över olika faktorer som påverkar nivån vid antagnings-tillfället och de sökandes potential att utvecklas och bli en framgångsrik elitidrottare i vuxen ålder är av avgörande betydelse vid urvalsprocessen.

Vad letar vi efter och hur?

Att identifiera de mest lämpade sökande till RIG och NIU, där både idrottslig potential och studieförmåga måste beaktas, är en stor utmaning för skolor och specialidrottsförbund. Många specialidrottslärare

anser att processen är nästintill omöjlig (Andersson & Fahlström, 2023; Fahlström et al., 2023). Forskningen har här begränsningar då den i mångt och mycket bygger på tvärsnittsstudier och då den inte anammat multidisciplinära studier (Till & Baker, 2020; Sæther, 2017). Orsaken är att longitudinella studier är svåra att genomföra inom detta komplexa område. Kunskapen om hur och huruvida vi kan se potential till senare idrottsframgång hos unga idrottare är ytterst begränsad och därmed blir det tveksamt att selektera unga idrottare, även om vissa idrotter påbörjar detta redan vid 7–8 års ålder. Evidensen för detta är minimal. Även hos 15–16-åringar är identifieringen svår och utmanande. Orsakerna återkommer vi till nedan.

Relativ ålderseffekt och tidig mognad

Idrott handlar ofta om fysiska prestationer som kräver motsvarande fysiologiska kapaciteter och förmågor. Vid bedömning av unga individers idrottsliga potential kan därför fysisk mognad förväxlas med idrottslig förmåga.

De faktorer som påverkar idrottslig utveckling är komplexa, dynamiska och mångfacetterade. Detta gör det utmanande att identifiera vilka individer som har störst potential att nå framgång på elitnivå nivå. Två icke-påverkbara faktorer som har en betydande inverkan på spelarurval och prestation inom akademifotboll är biologisk mognad och relativ ålder (Sweeney et al., 2024). Relativ ålder avser en individs kronologiska ålder i förhållande till födelsedatum och de gränsdatum som används vid tävlingsuttagningar. Den relativa ålderseffekten (RAE) innebär en selektionsbias där spelare födda tidigt på året har en fördel gentemot dem som är födda senare samma år. Detta leder till att de kronologiskt äldsta inom en ålderskategori blir överrepresenterade inom talangutvecklingssystem (Cobley et al., 2009).

Forskning har visat att RAE förekommer inom många olika idrotter och sammanhang. Studier visar att idrottare födda under årets första två kvartal är oproportionerligt överrepresenterade, medan idrottare födda under det tredje och fjärde kvartalet är underrepresenterade. Detta innebär att relativt yngre spelare ofta får färre möjligheter att utvecklas inom strukturerade talangutvecklingsprogram. De idrottare som blir uttagna får professionell träning, stöd från idrottsvetenskap och medicinsk expertis, tillgång till

högkvalitativ träningsutrustning och faciliteter samt exponering för en hög nivå av konkurrens och utmaning (Hill et al., 2019).

I en svensk studie av Gerdin et al. (2018) undersöktes 1 835 svenska tennisspelare (födda 1998–2001). Resultatet visar på en tydlig förekomst av RAE, det vill säga ju högre ranking, desto fler spelare födda tidigt på året. Bland de tio högst rankade var 64 procent födda under det första kalenderhalvåret. Forskarna föreslår att tävlingssystemet bör anpassas efter biologiska ålderskillnader och att tränare bör ge extra stöd till sent mogna spelare för att motverka tidiga avhopp. Talangutvecklingsprogram tenderar att premiera tidigt mogna spelare, vilket skapar en snedfördelning då dessa får bättre tränare och träning. Detta förstärker i skillnaderna på längre sikt (Collins & MacNamara, 2022).

Flera studier har visat att ungdomar som väljs ut till svenska idrottsutbildningar på såväl grundskole- som gymnasienivå är födda tidigt på året. Sannolikheten att bli antagen till idrottsutbildningar är därmed större för dem som är fysiskt och utvecklingsmässigt mer mogna än sina jämnåriga (Ek et al., 2020; Fahlström et al., 2024a; Lund & Liljeholm, 2012; Peterson & Wollmer, 2019; Peterson et al., 2022; Sæther et al., 2017). En nyligen publicerad studie om vägen till NHL-ishockey visade att framgång på juniornivå är positivt relaterad till tidig mognad, medan framgångar på seniornivå visar ett omvänt förhållande (Niklasson et al., 2023).

Även om det finns viss evidens som tyder på att sent mogna spelare inom akademier proportionellt sett har en större sannolikhet att avancera till seniornivå än tidigt mogna spelare, förutsatt att de stannar kvar i systemet, förblir sent mogna spelare underrepresenterade på seniornivå i absoluta tal. Detta beror på deras begränsade initiala representation inom akademisystemet (Sweeney et al., 2024). Bekymmersamt nog tycks denna selektionsbias till förmån för tidigt mogna spelare uppstå oberoende av tekniska eller psykologiska egenskaper. Vid urval av ungdomar *med bäst förutsättningar att som seniorer nå nationell eller internationell elit* riskerar vi därför att missa potentiella framtida elitidrottare.

Dubbla karriärer – utmaningar och möjligheter

Antagning till en idrottsutbildning på gymnasial nivå kan skapa förutsättningar för en idrottskarriär på allra högsta nivå (Andersson & Barker-Ruchti, 2019; Fahlström et al., 2015; Schubring et al., 2022). Efter antagningen

förväntas eleverna balansera studier och idrott under tre (ibland fyra) år, samt hantera olika utmaningar under tiden (Stambulova et al., 2024). Detta upplägg, att träna intensivt och ha ordinarie skoldagar, visade sig dock bli påfrestande för många elever.

Idrottare på gymnasienivå som strävar efter att bli framtida idrottsstjärnor måste ägna betydande tid åt träning och tävling, vilket gör det utmanande att hålla jämna steg med studierna (Sisjord & Sørensen, 2018). Den krävande balansen mellan elitidrott och utbildning kan leda till psykologisk stress, utbrändhet och skador (Gustafsson et al., 2017; Sisjord & Sørensen, 2018; Sorkkila et al., 2019). Följaktligen prioriterar många elitidrottare sin idrottskarriär framför utbildning, vilket kan få långsiktiga negativa konsekvenser för utvecklingen av livsfärdigheter (Stambulova et al., 2024). Att ha dubbel satsning innebär en stress som kan innebära negativa effekter på både prestation och välmående.

Trots dessa utmaningar erbjuder en dubbel karriär också betydande fördelar, såsom utökade sociala nätverk, starkare identiteter och ökad motståndskraft vid motgångar, exempelvis skador eller att bli bortvald från lag (Debois et al., 2015; Linnér et al., 2021; Torregrosa et al., 2015). Dessutom främjar en dubbel karriär en mer balanserad livsstil, bättre planering inför pensionering och ökade karriärmöjligheter utanför idrotten (Tshube & Feltz, 2015; Vilanova & Puig, 2016). För att optimera balansen mellan idrott och utbildning, vilket är avgörande för långsiktig framgång, behövs större kunskap om vilka faktorer som möjliggör eller hämmar olika dubbel karriär-vägar och stödsystem (Stambulova et al., 2015).

De flesta studierna om dubbel karriär har fokuserat på unga, talangfulla idrottare i specialiserade elitidrottsskolor, såsom RIG och NIU. Dock har få studier undersökt världsidrottare som framgångsrikt navigerat olika vägar inom en dubbel karriär. En nylig studie av Nyberg et al. (2023) undersökte svenska världsidrottarens erfarenheter av gymnasiestudier och kombinationen med en elitsatsning. Resultaten visade att enbart 44 procent av dem hade gått på RIG eller NIU. Övriga hade gått i vanlig gymnasieskola. Detta indikerar att RIG/NIU inte alltid är en avgörande faktor för att nå den absoluta toppen inom idrott. Vidare framkom indikationer på att många av dessa idrottare upplevde att RIG:s starka fokus på idrott ibland skedde på bekostnad av akademiska studier, vilket resulterade i utmaningar för vissa att kombinera sin idrottsliga satsning med en långsiktig utbildningsplan (se även Nyberg et al., 2025). Detta står i kontrast till bland annat De Bosscher et al. (2016) som konstaterade att nästan 95 procent av

idrottseleverna tog sin gymnasieexamen, vilket är en avsevärt högre andel jämfört med elever i vanliga skolor. I Sverige uppnår generellt specialidrottselever högre skolprestationer under gymnasiet än övriga gymnasieelever, vad gäller både genomsnittlig betygspoäng och betyg i kärnämnen. Nationell statistik visar att specialidrottselever presterar bättre i samtliga ämnen (Skolverket, 2023). Att det kan finnas utmaningar med den dubbla karriärssatsningen bland de absolut bästa, belyser vikten av att fortsätta utveckla och anpassa RIG-systemet för att möjliggöra en hållbar dubbel karriär för unga svenska elitidrottare.

Trots vissa resultat som visar att en dubbel karriär kan vara fördelaktig för idrottare (Debois et al., 2015; Torregrosa et al., 2015), stödjer de huvudsakliga resultaten ovan uppfattningen att idrottsprogram för dubbel karriär har svårt att hjälpa talangfulla idrottare att nå sin fulla potential inom både idrotten och utbildningen. Det blir viktigt att idrottsgymnasier tillämpar samordnade strategier för att säkerställa både idrottslig och akademisk utveckling för studentidrottare (Storm et al., 2021). Därför är det avgörande att utveckla stödet för hela den miljö där idrottarna befinner sig, i stället för att enbart fokusera på den enskilda idrottaren. I en färsk studie (Nyberg et al., 2025) intervjuades tio världsidrottare om sin gymnasietid: fem som valt RIG och fem som valt andra alternativ. Studien visar att valet av gymnasieform är väsentligt för att lyckas både i skolan och i sin idrott. Att ha personer inom systemet som visar förståelse för satsningen och underlättar den dubbla satsningen verkar vara fundamentalt. Oavsett om det är inom ett RIG eller ett vanligt gymnasium.

Mental hälsa hos idrottsgymnasielever

Med all rätt har mental hälsa hos idrottare blivit en viktig forskningsfråga med hög praktisk relevans (se t.ex. Henriksen et al., 2020). Att klara både studier och idrottssatsning är som tidigare nämnts krävande. Välmående hos den här gruppen är en oerhört viktig faktor för att klara studietiden på ett bra sätt, både idrottsligt och studiemässigt, enligt en nyligen publicerad översiktsartikel av mental hälsa hos elever vid idrottsgymnasier (Saarinen et al., 2025). Trots att ett stort antal studier visar att idrottare mår bättre än icke-idrottare, upplever kvinnliga idrottare högre nivåer av psykisk ohälsa jämfört med manliga. I sammanställningen pekar författarna på att flickor oftare rapporterar högre nivåer av stress, ångest och depression (Brand et al., 2013; Rosenvinge et al., 2018) samt en ökad förekomst av ätstörningar

(Martinsen et al., 2010; Martinsen & Sundgot-Borgen, 2013; Rosendahl et al., 2009) och att de har mer dysfunktionella sömnmönster och oftare jämför sig socialt med andra (Fiedler et al., 2023).

Saarinen et al. (2025) betonar vikten av att idrottsskolor inte ser denna ökade psykiska ohälsa som en inneboende sårbarhet hos kvinnor, utan som en konsekvens av höga prestationskrav inom såväl idrott och skola som socialt liv. Studien lyfter också att könsstereotyper kan förstärkas av skolpersonal, där flickor förväntas prestera bättre akademiskt medan pojkar lättare ursäktas för att de är ”bra på idrott” (se t.ex. Saarinen et al., 2023). Utifrån dessa resultat rekommenderar Saarinen et al. (2025) att idrottsgymnasier utvecklar mer riktade insatser för att stötta kvinnliga studentidrottares mentala hälsa.

Utbrändhet hos idrottare vid idrottsgymnasier

Utbrändhet är en av de mest studerade negativa aspekterna av elitsatsning hos unga idrottare och definieras ofta som ett psykofysiologiskt tillstånd med nyckelsymtomet emotionell och fysisk utmattning (Gustafsson et al., 2011). Ofta användes även minskat idrottsengagemang och minskad idrottslig prestation för att beskriva utbrändhet (Raedeke & Smith, 2001). Generellt uppvisar elever vid idrottsgymnasierna låga nivåer av utbrändhet. I den första stora prevalensstudien i Sverige som genomfördes på 980 RIG-elever (Gustafsson et al. 2007) uppvisade 10 procent tecken på utbrändhet, medan gruppen med allvarligare symtom estimerades till 1–2 procent. Liknande siffror finns från Schweiz och deras olympiska akademier (Gerber et al., 2018). Nyligen visade en studie (Saarinen et al., 2025) att utbrändhet hos studentidrottare, kopplat till enbart idrott eller till både idrott och skola, har undersökts i totalt elva studier. Athlete Burnout Questionnaire (ABQ; Raedeke & Smith, 2001) användes som mätinstrument i de sju studier som uteslutande undersökte idrottsrelaterad utbrändhet (Gustafsson et al., 2010, 2016, 2017, 2018; Ingrell et al., 2019; Moen et al., 2019).

Resultaten visade att även om förekomsten av utbrändhet initialt låg på cirka 10 procent vid början av högstadiet och gymnasiet, tenderade utbrändhetsnivåerna att öka under både högstadiet (Ingrell et al., 2019) och gymnasiet (Sorkkila et al., 2019). Vidare fann Sorkkila et al. (2019) att gymnasieelever vid idrottsskolor med högre nivåer av idrotts- och skolrelaterad utbrändhet hade större risk att hoppa av sin idrott. Att tappa lovande idrottare i förtid på grund av utmattning är illavarslande, med

anledning av att bland dem med allvarligare symtom på utmattning finns även de mest motiverade individerna och därmed kanske större potential (Gustafsson et al., 2007).

Ett antal riskfaktorer och förebyggande faktorer har lyfts fram. Gustafsson et al. (2016) fann att högperfektionistiska studentidrottare som upplevde att deras föräldrar betonade såväl resultat som uppgiftsinriktat motivationsklimat rapporterade högst nivåer av idrottsutbrändhet. Sorkkila et al. (2018) fann på liknande sätt att uppgiftsorienterade mål i både idrott och skola minskade sannolikheten för utbrändhetssymtom inom respektive område. Vidare undersökte Gustafsson et al. (2018) profiler av idrottsutbrändhet hos studentidrottare på gymnasiet och fann att elever med hög idrottslig identitet och låg prestationsbaserad självkänsla hade mindre risk för idrottsutbrändhet. Deras resultat visade också att rädsla för att uppleva skam och förödmjukelse hade en signifikant effekt på upplevd psykologisk stress och idrottsutbrändhet, där idrottare med stor rädsla för misslyckande uppvisade högre nivåer av utbrändhet. Att uppleva hoppfullhet inför framtida mål och egen förmåga att möta utmaningar verkar däremot vara negativt relaterat till utmattning (Gustafsson et al., 2010).

Idrottsgymnasium och skador

Att börja studera på ett idrottsgymnasium innebär för många att det sker en genomgripande förändring av tidigare levnadsvanor. Det är inte ovanligt att den aktive byter miljö och kanske även flyttar till en annan ort för att kunna satsa fullt ut på sin idrott, exempelvis för att få tillgång till snö under vintermånaderna. Att flytta hemifrån i ung ålder kan vara en stor omställning, särskilt eftersom många inte är vana att ta ansvar för matlagning, städning och andra hushållssysslor. Oavsett om en flytt hemifrån sker eller inte, kommer nya krav att ställas på individen. Förutom prestationskrav både i skolan och inom idrotten krävs även en förmåga att anpassa sig socialt till en ny miljö. Därutöver ökar ofta träningsbelastningen avsevärt. Det är inte ovanligt att både träningsvolymen och intensiteten vida överstiger den nivå som den aktive tidigare varit van vid (Jacobsson et al., 2023). En svår utmaning är att många elever tränar i flera parallella miljöer, exempelvis med skolans tränare, i hemmaföreningen och kanske även i regionala utvecklingsmiljöer. I detta sammanhang kan det vara svårt för individen att själv begränsa sin träningsdos när tränare från flera olika lag eller träningsmiljöer agerar utifrån sina egna mål eller agendor. Risken för stress och

otillräcklig återhämtning ökar således, särskilt om det saknas tillräckligt stöd från skol- eller träningsmiljön, vilket i sin tur markant ökar risken att råka ut för skador (Jacobsson et al., 2023). En studie av 340 elitidrottare vid 24 olika Riksidrottsgymnasier (RIG) visade exempelvis att en betydande andel (38 procent) av de antagna eleverna hade varit skadade i två veckor eller mer under det senaste året. Skadorna var särskilt vanliga bland flickor, där 44 procent uppgav att de hade varit skadade, medan motsvarande andel för pojkarna var 34 procent (von Rosen et al., 2018). En annan studie av 190 skidåkare vid RIG (alpint, längdskidåkning, skicross och puckelpist) visade, utöver en extremt hög skadefrekvens där 87 procent rapporterade över 500 skador under en femårsperiod, att skadorna var som mest utbredda under det första läsåret (Lindman et al., 2024). Detta antas hänga samman med att antagningskraven till gymnasiet är så högt ställda att eleverna tränar överdrivet hårt inför antagningen för att öka sina chanser. Många är då skadade eller har begynnande skador redan innan de inleder det första läsåret. Därtill har det visat sig att en hög andel elever mer än fördubblar sin träningsdos under första året på idrottsgymnasium jämfört med året innan de blev antagna.

Fokusgruppsintervjuer med svenska idrottsgymnasieelever har visat att det tycks råda en accepterande kultur kring att träna trots skada. Detta innebär att skadekänningar inte alltid tas på allvar, vilket i förlängningen riskerar att bidra till en ökad skadefrekvens (Jacobsson et al., 2023). En del elever upplever sig även vara lämnade ensamma i sin rehabilitering och de uttrycker en önskan om ökad kontakt med såväl tränare som medicinsk personal under skadeperioden (von Rosen et al., 2018; Jacobsson et al., 2023). Vidare framgår att vissa skadade elever börjar ifrågasätta sin identitet och inte sällan reflekterar över vem de är när de inte kan utöva sin idrott, eftersom idrotten utgör en central del av deras självuppfattning (von Rosen et al., 2018).

För att i möjligaste mån motverka flera av de ovan nämnda problemen föreslås att idrottsgymnasier utvecklar en tydlig struktur kring hur elevens studier och idrottssatsning ska samordnas. Det handlar dels om att betona vikten av en kontinuerlig och nära dialog mellan eleven och de olika tränarna, dels om att skapa individuellt anpassade studiegångar och träningsupplägg. Dessa planer bör vara levande dokument som regelbundet följs upp, utvärderas och justeras i samråd med både skolpersonal och tränare (Jacobsson et al., 2023). En annan viktig åtgärd är att säkerställa att skadade elever så snabbt som möjligt ges möjlighet att träffa fysioterapeut

eller annan medicinsk specialist, i syfte att få en korrekt diagnos samt individuellt anpassade rehabiliteringsåtgärder (von Rosen et al., 2018). Därtill föreslås att inställningen till skador behöver förändras. I stället för att förstärka en norm där det framstår som eftersträvansvärt att träna trots skada, bör denna norm utmanas. Skador bör i högre grad betraktas som en naturlig del av ett idrottsutövande, något som både aktiva och ledare öppet och naturligt bör samtala om. En sådan attitydförändring kan bidra till att minska tabun kring skador och skapa bättre förutsättningar för tidig hantering och förebyggande arbete (von Rosen et al., 2018).

Idrottsgymnasier och idrottslig framgång

En av de främsta drivkrafterna bakom etableringen av idrottsgymnasier, utöver det sociala ansvaret för elitsatsande ungdomar, var att skapa förutsättningar för idrottsliga framgångar (Andersson, 2024). I förlängningen förväntades således gymnasierna att öka chanserna till fler svenska segrar och medaljer i internationella tävlingar. Efter ungefär 50 års existens uppstår frågan om detta syfte har realiserats.

Ett entydigt svar på en sådan fråga är svårt att formulera, då det är beroende av hur idrottslig framgång definieras samt vilka specifika idrotter som studeras. I internationellt jämförbara idrottsgymnasiemodeller har forskning från länder som Belgien (De Bosscher et al., 2016), Nederländerna (van Rens et al., 2015) och Tyskland (Emrich et al., 2009; Flatau & Emrich, 2013) visat att idrottsutbildningar generellt sett inte resulterar i förbättrade idrottsprestationer på internationell nivå. I de fall där dessa utbildningar visat sig ha en positiv inverkan är det specifikt i vinteridrotter, där ett kallt klimat och speciella idrottsanläggningar är nödvändiga (Flatau & Emrich, 2013). Resultaten kan jämföras med forskning om andra talangutvecklingsmiljöer eller talangutvecklingsprogram, såsom fotbollsakademier, som på olika sätt är relaterade till idrottsutbildningar. Dessa miljöer, som främjar en relativt tidig idrottsspecialisering, verkar på gruppnivå inte leda till fler framgångsrika idrottsprestationer eller idrottskarriärer jämfört med ungdomar som inte ingår i sådana system (Güllich & Barth, 2024; Güllich et al., 2021; Söderström & Garn, 2023).

I en svensk kontext finns studier som, tvärt emot de samlade resultaten från forskningen som nämns ovan, en stor del av de svenska idrottsutövare som nått när idrottsliga framgångar på internationell nivå hade genomgått idrottsutbildningar. En av de största studierna på detta tema, med

328 landslagsutövare, visar att två tredjedelar (66 procent) av dem hade genomgått någon form av idrottsutbildning. Detta indikerar att många av Sveriges mest framstående elitidrottsutövare har studerat vid idrottsutbildningar, främst på gymnasienivå (Fahlström et al., 2015). Dessa tendenser hade påvisats redan i Carlsons (1991) avhandling *Vägen till landslaget: en retrospektiv studie av framgångsrika ungdomar i sju idrotter*, där det framgick att flertalet framgångsrika unga svenska elitidrottare hade studerat vid idrottsgymnasier. I en kartlägningsstudie gjord ungefär tio år senare av drygt 1 000 svenska elitidrottare på landslagsnivå framgick att var femte landslagsutövare hade studerat vid ett RIG, medan en liknande andel hade en bakgrund från andra typer av idrottsgymnasier (Eriksson, 2001). Vidare visar en studie av Schubring et al. (2022) om svenska elitidrottarens karriärutveckling, som tillsammans vunnit över 30 olympiska eller paralympiska medaljer, 70 VM-medaljer och sex Champions League-titlar, att 13 av 18 deltagare hade genomgått utbildning vid ett idrottsgymnasium. Av dessa hade tio studerat vid RIG och tre vid NIU. Andersson och Barker-Ruchti (2019) har analyserat karriärvägar hos svenska kvinnliga elitfotbollsspelare. Resultatet visade att samtliga hade studerat vid ett idrottsgymnasium och sedermera blivit elitfotbollsspelare.

I kontrast till dessa resultat finns också studier som har visat att det är en relativt hög andel av specialidrottselever som inte fortsätter sin elitidrottskarriär efter gymnasiestudierna (Jonsson, 2000) och att de som når elitnivå i sin idrott inte passerat idrottsgymnasier (Nyberg et al., 2023). I Jonssons (2000) studie framgick att 36 procent av de drygt 500 tillfrågade eleverna som gick på ett RIG mellan 1982 och 1993 aldrig fick en elitidrottskarriär efter gymnasiet och att 20 procent aldrig tävlade som seniorer. Som nämnts tidigare så visade Nyberg et al. (2023) att mer än hälften (56 procent) av tidigare svenska världsklassidrottare (totalt 274 stycken) inte studerat vid en idrottsutbildning. Dessutom framkom att individuella idrottare i större utsträckning än lagidrottare hade studerat vid ett idrottsgymnasium och att de som studerat på dessa program var överrepresenterade bland de idrottare som lyckats kombinera utbildning med en internationell idrottskarriär.

Sammanfattningsvis råder det inga tvivel om att idrottsgymnasieverksamheten, sedan dess införande 1972, har haft en betydande roll för talangutveckling i Sverige. Systemet har också, av oberoende internationella bedömare, beskrivits som väletablerat med en till stora delar väl fungerande struktur (Centrum för idrottsforskning, 2024) och forskare är generellt eniga om att idrottsgymnasier erbjuder ett värdefullt stöd för

kvalitativ talangutveckling (jfr Andersson, 2024). Emellertid tycks dess effektivitet i att utveckla talanger och frambringa idrottsframgångar variera beroende på vilken idrott det gäller. Vissa idrotter tycks också dra större nytta av strukturen än andra (jfr Nyberg et al., 2023). Mot bakgrund av detta återkommer vi nedan till de utmaningar och möjligheter som finns med den svenska idrottsgymnasiemodellen, samt diskuterar och formulerar rekommendationer för vägen framåt.

Summering och rekommendationer för framtiden

Vi har lyft ett antal utmaningar och möjligheter med idrottsgymnasier som talangutvecklingsmiljöer. Här vill vi summera dessa samt bidra med förslag till viktiga områden nu och i framtiden. Sveriges idrottsgymnasier (RIG och NIU) syftar till att möjliggöra en dubbel karriär för unga idrottstalanger genom att kombinera elitidrott med gymnasiestudier. Systemet har utvecklats sedan 1970-talet och är i dag en central del av svensk talangutveckling. Trots goda intentioner finns flera utmaningar: socioekonomisk snedrekrytering, tidig specialisering, problematisk talangidentifiering, relativ ålderseffekt samt risk för stress, skador och utbrändhet. Forskning visar att även om många elitidrottare gått på idrottsgymnasium, har en hög andel nått framgång utan det. Balansen mellan idrott och studier är krävande och särskilt flickor rapporterar högre nivåer av psykisk ohälsa. Systemet behöver bli mer flexibelt, jämlikt och evidensbaserat, med bättre stödstrukturer och större fokus på välmående, mental hälsa och lärande. Dessutom krävs mer forskning om specialidrottslärares roll och deras pedagogiska arbete.

Att identifiera vilka ungdomar som kommer att klara av en period med kombination av studier och elitidrottssatsning och som dessutom har potential att bli elitidrottare i vuxen ålder är svårt, ”en omöjlig uppgift”. Många av de absolut bästa idrottarna har inte gått på RIG, men sedan NIU-reformen har andelen före detta idrottsgymnasieelever i landslagen ökat kraftigt. Detta har medfört en allt tidigare specialisering och elitsatsning i strävan att komma i fråga för de attraktiva idrottsgymnasieplatserna. I många idrotter förutsätter en tidig satsning också att det finns ett stöd från familjen i form av tid, kunnande och ekonomi (Fahlström et al., 2024b). Eftersom konkurrensen om idrottsgymnasieplatserna ökar krävs ett kompletterande system för dem som inte kommer in på grund av idrottslig nivå i årskurs 9 eller betyg. Dessutom är utformningen av idrottsgymnasierna,

som tidigare nämnts, bäst anpassade för dem som går ett studieförberedande program, medan det är svårare att bedriva en idrottssatsning och samtidigt följa program som Bygg- och anläggningsprogrammet, Fordons- och transportprogrammet samt Restaurang- och livsmedelsprogrammet.

Eftersom identifiering av framtida elitidrottare är mycket svårt och framför allt på grund av att den idrottsliga utvecklingen inte är någon linjär process, krävs att systemet är flexibelt. Dessutom påverkas uttagningarna av många olika faktorer som nämns ovan: att råka födas på en viss plats (Côté et al., 2006), att inte bli bortselektad (Wattie et al., 2008), att ha en bra coach (Chase et al., 2018), att ha stöjtande föräldrar och familj (Côté et al., 1999) eller rent av att bara ha tur (Bailey, 2007). Att systemet som helhet är flexibelt och kan fånga upp ambitiösa idrottare är potentiellt en framgångsfaktor. Att byta till en idrott där individen har större chans att lyckas kallas för transfer (MacNamara & Collins, 2015). Möjligheten att byta idrott till en annan idrott med större chans är också en potentiell väg som är outnyttjad i dagens system. Här finns möjligheter både för individens önskan att nå sina drömmar och ur ett nationellt talangutvecklingsperspektiv. Andra nationer med uttalade system för transfer kan fungera som inspiration för ett svenskt utvecklat RIG-system och ett exempel på flexibilitet i systemet.

Saarinen et al. (2025) rekommenderar att idrottsgymnasier utvecklar mer riktade insatser för att stötta kvinnliga studentidrottarens mentala hälsa. En sådan åtgärd bör förordas av etiska skäl, då fokus måste vara idrottarens väl och ve, men också viktigt ur ett talangutvecklingsperspektiv. Välmående och prestation bör gå hand i hand. Vidare är förebyggande av skador och utmattning viktiga komponenter för att skapa förutsättningar för optimal utveckling hos unga ambitiösa idrottare. Att vara hel och frisk är en nyckelfaktor i talangutveckling och det blir viktigt att inte tappa individer på vägen (se Bergeron et al., 2024). Att förebygga både fysisk och mental ohälsa blir därför viktiga aspekter i en talangutvecklingsmiljö.

Det finns ett behov av forskning som studerar lärande inom idrottsutbildningar. Trots att lärandeprocesser är komplexa och svåra att mäta, behövs studier om vad elever lär sig inom idrottsutbildningar och vad som utgör (special-)idrottslig kunskap (jfr Ferry & Larneby, 2024). Således krävs mer studier av specialidrottsämnet, ur både elevens och specialidrottslärares perspektiv. Specialidrottslärare arbetar under speciella omständigheter på uppdrag av flera uppdragsgivare, ofta ett specialidrottsförbund (SF), en skola och en idrottsförening. I arbetet ingår att utveckla idrottsutövare och

samtidigt följa och förhålla sig till skolans regelverk och villkor (Hedberg, 2014). Att det krävs lärarlegitimation för att undervisa i ämnet specialidrott åskådliggör att det är ett kvalificerat pedagogiskt uppdrag. I uppdraget ingår teoretisk och praktisk undervisning, innehållande bland annat nutrition, fysiologi och psykologi. Utöver att undervisa utför också lärarna komplexa arbetsuppgifter som antagningsprocesser, i vilka de ska välja ut unga talangfulla idrottsutövare. I den nya läroplanen för gymnasiet (Lgy25) framgår att undervisningen i specialidrott ska ge de studerande ”kunskaper om karriärförutsättningar och karriärvägar inom elitidrotten” (SKOLFS 2024:212, s. 1). Sedan den 1 juli 2025 åligger det därmed specialidrottslärare att säkerställa att eleverna tillägnar sig kunskap om olika karriärvägar inom elitidrotten. Detta innefattar en fördjupad förståelse för idrottskarriärens olika faser och övergångar, såsom från junior- till seniornivå, samt de strukturella förutsättningar som påverkar karriärutvecklingen. Vidare ska den professionella elitidrottskarriären belysas, inklusive aspekter som idrottaren som varumärke samt frågor relaterade till kontrakt, agenter och sponsorer (SKOLFS 2024:212). De komplexa arbetsuppgifterna till trots är studier kring specialidrottslärare ett område som är underutvecklat och vidare studier av denna nyckelroll i svensk talangutveckling torde ha hög prioritet.

Om författarna

Henrik Gustafsson är professor i idrottsvetenskap vid Karlstads universitet och föreståndare för *Nationellt forskningscentrum för barn- och ungdomsidrott*. Han studerar bland annat hur unga idrottare kan balansera höga prestationskrav för att minska risk för utbrändhet och har publicerat mer än 100 vetenskapliga artiklar och bokkapitel inom området. Henrik arbetar även nära olympiska idrottare och elitmiljöer som prestationspsykologisk rådgivare.

Filip Andersson är universitetslektor i idrottsvetenskap vid Institutionen för idrottsvetenskap vid Linnéuniversitetet i Växjö. Hans forskning är huvudsakligen inriktad mot idrottsgymnasier, med särskilt fokus på antagningsprocesser. Forskningen relaterar till flera närliggande idrottsvetenskapliga fält och behandlar frågor om talangutveckling, dubbla karriärer, organiseringen av utbildning och idrott samt idrottslig karriärutveckling.

Claes Nyberg är adjunkt i idrottsvetenskap och doktorand i pedagogiskt arbete. Hans forskningsområde är talangutveckling och dubbla karriärer inom idrott med fokus på idrottsgymnasier. Han undervisar inom bland annat. träningslära, idrottspsykologi och skolämnet idrott och hälsa. Claes är även elittränare inom medel- och långdistanslöpning och har en lång och framgångsrik karriär som elitlöpare.

Per Göran (PG) Fahlström är docent i idrottsvetenskap vid Linnéuniversitetet. Hans forskningsintressen har framför allt varit coaching/ledarskap, talang- och talangutveckling samt goda idrottsliga utvecklingsmiljöer. Han har förutom vetenskapliga artiklar medverkat i ett flertal böcker och bokkapitel och har lång erfarenhet forsknings- och utvecklingssamverkan med svenska idrottsförbund.

Stefan Wagnsson är docent i idrottsvetenskap vid Karlstads universitet och biträdande föreståndare för *Nationellt forskningscentrum för barn- och ungdomsidrott*. Hans forskning fokuserar på motivationsprocesser och de psykosociala miljöer som formar barns och ungdomars idrottsdeltagande, välbefinnande och långsiktiga engagemang. Han är associate editor för *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. Parallellt med sitt akademiska arbete har han omfattande praktisk erfarenhet av att arbeta med idrottspsykologi och mental träning och som tränare inom friidrott, fotboll och innebandy.

Referenser

- Andersson, F. (2024). Sport Schools in Europe: A scoping study of research articles (1999–2022). *Sport in Society*, 27(5), 721–743. <https://doi.org/10.1080/17430437.2023.2273856>
- Andersson, F., & Fahlström, P. G. (2023). A guess by an expert or a joint accumulation of experience? A study of the admission process in Swedish sport schools: Perspectives from school sport teachers. *Sports Coaching Review*, 1–25.
- Andersson, R., & Barker-Ruchti, N. (2019). Career paths of Swedish top-level women soccer players. *Soccer & Society*, 20(6), 857–871.
- Bailey, R. P. (2007). Talent development and the luck problem. *Sport, Ethics and Philosophy*, 1, 367–376. <https://doi.org/10.1080/17511320701676999>
- Baker, J., Johnston, K., & Till, K. (2024). Is it time to retire 'talent' from discussions of athlete development? *High Ability Studies*, 35(1), 93–105.
- Bergeron, M. F., Côté J., Cumming, S. P., Purcell, R., Armstrong, N., Basilico, L., Burrows, K., Charrin, J. B., Felix, A., Groesswang, H., Iwasaki, Y., Kocher, M. S., Martowicz, M., McConnell, K., Moran, J., Holm Moseid, C., Mountjoy, M., Soligard, T., Tetelbaum, E., ... Erdener, U. (2024). IOC consensus statement on elite youth athletes competing at the Olympic Games: Essentials to a healthy, safe and sustainable paradigm. *British Journal of Sports Medicine*, 58(17), 946–957.

- Brand, R., Wolff, W., & Hoyer, J. (2013). Psychological symptoms and chronic mood in representative samples of elite student-athletes, deselected student-athletes and comparison students. *School Mental Health, 5*, 166–174. <https://doi.org/10.1007/s12310-012-9095-8>
- Carlson, R. (1991). *Vägen till landslaget: En retrospektiv studie av framgångsrika ungdomar i sju idrotter* [Doktorsavhandling, Gymnastik- och idrottshögskolan Stockholm].
- Centrum för idrottsforskning. (2024). *Svensk elitidrott vid ett vägskäl: En analys av framtiden för det svenska elitidrottsystemet*. Centrum för idrottsforskning.
- Chase, M. A., Wright, E., & DiSanti, J. S. (2018). Understanding the coaches' role in talent development. I *Professional Advances in Sports Coaching* (s. 127–144). Routledge.
- Cobley, S., Baker, J., Wattie, N., & McKenna, J. (2009). Annual age-grouping and athlete development: A meta-analytical review of relative age effects in sport. *Sports Medicine, 39*(3), 235–256.
- Cobley, S., Schorer, J., & Baker, J. (2012). Identification and development of sport talent: A brief introduction to a growing field of research and practice. I J. Baker, S. Cobley, & J. Schorer (Red.), *Talent identification and development in sport: International perspectives* (s. 1–10). Abingdon: Routledge.
- Collins, D., & MacNamara, A. (2022). *Talent development: A practitioner and parents guide*. Routledge.
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist, 13*(4), 395–417. <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.395>
- Côté, J., MacDonald, D. J., Baker, J., & Abernethy, B. (2006). When “where” is more important than “when”: Birthplace and birthdate effects on the achievement of sporting expertise. *Journal of Sports Sciences, 24*(10), 1065–1073. <https://doi.org/10.1080/02640410500432490>
- Debois, N., Ledon, A., & Wylleman, P. (2015). A lifespan perspective on the dual career of elite male athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 21*, 15–26. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.07.011>
- De Bosscher, V., De Knop, P., & Vertongen, J. (2016). A multidimensional approach to evaluate the policy effectiveness of elite sport schools in Flanders. *Sport in Society, 19*(10), 1596–1621.
- Ek, S., Wollmer, P., Karlsson, M. K., Peterson, T., Thorsson, O., Olsson, M. C., S. Malmberg, J., & Dencker, M. (2020). Relative age effect of sport academy adolescents, a physiological evaluation. *Sports, 8*(1), 5.
- Emrich, E., M. Frohlich, M. Klein, & Pitsch, W. (2009). Evaluation of the elite schools of sport: Empirical findings from an individual and collective point of view. *International Review for the Sociology of Sport, 44*(2–3), 151–171.
- Eriksson, S. (1989). *Elitidrott – utbildning, en svensk modell i historiskt perspektiv* (Idrottspedagogiska rapporter: 32). Göteborgs universitet.
- Eriksson, S. (1999). Vägen till eliten. *Svensk Idrottsforskning, 38–44*.
- Eriksson, S. (2001). *Vägen till A-landslaget. En studie av 1011 svenska elitidrottare*. Riksidrottsförbundet.
- Eriksson, S. (2007). Idrottsgymnasiernas bidrag till elitidrotten. *Svensk Idrottsforskning, 1*(16), 54–56.
- Fahlström, PG. (2011). *Att finna och att utveckla talang: en studie om specialidrottsförbundens talangverksamhet* (FoU-rapport 2011:2). Riksidrottsförbundet.
- Fahlström, PG., Andersson, F., Gerrevall, P., Hedberg, M., & Linnér, S. (2023). *Våra framtida stjärnor: Om urval och antagning till idrottsgymnasier*. Riksidrottsförbundet.
- Fahlström, PG., Andersson, F., & Stråhlman, O. (2024a). Can outcomes on physical tests predict future sporting success? A retrospective study of cross-country skiers. *Scandinavian Sports Studies Forum, 15*, 173–198.
- Fahlström, PG., Gerrevall, P., Glemne, M., & Linnér, S. (2015). *Vägarna till landslaget: Om svenska elitidrottarens idrottsval och specialisering*. Riksidrottsförbundet.
- Fahlström, PG., Gerrevall, P., Glemne, M., & Linnér, S. (2024b). *Vägarna till eliten. Utvecklingsresor med möjligheter och utmaningar*. I J. R. Norberg, C. Dartsch-Nilsson, I.

- Wahlgren & J. Pihlblad (Red.), *Svensk elitidrott vid ett vägsål. En analys av framtiden för det svenska elitidrottsystemet*. Centrum för idrottsforskning.
- Ferry, M. (2014). *Idrottsprofilerad utbildning – i spåren av en avreglerad skola*. Göteborgs universitet.
- Ferry, M., & Andersson, M. (2021). *En fördjupningsstudie av elevenkäten Specialidrott* (FoU-rapport 2021:2). Riksidrottsförbundet.
- Ferry, M., & Larneby, M. (2024). Idrottsprofilerad utbildning – ett etablerat concept i ständig förändring. I T. Peterson (Red.), *Samhällsidrotten och idrottssamhället: Humanistisk och samhällsvetenskaplig idrottsforskning under 50 år* (Malmö studies in sport sciences, vol. 48, s. 209–231). Bokförlaget idrottsforum.org.
- Ferry, M., & Lund, S. (2018). Pupils in upper secondary school sports: choices based on what? *Sport, Education and Society*, 23(3), 270–282.
- Ferry, M., & Olofsson, E. (2009). Ämnet specialidrott i gymnasieskolan: En utvärdering av ämnet läsåret 2008/09. Riksidrottsförbundet.
- Ferry, M., Meckbach, J., & Larsson, H. (2013). School sport in Sweden: What is it, and how did it come to be? *Sport in Society*, 16(6), 805–818.
- Fiedler, R., Heidari, J., Birnkraut, T., & Kellmann, M. (2023). Digital media and mental health in adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 67, 102421. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102421>
- Flatau, J., & Emrich, E. (2013). Asset specificity in the promotion of elite sports: Efficient institutions of governance for the ‘production’ of long-term future sporting success. *International Journal of Sport Finance*, 8, 327–340.
- Gerdin, G., Hedberg, M., & Hageskog, C.-A. (2018). Relative age effect in Swedish male and female tennis players born in 1998–2001. *Sports*, 6(2), 38.
- Gerber, M., Best, S., Meesterter, F., Walter, M., Ludyga, S., Brand, S., Bianchi, R., Madigan, D. J., Isoard-Gautheur, S., & Gustafsson, H. (2018). Effects of stress and mental toughness on burnout and depressive symptoms: A prospective study with young elite athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 21(12), 1200–1205. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2018.05.018>
- Gustafsson, H., Hassmén, P., & Podlog, L. (2010). Exploring the relationship between hope and burnout in competitive sport. *Journal of Sports Sciences*, 28(14), 1495–1504. <https://doi.org/10.1080/02640414.2010.521943>
- Gustafsson, H., Hill, A. P., Stenling, A., & Wagnsson, S. (2016). Profiles of perfectionism, parental climate, and burnout among competitive junior athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 26(10), 1256–1264. <https://doi.org/10.1111/sms.12553>
- Gustafsson, H., Kenttä, G., & Hassmén, P. (2011). Athlete burnout: An integrated model and future research directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(1), 3–24.
- Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P., & Lundqvist, C. (2007). Prevalence of burnout in competitive adolescent athletes. *The sport psychologist*, 21(1), 21–37.
- Gustafsson, H., Martinent, G., Isoard-Gautheur, S., Hassmén, P., & Guillet-Descas, E. (2018). Performance based self-esteem and athlete-identity in athlete burnout: A person-centered approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 38, 56–60. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.05.017>
- Gustafsson, H., Sagar, S. S., & Stenling, A. (2017). Fear of failure, psychological stress, and burnout among adolescent athletes competing in high level sport. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(12), 2091–2102. <https://doi.org/10.1111/sms.12797>
- Güllich, A., & Barth, M. (2024). Effects of early talent promotion on junior and senior performance: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 54(3), 697–710.
- Güllich, A., Macnamara, B. N., & Hambrick, D. Z. (2021). What makes a champion? Early multidisciplinary practice, not early specialization, predicts world-class performance. *Perspectives on Psychological Science*, 17(1), 6–29.

- Gymnasieförordning* (SFS 2010:2039). Utbildningsdepartementet. https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/gymnasieforordning-20102039_sfs-2010-2039/
- Hedberg, M. (2014). *Idrotten sätter agendan. En studie av Riksidrottsgymnasietränares handlande utifrån sitt dubbla uppdrag* [Doktorsavhandling]. Göteborgs universitet. <https://gupea.ub.gu.se/items/b885aafc-05ef-4b2b-a481-d3d1c1b102e>
- Henriksen, K., Schinke, R., Moesch, K., McCann, S., Parham, W. D., Larsen, C. H., & Terry, P. (2020). Consensus statement on improving the mental health of high performance athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(5), 553–560. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1570473>
- Hill, M., Scott, S., Malina, R. M., McGee, D., & Cumming, S. P. (2019). Relative age and maturation selection biases in academy football. *Journal of Sports Sciences*, 38(11–12), 1359–1367. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1649524>
- Ingrell, J., Johnson, U., & Ivarsson, A. (2019). Developmental changes in burnout perceptions among student-athletes: An achievement goal perspective. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(5), 509–520. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1421679>
- Jacobsson, J., Mirkovic, D., Hansson P-O., et al. (2023). Youth athletes at Swedish sports high schools with an athletics specialism emphasise environmental support for injury risk management: A focus group study. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 2023(9).
- Johnston K., Wattie N., Schorer J., & Baker J. (2018). Talent identification in sport: a systematic review. *Sports Med.*, 48(1), 97–109. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0803-2>
- Jonsson, R. (2000). *Kroppen eller knoppen? – en ESO-rapport om idrottsgymnasierna* (Ds 2000:21). Finansdepartementet.
- Linner, L., Stambulova, N., & Ziegert, K. (2021). Maintaining dual career balance: A scenario perspective on Swedish university student-athletes' experiences and coping. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 3, 47–55. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v3i1.125734>
- Lindman, I., Baranto, A., Agnvall, C., & Abrahamson, J. (2024). High incidence of injuries among adolescent elite skiers – a 5-year cohort study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 34(11), e14752.
- Lund, S., & Liljeholm, M. (2012). *Nationellt godkända idrottsutbildningar – certifiering och talangidentifikation*. Riksidrottsförbundet.
- Lundberg, T. (2024). Early and structured talent development systems in sport: Why are researchers so hesitant? *idrottsforum.org*.
- MacNamara, A., & Collins, D. (2015). Second chances: Investigating athletes' experiences of talent transfer. *PLoS ONE* 10(11): e0143592. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0143592>
- Martinsen, M., Bratland-Sanda, S., Eriksson, A. K., & Sundgot-Borgen, J. (2010). Dieting to win or to be thin? A study of dieting and disordered eating among adolescent elite athletes and non-athlete controls. *British Journal of Sports Medicine*, 44(1), 70–76. <https://doi.org/10.1136/bjism.2009.068668>
- Martinsen, M., & Sundgot-Borgen, J. (2013). Higher prevalence of eating disorders among adolescent elite athletes than controls. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 45(6), 1188–1197. <https://doi.org/10.1249/mss.0b013e318281a939>
- Moen, F., Hrozanova, M., Stiles, T. C., & Stenseng, F. (2019). Burnout and perceived performance among junior athletes – associations with affective and cognitive components of stress. *Sports*, 7(7), Article 171. [https://doi.org/10.3390/sports.7\(7\).Article.171](https://doi.org/10.3390/sports.7(7).Article.171)
- Morris, R., Cartigny, E., Ryba, T., Wylleman, P., Henriksen, K., Torregrossa, M., Lindahl, K., & CeciĆ Erpič, S. (2021). A taxonomy of dual career development environments in European countries. *European Sport Management Quarterly*, 21(1), 134–151.
- Niklasson, E., Lindholm, O., Rietz, M., Lind, J., Johnson, D., & Lundberg, T. (2023). Who reaches the NHL? A 20_year retrospective analysis of junior and adult ice hockey success

- in relation to biological maturation in male Swedish players. *Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1007/s40279-023-01985-z>
- Nyberg, C., Wagnsson, S., Gustafsson, H., & Stråhlman, O. (2023). Dual career support among world-class athletes in Sweden: Performance, education, and employment. *Frontiers in Psychology*, *13*, 1093562.
- Peterson, T., & Wollmer, P. (2019). Who are admitted to a sport school? *idrottsforum.org* 2020-01-27.
- Peterson, T. Ek, S., Thorsson, O., Karlsson, M., Dencker, M., & Wollmer, P. (2022). Changes in athletic performance in children attending a secondary school with a physical activity profile. *Sports*, *10*, s. 1–13.
- Raedeke, T. D., & Smith, A.L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *23*(4), 281–306. <https://doi.org/10.1123/jsep.23.4.281>
- Riksidrottsförbundet (2012, 24 oktober). *Riksidrottsförbundets riktlinjer för urval till riksidrottsgymnasier och nationellt godkända idrottsutbildningar*. <https://www.rf.se/riktlinjer-antagning-till-rig>
- Riksidrottsförbundet. (2024, 17 september). *Elitidrott på gymnasiet*. <https://www.rf.se/rf-arbetar-med/elitidrott/elitidrott-pa-gymnasiet>
- Rosendahl, J., Bormann, B., Aschenbrenner, K., Aschenbrenner, F., & Strauss, B. (2009). Dieting and disordered eating in German high school athletes and non-athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, *19*(5), 731–739. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2008.00821.x>
- Rosenvinge, J. H., Sundgot-Borgen, J., Pettersen, G., Martinsen, M., Stornæs, A.V., & Pensgaard, A. M. (2018). Are adolescent elite athletes less psychologically distressed than controls? A cross-sectional study of 966 Norwegian adolescents. *Open Access Journal of Sports Medicine*, *2018*, 115–123. <https://doi.org/10.2147/OAJSM.S156658>
- Saarinén, M., McDougall, M., Gjesdal, S., & Bjørndal, C. T. (2025). Student-athletes' mental health in the European sport school context: A scoping review. *Journal of Clinical Sport Psychology*, *1*, 1–31. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2024-0029>
- Saarinén, M., Ryba, T.V., Kavoura, A., & Aunola, K. (2023). “Women easily feel that they have lost a year if they don't ski faster”: Finnish ski coaches' discursive constructions of gendered dual career pathways. *Psychology of Sport and Exercise*, *64*, 102322. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102322>
- Sisjord, M. K., & Sørensen, M. (2018). ‘I would not be satisfied if I had not given it a try’: The expectations and experiences of students in a high school skiing program. *European Journal for Sport and Society*, *15*(2), 118–133.
- Sæther, S. A. (2017). *De norske fotballtalentene. Hvem lykkes og hvorfor?* Universitetsforlaget.
- Sæther, S. A., Peterson, T., & Matin, V. (2017). The relative age effect, height and weight characteristics among lower and upper secondary school athletes in Norway and Sweden. *Sports*, *5*(4), 92.
- Schubring, A., Grahn, K., Rylander, P., Lundvall, S., & Bergström, E. (2022). *Vägar till världstoppen. En studie av svenska toppidrottarens karriärerfarenheter*. FoU-rapport. Riksidrottsförbundet.
- Skolverket. (2023). *Idrottsutbildningar i gymnasieskolan. Beskrivande statistik*. Stockholm. *Skolverkets författningssamling* (SKOLFS 2024:212). Skolverket. <https://www.skolverket.se/styrning-och-ansvar/regler-och-ansvar/sok-forordningar-och-foreskrifter-skolfs#/dokument/2024:212/selected/2024:212>
- SOU 1969:29. *Idrotten åt alla*. Allmänna förlaget.
- Sorkkila, M., Aunola, K., Salmela-Aro, K., Tolvanen, A., & Ryba, T. V. (2018). The co-developmental dynamic of sport and school burnout among student-athletes: The role of achievement goals. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, *28*(6), 1731–1742.

- Sorkkila, M., Tolvanen, A., Aunola, K., & Ryba, T. V. (2019). The role of resilience in student-athletes' sport and school burnout and dropout: A longitudinal person-oriented study. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 29(7), 1059-1067.
- Stambulova, N. B., Engström, C., Franck, A., Linnér, L., & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 4-14.
- Stambulova, N., Wylleman, P., Torregrossa, M., Ceci Erpič, S., Vitali, F., de Brandt, K., Khomutova, A., Ruffault, A., & Ramis, Y. (2024). FEPSAC position statement: Athletes' dual careers in the European context. *Psychology of Sport and Exercise*, 71.
- Storm, L. K., Henriksen, K., Stambulova, N. B., Cartigny, E., Ryba, T. V., De Brandt, K., ... & Erpič, S. C. (2021). Ten essential features of European dual career development environments: A multiple case study. *Psychology of sport and exercise*, 54, 101918.
- Svensson, D. (2021). Educating the elite in an egalitarian context: The emergence of sport schools for elite talents in Sweden in the 1970s. *The International Journal of the History of Sport*, 38(15), 1539-1560.
- Sweeney, L., de la Rubia, A., Taylor, J., & Bjørndal, C. T. (2024). Looking beyond relative age to understand relative advantage and disadvantage in talent development. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6.
- Söderström, T., & Garn, A. C. (2023). Sport specialization in Swedish football players: Investigating a model of antecedents and outcomes. *European Journal of Sport Science*, 23(9), 1868-1876.
- Tshube, T., & Feltz, D. L. (2015). The relationship between dual-career and post-sport career transition among elite athletes in South Africa, Botswana, Namibia and Zimbabwe. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 109-114. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.05.005>
- Theelin, B. & Larson, L. (1984). *På försök - gymnasieskola i förändring*. Stockholm: Liber.
- Uebel, M. (2006). *Nya perspektiv på riksidrotts gymnasier: Vad flickor och pojkar värdesätter i RIG-verksamheten*. Riksidrottsförbundet.
- van Rens, F. E., Elling, A., & Reijgersberg, N. (2015). Topsport talent schools in the Netherlands: A retrospective analysis of the effect on performance in sport and education. *International Review for the Sociology of Sport*, 50(1), 64-82.
- Vilanova, A., & Puig, N. (2016). Personal strategies for managing a second career: The experiences of Spanish Olympians. *International Review for the Sociology of Sport*, 51(5), 529-546. <https://doi.org/10.1177/1012690214536168>
- Von Rosen, P., Kottorp, A., & Fridén, C. (2018). Young, talented and injured: Injury perceptions, experiences and consequences in adolescent elite athletes. *European Journal of Sport Science*, 18(6), 731-740.
- Wattie, N., Cogley, S., & Baker, J. (2008). Towards a unified understanding of relative age effects. *Journal of Sports Sciences*, 26(13), 1403-1409.

KAPITTEL 9

Utvecklingsmiljöer för dubbla karriärer i Sverige – från internationell forskning till nationella riktlinjer och praktiskt arbete om elitidrott och studier

Lukas Linnér Högskolan i Halmstad, Sverige

Kent Lindahl Riksidrottsförbundet, Sverige

Abstract: This chapter provides insights into dual career development environments (DCDE) as a core component in the Swedish elite sports system. A summary of research on DCDEs is presented outlining conceptual working models and essential features of success. We then describe how such research informs the Swedish university dual career system with national dual career guidelines to promote DCDEs across National sports universities and Elite-sports friendly universities. DCDEs and their core components in Sweden are outlined, followed by reflections on how national educations for stakeholders are used as a way of bridging research, guidelines, and practice. This is followed by reflections on how to develop the essential features of a DCDE in practice utilizing the first authors personal experience as a leader of a national sports university responsible for developing their DCDE. Directions for the future are provide calling for a career-long support in high-performance athletes' development, in and outside of sport.

Keywords: dual career, environment, national guidelines, student-athlete, university

Introduktion

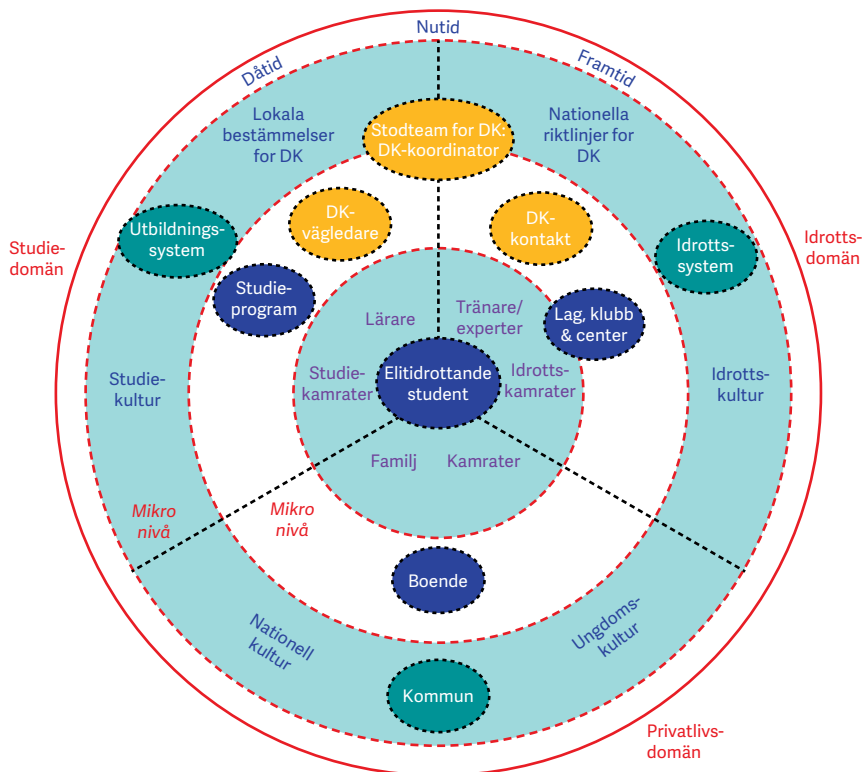
Etablering av utvecklingsmiljöer för dubbla karriärer (UMDK) i Sverige är en viktig del av ett sammanhållande system för elitidrott (Riksidrottsförbundet, 2025). En UMDK är ett målmedvetet utvecklat system som syftar till att främja idrottares satsning på att kombinera sin tävlingsinriktade idrottskarriär med utbildning eller arbete (Morris et al., 2021). Summering av forskning om elitidrottares dubbla karriärer (DK) visar på olika faktorer som påverkar deras strävan mot DK-excellens: en långsiktig, framgångsrik och hälsosam DK (Stambulova et al., 2024). Linnér et al. (2022) visade att en effektiv UMDK främjar DK-excellens genom att arbeta med att optimera sin struktur och kultur för att möta elitidrottande studenters behov, hjälpa dem utveckla sina DK-kompetenser (De Brandt et al., 2018) och upprätthålla balans i sin DK (Linnér et al., 2024; Stambulova et al., 2015). I Sverige kallar vi detta att skapa vinnare i korta och långa loppet (Riksidrottsförbundet, 2025). Riksidrottsuniversitet (RIU) och Elitidrottsvänliga lärosäten (EVL) finns för att främja sådan utveckling genom att möjliggöra kombinationen elitidrott och studier på högskolenivå.

Forskning om utvecklingsmiljöer för dubbla karriärer (UMDK)

Idrottares karriärer kan förstås som en resa genom olika utvecklingsmiljöer (Henriksen & Stambulova, 2023; Stambulova et al., 2021). Merparten av svenska elitidrottare kommer någon gång under sin idrottskarriär att vara del av en UMDK, där de kombinerar sin idrottsatsning med studier (eller arbete). Det europeiska forskningsprojektet Ecology of Dual Career – Exploring Dual Career Development Environments across Europe (ECO-DC) genomfördes i samarbete mellan sju europeiska länder för att öka förståelsen för UMDK utifrån ett holistiskt ekologiskt perspektiv (Henriksen & Stambulova, 2023). Ett holistiskt ekologiskt perspektiv tar utgångspunkt i att idrottares utveckling är en social och relationell sak – att individen är bunden till ett visst sammanhang, en miljö, som påverkar dess utveckling och individen påverkar i sin tur miljön. En central utkomst av ECO-DC projektet var arbetsmodellen för UMDK och framgångsfaktormodellen för UMDK (Henriksen et al., 2020) som kan användas för att förstå och effektivisera en UMDK.

Arbetsmodellen för UMDK (Henriksen et al., 2020; se Figur 1 för en svensk kontextuellt anpassad version) hjälper forskare och stödpersoner att förstå en miljöns struktur och klargöra rollen och funktionen för olika komponenter och deras inbördes relationer, inbäddade i en bredare socio-kulturell kontext. Modellen tar ett helhetsperspektiv på elitidrottande studenter sammanhang genom två nivåer – mikro och makro – samt tre domäner: studier, idrott och privatliv. Eftersom miljön är utformad för att stödja DK, placeras elitidrottande studenter i centrum, omgivna av nyckelpersoner inom idrott, studier och privatliv. Mikronivån omfattar elitidrottande studenters dagliga miljö, där de tillbringar största delen av sin tid. Här ingår de personer och organisationer som de har direktkontakt med, såsom tränare, kamrater, lärare eller DK-stödpersoner. Dessa är i sin tur kopplade till olika strukturer inom mikronivån, exempelvis DK-stödteam, idrottsföreningar och studieprogram. Det är på denna nivå som DK-utvecklingen sker, inklusive idrottslig, akademisk och personlig utveckling. Makronivån beskriver hur mikronivån är inbäddad i en bredare sociokulturell kontext som påverkar, utan att involvera, elitidrottande studenter som aktiva deltagare i exempelvis beslut. Denna nivå omfattar riktlinjer och regelverk inom idrott och utbildning, samt värderingar och traditioner inom olika kulturer som påverkar elitidrottande studenter. Modellens yttersta lager skildrar miljöns förändring över tid – från dåtid till nutid och framtid – och betonar dess dynamik, där både elitidrottande studenter och miljö påverkar varandra ömsesidigt.

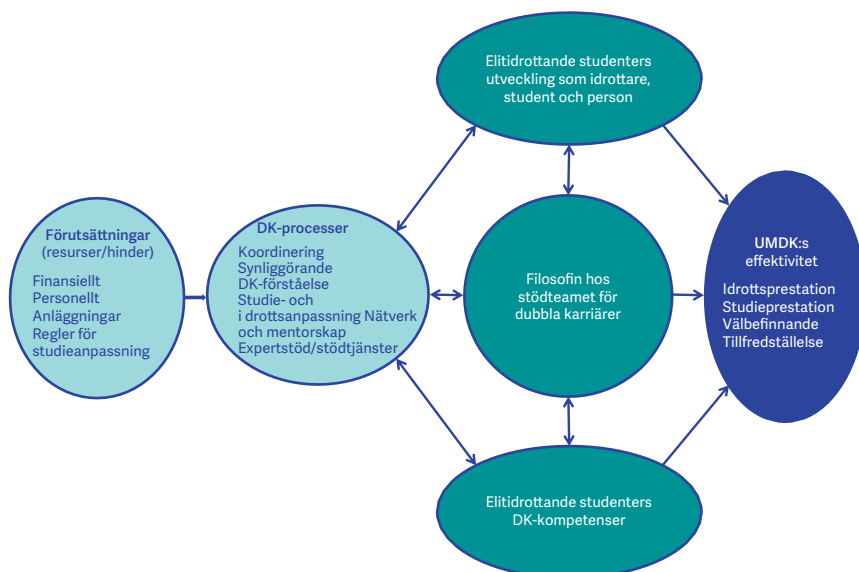
Framgångsfaktormodellen för UMDK (Henriksen et al., 2020; se Figur 2 för en svensk kontextuellt anpassad version) sammanfattar de faktorer som påverkar en UMDK:s framgång och effektivitet – eller brist på sådan. Modellen utgår från miljöns förutsättningar, såsom ekonomiska medel, personal och anläggningar, men även regler för studieanpassningar, som alla kan utgöra såväl en resurs som ett hinder för miljöns funktion. Modellen illustrerar sedan hur olika DK-processer och DK-stödteamets filosofi påverkar elitidrottande studenters utveckling som idrottare, studenter och människor, samt deras tillägnande av DK-kompetenser (De Brandt et al., 2018). DK-processer är dagliga rutiner och aktiviteter som vid svenska lärosäten ofta centraliseras runt koordinering (möten, informationsspridning och kommunikation mellan involverade personer och organisationer), synliggörande och främjande av DK-förståelse hos utbildnings- och idrottspersonal samt stöd i form av flexibla studieanpassningar, nätverk och mentorskap, expertstöd inom olika idrottsvetenskapliga



Figur 1. Arbetsmodellen för UMDK: svensk kontextuellt anpassad version.

områden (t.ex. föreläsningar, workshoppar eller rådgivning) och flexibla idrottsanpassningar. Stödteamets filosofi är central i modellen och utgörs av en samling idéer, värderingar och principer för hur stödet bäst organiseras. Alla komponenter i modellen är sammanlänkade och påverkar miljöns effektivitet, vilket i sin tur återspeglas i elitidrottande students idrottsliga och akademiska framgång samt deras välbefinnande och övergripande tillfredsställelse.

Med hjälp av arbetsmodellerna har flera fallstudier genomförts för att förstå och beskriva olika UMDK i bland annat Danmark (Henriksen et al., 2020), Sverige (Linnér et al., 2020) och Finland (Korhonen et al., 2020), som alla utgör goda exempel att lära från genom sin ingående beskrivning av respektive miljö. Genom att jämföra olika UMDK:er i en flerfallsanalys kunde Storm et al. (2021) sammanställa forskningen genom att identifiera gemensamma faktorer hos effektiva miljöer. Även om varje UMDK ansågs unik i sitt sätt att fungera, delade framgångsrika miljöer vissa egenskaper, som sammanfattades i två huvudteman: Holistisk struktur och Gemensam



Figur 2. Framgångsfaktormodellen för UMDK: svensk kontextuellt anpassad version.

filosofi för DK (Storm et al., 2021). *Holistisk struktur* avser miljöns olika komponenter, såsom individer och organisationer, samt deras roller, funktioner och hur de kommunicerar och samverkar. Detta gäller både inom och mellan miljödomäner samt över mikro- och makronivåer. Inom detta tema identifierades fem centrala egenskaper som finns beskrivna i Tabell 1. *Gemensam filosofi för DK* innebär att nyckelpersoner i miljön, såsom DK-stödteamet samt idrotts- och studiepersonal, delade en gemensam syn på hur de bäst kunde stödja elitidrottande studenter. Deras arbete grundades i gemensamma idéer och värderingar kring DK. Inom detta tema identifierades fem centrala egenskaper som finns beskrivna i Tabell 2.

En nationell modell för dubbla karriärer inom ramen för ett svenskt elitidrottssystem

Det svenska elitidrottsprogrammet (Riksidrottsförbundet, 2021) grundades på internationell forskning om framgångsrika idrottsnationer, med särskilt fokus på modellen *Sports Policy Factors Leading to International Sporting Success* (SPLISS; t.ex. De Bosscher et al., 2006, 2008). SPLISS-modellen pekar ut flera huvudingredienser för att nå framgång som idrottsnation. Samtidigt är De Bosscher et al. (2016) tydlig med att även om huvudingredienserna behöver ingå är kombinationen av dem och hur de tillämpas för

Tabell 1. Översikt av holistisk struktur och dess centrala egenskaper i en framgångsrik UMDK.

Holistisk struktur		
Egenskap	Beskrivning	Motsats
Dedikerat stödteam för DK	Ett utsett team, eller en utsedd person, ansvarar för att samordna idrotts- och studiestöd. Elitidrottande studenter (EIS) vet vart de ska vända sig. Att hjälpa EIS att hantera sin DK är allas ansvar, men ansvaret för att samordna och integrera bör ligga hos några utsedda personer – ett dedikerat stödteam för DK.	EIS är osäkra på vem de ska kontakta och de skickas mellan olika personer i systemet och upplever att ingen har ett övergripande ansvar att faktiskt hjälpa till.
Integrering av insatser och ansträngningar över hela miljön	Nyckelpersoner (t.ex. tränare, lärare, familj, DK-stödteam) kommunicerar kontinuerligt för att skapa lösningar på EIS utmaningar och problem. Det finns formella eller informella nätverk mellan domäner och EIS upplever synergier mellan domäner i miljön.	Brist på kommunikation och motstridiga intressen, t.ex. att tränare råder idrottare att främst fokusera på deras idrott och lärare på deras studier.
Tydlig förståelse för DK-frågor och stöd från hela miljön	Människor runt EIS erkänner, accepterar och stödjer deras ambition av att kombinera idrott och studier, och lämpliga anpassningar görs för att hjälpa EIS hantera sina krav i sin DK.	Ansvariga för miljön visar bristande förståelse för de krav som är förknippade med att bedriva en DK. Personal från utbildningssidan uttrycker att idrott är ett hinder för utbildning, och idrottssidan att utbildning är ett hinder för att prestera i idrotten.
Förebilder och mentorskap	Förekomst av lämpliga personer som EIS kan vägledas av, antingen direkt genom mentorskap eller indirekt genom att det finns personer i miljön som EIS kan se upp till och försöka efterlikna. Mer erfarna EIS är villiga att dela med sig av sin kunskap.	Tydliga gränser finns mellan EIS från olika idrotter eller från olika nivåer av idrott eller utbildning. Känsla av rivalitet snarare än utbyte.
Tillgång till expertstöd	Det finns tillgång till (nätverk av) experter och tjänster, såsom kost, sjukgymnastik, idrottspsykologi och medicinska tjänster. DK-stödteam vet hur man hjälper EIS att få tillgång till stöd när det behövs.	Ingen tillgång till experter. EIS som behöver expertstöd vet inte hur de får denna hjälp.

*EIS = Elitidrottande studenter

att nå framgång olika beroende på sociala, kulturella och politiska faktorer i olika länder.

Sverige som idrottsnation har en lång tradition av samarbete mellan idrotts- och utbildningssystemen för att främja idrottares utveckling och DK. Idrottsgymnasier initierades på 1970-talet efter en nationell

Tabell 2. Översikt av gemensam filosofi för DK och dess centrala egenskaper i en framgångsrik UMDK.

En gemensam filosofi för DK		
Egenskap	Beskrivning	Motsats
Helhetssyn på individen (personfokus)	Stödpersoner erkänner olika domäners påverkan på elitidrottande studenters (EIS) liv, med fokus på att utveckla dem holistiskt oavsett vilken väg de väljer. Personer från en domän intresserar sig för vad som sker (utmaningar, lärande) i en annan.	Personer inom idrotten fokuserar enbart på idrott, personer inom studier enbart på utbildning.
Fokus på att stärka individens egen förmåga och egenmakt (empowerment)	Fokus på personlig utveckling och DK-kompetenser. Systemet organiseras så att idrottare successivt tar mer och mer ansvar för sin utveckling.	Överdriven kontroll från t.ex. tränare, och EIS är inte delaktiga i beslut om sin egen utveckling och DK. Fokus på idrotts- och studiespecifika färdigheter och inte på DK-kompetenser.
Flexibla DK-lösningar	Erkännande av att EIS kräver individuella lösningar, t.ex. idrotts- eller studieflexibilitet. Anpassningar görs med hänsyn till annan domän (t.ex. studier anpassas till intensiv träningsperiod, eller träningsplanering till tentaperiod).	Brist på flexibilitet och anpassning vid behov. Studiepersonal och idrottspersonal konkurrerar om den begränsade tid som EIS har.
Mån om DK-idrottarens psykiska hälsa och välbefinnande	DK hanteras på ett socialt ansvarsfullt sätt. Personer i miljön erkänner sitt ansvar, inte bara för idrottarens idrotts- och studieprestationer, utan också för deras välbefinnande och psykiska hälsa.	Inget erkännande från miljön om ansvar för EIS övergripande balans och psykiska hälsa. Idrott är krävande och idrottare behöver tuffa till sig. EIS följer sina sårbarheter.
Ett öppet och proaktivt förhållningssätt till utveckling av miljön	Nyckelpersoner inom DK-stödet engagerar sig fortlöpande för utveckling av hela utvecklingsmiljön och deras egna kompetenser, t.ex. läser litteratur, medverkar i forskningsprojekt eller besöker andra miljöer.	Brist på tid för egen utveckling. Kunskapsutbyte kan ske inom miljön, men ingen omvärldsanalys eller vidareutbildning sker. Andra miljöer ses som rivaler, och inget utbyte sker.

*EIS = Elitidrottande studenter

idrottsutredning (Idrottsutredningen, 1969). Sedan dess har samhället förändrats och fler utbildar sig längre, och som SPLISS antyder har konkurrensen och professionaliseringen av idrotten ökat. År 2015 skapades därför RIU och EVL för att stärka möjligheten för fler att satsa längre samtidigt som de tillägnar sig en utbildning. RIU och EVL utgör i dag centrala komponenter inom det svenska elitidrottssystemet. Deras huvudsakliga syfte är att möjliggöra en kombination av elitidrott och akademiska studier och

inom systemet integreras dessutom forskning, utveckling och utbildning för att stärka svensk elitidrotts internationella konkurrenskraft.

En organisatorisk skillnad mellan RIU/EVL-systemet och idrottsgymnasiesystemet i Sverige är att den gymnasiala nivån finns inskriven i gymnasieförordningen (2010:2039), medan motsvarande skrivning inte finns i högskoleförordningen. En sådan skrivning har diskuterats men prioriterats bort i samsyn med lärosäten som enskilda myndigheter under lagen. Efter lagar, förordningar och föreskrifter kommer riktlinjer. Ambitionen med nationella riktlinjer är att på högsta möjliga nivå framskriva syfte och mål, teorier och modeller (t.ex. Henriksen et al., 2020, 2023; Linnér, 2021; Stambulova, 2023; Wylleman et al., 2020) samt vägledande rekommendationer för RIU och EVL.

Nationella riktlinjer för elitidrottares dubbla karriärer vid RIU och EVL

EU-kommissionen (2012) fastslog i sina europeiska riktlinjer för DK att stödet till elitidrottande studenter ofta saknade ett systematiskt tillvägagångssätt baserat på allmänna och hållbara finansiella och juridiska avtal. Medlemsländer uppmanades därför att utveckla egna nationella riktlinjer utifrån landets förutsättningar och forskning. År 2018 gavs den första versionen av de svenska nationella riktlinjerna för DK:er ut av Riksidrottsförbundet (2018) som ett svar på EU-kommissionens uppmaning och för att främja ett system av stöd för DK vid RIU och EVL. Sedan dess har RIU/EVL-systemet utvecklats, vilket bland annat syns genom etableringen av rollen som DK-koordinator och en nationell mall för lärosätenas utveckling av lokala bestämmelser för elitidrottares studieanpassningar. Parallellt med denna organisationsutveckling har det skett en snabb ökning av forskning om DK. Flera Erasmus+- projekt (t.ex. Gold in Education and Elite Sport, Ecology of Dual Career och Dual Career for Mental Health), flertalet review-artiklar (t.ex. Kegelaers et al., 2022; Stambulova & Wylleman, 2019; Tessitore et al., 2021) och FEPSAC:s positionsförklaring om elitidrottares DK (Stambulova et al., 2024) har bidragit till en europeisk diskurs om DK: att främja elitidrottares strävan mot DK-excellens (t.ex. Linnér et al., 2024).

Med anledning av utvecklingen har Sveriges riktlinjer för DK:er uppdaterats. Den nya uppdaterade versionen av nationella riktlinjer för elitidrottares DK (Riksidrottsförbundet, 2025) gör en syntes av

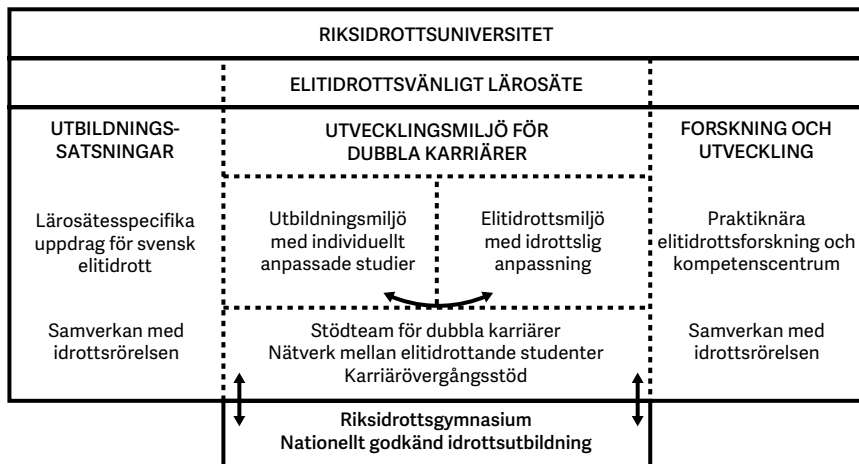
nationell och internationell forskning (t.ex. Linnér, 2021; Stambulova et al., 2024), nationella strategier (t.ex. Riksidrottsförbundet, 2021) och praktisk erfarenhet för att sätta ramarna för utveckling av RIU/EVL-systemet och stöd till DK i Sverige. Riktlinjerna presenterar en nationell modell för organisering av RIU och EVL (se Figur 3) och ger 25 kontextinformerade och evidensbaserade riktlinjer för att etablera utvecklingsmiljöer för DK, underlätta elitidrottande studenters akademiska och idrottsliga utveckling, skapa balans mellan idrott, studier och privatliv, samt främja elitidrottande studenters karriärövergångar (Riksidrottsförbundet, 2025).

Syftet med riktlinjerna är att främja fortsatt utveckling av RIU och EVL genom ökad transparens och likvärdighet mellan lärosätena avseende kombinationen elitidrott och studier på högskolor och universitet i Sverige. Riktlinjerna riktar sig till RIU och EVL samt alla specialidrottsförbund. Därutöver berörs stödorganisationer såsom Sveriges Olympiska och Paralympiska Kommittéer, Riksidrottsförbundet och distriktsidrottsförbund samt andra samverkanspartner som kommuner, regioner, idrotts-gymnasier och idrottsföreningar med elitidrottsverksamhet. Riktlinjernas huvudsakliga mål är att öka medvetenheten om och förbättra elitidrottande studenters möjligheter till DK:er. Därtill är målet att stärka samverkan mellan akademi och idrott samt att tillgängliggöra och sprida relevant forskning och goda praktiska exempel.

Den nationella modellen för organisering av RIU och EVL (se Figur 3) utgörs av tre utvecklingsområden (Riksidrottsförbundet, 2025):

1. Utvecklingsmiljö för DK – ett koordinerat stödsystem som möjliggör en balans mellan elitidrott och akademiska studier.
2. Utbildningssatsningar – lärosätesspecifika uppdrag i samarbete med Riksidrottsförbundet utifrån behov inom svensk elitidrott.
3. Forskning och utveckling – samverkan mellan lärosäte och idrottsrörelse för att bedriva praktisknära elitidrottsforskning och etablera kompetenscentrum.

I aktuellt kapitel fokuserar vi på punkt 1. Övriga punkter finns summerade i Riksidrottsförbundet (2025). En central dimension för RIU och EVL är deras samarbetsstrukturer mellan olika aktörer inom idrotts- och utbildningssektorn. Här krävs en integrerad strategi där organisationer samverkar för att skapa en strukturerad och stödjande utvecklingsmiljö för DK.



Figur 3. Nationell modell för organisering av RIU och EVL (Riksidrottsförbundet, 2025).

Utvecklingsmiljö för dubbla karriärer: kärnan i RIU/ EVL-modellen

Kärnan i den nationella modellen för organisering av RIU och EVL (Riksidrottsförbundet, 2025; se Figur 3) utgörs av främjandet av DK:er genom att lärosäten möjliggör en utbildningsmiljö med individuellt anpassade studier och samverkar med specialidrottsförbund och/eller idrottsföreningar med elitidrottsverksamhet som i sin tur säkrar en elitidrottsmiljö med idrottslig anpassning. Dessutom etableras nätverk för expertstöd inom exempelvis teknologi, fysiologi, medicin, psykologi och nutrition. Ett stödteam för DK koordinerar där akademien och idrottsrörelsen arbetar tillsammans för att integrera sina insatser, samt främjar utbyte mellan utbildningsnivåer, elitidrottande studenter och olika idrotter i en gemensam UMDK (Storm et al., 2021).

Den nationella modellen för RIU och EVL bygger på ett sammanlänkat system där idrottsorganisationer, utbildningssystem och samhällets institutioner (stat och kommun) samverkar för att skapa optimala utvecklingsmöjligheter för elitidrottare. Detta förutsätter ett starkt och välkoordinerat samarbete mellan nyckelaktörer för att skapa förutsättningar för en balanserad kombination av elitidrott och studier.

Ett holistiskt ekologiskt perspektiv (Henriksen & Stambulova, 2023; Henriksen et al., 2020) hjälper i detta sammanhang att förstå hur elitidrottande studenter är del av ett system av sammanlänkade idrott-, studie- och privatlivsrelationer i en UMDK (se Figur 1). Perspektivet hjälper

också att förstå nyckelrollen hos ett stödteam för DK (Storm et al., 2021) med ansvar för interorganisatorisk samverkan (Mathorne, 2021), integrering av mikro- och makronivåer i en holistisk struktur och utveckling av en gemensam DK-filosofi bland samarbetspartners (t.ex. Linnér et al., 2020). Vid uppdateringen av Sveriges nationella riktlinjer för DK (Riksidrottsförbundet, 2025) har ett holistiskt ekologiskt sätt att tänka hjälpt oss att identifiera vikten av en förbättrad struktur från såväl studie- som idrottsidan av miljön. I jämförelse med tidigare version av riktlinjerna (Riksidrottsförbundet, 2018) beskrivs inte längre bara stödpersoner inom studiedomänen, utan även stödpersoner över studie- och idrottsdomänerna som del av ett stödteam för DK med tre olika roller och funktioner (Riksidrottsförbundet, 2025):

- *DK-koordinator* ansvarar för att organisera, leda och utveckla UMDK genom att främja samarbetskonstellationer (Mathorne, 2021) och koordinera stödteamet för DK. Koordinatorn skapar och upprätthåller relationer mellan exempelvis SE, idrottsföreningar, idrottsgymnasier och distriktsidrottsförbund för att stärka utvecklingsmiljön.
- *DK-vägledare* arbetar nära de elitidrottande studenterna för att säkerställa en balans mellan elitidrott och akademiska studier (Linnér, 2021; Stambulova et al., 2015). Rollen innefattar att sprida information, stärka nätverk inom lärosätet och främja förståelse och flexibilitet i utbildningen samt hjälpa elitidrottande studenter utveckla DK-kompetenser (De Brandt et al., 2018) för att hantera utmaningar i sin DK (Wylleman et al., 2020).
- *DK-kontakt* är en kontaktperson från idrottens sida som fungerar som stödperson för elitidrottande studenter genom att främja idrottsflexibilitet och förståelse inom idrotten. DK-kontakten kan vara utsedd av en idrottsförening eller ett specialidrottsförbund.

I Sverige är RIU/EVL-lärosäten ansvariga för studiedomänen, medan idrottsrörelsen ansvarar för idrottsdomänen där idrottens verksamhet inryms genom exempelvis en talangutvecklingsmiljö eller en elitidrottsmiljö (Henriksen & Stambulova, 2023; Schlawe et al., 2025). De elitidrottande studenterna ses som vuxna individer med ansvar för sin privatlivsdomän. I avtal mellan Riksidrottsförbundet och respektive RIU eller EVL fastställs att varje lärosäte ska upprätthålla ett stödsystem för att säkerställa en gynnsam utvecklingsmiljö för elitidrottande studenter.

Stödteamet för DK utgör en sammanhållande länk och utvecklar strukturer för samverkan mellan akademien och idrottsrörelsen samt arbetar för att implementera de nationella riktlinjerna för elitidrottarens DK:er (Riksidrottsförbundet, 2025) i praktiken. Ansvariga personer och roller utses inom respektive miljö, vilket skapar bättre förutsättningar för ökad förståelse och förbättrat samarbete mellan akademien och elitidrotten. Samarbetet mellan funktionerna sker på individ-, grupp- och organisatorisk nivå där utgångspunkten är kontextuell, det vill säga att varje UMDK utvecklas utifrån sina lokala förutsättningar. Det är exempelvis skillnad på stora och små lärosäten, högskolor och universitet, vinter- och sommaridrotter samt kommersiella och icke-kommersiella idrotter.

I Sverige är studiedomänen i dag den delen av modellen som är mest utvecklad. Fyra av fem RIU/EVL-studenter upplever att det är en fördel för deras utveckling att vara både idrottare och student, och en majoritet av RIU/EVL-studenterna är nöjda med studieflexibiliteten (Linnér et al., 2025). Samtidigt finns det mycket arbete att göra, exempelvis en mer organiserad och utvecklad idrottsdomän vad gäller såväl kunskap som förståelse men framför allt utveckling av idrottskulturen och synen på DK. För att en elitidrottande student ska kunna lyckas krävs ett gemensamt stöd över domänerna, samt en samstämmig syn på hälsa, utveckling och prestation.

Nationell utbildning: en brygga mellan forskning, riktlinjer och praktiskt arbete

Riksidrottsförbundet och Högskolan i Halmstad har sedan 2015 samarbetat för att utveckla och tillhandahålla insatser för att främja RIU/EVL-systemets utveckling. Samarbetet har involverat utveckling av a) nationella riktlinjer (Riksidrottsförbundet, 2018, 2025), b) en årlig studentenkät för att identifiera styrkor och utvecklingsbehov där resultat presenteras i form av en RIU/EVL-barometer (t.ex. Linnér et al., 2025) med lokala och nationella rapporter för respektive lärosäte, Riksidrottsförbundet och de största idrotterna i systemet, och c) en årlig nationell utbildning.

Årligen genomförs en tvådagarsutbildning för DK-koordinatorer och DK-vägledare vid de olika lärosätena eller för RIU/EVL-ansvariga inom olika specialidrottsförbund. Forskning om DK, holistiskt ekologiskt perspektiv (Henriksen & Stambulova, 2023) och UMDK-relaterat innehåll

(t.ex. Henriksen et al., 2020; Storm et al., 2021) har inkluderats varje år sedan 2017. I linje med ett holistiskt ekologiskt perspektiv har ett processmål alltid varit att stärka relationer och främja social interaktion mellan olika aktörer, genom att presentera den senaste kunskapsutvecklingen, organisera diskussioner och workshops som möjliggör erfarenhetsutbyte, och stimulera till utveckling genom att exempelvis sammanställa diskussioner, informationsmaterial och etablera nationella manualer för att stärka lokalt utvecklingsarbete.

Efter flera år av involvering är i dag UMDK och holistiskt ekologiskt tänkande inbäddat i det svenska RIU/EVL-systemet. Detta syns exempelvis genom att perspektiven användes som en struktur för Riksidrottsförbundets platsbesök vid RIU och EVL. Lärosätena förväntades att presentera sin miljö med hjälp av arbets- och framgångsfaktormodellerna för UMDK (Henriksen et al., 2020) samt reflektera över sin utveckling utifrån de centrala egenskaperna i en framgångsrik UMDK (Storm et al., 2021).

Insikter om UMDK från ett Riksidrottsuniversitet

I följande avsnitt delar kapitlets försteförfattare insikter från sin roll som arbets- och utvecklingsledare vid ett RIU med ansvar för att driva och utveckla dess UMDK. Reflektionen utgör inte en beskrivning av hela UMDK, utan den fokuserar på insikter utifrån att skapa en holistisk struktur och en gemensam filosofi (Storm et al., 2021) i praktiken. Forskning visar att goda utvecklingsmiljöer ser olika ut men att de delar vissa egenskaper. Försök därför inte att efterlikna vår miljö utan anpassa den utifrån din kontext, där egenskaperna (se Tabell 1 och 2) är vägledande i vad du bör arbeta mot.

Holistisk struktur i praktiken: skapa relationell infrastruktur

Basen i vår holistiska struktur är ett stödteam för DK med dels en arbets- och utvecklingsledare/DK-koordinator som främst arbetar med att driva stödteamet och fokuserar på makronivå-relationer genom avtal, samarbeten och ledningsdialog, dels en DK-vägledare som främst fokuserar på mikronivå-relationer, elitidrottande studenter, flexibla studier och utbildningsinsatser. Tillsammans delar vi på cirka 70 procent av en tjänst och

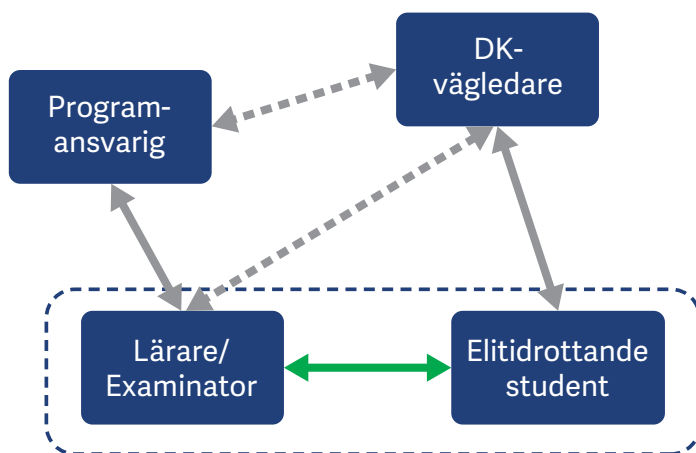
arbetet följs upp i en styrgrupp med projektledare och rektor. Utöver detta tillkommer expertstöd, exempelvis fystränare och idrottspsykologisk rådgivare, som koordineras genom stödteamet.

Vårt stödteam för DK sitter som en brygga mellan idrotten och akademien. Detta är både viktigt och utmanande. Det är viktigt för att det betyder att vi arbetar i gråzonen mellan idrott och studier, där den elitidrottande studenten i grunden upplever sin vardag. Det är utmanande för att det betyder att vi i vardagen träffar och kommunicerar med personer som utgår från akademins, offentlig sektors respektive idrottens logik och målsättningar, vilket innebär att kommunikationen oftast behöver anpassas för målgruppen. Exempelvis används sällan begreppet UMDK när vi initialt pratar med akademi och ledning. Då benämns det i stället som en samordnad stödapparat, för det har visat sig vara enklare för dem att förstå.

Utan förståelse för helheten är det svårt att göra bra delar. Alltså, utan att förstå en elitidrottande students hela sammanhang är det svårt som exempelvis tränare att skapa en i det sammanhanget bra idrottslig utveckling och idrottsdomän. Samma kan sägas om lärare. I utvecklingen av vår miljö har det varit gynnsamt att arbeta med UMDK-modellerna, eftersom de möjliggör att illustrera vår faktiska miljö i en bild/modell. Att mellan olika organisationer förstå den helheten tillsammans, och samlas runt hur den helheten ser ut och vilka relationer som bär upp den, är oerhört värdefullt för att skapa ett gemensamt sammanhang och främja integrering av insatser och förståelse för DK från alla involverade personer och organisationer. Rekommendationen till dig som läser detta och vill främja något liknande är att du måste använda din kontextuella förståelse. Du behöver kartlägga och analysera er miljö och skapa en egen version av UMDK-modellen (se Figur 1) som visar ert sammanhang. Du behöver också vara ärlig mot dig själv i hur relationer fungerar och sedan diskutera detta med dina samarbetspartner. Det tar tid men är väl värt investeringen. I detta sammanhang kan du förstå UMDK-modellen som ett sociogram med elitidrottande studenter i mitten: Vilka personer finns runt dem i vardagen (mikronivån) och vilka samarbeten mellan vilka organisationer finns runt detta där beslut fattas som påverkar dem (makronivån)? Dra pilar mellan olika personer, roller, funktioner och organisationer för att tydliggöra vilka relationer som exempelvis är starka, vilka som är enkelriktade och vilka som inte alls kommunicerar med varandra. Ganska snabbt framträder en bild av mer och mindre sammanhängande relationer. Fungerar de viktigaste relationerna? Saknas förståelse för hur vissa relationer fungerar?

Analysen ger dig underlag för att sedan gå vidare och summera framgångsfaktormodellen (Figur 2) och skapa insatser för att främja hela miljön. Vi har gjort den här övningen som workshoppar med samarbetspartners för att bygga en gemensam förståelse för vår miljö. Nedan följer exempel från analysen av denna miljö.

Att möjliggöra flexibla studieanpassningar utifrån lärosätets regler är ett centralt uppdrag för ett RIU (Riksidrottsförbundet, 2025) för att hjälpa elitidrottande studenter att balansera sin DK (Stambulova et al., 2015). Figur 4 illustrerar studiedomänen och den relationella infrastruktur som finns hos oss i vårt arbete för att främja studieflexibilitet. På vårt lärosäte är all utbildning (program som kurser) organiserad genom utsedda programansvariga och varje kurs har en examinator som är juridiskt ansvarig och fattar det slutgiltiga beslutet om studieanpassningar (t.ex. att flytta en tentamen eller deadline). Vår ekologiskt grundade utgångspunkt är därför att DK-vägledarens centrala uppdrag är att få relationen mellan examinatore och elitidrottande studenter att fungera så bra som möjligt. Med detta som utgångspunkt gör vi insatser för att främja relationen genom varje persons förståelse för den andres situation, exempelvis genom att utbilda lärare om elitidrottarens livsstil och DK, samt samtala med elitidrottare om lärares förutsättningar och regler. Vi tar aldrig över en dialog utan hjälper till i den. På detta sätt stärker vi elitidrottarens egen förmåga (empowerment) men utan att ta över deras vuxna ansvar. Varje situation blir också ett lärtillfälle där olika roller samlas i flerpartsdialoger för att förstå och komma framåt tillsammans.



Figur 4. Studiedomänen och dess centrala relationer vid Högskolan i Halmstad.

Vår relationella infrastruktur i idrottsdomänen har också lärt oss att vi egentligen har att göra med tre olika typer av elitidrottande studenter:

1. De som finns i någon av våra tre nationella träningscenter/elit-idrottsmiljöer. Där har vi utsedda DK-kontakter som står i nära och regelbunden kontakt med DK-koordinator och DK-vägledare. DK-kontakterna har enligt avtal ansvar för att aktivt arbeta för att balansera arbetsbelastningen mellan idrott, studier och livet som helhet för de elitidrottande studenterna.
2. De som finns i våra närliggande idrottsföreningar som vi kan ha kontakt med.
3. De som finns spridda i olika idrottsföreningar i Sverige eller internationellt som vi inte har haft kontakt med.

Olika typer av elitidrottande studenter upplever olika sammanhang och har olika stödstrukturer runt sig. Genom att tydliggöra detta för oss själva kan vi anpassa stödet utifrån individens situation. Vi har exempelvis börjat samla in kontaktinformation till elitidrottande studenternas tränare och förening vid antagningen, för att alltid ha en kommunikationsväg där vi kan nå ut med information.

Gemensam filosofi om DK i praktiken

Första frågan du bör ställa dig är följande: Gemensam filosofi för vilka då? Hur du definierar gränserna för vilka som gemensamt ska värdera något påverkar hur du utvecklar miljön.

En gemensam filosofi inom ett DK-stödteam som involverar ett fåtal personer vid lärosätet är inte så svårt att utveckla. I vårt team delar vi några kärnvärderingar om människa framför idrottare, hälsa och prestation, och att ge stöd handlar om att stärka individens egen förmåga där vårt mål är att bidra till hållbar utveckling med balans i livet i en strävan mot excellens som person både i och utanför idrotten. I detta sammanhang har framgångsfaktormodellen (Henriksen et al., 2020) hjälpt oss att formulera våra värderingar på papper, som vi då och då kommer tillbaka till för att säkerställa att våra processer och stöd följer våra värderingar.

Gemensam filosofi i stödteamet är viktigt, men kommunikation och arbete som sker ut i förlängningen i miljön är ännu viktigare genom stödteamets relationer ut i lärosätet, idrotten och samhället där olika organisationer

ska samverka för att stödja och nå gemensamma mål. Mathorne (2021) visade att fundamentet för en ett gott makronivå-samarbete är en gemensam filosofi, med förståelse för DK och en gemensam långsiktig vision och målsättning om att förbättra den lokala UMDK. I utvecklingen av vår miljö har vi tagit fasta på detta och samlat alla våra samarbetspartners för att svara på frågan varför DK är viktigt och vad vår UMDK ska bidra till, för att mötas i några vägledande värderingar och en gemensam vision. Centralt i det arbetet har varit att erkänna olika organisationers önskade effekter på sina insatser och hur vi kan skapa synergier som möjliggör sådana effekter.

En styrka i RIU/EVL-systemet är att lärosäten och stödpersoner delar sina erfarenheter och lärdomar. Ett sådant exempel är olika lärdomar som vi tagit till oss från lärosäten som kommit ännu längre i utvecklingen av sin miljö. De poängterar vikten av att a) inte börja med pengarna – visa värdet av miljön först, b) träffas ofta – främja kollegiala relationer mellan nyckelpersoner från olika organisationer, c) visa ödmjukhet och respekt men samtidigt nyfikenhet och vilja – för varandras verksamheter och den gemensamma nyttan, och d) utse en ansvarig verksamhet som koordinerar med stöd av övriga.

Forskning om olika typer av utvecklingsmiljöer (t.ex. Henriksen & Stambulova, 2023; Linnér et al., 2020) visar att framgångsrika miljöer sällan har bäst förutsättningar, men de har optimerade processer för att nå sina mål utifrån förutsättningarna. I vårt arbete fokuserar vi därför först på vilka värden som ska driva vilka processer. Genom att förbättra processerna visar vi successivt värdet av miljön, vilket i sin tur bidrar till intresset av att förbättra förutsättningarna.

Mot ett karriärlångt stöd genom hela elitidrottskarriären

Sedan 1970-talet har den svenska modellen varit koncentrerad på idrottsgymnasienivån. Sedan 2015 kompletteras detta med en nationell modell för kombinationen elitidrott och högskolestudier genom RIU och EVL. Samtidigt spänner elitidrottares DK:er längre än både gymnasiet och högre utbildning, och därför finns ett behov av ett karriärlångt stöd (t.ex. Ekengren, 2020). Riksidrottsförbundet betraktar numera elitidrottskarriären som en del av en livslång karriär (Stambulova et al., 2021). Ambitionen är att etablera ett långsiktigt stödsystem som följer idrottarna genom hela deras elitidrottskarriär, från utvecklingsmiljön vid idrottsgymnasiet

till utvecklingsmiljön vid RIU och EVL, men också möjligheten till idrottsvärnplikt och för fler att kunna kombinera elitidrott med arbete hos elitidrottsvänliga arbetsgivare. Ett nationellt system för DK:er utgör en kärnkomponent i det svenska elitidrottssystemet. Genom en stark samverkansfilosofi och ambitionen att skapa vinnare i korta och långa loppet (Riksidrottsförbundet, 2025) främjar Sverige hållbara miljöer för elitidrottarens långsiktiga utveckling – både på och utanför idrottsarenan.

Om författarna

Lukas Linnér är lektor i psykologi inriktning idrott vid Högskolan i Halmstad. Lukas är tidigare elitgolfspelare och har ett intresse för socialt ansvarsfull elitidrott med särskilt fokus på dubbla karriärer, utvecklingsmiljöer och främjandet av elitidrottarens karriärutveckling genom hela livet. Han har bidragit till policyutveckling om dubbla karriärer i Sverige och arbetar även som arbets- och utvecklingsledare för Högskolan i Halmstad som Riksidrottsuniversitet där han överser stödet till elitidrottande studenter.

Kent Lindahl är sakkunnig i dubbla karriärer vid Riksidrottsförbundet med övergripande ansvar för Riksidrottsuniversitet och Elitidrottsvänliga lärosäten. Uppdraget omfattar utveckling av akademiska tränarutbildningar, samordning av praktiktäna elitidrottsforskning samt strategiskt arbete med elitidrottarens dubbla karriärer. Han har en bakgrund som nationell och internationell mästerskapscoach och är erkänd för att utveckla framgångsrika prestationsmiljöer.

Referenser

- De Bosscher, V., Bingham, J., Shibli, S., van Bottenburg, M., & De Knop, P. (2008). Sports policy factors leading to international sporting success: An international comparative study. *Meyer & Meyer Sport*. <https://spliss.research.vub.be/publications>
- De Bosscher, V., De Knop, P., van Bottenburg, M., & Shibli, S. (2006). A conceptual framework for analysing sports policy factors leading to international sporting success. *European Sport Management Quarterly*, 6(2), 185–215. <https://doi.org/10.1080/16184740600955087>
- De Bosscher, V., Shibli, S., Westerbeek, H., & van Bottenburg, M. (2016). Convergence and divergence of elite sport policies: Is there a one-size-fits-all model to develop international sporting success? *Journal of Global Sport Management*, 1(3–4), 70–89. <http://dx.doi.org/10.1080/24704067.2016.1237203>
- De Brandt, K., Wylleman, P., Torregrossa, M., Schipper-Van Veldhoven, N., Minelli, D., Defruyt, S., & De Knop, P. (2018). Exploring the factor structure of the dual career competency

- questionnaire for athletes in European pupil- and student-athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2018.1511619>
- Ekengren, J. (2020). Careers of Swedish professional handball players: From an empirical model to career-long psychological support services [Doktorsavhandling, Högskolan i Halmstad]. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1601921/FULLTEXT02.pdf>
- EU-kommissionen. (2012). *EU guidelines on dual careers of athletes. Recommended policy actions in support of dual careers in high-performance sport*. https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final_en.pdf
- Gymnasieförordningen. (2010). Utbildningsdepartementet. https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/gymnasieforordning-20102039_sfs-2010-2039/
- Henriksen, K., & Stambulova, N. (2023). The social environment of talent development in youth sport. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5, 1127151. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1127151>
- Henriksen, K., Storm, K. L., Kuettel, A., Linnér, L., & Stambulova, N. (2020). A holistic ecological approach to sport and study: The case of an athlete friendly university in Denmark. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101637. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101637>
- Idrottsutredningen. (1969). *Idrott åt alla* (SOU 1969:29). Allmänna förlaget. https://weburn.kb.se/metadata/364/SOU_8209364.htm
- Kegelaers, J., Wylleman, P., Defruyt, S., Praet, L., Stambulova, N., Torregrossa, M., Kenttä, G., & De Brandt, K. (2022). The mental health of student-athletes: A systematic scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(2), 848–881. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2095657>
- Korhonen, N., Nikander, A., & Ryba, T. (2020). Exploring the life form of a student athlete afforded by a dual career development environment in Finland. *Case Studies in Sport and Performance Psychology*, 4(1), 108–116. <https://doi.org/10.1123/cssep.2020-0005>
- Linnér, L. (2021). *Dual careers of Swedish university student-athletes: A synthesis of holistic developmental and ecological approaches* [Doktorsavhandling, Högskolan i Halmstad]. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1601921/FULLTEXT02.pdf>
- Linnér, L., Stambulova, N., & Franck, A. (2025). RIU/EVL-barometern – nationell rapport. Riksidrottsförbundet.
- Linnér, L., Stambulova, N., & Henriksen, K. (2022). Facilitating student-athletes' dual career transition: A Scandinavian university case study. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 11(2), 107–123. <https://doi.org/10.1037/spy0000275>
- Linnér, L., Stambulova, N., Ivarsson, A., Franck, A., & Lindahl, K. (2024). In pursuit of dual career excellence: Factors associated to satisfaction of Swedish University student-athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–15. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2024.2437516>
- Linnér, L., Stambulova, N., Storm, K. L., Kuettel, A., & Henriksen, K. (2020). Facilitating sport and university study: The case of a dual career development environment in Sweden. *Case Studies in Sport and Exercise Psychology*, 4, 95–107. <https://doi.org/10.1123/cssep.2020-0011>
- Mathorne, O. (2021). Inter-organizational collaboration to promote local talent development within the Danish sport system. [Doktorsavhandling, Syddansk universitet, Danmark].
- Morris, R., Cartigny, E., Ryba, T., Wylleman, P., Henriksen, K., Torregrossa, M., Lindahl, K., & Cecic Erpic, S. (2021). A taxonomy of dual career development environments in European countries. *European Sport Management Quarterly*, 21(1), 134–151. <https://doi.org/10.1080/16184742.2020.1725778>
- Riksidrottsförbundet. (2018). *Nationella riktlinjer för elitidrottare dubbla karriärer. Vägledande rekommendationer för kombinationen elitidrott och högskolestudier vid Riksidrottsuniversitet (RIU) och Elitidrottsvänliga lärosäten (EVL)*. <https://www.rf.se/download/18.5bb7fead184086b59111d2b/1666620469783/nationella-riktlinjer-dubbla-karriarer.pdf>

- Riksidrottsförbundet. (2021). *Remiss – #elitidrott2030. På väg mot ett nytt, idrottsövergripande, elitidrottsprogram för fler idrottsliga framgångar internationellt*. <https://www.rf.se/download/18.407871d3183abb2a6131c5f/1665066726810/1.%20Remiss%20-%20Elitidrottsprogram.pdf>
- Riksidrottsförbundet. (2025). *Nationella riktlinjer för elitidrottares dubbla karriärer. Vägledande rekommendationer för kombinationen elitidrott och högskolestudier vid Riksidrottsuniversitet (RIU) och Elitidrottsvänliga lärosäten (EVL)*. <https://www.rf.se/download/18.68c89635194d84702c6d4ced/1739368981925/Nationella%20riktlinjer%202025.pdf>
- Schlawe, A., Christiansen, A. V., & Henriksen, K. (2025). The high-performance sport environment: Laying the foundation for a new research topic. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1503199>
- Stambulova, N. (2023). Helping athletes to cope with developmental crises. I D. Tod, K. Hodge & V. Krane (Red.), *Routledge handbook of applied sport psychology* (2 uppl., s. 357–368). Routledge.
- Stambulova, N., Engström, C., Franck, A., Linnér, L., & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 4–14. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.00>
- Stambulova, N., Ryba, T. V., & Henriksen, K. (2021). Career development and transitions of athletes: the International Society of Sport Psychology position stand revisited. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(4), 524–550. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1737836>
- Stambulova, N., & Wylleman, P. (2019). Psychology of athletes' dual careers: A state-of-the-art critical review of the European discourse. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 74–88. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.013>
- Stambulova, N., Wylleman, P., Torregrossa, M., Cecic Erpič, S., Vitali, F., De Brandt, K., Khomutova, A., Ruffault, A., & Ramis, Y. (2024). FEPSAC position statement: Athletes' dual careers in the European context. *Psychology of Sport and Exercise*, 71, 102572. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102572>
- Storm, L. K., Henriksen, K., Stambulova, N., Cartigny, E., Ryba, T., De Brandt, K., Ramis, Y., & Cecic Erpic, S. (2021). Ten essential features of European dual career development environments: A multiple case study. *Psychology of Sport and Exercise*, 54, 101918. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101918>
- Tessitore, A., Capranica, L., Pesce, C., De Bois, N., Gjaka, M., Warrington, G., MacDonncha, C., & Doupona, M. (2021). Parents about parenting dual career athletes: A systematic literature review. *Psychology of Sport and Exercise*, 53, 101833. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101833>
- Wylleman, P., De Brandt, K., & De Knop, P. (2020). Career development. I D. Hackfort & R. J. Schinke (Red.), *The Routledge International Encyclopedia of Sport and Exercise Psychology*, 2, 89–106.

KAPITTEL 10

Fra plan til handling på et toppidrettsgymnas med historisk gode resultater: treneres og utøveres opplevelser av handlinger og relasjoner

Frank Abrahamsen Norges idrettshøgskole, Norge

Josefine Frøshaug Norges idrettshøgskole, Norge

Stig Arve Sæther Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Nils Petter Aspvik Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Abstract: In this study, we examine the alignment between the perspectives of coaches, managers, and student-athletes within the same developmental environment. We conducted a focus group interview with all coaches and managers at an elite sports upper-secondary school that has a three-decade history of producing numerous medalists at the Olympics and World Championships. Additionally, we strategically selected six athletes from two different sports for individual interviews on the same topics. The findings underscore the importance of fostering a holistic and supportive environment for athletes, where both athletic performance and personal development are prioritized. The findings also highlight the significant impact of supportive coaching and a collaborative culture on athlete-coach relationships, with a clear coaching philosophy focused on individual development underpinning this culture. Effective communication and a shared commitment to both individual and collective goals create an environment where athletes feel valued, supported, and empowered to achieve their personal aspirations.

Keywords: youth talent development, coaching, culture, Norway, leadership

Sitering: Abrahamsen, F., Frøshaug, J., Sæther, S. A. & Aspvik, N. P. (2026). Fra plan til handling på et toppidrettsgymnas med historisk gode resultater: Treneres og utøveres opplevelser av handlinger og relasjoner. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 10, s. 221–245). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch10>
Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

Introduksjon

Det er gjennomført mange studier om positive utviklingsmiljøer i idrett (*positive youth development* [PYD], se Bruner et al., 2023, 2024; Holt et al., 2020) og særlig innenfor forskningen om doble karrierer (DK) (*dual careers* [DC]) i form av utøver–elev-roller (Hallmann & Weustenfeld, 2025; Solà et al., 2023; Stambulova et al., 2024). De siste tiårene har også forskning på motivasjonsteori undersøkt hvilke miljøer som er gunstige for utviklingen av både unge utøvere (Palmer et al., 2017), ungdom (Weiss, 2019) og toppidrettsutøvere (Abrahamsen & Pensgaard, 2012; Lochbaum & Sisneros, 2024). Weiss (2016) argumenterer for at forskningen på motivasjon har bidratt betydelig til forståelsen av PYD. Det er også blitt påpekt at det å håndtere en DK kan være utfordrende for utøvere. Stambulova og Wylleman (2019, s. 83) understreker at for å «vinne på kort sikt» må utøvere med en DK balansere mellom kravene fra idrett og studier samt håndtere sosiale og personlige forpliktelser. De må også overvinne barrierer som personlige og eksterne faktorer som kan forstyrre vellykket tilpassning. Stambulova og Wylleman (2019) identifiserte flere eksterne barrierer, inkludert mangel på fleksibilitet og økonomisk støtte, organisatorisk stress og utilstrekkelig tid til sosialt liv og restitusjon.

Selv om en treners primære rolle er å støtte utøvernes utvikling av idrettsferdigheter, er det også viktig at trenerne bidrar til utøvernes sosiale og emosjonelle vekst (Gould et al., 2013). Dette synet er i tråd med det som er nevnt tidligere om positive utviklingsmiljøer, men det er viktig å merke seg at trenernes rolle i talentutvikling er i stadig endring. Gould og kolleger (2013) påpeker at det er økende interesse for både forskning og praktisk trenerarbeid knyttet til utviklingen av det som kalles «myke» ferdigheter.

Denne studien retter søkelys på et talentutviklingsmiljø fra et toppidrettsgymnas som er kjent for å skape mer enn bare gode sportsresultater, og som også legger til rette for utvikling som utøvere kan ta med seg videre i livet, hvor målsettingen er at utøverne skal oppleve personlig vekst både innenfor og utenfor idretten.

En holistisk tilnærming er spesielt relevant i konteksten der utøvere balanserer en DK. Stambulova et al. (2024) påpeker at de fleste studier på DK rapporterer både fordeler og ulemper. Mens en DK kan legge til rette for en helhetlig tilnærming mellom idrett og utdanning, kan den også medføre utfordringer som sosiale oppofrelser og høyere stressnivå. Slike utfordringer kan senere føre til negative konsekvenser som frafall,

helseproblemer og utbrenthet (se f.eks. Tessitore et al., 2021). Å lykkes på flere områder, som skole og idrett, kan være krevende. Dette gjelder også for ungdommer i toppidrettsgymnas som skal legge til rette for en DK. Ideelt sett bør ungdommene kunne dra nytte av godt tilrettelagte miljøer, men de kan gjerne møte varierte utfordringer i slike miljøer også. Stambulova et al. (2024, s. 5) definerer «DC-excellence» som evnen til å opprettholde en sunn, vellykket og langsiktig karriere i idrett kombinert med utdanning og/eller arbeid, noe som er relevant på tvers av kulturelle forskjeller.

PYD og DK

Forskningsfunn rundt PYD og DK har en del overlappende temaer, hvor en sentral tilnærming er at utøvernes velvære, ikke bare deres prestasjoner, er i søkelyset. PYD er en omfattende betegnelse som inkluderer både et forskningsperspektiv og et praksisperspektiv (se f.eks. Holt et al., 2020). Ifølge Holt et al. (2016) skal PYD gjennom voksenstyrte aktiviteter bidra til utvikling av overførbare personlige og sosiale livsferdigheter i tillegg til fysiske ferdigheter. Dette prinsippet er også relevant for DK-forskning (se f.eks. Stambulova et al., 2024), der en sunn og bærekraftig karriere i idrett, kombinert med utdanning, er et sentralt mål. Weiss og Wiese-Bjornstal (2009, s. 7) konkluderer med at essensielle elementer for å fremme PYD inkluderer et omsorgsfullt og mestringsorientert klima, støttende relasjoner samt muligheter for å lære sosiale, emosjonelle og atferdsmessige ferdigheter.

Miljø og motivasjon

Self-determination theory (SDT) er en motivasjonsteori som antar at mennesker har en naturlig tendens til å vokse og mestre utfordringer. SDT ble utviklet av Deci og Ryan (1980, 1985, 2000), og teorien har vært i kontinuerlig utvikling de siste 50 årene (Ryan & Vansteenkiste, 2023). Ifølge SDT krever menneskets utvikling kontinuerlig sosial støtte og et nærende miljø. Samspillet mellom en utøver og det sosiale miljøet er derfor grunnleggende for hvordan SDT forklarer handlinger, opplevelser og utvikling. SDT består av flere miniteorier (f.eks. Ryan & Vansteenkiste, 2023), hvor tre vil være spesielt relevante i denne studien: grunnleggende psykologisk behovsteori (*basic psychological needs theory* [BPNT]), organismisk integrasjonsteori (*organismic integration theory* [OIT]) og kognitiv evalueringsteori (*cognitive evaluation theory* [CET]).

BPNT beskriver at mennesker har tre grunnleggende psykologiske behov: autonomi, kompetanse og tilhørighet. Når disse behovene tilfredsstilles, fremmes optimal motivasjon og trivsel. I konteksten av toppidrettsgymnas og DK er det viktig at trenere og ledere skaper et miljø der utøvere føler seg autonome og kompetente og opplever tilhørighet (f.eks. Abrahamsen & Bentzen, 2025; Stambulova et al., 2024). OIT retter søkelys på hvordan ytre motivasjon kan internaliseres, fra eksternt regulering (handlinger for eksterne belønninger) til integrert regulering (handlinger assimilert i en selv, og som har blitt en viktig del av livet for personen). Støtten fra trenere og lærere er avgjørende for utøvernes indre motivasjon, både i idrett og i studier. CET utforsker hvordan eksterne faktorer, som belønninger og press, kan påvirke indre motivasjon. I idrett kan trenere og ledere enten støtte eller undergrave denne indre motivasjonen gjennom sin tilnærming til tilbakemeldinger og belønning. Til sammen viser disse miniteoriene at det å skape et miljø som støtter utøvernes grunnleggende behov, er avgjørende for både trivsel og prestasjon. I et toppidrettsgymnas der utøvere samtidig må håndtere både idrettslige aktiviteter og akademiske forpliktelser, vil en holistisk tilnærming som integrerer prinsippene fra BPNT, OIT, og CET, bidra til å balansere kravene fra idrett og utdanning, noe som igjen fører til bedre langsiktige resultater.

Forskning i Norge

Det er gjort mye interessant forskning på talentutvikling og prestasjonsløp blant utøvere i Norge (f.eks. Bjørndal et al., 2018; Bjørndal & Gjesdal, 2020; Bjørndal & Ronglan, 2020; Haraldsen et al., 2019; Øydna & Bjørndal, 2023; Sæther et al., 2022). Det vises for eksempel i studien av Bjørndal et al. (2018) at håndballspillere med vellykkede overganger ikke nødvendigvis planla disse overgangene, men at de ble påvirket av hendelser utenfor sportslig kontekst. I Sæther et al. (2022) sin undersøkelse, hvor de undersøkte hvordan fotballspillere og trenere opplevde støtte til doble karrierer i ulike idrettsskoleprogrammer, fant de at spillere var fornøyd med den akademiske og sportslige støtten de fikk. Dette funnet undersøttes av tidligere forskning, hvor man har fremhevet at den norske kulturen er preget av et flatt hierarki og en demokratisk tilnærming til treneryrket (f.eks. Abrahamsen & Chroni, 2021; Haraldsen et al., 2019). Abrahamsen

og Chroni (2021) bemerker at den norske idrettskulturen er mer orientert mot personlighetsutvikling enn mot toppresultater.

Hva denne undersøkelsen ser på

Til tross for at Holt et al. (2020) påpeker at mye kunnskap er utviklet rundt PYD, er det fortsatt behov for mer forskning på hvilke aspekter ved idrettsprogrammer som fungerer, under hvilke omstendigheter og for hvem, og på hvilke mekanismer som fremmer eller begrenser oppnåelsen av positive utviklingsutfall. Dette forskningsbehovet gjelder også for DK og utviklingen av sunne motivasjonelle miljøer. Stambulova et al. (2024, s. 6) beskriver hva DK-utøvere må håndtere, blant annet høyere prestasjonsstandarder, potensielle overganger mellom grupper samt rollekonflikter. Som flere nevner (f.eks. Abrahamsen & Bentzen, 2025; Hansen et al., 2021; Ronglan, 2019; Skille et al., 2020), preges den norske kulturen av at den er blant annet egalitær og mindre autoritær, noe som i seg selv kan underbygge autonomi for deltakerne. Ronglan (2019) fremhever derfor viktigheten av å kontekstualisere forskning på slike miljøer. Miljøer som fremmer sunn utvikling, er sentrale i SDT, og forskning på DK bør også undersøke hvordan man kan maksimere fordelene og minimere ulempene for å støtte en vellykket kombinasjon av idrett og utdanning.

Denne undersøkelsen er basert på kritisk realisme, der de tidligere nevnte rammeverkene har påvirket metodiske valg, inkludert abduktiv analyse. Interesse for utøvere og miljøer med historikk for å skape både gode resultater og sunne miljøer har vært en drivkraft. Både førsteforfatterens tyveårige involvering i toppidrett og antall tidligere elever som kommer tilbake til miljøet med egne barn, har vært avgjørende for valg av studiemiljø. Undersøkelsen er rettet mot samsvaret mellom verdier og mål hos ledelse, trenere og støtteapparat og utøvernes opplevelse av disse faktorene. Dette samsvaret kan føre til positive effekter som utvikling av serievinnende utøvere, bedre kommunikasjon og forståelse mellom partene samt økt motivasjon og færre konflikter.

Problemstillinger

Hvordan samsvarer de kontekstuelle og relasjonsorienterte beslutningene som tas i trenergruppen, med utøvernes opplevelse av miljøet og

trenergjerningen? Hvilke konsekvenser har slike beslutninger for forholdet mellom trenerne og utøverne?

Metode

Etikk, ontologi og epistemologi

Før intervjuene ble igangsatt, var nødvendige godkjenninger på plass (www.sikt.no: referansnr. 548150). Vi har fulgt forskningsetiske retningslinjer nøye gjennom hele prosessen. For å ivareta deltakernes rettigheter har vi valgt å anonymisere skole, idretter og idrettselevene så mye som mulig. Deltakerne i undersøkelsen er fra et idrettsgymnas, men beskrivelsen av det utvalgte miljøet er bevisst gjennomført vagt for å forhindre identifisering av deltakere. Å anonymisere deltakerne og miljøet er en viktig del av vårt ansvar som forskere og i tråd med etiske retningslinjer, men begrenset beskrivelse av miljøet kan også være en mulig mangel i prosjektet. Deltakernes rettigheter og personvern var likevel av overordnet betydning for valgene våre.

Studien er basert på kritisk realisme (KR), gjort kjent gjennom arbeidene til Bhaskar (1979, 1998, 2008). Et av de viktigste prinsippene i KR er at ontologi (hva som er virkelig, virkelighetens natur) ikke kan reduseres til epistemologi (vår kunnskap om virkeligheten, jf. Fletcher, 2017, s. 182). Fletcher (2017, s. 182) skriver at innen KR behandles verden som «theory-laden, but not theory-determined». Som tidligere nevnt ønsker Holt et al. (2013, 2020) mer forskning på hvilke egenskaper ved idrettsprogrammer som fungerer, under hvilke omstendigheter og for hvem, og på hvilke mekanismer som fremmer eller begrenser oppnåelsen av positive utviklingsresultater. Når vi her er interessert i en iboende sosialt produsert struktur (ledelse) med relasjonelle nettverk mellom individer og grupper (se Parr, 2015), er KR et naturlig valg til å analysere fenomenet. Fletcher (2017) argumenterer for at noen teorier er nærmere enn andre med tanke på å beskrive en sosial virkelighet. Holt et al. (2020) skriver at en begrensning i tidligere forskning er at den hovedsakelig har søkelys på mellommenneskelige snarere enn på kontekstuelle faktorer.

Som King et al. (2018) hevder, må ikke kvalitativ forskning alltid innebære objektivitet. Snarere anerkjennes det at forskere opererer fra ulike ståsteder og bringer sine subjektive verdier inn i prosessen. I stedet for å se subjektivitet som en ulempe kan tidligere bakgrunn ses på som en verdifull ressurs som kan styrke samfunnsforskningen. Førsteforfatter (FEA) har

omfattende erfaring med toppidrett, inkludert arbeid med over 60 landslag (per 2025), og som idrettspsykologisk rådgiver i mange VM og OL. FEA har også bidratt til utvikling av trenerløypen i Norges idrettsforbund (NIF) og flere særforbund. Nærheten til toppidrettsmiljøene påvirker valg, perspektiver og tolkninger, med både fordeler og ulemper. For å sikre upartiskhet involverte vi flere forskere i prosjektet. Andreforfatter (JF) var sentral i planlegging og gjennomføring, spesielt i fokusgruppeintervjuet med trenere og ledere, og bidro med transkribering og analyser. Tredjeforfatter (SAS), professor i idrettsvitenskap, har forsket på talentutvikling i nærmere 15 år og har lang erfaring med kunnskapsutvikling i klubber og særforbund. NPA er førsteamanuensis i idrettsvitenskap og forsker på ferdighets- og prestasjonsutvikling med søkelys på risikokultur og utøvervelvære i idretten, utøveres vilje til å trene og konkurrere med smerte og skade. I tillegg har det vært av stor betydning å innhente tilbakemeldinger fra de andre forfatterne angående både rådata og transkripsjoner av intervjuene.

Deltakere

Miljøet deltakerne ble rekruttert fra, var nøye utvalgt basert på tidligere internasjonale resultater (VM og OL) og en historikk på hvordan miljøet også følger opp utøverelevne på andre måter (flere tiår med olympiske mestre og individuell skoleoppfølging). For å bevare mulighet for anonymisering blir ikke dette idrettsgymnaset beskrevet spesifikt. Alle trenere og ledere ble invitert til fokusgruppeintervjuet. De seks utøverne var ytterligere selektert fra to individuelle idretter, basert på resultater. De ble intervjuet én-til-én tidlig i andre skoleår for at de skulle ha erfaring nok fra skolen til å kunne gi utfyllende svar. Et nøye selektert utvalg kan ifølge Malterud og kolleger (2016) gi verdifulle innsikter på spesifikke forskningsspørsmål, selv med færre deltakere. Braun og Clarke (2021) poengterer at fastsettelse av utvalgsstørrelse i kvalitative prosjekter ofte er pragmatisk og påvirket av faktorer som lokal kontekst, fagfelt og tidsskrifters normer.

Intervjuer

Alle intervjuer var semistrukturert og basert på teorier, modeller og erfaringer, som nevnt tidligere. Vi gjennomførte alle intervjuene med ønske om minst mulig belastning for deltakerne, og at de skulle føle seg tryggest mulig (se f.eks. King et al., 2018). Alle de individuelle intervjuene av utøverelevne

ble gjennomført av FEA på skolen i et klasserom etter skoletid for å unngå å bruke skole- eller treningstid. I fokusgruppeintervjuet var både FEA og JF til stede. FEA gjennomførte intervjuet, mens JF noterte hva som skjedde underveis, og noterte hvem som sa hva på ulike tidspunkter. På den måten sikret vi kunnskap om hvem som sa hva, og om når de sa det. Alle intervjuene ble tatt opp ved hjelp av elektronisk båndopptaker og først transkribert med Autotekst (sikker løsning) og deretter gjennomgått manuelt av JF. De individuelle intervjuene varte i mellom 35 og 57 minutter, mens intervjuet i fokusgruppen varte i 124 minutter med en 20 minutter lang pause underveis. Totalt ble seks utøvere, tre ledere eller trenere og syv trenere intervjuet.

Analyse

I tråd med valg av KR (f.eks. Fletcher, 2017) ble en abduktiv analyse valgt (se også Timmermans & Tavory, 2022, s. 3). Tilnærmingen åpner for å jobbe i spennet mellom det man er interessert i, ved å følge de vanlige teoriene, men også for å være åpen for nye, uventede funn. Som Fletcher (2017, s. 186) skriver, er KR en teori- og forskerdrevet analyseprosess. Prosessen er typisk iterativ og søker etter mønstre eller avvik i kvalitative data. Inngående kjennskap til flere perspektiver vil hjelpe forskeren med å undersøke kjent terreng, men også med å vise vei når nye ting fremskaffes. Typisk vil det brukes når data samles på en ny måte. Vår forståelse av abduksjon er at eksisterende teorier (f.eks. PYD, DK og SDT) delvis påvirker våre oppmerksomhetsområder i de semistrukturerte intervjuguidene og i større grad vår tolkning av resultatene. Med andre ord, og som tidligere nevnt, gikk vi i forskningen ikke inn uten forforståelse. Tidligere forståelse og teorier setter rammer for hva vi ser etter, og skal forebygge vilkårlige resultater med hensyn til problemstilling (f.eks. King et al., 2018; Thompson, 2022). Samtidig er man ikke nødt til å passe dataene inn i disse rammene, men bør søke å finne den mest logiske forklaringen på et fenomen. Vi baserte oss på de seks stegene fra Braun og Clarke (2006), men som Braun et al. (2016, s. 196) presist anmerker, var analysen også basert på et skjæringspunkt mellom egne teoretiske og faglige forutsetninger og rådataene.

Resultat

Vi ønsket i denne undersøkelsen å se på kontekstuelle (eks. idrettsgymnas med tett oppfølging av trenere og lærere) og relasjonsorienterte beslutninger (hvor utøverne får stort ansvar for beslutninger selv), hvordan disse samsvarer

mellom ledere, trenere og utøvere, samt hvilke konsekvenser disse kunne gi for forholdet mellom trenerne og utøverne. Analysen konkluderte med to sentrale temaer: «trenernes ansvar og støtte» og «samarbeidsorientert kultur».

Trenernes rolle og støtte

Dette delkapittelet inneholder tre temaer: «ledelsesfilosofi», «trenernes og ledernes roller» og «utøvelse og kommunikasjon».

Ledelsesfilosofi

Trenere og ledere vektla filosofien til skolen og helhetlig og langsiktig oppfølging. En av lederne (L1) konkretiserte: «Det som ligger i bunnen for [skole]filosofien, er individuell helhetlig oppfølging», og «[r]esultatene er kanskje en konsekvens av personlig utvikling. Vi jobber med dette utviklingsarbeidet». Flere av trenerne og lederne nevner også mulighet for egen utvikling som trenere og ledere i et slikt miljø, og deres egenutvikling gjenspeiler arbeidet med utøverelevne (T1): «Vi jobber for å bli bedre hele tiden, og at vi ser hver enkelt utøver, det tror jeg [vi] er ganske gode på.» På spørsmål til utøverne om individuelt utviklingsarbeid sier eksemplvis utøver 6 at «[d]et har vært veldig bra. Det er mye mer strukturert og profesjonelt her. Treningene er mer målrettede, og jeg har fått mye bedre oppfølging både sportslig og som skoleelev». En annen utøver (U1) samstemmer:

Ja, jeg føler at på skolen så er vi mer et lag, selv om alle driver med individuell idrett. Så blir vi på en måte opplært på trening. Vi stiller som et lag, vi hjelper hverandre, vi støtter hverandre. Hvis det går bra, så er vi glad, hvis det går dårlig for noen, så er vi liksom med og støtter. Så jeg føler på en måte, sånn jobber vi jo sammen da, for at alle kan nå sine individuelle mål.

Som det siste sitatet peker på, er det en del av filosofien at utøverne forventes å bidra til helheten i gruppen og miljøet – man er ikke kun der for sin egen del. Dette blir en viktig del av kulturen som bidrar til at de løfter hverandre opp. Utøver 4 er en av dem som eksplisitt kommenterer dette, og hvordan det blir selvforsterkende over tid:

Kulturen, kanskje da. Jeg føler at her hvor jeg har vært, så har det vært veldig mye fokus på det her. At man trener mye, det er bra miljø for det. Og da, når man har de som vil at du skal bli god, og de som legger til rette, så kommer det av seg selv også.

For å skape en slik kultur snakkes det også mye om selvstendigjøring av utøverne, noe som gikk igjen i de fleste intervjuene. En av lederne (L3) påpeker at «[d]et man er mest stolte av – når de ser en utøver som du ser at er blitt selvstendig». På spørsmål til utøverne, trenerne og lederne om grad av selvstendighet har endret seg, var svaret at det gradvis blir mer selvstendighet. Utøver 4 sier at det er en utfordring i starten når man flytter til et nytt sted:

Jeg tror hvis man tar det litt vel lett, det der med å bo alene, så er det lett å spise dårlig. At alt baller seg, blir mye skittentøy, og da kommer du bakpå på skolen, på idretten, og så bare baller vi sammen, da. Det tror jeg er vanskelig med å bo alene.

L1 forteller litt om denne tankegangen: «Det ble jo sagt litt om dette i stad, om hvordan vi har en filosofi om at de tar et større og større ansvar for sin egen trening eller utvikling gjennom de tre åra.» For å få til å ta ansvar selv, så snakker trenerne om å utvikle kunnskap til dette, her med L3 sine ord:

[...] dette med at du må begynne å lære å ta ansvar. Og selvfølgelig må du lære å krabbe før du kan gå. Men i hvert fall i forhold til målsettinger, da prøver vi liksom, over tid, med videogrupper og så videre, på våren, det er liksom sammensatt, men det er en ting, at de tar [...] lærer seg å prate om teknikk.

Oppsummert virker det som om filosofien i miljøet også handler om å utvikle en balansert lagfølelse og treningskultur, men også selvstendighet. Filosofien i bunnen gir ringvirkninger for hvordan de utøver rollen og organiserer arbeidet.

Trenerne og lederne roller

Filosofi og utøvelsen av rollen henger tett sammen. En av lederne (L2) påpekte: «Vi er gode på å tilpasse oss, hver enkelt utøver og da, for de er forskjellige, og de krever forskjellige ting.» Utøverne peker på det samme, blant andre U4:

Jeg valgte [skolen] fordi det er kanskje et bedre system enn landslaget. Egentlig bedre tilrettelegging. Landslaget er kanskje litt mer individuelt, få backup. Men her er det trenerne som du kan kontakte hele tiden. Du har fellestreninger som regel hver dag. Hjelp på skirenn med smøring. Alt det der, så det er den totalpakka [trener] bidrar til med å gjøre meg bedre.

Utøverne setter pris på den helhetlige støtten som tilbys, og de beskriver hvordan denne hjelper dem med å utvikle seg både sportslig og personlig. Den konstante tilgjengeligheten av trenere gir en følelse av trygghet, hvor utøveren kan konsentrere seg om forbedring uten å bekymre seg for logistiske utfordringer. Dette systemet gir en balansert tilnærming til trening, hvor samarbeid og fellesskap står i sentrum, og hvor hver utøver føler seg sett og ivaretatt. En av trenerne (T1) viser hvor viktig den tette oppfølgingen kan være når selvstendigheten også skaper problemer:

Vi ser dem rett ut på trappa. I dag var det 23 minusgrader. Der var det en jeg fanget opp som skulle trene to timer skøyting, liksom [ler]. Det er sånne ting. Det å forklare dem at når det blir så kaldt, så er det mye tøffere å trene. Vi justerte det ganske så kjapt. Det er sånne enkle [ting], når man er sånn nære dem hele tiden.

Denne nærkontakten mellom trener og utøver gjør det mulig å reagere raskt på situasjoner som kan påvirke utøverens helse og prestasjon. Trenerens evne til å oppdage og justere treningsplanen viser hvor viktig det er med fleksibilitet og erfaring. Dette eksempelet illustrerer hvordan mindre justeringer kan ha stor innvirkning på utøverens velvære og langsiktige utvikling. En av lederne peker på mye av det samme (L1):

Og da er vi inne på en annen ting som faktisk er ganske viktig for oss, da, fordi det er ulikt på de ulike toppidrettsgymnasene. Vi har trenere som er 100 prosent ansatte trenere og har ansvaret for idretten samtidig som de har faget toppidrett. Men det betyr at de har tid til å ta seg av utøveren. Sånn at når utøveren er ferdig med trening, er gått på skole, har et friminutt, så kan de oppsøke treneren, få svar eller hjelp til treningsfaglige spørsmål, men også en voksen som faktisk kan innta voksenrollen, da.

Trenerne fungerer ikke bare som veiledere i idretten, men også som mentorer som kan gi råd og støtte i hverdagen. Denne støtten skaper en trygg læringsarena hvor utøveren kan vokse i et miljø som verdsetter både prestasjon og personlig utvikling. Flere utøvere peker også på langsiktighet og tålmodighet i trenernes og ledernes tilnærming, her ved U2:

Jeg merker jo liksom, spesielt her på [skolen], så er det veldig stort fokus på liksom, ja hver enkelt utøver og det med forbedring, da. De vet at, ja vi må ikke stresse med resultater og sånne ting, det kommer når det kommer, men så lenge du blir bedre for, ja hver måned og hvert år, så vil det en gang komme gode resultater, da.

Måten trenerne og lederne opererer på, gir en mer bærekraftig utvikling med søkelys på prosess fremfor på umiddelbare resultater. Vektlegging av kontinuerlig forbedring skaper et miljø hvor tålmodighet og innsats blir anerkjent.

Utøvelse og kommunikasjon

Flere av utøverne og trenerne peker på måten kommunikasjonen gjennomføres på mellom dem. Et eksempel er på spørsmål om de har lagt merke til forskjeller mellom norske og utenlandske trenere når de er ute og reiser. En av utøverne (U5) sier:

Jeg har jo inntrykk av at ... det er ganske seriøst mange steder. Kanskje. Jeg har hørt, i Tyskland, at det er ganske seriøst der. Mange unge utøvere som på en måte nesten brenner seg ut. Før de er voksen og [...]».

En annen utøver (U3) sier følgende om Norge versus noen andre land:

Så det er nok mye fokus på å trene mye, og mest mulig, på en måte at det blir liksom mest er beste, på en måte, og det er veldig strengt på sånne småting som gjør at man kanskje drar litt ut gleden fra de som er aller [...] eller det er bare de som er helt, helt topp motivert som blir stående igjen, gjør at det blir litt dårligere miljø kanskje, og at man mister andre ferdigheter, sånn som i World Cup, så ser man jo at nordmenn tryner jo aldri, men russere og svensker går på snørra annethvert renn og river ned hverandre, så det er nok mye å hente på å bare ha litt mye gøy.

Selv om ikke alle kan peke på slike forskjeller mellom Norge og utlandet, sier blant andre U2 følgende: «Ja, altså det er jo både lærer og trenere og sånne ting [...] har jo, gir deg liksom muligheten til å ta en samtale når som helst, hvis det går litt tøft eller sånne ting.» En ting som går igjen i intervjuene er strukturen, – med dialog mellom utøvere og trenere, mer enn at ledere bestemmer. Som tidligere nevnt så endres egenansvaret til utøverne litt gjennom første året. U1 sier det med sine ord:

Jeg lager mye mitt eget treningsprogram, men i første klasse lagde treneren min det der for meg, så da lærte jeg jo veldig mye av det, når han lagde det i fjor. Og så har vi jo en samtale i måneden på [idrett], da, og jeg vet ikke helt hvordan det er med de andre idrettene, men på [idrett] har vi i hvert fall en samtale i måneden, hvor vi går gjennom treningsplanen som jeg har lagd neste måned, og da ser jo han på det og

kommer med sine vurderinger, og han har jo utdanning innenfor det, så jeg hører jo på det. Og så synes jeg de er flinke til å tilpasse, og de snakker jo med lærerne hvis vi sier at det har blitt litt for mye.

I denne sammenhengen viser også utøverne at de opplever tillit om det er utfordringer, eksempelvis ved sykdom:

Det man håper på, er at man møter opp på økt. Og at folk skjønner at du er i dårligere form enn det du var. Det er alltid vondt å ha vært syk [...]. Det er mange faktorer som spiller inn. Og spesielt når man har vært syk. At folk respekterer det at du har vært syk. (U3)

I intervjuene fremheves dermed viktigheten av dialog og en god relasjon for å kommunisere åpent, og for at utøverne tør å uttrykke sine behov og bekymringer. I intervjuene tyder en slik åpenhet også på at det skapes bedre grobunn for både prestasjoner, trivsel og utøvervelvære (helse).

Samarbeidsorientert kultur

Dette delkapittelet inneholder to temaer: «fellesmål og individuelle mål» og «løse utfordringer».

Fellesmål og individuelle mål

Det er mange elementer som kan peke på dette temaet, hvor individuelle mål går sammen med fellesmål. Et eksempel er fra U2, som sier at «[d]et er jo overgang å flytte hjemmefra og sånne ting, så det å liksom fortelle de hva som er lurt og ikke, det blir jo et litt sånn felles ansvar», og som beskriver at det er kunnskap og blanding av interesse og mål som er felles for dem. U5 sier følgende: «Det beste med miljøet er jo at vi ønsker hverandre vel. Selv om vi er konkurrenter, så ønsker vi liksom hverandres fremgang, og vi ønsker jo at alle skal lykkes i det de setter som mål.» Også U4 peker på både felles treningskultur og utfordringene med konkurranse selv blant venner:

Jeg tror det kan bli mye konkurranse. Det er en veldig konkurransegjeng, både på skole og på idrett. Og jeg merker litt på det selv, at det kan være litt mye med tanke

på at du skal være best på idretten, og så attpåtil i det miljøet her så er det viktig å være god på skolen også. Så det koster ganske mye.

Selv om konkurransen kan dra utøverne opp, er det også en balanse i konkurranseelementet. Denne tosidigheten av konkurranse er det flere av trenerne og lederne som er bevisst på. De nevner blant annet viktigheten av å samarbeide med foreldre for å skape et mest mulig positivt miljø både for enkelutøvere og for helheten. L1 sier følgende:

Så det synes jeg innimellom utfordrer verdiene våre, på den måten at når vi snakker om rekruttering, og da må du nesten si, du rekrutterer ikke, bare utøver, du rekrutterer foreldre, og det har vi vært med, på godt og vondt, vi har hatt veldig gode utøvere her, som har hatt foreldre som har ødelagt miljø, og det handler om den respekten da, på det som blir gjort, på det at hvordan du tenker på helheten, at du egentlig driter i helheten så lenge jeg får mitt, på den måten er det [verdiene] utfordret[av], syntes jeg.

Trenerne understreker også viktigheten av å ha klare spilleregler og felles målsettinger som alle kan enes om. Når alle i gruppen er enige om disse målsettingene, kan det bidra til å lette presset på den enkelte og fremme samarbeid og støtte innad i gruppen. Støtte og samarbeid kan gjøre det lettere for utøverne å nå sine individuelle mål samtidig som de bidrar til gruppen. T1 sier det slik:

Det som er bra òg, er at vi har de spillereglene som vi har å bli enige med, eller det kan være med på å utvikle utøverne. Det er jo kjempefint i forhold til oppmøte å være forberedt, og at det ikke er noen mobbing og de tingene der, sånn. At vi er enige om det, alle utøverne, og så har vi, ja at alle er liksom enige om det, og så har vi òg noen målsettinger da, i forhold til hva vi skal ligge i treffprosent, for eksempel. Eller ja, i forhold til resultater og at vi har sånn felles målsettinger, tror jeg er veldig fint for gruppa at man ikke [...] ja nå er det lettere å på en måte nå sine mål, tror jeg, og man er litt flere, altså at det er lettere at man jobber sammen, og så blir det kanskje ikke så mye på skuldrene sine selv, da, tror jeg er bra.

Trenerne påpeker også at de utvikler dette arbeidet med utøverne over tid. Å ha utøverne som elever gjør også at man kan etablere forståelsen for egen filosofi, og for måten man setter mål på, men at også dette arbeidet har utviklet seg over tid. De beskriver blant annet at filosofien bak arbeidet for kontinuitet og for å unngå skader utdypes gjennom undervisning

i klasserom, men at måten de gjennomfører dette med målsetting, har utviklet seg over tid. Her er det sagt med ordene til T4:

Ouf, jeg vet ikke, kanskje filosofien bak det må nesten ha klasseromsundervisning, som sier noe om hvorfor man gjør det, og for «den grunnen». Kontinuitet for å bli værende skadefri er nok det største markøren for suksess i det vi gjør. Om du er sunn [healthy] og sterk [fit], har du en mye bedre sjanse for å oppnå suksess i din sport. Og så må du ha en plan. «We had a plan but I dont think we had a goal.» Vi hadde en plan, men ikke et mål. Et konkret mål som vi måtte nå til denne, eller til denne standard. Vi har en plan på ti uker, og vi kan markere progresjonen. Men det er første gang vi gjør det i år, så vi må lære oss hva vi må gjøre med det.

Løse utfordringer

Når utøverne opplever utfordringer, viser det seg ofte at den tette relasjonen er avgjørende. Det å føle seg utenfor kan være en sorgreaksjon eller til og med depresjon, som T3 beskriver det: «Det som man kanskje ser, ofte blir det jo sagt at ‘du er skadet, du kan gjøre mye skole’, det blir i hvert fall hvis det er alvorlig skade. Så er det viss depresjon rundt det.» Flere av trenerne og lederne diskuterer hvordan en følelse av å være utenfor kan løses, og hva som blir viktig i slike situasjoner. T1 sier det som følger:

De er vant med å trene hver dag. Og så plutselig skal dem kanskje ikke det. Også den mentale biten, da, når det blir helt bom stopp. Da kan det skje, da er det viktig å være rundt dem og få hjulpet dem. Det er superviktig. Hatt en nå som har hatt kyssesyken, og da er det er jo seks måneder ute, ikke sant? Den oppfølgingen av den planen, da, viktig med en plan i det, det er super, superviktig. Også at vi tilpasser både trening og belastning, ikke minst.

Flere av utøverne peker også på liknende elementer. U6 sier følgende: «Trenerne er veldig engasjerte og bryr seg om oss som utøvere. Vi har også tilgang til fysioterapeuter og andre støttefunksjoner som hjelper oss med å holde oss skadefrie og i god form.» U2 sier at støtte hjemmefra er viktig, men også fra trener ved utfordringer som skade:

Men også den støtten fra treneren som liksom har utøvere som har vært gjennom det samme før, da, som kan si at det ikke er første gang det skjer, og det går normalt sett veldig bra. Så er jo også den derre støtten fra vennene i gruppa, liksom, at alle har stort sett troa på det hverandre driver med. Og minner hverandre på at «nå må du bare bruke hodet, så kommer du snart tilbake på trening».

I utfordrende situasjoner peker spesielt trenere og ledere på det avgjørende med helhetlig og individualisert oppfølging. Utøverne signaliserer at det er det de ønsker seg, samt at de som har opplevd utfordringer på kroppen, har følt denne en at de fikk individualisert oppfølging. Dette innebærer å tilpasse treningsprogrammer og belastning etter den enkeltes behov og situasjon samt tilgang til mental støtte for å håndtere eventuelle psykologiske utfordringer som følger i kjølvannet. Genuin omsorg og engasjement fra trenere og støtteapparat bidrar til at utøverne ved skolen føler seg ivaretatt og verdsatt, ikke bare som utøvere, men også som mennesker.

Diskusjon

Denne studien undersøkte kontekstuelle og relasjonsorienterte beslutninger på et idrettsgymnas kjent for mange tidligere medaljeutøvere, samt evnen til å følge opp utøverelever. Spesifikt så vi på samsvar mellom ledere, trenere og utøvere sine svar i forhold til spørsmålsstillingen og mulige konsekvenser. Funnene viste i stor grad samsvar mellom hva ledere og trenere svarte at de forsøkte å oppnå, og hva utøverelevne opplevde, men det var også nyanser i svarene som var interessante.

Trenerens rolle og støtte i utøverutvikling

Stambulova og Wylleman (2019, s. 83) poengterte at utøverelever må håndtere mange krav, slik som i idretten, i studier, i sosiale relasjoner og i eget privatliv. De beskriver også hvordan disse utøverne må kunne håndtere mulige barrierer underveis, eksempelvis utfordringer som sykdom og skader, slik flere av utøverne beskriver. Stambulova og Wylleman (2019) peker blant annet på manglende fleksibilitet og mangel på tid til sosialt liv og restitusjon. I intervjuene med både ledere, trenere og utøvere kommer det frem at man ideelt prøver å jobbe langsiktig på dette idrettsgymnaset. To eksempler er blant annet L1 sin kommentar om at utøverne kan kontakte lederne etter «arbeidstid» om nødvendig, og U2 som beskriver langsiktighet med tanke på resultater. Konkret betyr det at det er rammer både for sosial kontakt og for å ha tydelig søkelys på restitusjon og langsiktighet – med andre ord en holistisk tilnærming. Som nevnt skriver Weiss og Wiese-Bjornstal (2009, s. 7) at de essensielle elementene for PYD er et mestringsorientert klima preget av omsorg, med støttende relasjoner (blant

både voksne og jevnaldrende). Flere av lederne peker på at grunnlaget for filosofien er individuell helhetlig oppfølging, hvor resultatene kommer som konsekvens av personlig utvikling. Et slikt miljø er nesten ordrett slik Holt og kolleger (vår oversettelse, 2016, s. 231) definerer PYD: «Voksenstyrte aktiviteter skal bidra til at ungdom utvikler overførbare personlige og sosiale livsferdigheter i tillegg til de rent fysiske ferdighetene.»

En ledelsesfilosofi som bygger på både relasjonelle og selvstendige elementer, finner også mye støtte i SDT (se f.eks. Vansteenkiste et al., 2023). Et interessant poeng er derfor hvordan det ser ut til at strukturen ved idrettsgymnaset er strammere det første året, for deretter å slippes opp i andre og tredje klasse. Det er flere elementer som er viktige å trekke frem her. For det første, som det blir nevnt i intervjuene, må utøverne ha nok kunnskap om toppidrett og trening for å kunne være selvstendige. Både leder- og trenergruppen og utøverne peker på dette elementet: Man trenger god nok kunnskap til å ta riktige avgjørelser. I tillegg er nærheten til trenerne avgjørende for ikke å ta veldig ukloke valg, slik som i eksempelet om langkjøring i ekstremkulde (T1). Når det gjelder det psykologiske behovet for autonomi, utfordres balansen mellom kontroll og struktur. Også grenseoppgangen mellom det å utvikle tillit og det å ta opp utfordringer som dukker opp, er krevende. Hvor mye skal man tillate at utøvere prøver og feiler før man som trener og leder griper inn? Hva er *for* tett oppfølging? Kompetansebehovet kan komme i spenn med autonomibehovet, hvor en trygg relasjon også kan gjøre balansen bedre. Et eksempel var utøveren som skulle på langkjøring i mange kuldegrader. Her var det viktig å stanse eleven fra skadelig trening (mindre autonomi), men også å utvikle forståelsen for hvorfor slik trening i sterk kulde ikke var en god idé (økt kompetanse). I en trygg relasjon mellom trener og utøver var en slik avgjørelse kanskje lettere for treneren å gjennomføre. Senere studier bør likevel se på mer kritisk på dette temaet, altså hva som er «optimal» individuell oppfølging basert på perspektivet til både trenere og utøvere med tanke på både trivsel, personlige behov og prestasjoner.

I en studie av Toering et al. (2012) av unge fotballspillere viste at høyere skår på refleksjon og innsats var relatert til bedre prestasjon, samt at elite-spillerne var mer oppmerksom på sine sterke og svake sider og brukte økt innsikt til å utvikle seg. Å utvikle denne typen refleksjon handler både om å kjenne seg selv og om å forstå grunnlaget for utviklingsarbeidet man holder på med. Flere av utøverne fortalte at de selv var ansvarlig for å sette mål, men sammen med treneren. Det betyr at den nære kontakten, med minimum

månedlige møter for å evaluere og følge opp prosessen, bygger opp både utøver-trener-relasjonen og en mulighet for kontinuerlig justering og tilpasning. U4 beskriver systemet som at det innebærer bedre tilrettelegging, men mindre individuelt enn på landslag. Dette er en spennende betraktning om systemet i bunnen, med trenere tilgjengelig hele tiden. Til tross for stor grad av autonomi i bunnen er det lett å komme i kontakt med fagpersoner. I en nylig litteraturgjennomgang skriver Saarinen et al. (2025, s. 24) at det er viktig å få mulighet til å utvikle egen identitet som utøverelev på en balansert måte. I vår studie identifiserte vi tilgjengelighet og oppfølging av fagpersoner – i kombinasjon med gradvis utvikling av kunnskap, selvrefleksjon og autonomi – som nøkkelfaktorer for både sportslig og personlig utvikling.

Viktigheten av samarbeidskultur

Spesielt utøverne i denne studien peker på samarbeidskulturen som etableres på gymnaset. De trekker frem flere elementer, blant annet oppfølgingen av hverandre ved sykdom og skaderehabilitering. De trekker også frem at de lærer å «holde seg unna» når noen er syke, slik at de ikke smitter hverandre. Spesielt virker det som smitte var en utfordring i starten av skoleforløpet, men at de gjennom både evne og kunnskap om seg selv, restitusjon og smittevern utviklet evnen til å vurdere bedre over tid. På mange måter blir kulturen som ledere og trenere forsøker å oppnå, selvforsterkende blant utøverne, men den utfordres også av foreldre og av konkurranse mellom utøverne. I intervjuene kan man ane en ambivalens i hvordan foreldre, forventinger og konkurranse oppleves. På den ene siden er foreldreinvolveringen viktig for utøvere i denne gruppen, noe som er i tråd med tidligere forskningsstudier (Abrahamsen et al., under utgivelse; Tessitore et al., 2021). På den andre siden kan også foreldreinvolveringen oppleves utfordrende om ikke foreldrene forsterker skolens visjoner og mål. Slik var det også for utøverne, hvor de på den ene siden opplever seg som en gruppe hvor de støtter hverandre, men på den andre siden kan det også bli for mye konkurranse, både i idrett og på skolen, slik både trenere, ledere og utøvere peker på. Likevel virker det som implementeringen av en samarbeidskultur har motvirket noen av de mulige negative trekkene rundt foreldreinvolvering, men longitudinelle studier kan i fremtiden bedre avdekke en slik dynamikk.

Sentrale motivasjonsteorier (Bradshaw, 2023) poengterer betydningen av målsettinger som er mer indre motivert, spesielt med tanke på velvære. I datamaterialet virket det som om trenere og ledere tilrettela for økt indre

motivasjon over tid (gjennom blant annet økt kunnskap) og opplevd autonomi av å sette egne mål. Etablering av både individuelle og felles mål som går på utvikling og sosiale relasjoner, er mål man har mer kontroll over. Rene resultatmål gir en standard, men tar ikke alltid hensyn til utfordringer som oppstår underveis. Gjesdal og kolleger (2022) peker i sin studie på at selv når en opplevd reduksjon i prestasjon er forårsaket av skader eller andre eksterne hendelser, kan denne reduksjonen gi negative konsekvenser for kompetansefølelsen. En kultur som balanserer målene både i skole og i idrett samt ivaretar en mer langsiktig, autonom og holistisk målsettingsstrategi, kan bidra til å minske slike utfordringer gjennom andre måter å underbygge de tre SDT-behovene på. Å være del av miljøet også under rehabilitering, og å føle at man er viktig for de andre uansett prestasjoner og resultater, kan også være viktig for både utøveres og treners behov, slik Frøyen og Pensgaard (2014) pekte på.

I en slik kultur kan det også være lettere å gi tøffe tilbakemeldinger. Ett eksempel er at når man har en trygg og god relasjon, opplever kanskje utøveren at trenere og ledere bryr seg om ham eller henne, uavhengig av sportslige resultater. En betinget relasjon vil være mer sårbar i perioder da man ikke får resultatene man ønsker seg, og det vil være vanskelig å ta opp uenigheter tidlig. I tillegg kan det være lettere å legge bak seg uenigheter og konflikter dersom relasjonen oppleves trygg og god (se Knee & Browne, 2023). Slik trygghet kan bidra til bedre håndtering av skader og personlige problemer, da utøveren ikke føler seg isolert eller misforstått, og de andre utøverne kan være med på å forsterke tryggheten. På direkte spørsmål om erfaringer med ulike miljøer på tvers av land var det få utøvere som hadde slike erfaringer med dette. De som hadde erfaring, svarte at kulturen i Norge og ved dette idrettsgymnaset var mindre autokratisk enn den de opplevde i andre land. En av utøverne (U2) svarte at det var lettere å ha samtaler om vanskelige temaer når relasjonen var trygg og god, og en annen (U3) snakket også om at det var forskjeller mellom Norge og andre steder med tanke på det å ha det gøy. I noen land kunne det bli for seriøst (jf. f.eks. U5), noe som kan påvirke tålmodighet i utviklingsarbeidet. Igjen kan det med søkelys på mer enn resultater være lettere å skape en kultur der utøverne opplever at de er mer enn konkurrenter. Fremtidig forskning bør sammenlikne elever ved idrettsskoler i ulike land og kulturer for å gi en mer nyansert forståelse av hvordan ulike utdanningsystemer og kulturelle kontekster påvirker elevenes erfaringer og narrativer. Dermed kan man også redusere risikoen for å sammenlikne elevbakgrunner fra svært ulike satsingsmiljøer.

Begrensninger, ny forskning og praktiske råd

Denne studien har flere begrensninger. For det første er ikke utvalget gjort tilfeldig, men strategisk. Det betyr at utvalget heller ikke er representativt, men valgt både ut fra resultater og ut fra hvordan miljøet er kjent for å følge opp utøverelevne. At det gjøres gode ting i gode miljøer, kan fort bli en tautologi. Spørsmålet i denne studien gikk i større grad på *hvordan* trenere og ledere gjør gode ting, og på *hvordan* treneres og lederes ønskede og planlagte tilnærming *oppleves* av utøverelevne. Det finnes nok av eksempler i idrett hvor gode resultater er skapt i kulturer som ikke ivaretar utøvere og relasjonen mellom trenere, ledere og utøvere. En begrensning i denne forbindelse er selvsagt hva andre miljøer kan lære; alt er ikke mulig å gjenta. Trenerens og ledelsens inngang til tematikken er likevel spennende: Man rekrutterer ikke bare utøvere (L1), men også foreldre. Planen for å etablere denne typen ledelse starter allerede før skolestart – i inngangen til skolen, når elever vurderes for opptak. En utfordring er de utøverelevne som blir rekruttert bort, som eksempelvis ikke får tilgang til samme tilrettelegging, både på grunn av økonomi, fordi toppidrettsgymnas kan være kostbart, og på grunn av (for) tidlig selektering.

En annen begrensning handler om hvor ærlig både ledere, trenere og utøvere er i intervjusituasjonen. Eksempelvis vil man i gruppeintervjusituasjonen kunne være strategisk i sine svar, både overfor intervjueren og andre ledere og trenere som er til stede. Her virker individuelle utøverintervjuer som kontroll. I disse intervjuene var det sterkt samsvar mellom hva utøverne opplevde, og hva lederne og trenerne ønsket å oppnå, men det er selvsagt mulig at utøverne også svarte strategisk. Nye studier, gjerne longitudinelle, bør derfor se på hvordan en slik ledelseskultur etableres. Sammenlikning på tvers av miljøer vil være nyttig, både på tvers av skoler uten samme oppfølging og strukturer og i og utenfor Norge.

Rent praktisk har studien flere interessante momenter. For det første trenger det ikke å være en motsetning mellom å skape gode sportslige resultater og å skape gode mennesker. Begge deler kan skapes gjennom å bygge en relasjon mellom ledere, trenere og utøvere som er basert ikke bare på resultater, men på en holistisk tilnærming der det er lett å komme i kontakt med hverandre. For å få til dette er idéen om langsiktighet forankret i hele organisasjonen. Det betyr også at trenere ikke evalueres bare basert på hvilke «stjerner» de skaper (se også Abrahamsen & Chroni, 2021), men også for kulturen de bygger. For det andre er det en tydelig planlagt vei til autonome utøvere, fra en mer stram struktur det første året, der grunnlaget

legges gjennom blant annet kunnskap, til deretter å gi mer rom for selvstendige valg jo lenger ut i studiene utøverne kommer. I møte med sykdom og skader er denne relasjonen svært viktig, og utøverne blir verdsatt både individuelt og som del av miljøet, også i slike perioder. Utøverne var opptatt av at individuell oppfølging gjorde det lettere å tenke langsiktig – også i et miljø som var konkurransepreget.

Avslutningsvis understreker denne studien viktigheten av å skape et helhetlig og støttende miljø for utøvere, der både sportslige resultater og personlig utvikling fremmes. Videre forskning bør rette søkelys på hvordan slike kulturer kan etableres og opprettholdes, med mål om å overføre vellykkede strategier til ulike idrettsmiljøer. Slik forskning vil bidra til dypere forståelse av hvordan ledelse og relasjoner påvirker utøvernes opplevelser og prestasjoner, og vil gi verdifulle innsikter for trenere og ledere som ønsker å skape liknende miljøer.

Om forfatterne

Frank Abrahamsen, ph.d., jobber på Norges idrettshøgskole. Han har publisert over 60 fagfelleverderte arbeider og flere bøker innen motivasjon, stress, prestasjonsangst og ledelse i eliteidrett. Han har arbeidet tett med nasjonale og internasjonale topputøvere og trenere over flere tiår, inkludert deltakelse i flere olympiske og paralympiske leker. Hans forskning og praksis kombinerer vitenskapelig forankring med anvendt erfaring fra prestasjonsmiljøer i og utenfor idretten.

Josefine Frøshaug er prestasjons- og idrettspsykologisk rådgiver med bachelor- og mastergrad i idrettspsykologi fra Norges idrettshøgskole. Hennes primære fag- og forskningsinteresser er relasjoner, effektiv kommunikasjon og støtte i trener–utøver-relasjonen, med særlig vekt på samsvar mellom treneres intensjoner og utøvers ambisjoner i talentutviklingsløp. Hun er opptatt av samspeillet mellom idrett, kultur og samfunn, og hvordan samfunnets normer og forventninger gjenspeiles i idrettens praksis. Hun er også utdannet spesialpedagog fra Universitetet i Oslo og har flere års erfaring fra arbeid i skolen.

Stig Arve Sæther er professor i idrettsvitenskap ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), og hans forskningsprofil er knyttet til ferdighets- og prestasjonsutvikling, og spesielt talentutvikling i idrett, hvor

han har bidratt til forskningsfeltet med nærmere 60 vitenskapelige artikler og flere bøker. Sæther er leder for forskningsgruppen SPDSS og editor-in-chief i tidsskriftet *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Nils Petter Aspvik er førsteamanuensis i idrettsvitenskap ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU). Han har doktorgrad i Idrettsvitenskap og underviser i trenerroller, trenerpraksis og idrett og helse. Forskningsprofilen til Aspvik er spesielt knyttet til trener-utøver relasjonen og idrett og helse, med fokus på idrett og risikokultur og utøvervelvære. Aspvik er co-editor for tidsskriftet *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Referanser

- Abrahamsen, F. E. & Bentzen, M. (2025). En kartleggingsoversikt av SDT-forskning på eliteidrett i Norge. I H. Halvari & H. Olavsen (Red.), *Motivasjon i fokus: Selvbestemmelsesteori i teori og praksis* (s. 293–321). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.236.ch11>
- Abrahamsen, F. E., Bjørsvik, H. & Sæther, S. A. (2026). From ambition to achievement: Parental support in U23 biathlon athletes' career path to the elite level. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8, 44–53. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v8i.150179>
- Abrahamsen, F. E. & Chroni, S. (2021). Longevity in elite coaching: Motives and maneuvers keeping them in the game. *Roeper Review*, 43(1), 53–66. <https://doi.org/10.1080/02783193.2020.1840466>
- Abrahamsen, F. E. & Pensgaard, A. M. (2012). Longitudinal changes in motivational climate and performance anxiety among elite handball players. *International Journal of Applied Sport Sciences*, 24(1), 31–42. <https://doi.org/10.24985/ijass.2012.24.1.31>
- Bhaskar, R. (1979). *The possibility of naturalism: A philosophical critique of the contemporary human sciences*. Harvester Press.
- Bhaskar, R. (1998). Philosophy and scientific realism. I M. Archer, R. Bhaskar, A. Collier, T. Lawson & A. Norrie (Red.), *Critical realism: Essential readings* (s. 16–47). Routledge.
- Bhaskar, R. (2008). *A realist theory of science*. Routledge.
- Bjørndal, C. T. & Gjesdal, S. (2020). The role of sport school programmes in athlete development in Norwegian handball and football. *European Journal for Sport and Society*, 17(4), 374–396. <https://doi.org/10.1080/16138171.2020.1792131>
- Bjørndal, C. T. & Ronglan, L. T. (2020). Athlete development in Norwegian handball. I J. Baker, S. Coble & J. Schorer (Red.), *Talent identification and development in sport* (2. utg., s. 100–114). Routledge.
- Bjørndal, C. T., Andersen, S. S. & Ronglan, L. T. (2018). Successful and unsuccessful transitions to the elite level: The youth national team pathways in Norwegian handball. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 13(4), 533–544. <https://doi.org/10.1177/1747954117740014>
- Bradshaw, E. L. (2023). Causes, costs, and caveats: Reflections and future directions for goal contents theory. I R. M. Ryan (Red.), *The Oxford handbook of self-determination theory* (s. 139–159). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197600047.013.7>
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

- Braun, V., Clarke, V. & Weate, P. (2016). Using thematic analysis in sport and exercise research. I B. Smith & A. C. Sparkes (Red.), *The Routledge handbook of qualitative research in sport and exercise* (s. 191–205). Routledge.
- Braun, V. & Clarke, V. (2021). To saturate or not to saturate? Questioning data saturation as a useful concept for thematic analysis and sample-size rationales. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 13(2), 201–216. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1704846>
- Bruner, M. W., McLaren, C. D., Sutcliffe, J. T., Gardner, L. A., Lubans, D. R., Smith, J. J. & Vella, S. A. (2023). The effect of sport-based interventions on positive youth development: A systematic review and meta-analysis. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 368–395. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1875496>
- Bruner, M. W., McLaren, C. D., Sutcliffe, J. T., Gardner, L. A. & Vella, S. A. (2024). Conceptualizing and measuring positive youth development in sport: A scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(2), 704–752. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2070861>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1980). The empirical exploration of intrinsic motivational processes. *Advances in experimental social psychology*, 13, 39–80. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60130-6](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60130-6)
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Deci, E. & Ryan, R. (2000). The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_01
- Fletcher, A. J. (2017). Applying critical realism in qualitative research: Methodology meets method. *International Journal of Social Research Methodology*, 20(2), 181–194. <https://doi.org/10.1080/13645579.2016.1144401>
- Frøyen, A. F. & Pensgaard, A. M. (2014). Antecedents of need fulfillment among elite athletes and coaches: A qualitative approach. *International Journal of Applied Sports Sciences*, 26(1), 26–41.
- Gjesdal, S., Bjørndal, C. T. & Luteberget, L. S. (2022). The relationship between the perception of reduced performance due to injury or illness and basic psychological need satisfaction in Norwegian youth elite handball: A cross-lagged panel analysis. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 3, 76–82. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v3i.120880>
- Gould, D., Carson, S. & Blanton, J. (2013). Coaching life skills. I P. Potrac, W. Gilbert & J. Denison (Red.), *Routledge handbook of sports coaching* (s. 259–270). Routledge.
- Hallmann, K. & Weustenfeld, N.-H. (2025). Constraints and facilitators of elite athletes' dual careers: A systematic literature review. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 17(1), 167–174. <https://doi.org/10.1080/19406940.2024.2377546>
- Hansen, P. Ø., Chroni, S., Skille, E. Å. & Abrahamsen, F. E. (2021). Leading and organising national teams: Functions of institutional leadership. *Sports Coaching Review*, 10(3), 274–294. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1896213>
- Haraldsen, H. M., Halvari, H., Solstad, B. E., Abrahamsen, F. E. & Nordin-Bates, S. M. (2019). The role of perfectionism and controlling conditions in Norwegian elite junior performers' motivational processes. *Frontiers in Psychology*, 10, Artikkel 1366. <https://psycnet.apa.org/doi/10.3389/fpsyg.2019.01366>
- Haraldsen, H. M., Nordin-Bates, S. M., Abrahamsen, F. E. & Halvari, H. (2020). Thriving, striving, or just surviving? TD learning conditions, motivational processes and well-being among Norwegian elite performers in music, ballet, and sport. *Roeper Review*, 42(2), 109–125. <https://doi.org/10.1080/02783193.2020.1728796>
- Haraldsen, H. M., Solstad, B. E., Ivarsson, A., Halvari, H. & Abrahamsen, F. E. (2020). Change in basic need frustration in relation to perfectionism, anxiety, and performance in elite junior performers. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 30(4), 754–765. <https://doi.org/10.1111/sms.13614>

- Haraldsen, H. M., Ivarsson, A., Solstad, B. E., Abrahamsen, F. E. & Halvari, H. (2021). Composites of perfectionism and inauthenticity in relation to controlled motivation, performance anxiety and exhaustion among elite junior performers. *European Journal of Sport Science*, 21(3), 428–439. <https://doi.org/10.1080/17461391.2020.1763478>
- Holt, N. L., Deal, C. J. & Pankow, K. (2020). Positive youth development through sport. I G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Red.), *Handbook of sport psychology* (4. utg., s. 429–446). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781119568124.ch20>
- Holt, N. L., Deal, C. J. & Smyth, C. L. (2016). Future directions for positive youth development through sport. I N. L. Holt (Red.), *Positive youth development through sport* (2. utg., s. 229–240). Routledge.
- Holt, N. L., Scherer, J. & Koch, J. (2013). An ethnographic study of issues surrounding the provision of sport opportunities to young men from a western Canadian inner-city. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(4), 538–548. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.02.005>
- King, N., Horrocks, C. & Brooks, J. (2018). *Interviews in qualitative research* (2. utg.). Sage.
- Knee, C. R. & Browne, L. (2023). Relationships motivation theory. I R. M. Ryan (Red.), *The Oxford handbook of self-determination theory* (s. 160–186). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197600047.013.8>
- Lochbaum, M. & Sisneros, C. (2024). Situational and dispositional achievement goals and measures of sport performance: A systematic review with a meta-analysis. *Sports*, 12(11), 299. <https://doi.org/10.3390/sports12110299>
- Malterud, K., Siersma, V. D. & Guassora, A. D. (2016). Sample size in qualitative interview studies: Guided by information power. *Qualitative Health Research*, 26(13), 1753–1760. <https://doi.org/10.1177/1049732315617444>
- Palmer, K. K., Chinn, K. M. & Robinson, L. E. (2017). Using achievement goal theory in motor skill instruction: A systematic review. *Sports Medicine*, 47(12), 2569–2583. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0767-2>
- Parr, S. (2015). Integrating critical realist and feminist methodologies: Ethical and analytical dilemmas. *International Journal of Social Research Methodology*, 18(2), 193–207. <https://doi.org/10.1080/13645579.2013.868572>
- Pelletier, L. G. & Rocchi, M. (2023). Organismic integration theory: A theory of regulatory styles, internalization, integration, and human functioning in society. I R. M. Ryan (Red.), *The Oxford handbook of self-determination theory* (s. 53–83). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197600047.013.4>
- Reeve, J. (2023). Cognitive evaluation theory: The seedling that keeps self-determination theory growing. I R. M. Ryan (Red.), *The Oxford handbook of self-determination theory* (s. 33–52). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197600047.013.3>
- Ronglan, L. T. (2019). Sports coaching the Scandinavian way: The significance of context. I C. L. T. Corsby & C. N. Edwards (Red.), *Exploring research in sports coaching and pedagogy: Context and contingency* (s. 23–30). Cambridge Scholars.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11(4), 319–338. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_03
- Ryan, R. M. & Vansteenkiste, M. (2023). Self-determination theory: Metatheory, methods, and meaning. I R. M. Ryan (Red.), *The Oxford handbook of self-determination theory* (s. 3–32). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197600047.013.2>
- Ryan, R. M., Connell, J. P. & Deci, E. L. (1985). A motivational analysis of self-determination and self-regulation in education. I C. Ames & R. E. Ames (Red.), *Research on motivation in education: Bd. 2. The classroom milieu*, (s. 13–51). Academic Press.
- Saarinen, M., McDougall, M., Gjesdal, S. & Bjørndal, C. T. (2025). Student-athletes' mental health in the European sport school context: A scoping review. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 1–31. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2024-0029>

- Skille, E. Å., Hansen, P. Ø., Abrahamson, F. E. & Chroni, S. (2020). National and organizational culture in Norwegian elite sport: The account of national handball head coaches. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 11, 93–116. <https://sportstudies.org/2020/10/21/national-and-organizational-culture-in-norwegian-elite-sport-the-account-of-national-handball-head-coaches/>
- Solà, M. G., Ramis, Y., Carmona, M. B. & Torregrossa, M. (2023). Dual careers in women's sports: A scoping review. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 154, 16–33.
- Stambulova, N. B. & Wylleman, P. (2019). Psychology of athletes' dual careers: A state-of-the-art critical review of the European discourse. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 74–88. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.013>
- Stambulova, N., Wylleman, P., Torregrossa, M., Erpič, S. C., Vitali, F., de Brandt, K., Khomutova, A., Ruffault, A. & Ramis, Y. (2024). FEPSAC position statement: Athletes' dual careers in the European context. *Psychology of Sport and Exercise*, 71, Artikkel 102572.
- Sæther, S. A., Feddersen, N., Andresen, E. & Bjørndal, C. T. (2022). Balancing sport and academic development: Perceptions of football players and coaches in two types of Norwegian school-based dual career development environments. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 17(6), 1270–1282. <https://doi.org/10.1177/17479541221111462>
- Sæther, S. A., Nygaard, A., Johansen, B. T. & Erikstad, M. K. (2021). Talentutvikling via studieprogrammet idrettsfag: En retrospektiv studie av unge fotballspillers opplevelse av å kombinere videregående skole og satsning på en fotballkarriere. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 12, 85–111. <https://sportstudies.org/wp-content/uploads/2021/05/ssf-vol-12-2021-p85-111-saetheretal.pdf>
- Tessitore, A., Capranica, L., Pesce, C., De Bois, N., Gjaka, M., Warrington, G., MacDonncha, C. & Doupona, M. (2021). Parents about parenting dual career athletes: A systematic literature review. *Psychology of Sport and Exercise*, 53, Artikkel 101833.
- Thompson, J. (2022). A guide to abductive thematic analysis. *The Qualitative Report*, 27(5), 410–421. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2022.5340>
- Timmermans, S. & Tavory, I. (2022). *Data analysis in qualitative research: Theorizing with abductive analysis*. University of Chicago Press.
- Toering, T., Elferink-Gemser, M., Jordet, G., Pepping, G.-J. & Visscher, C. (2012). Self-regulation of learning and performance level of elite youth soccer players. *International Journal of Sport Psychology*, 43(4), 312–325.
- Turnnidge, J. & Côté, J. (2018). Applying transformational leadership theory to coaching research in youth sport: A systematic literature review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(3), 327–342.
- Vansteenkiste, M., Soenens, B. & Ryan, R. M. (2023). Basic psychological needs theory: A conceptual and empirical review of key criteria. I R. M. Ryan (Red.), *The Oxford handbook of self-determination theory* (s. 84–123). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197600047.013.5>
- Weiss, M. R. (2016). Old wine in a new bottle: Historical reflections on sport as a context for youth development. I N. L. Holt (Red.), *Positive youth development through sport* (2. utg., s. 7–20). Routledge.
- Weiss, M. R. (2019). Youth sport motivation and participation: Paradigms, perspectives, and practicalities. *Kinesiology Review*, 8(3), 162–170. <https://doi.org/10.1123/kr.2019-0014>
- Weiss, M. R. & Wiese-Bjornstal, D. M. (2009). Promoting positive youth development through physical activity. *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 10, 1-8.
- Øydna, M. L. & Bjørndal, C. T. (2023). Youth athlete learning and the dynamics of social performance in Norwegian elite handball. *International Review for the Sociology of Sport*, 58(6), 1030-1049. <https://doi.org/10.1177/10126902221140844>

KAPITTEL 11

Mellom idrett og utdanning: elevers trivsel, helse og pedagogiske utfordringer på norske idrettsungdomsskoler

Christian Thue Bjørndal Norges idrettshøgskole, Norge

Milla Saarinen Norges idrettshøgskole, Norge

Marie Loka Øydna Norges idrettshøgskole, Norge

Siv Gjesdal Norges idrettshøgskole, Norge

Abstract: This chapter examines students' learning, well-being, and development at specialised lower secondary sport schools in Norway. These schools attract students with a strong interest in sports, but recruitment is socially skewed, with an overrepresentation of students from higher socioeconomic backgrounds. The study shows that student-athletes generally report higher quality of life than their peers in regular schools, particularly regarding relationships with parents, friendships, and the school environment. However, a significant proportion experience psychological stress, low self-esteem, and burnout, especially among girls and older students. Furthermore, the study highlights the impact of pedagogical practices on students' commitment to sport. Many internalise a performance-oriented mindset where success in sports becomes a central part of their identity. While this can foster goal-directed development, it may also heighten stress and burnout if external expectations become too dominant. Schools must therefore balance academic and athletic demands through a flexible and holistic approach. Finally, the need for increased public funding is emphasised to ensure greater social representation, alongside a heightened awareness of how gender and performance ideals shape the school and sports environment.

Keywords: youth sport schools, youth sport, burnout, mental health, goal orientation and motivation, pedagogical practice

Sitering: Bjørndal, C. T., Saarinen, M., Øydna, M. L. & Gjesdal, S. (2026). Mellom idrett og utdanning: Elevers trivsel, helse og pedagogiske utfordringer på norske idrettsungdomsskoler. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 11, s. 247–269). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch11>

Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

Introduksjon

Formålet med dette kapittelet er å undersøke elevers læring, trivsel og utvikling ved spesialiserte idrettsungdomsskoler. I Norge har vi lang tradisjon for denne kombinasjonen på videregående nivå (Kristiansen & Houlihan, 2017; Kårhus, 2016, 2019). De siste årene har imidlertid også ungdomsskoler med idrettsprofil blitt stadig mer populære. Denne utviklingen er særlig interessant i lys av samfunnsutfordringer knyttet til stille-sitting, psykiske helseutfordringer og frafall fra organisert idrett. Samtidig må den også forstås i sammenheng med den økende profesjonaliseringen og kommersialiseringen av ungdomsidrett. Overgangen fra et tidligere mer lek- og breddebasert idrettstilbud til en stadig mer konkurranse- og prestasjonsdrevet modell har bidratt til økte krav til treningsmengde, spesialisering i ung alder og en mer selektiv tilnærming til talentutvikling (Skille et al., 2024). Mens tidligere forskning har gitt god innsikt i hvordan kombinasjonen av idrett og utdanning oppleves og påvirker elever på videregående nivå, er kunnskapen om yngre elever mer begrenset. For å fylle kunnskapsgapet er dette kapittelet tuftet på 5 års empirisk arbeid som utforsker fire sentrale temaer:

- Hvem er elevene på idrettsungdomsskolene?
- Hva motiverer elevene til å velge denne skoletypen?
- Hvordan påvirkes elevenes mentale helse og trivsel?
- Hvordan former skolepraksis elevenes satsingsatferd og forståelse av innsats, prestasjon og ansvar?

I 2021 hadde Utdanningsdirektoratet godkjent 23 idrettsungdomsskoler, med kapasitet på over 4000 elever. Disse skolene er private skoler med en klar idrettsprofil. Ifølge skolene tilbyr de organisert trening i skoletiden, innsikt i hva som kreves for å bli en fremtidig toppidrettsutøver, og en skolehverdag som tilrettelegges elevenes idrettsaktivitet, blant annet gjennom spisepauser og leksefri skole. Skolene vektlegger verdier som læring, mestring, motivasjon, allsidig trening og idrettsglede for å sikre en aktiv og engasjerende skolehverdag.

Kombinasjonen av idrett og utdanning på ungdomstrinnet kan potensielt møte flere sentrale utfordringer i grunnskolen. For eksempel har antall undervisningstimer i grunnskolen økt betydelig de siste tiårene, tilsvarende to ekstra skoleår mellom 1990 og 2010, hovedsakelig gjennom flere timer i norsk, matematikk og engelsk (Djupedal, 2022). Denne økningen har gjort

skolehverdagen lengre, mer stillesittende og mindre variert. Samtidig har vi sett betydelig økning i diagnostisering og medisinerings av ADHD og andre atferdsrelaterte lidelser og en merkbar økning i rapporterte psykiske helseplager blant barn og unge (Bang et al., 2024).

I lys av disse samfunnsmessige utfordringene er det spesielt interessant å undersøke hvordan idrettsungdomsskolene påvirker elevene. Disse skolene tiltrekker seg ungdom med sterk idrettsinteresse og høy grad av treningsdeltakelse, men et spisset idrettstilbud i skolen gir også nye utfordringer. Enkelte studier, som Kristiansen og Stensrud (2016, 2020), peker på risikoen for stress, overbelastning og skader knyttet til økt treningsmengde og prestasjonspress. Studier fra Danmark viser at trenere tilknyttet skolene spiller en nøkkelrolle som portvoktere for elevenes videre idrettskarriere (Skrubbeltrang et al., 2021). I tillegg viser Skrubbeltrang (2019) at kjønnsbaserte ulikheter preger idrettskolemiljøer i Sverige og Danmark, der jenter sammenliknet med gutter oftere må bevise sin plass og opplever mer press på skoleprestasjoner. Samtidig har idretter dominert av gutter ofte høyere status og bedre ressurser enn idretter hvor jenter er overrepresentert (Larneby, 2016). Denne tendensen kan påvirke trivsel, motivasjon og utviklingsmuligheter og understreker behovet for en mer inkluderende og bevisst pedagogisk praksis (Persson, 2022). I Finland viser forskning at jenter på idrettsungdomsskoler i større grad prioriterer skole og kan redusere idrettslige ambisjoner allerede ved starten av ungdomsskolen (Kuokkanen et al., 2024). Dette kan indikere at skolens akademiske forventninger, i kombinasjon med samfunnsnormer knyttet til kjønn, påvirker hvordan jenter balanserer skole og idrett. Også Olesen og kolleger (2020; 2022) understreker behovet for en helhetlig tilnærming til elevenes utvikling, hvor samspillet mellom idrettslige, akademiske og sosiale aspekter ivaretas.

Det empiriske materialet i dette kapittelet er hentet fra et større longitudinelt og tverrfaglig forskningsprosjekt om *elevers læring og utvikling på spesialiserte ungdomsskoler* i perioden 2021–2026, finansiert av Norges forskningsråd. Den første studien i prosjektet kartlegger hvem idrettselevne er og hva som kjennetegner trivsel og tidsbruk sammenliknet med ungdom i den offentlige skolen generelt. Den andre studien undersøker hvordan forhold knyttet til motivasjon for idrett og skole påvirkes og utvikles gjennom ungdomsskolen, og baserer seg på en kohort med elever som startet 8. trinn i 2022. Den tredje studien undersøker forhold knyttet til blant annet mental helse og trivsel, og baserer seg på en kohort som startet i 8. trinn i 2023. Den fjerde studien undersøker forhold knyttet til hvordan

utdanningen former elevene sin forståelse av seg selv og andre, inkludert satsningsatferd og forståelse av innsats, prestasjon og ansvar, gjennom en kvalitativ studie over to år på en enkelt idrettsungdomsskole.

Der det er relevant, sammenliknes funnene med annen nasjonal og internasjonal forskning på kombinasjonen av idrett og utdanning. Vi vil først beskrive hvem elevene på idrettsungdomsskoler er, og hvordan de skiller eller ikke skiller seg fra ungdom generelt. Deretter ser vi på deres motivasjon for å gå på en idrettsungdomsskole og for idrett generelt, før vi undersøker forhold knyttet til mental helse gjennom ungdomsårene. Til slutt drøfter vi hvordan idrettsskolenes pedagogiske praksiser og kultur påvirker elevenes selvforståelse og utviklingsprosjekter, før vi avslutter med noen betraktninger om idrettsungdomsskolenes rolle nå og i fremtiden.

Elever ved idrettsungdomsskoler

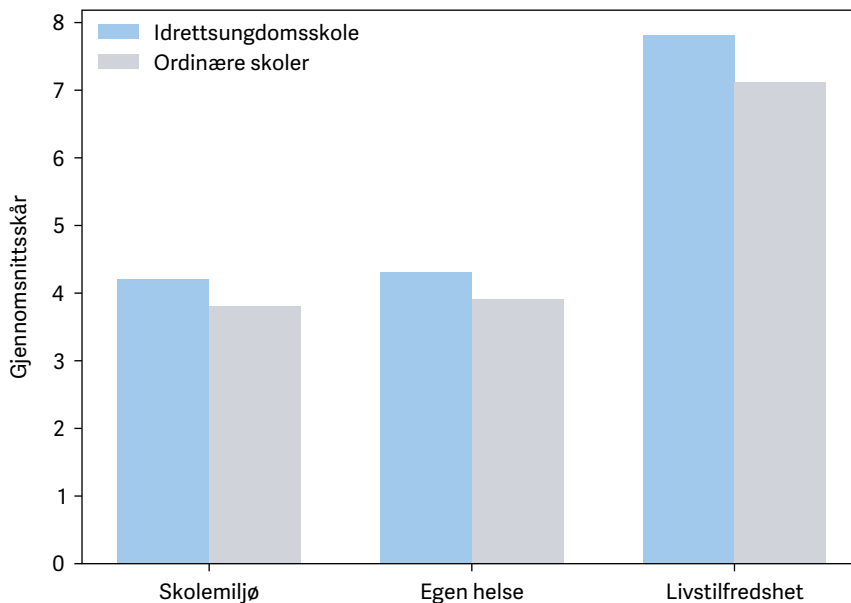
Idrettsungdomsskoler tiltrekker seg elever med sterk idrettsinteresse, høy treningsmengde og ambisjoner om videre idrettslig utvikling (Kristiansen & Houlihan, 2017; Kristiansen & Stensrud, 2016). Samtidig representerer denne elevgruppen ikke et tilfeldig utsnitt av ungdomsbefolkningen (Kristiansen & Houlihan, 2017; Strandbu et al., 2017), noe som gjør det særlig relevant å undersøke hvordan denne skolehverdagen påvirker elevenes trivsel, læring og utvikling, og hvordan tidsbruk skiller seg fra elever i ordinære skoler.

I den første studien undersøkte vi derfor 1353 elever på 8. til 10. trinn ved 16 idrettsungdomsskoler med spørsmål om forhold knyttet til livskvalitet, tidsbruk og opplevd sosialt press. Vi sammenliknet svarene med et representativt utvalg fra Ungdata-undersøkelsen. Denne sammenlikningen gir et sjeldent empirisk grunnlag for å vurdere hvordan idrettsungdomsskoler både tiltrekker seg og former bestemte typer idrettsskolepraksiser.

Høyere livskvalitet blant idrettselever

Elever på idrettsungdomsskoler rapporterer gjennomgående høyere livskvalitet enn elever i ordinære skoler, inkludert større tilfredshet med foreldreforhold, venner, skolemiljø, lokalmiljø og egen helse (figur 1). Forskjellene er særlig tydelige når det gjelder skolemiljø og egen helse, der idrettselevne skårer klart høyere.

Samtidig viser dataene betydelig variasjon innen gruppen, noe som understreker at idrettselever ikke utgjør en homogen gruppe. Kjønnforskjellene er særlig interessante, ettersom jentene ved idrettsskolene rapporterer høyere tilfredshet enn både guttene ved idrettsungdomsskoler og jenter ved ordinære skoler. Disse funnene kan indikere at idrettsungdomsskoler – for noen jenter – fungerer som støttende miljøer som demper enkelte utfordringer som ofte forbindes med ungdomstid, skole og kroppspress.



Figur 1. Trivsel og helse.

Figuren viser gjennomsnittlig tilfredshet med skolemiljø og egen helse og samlet livstilfredshet blant elever ved idrettsungdomsskoler sammenliknet med ungdom i ordinære skoler.

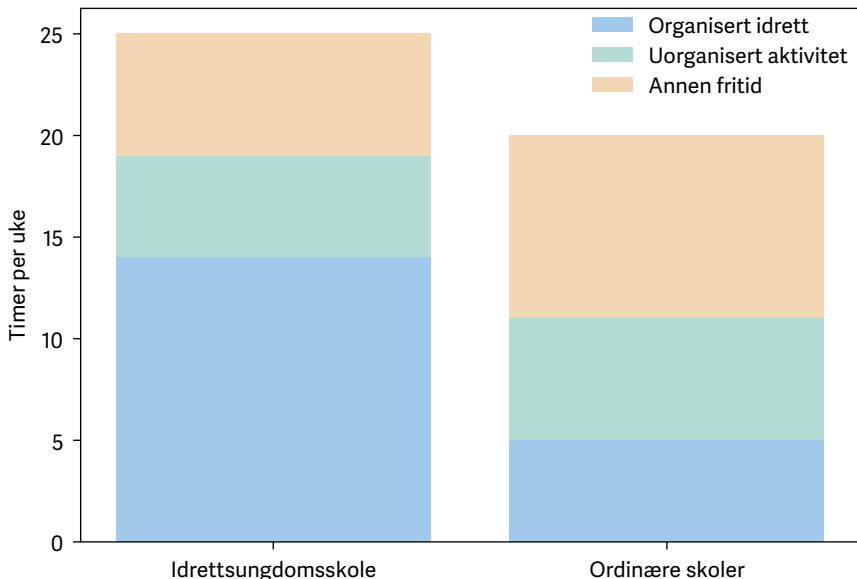
Forskjeller i tidsbruk og hverdagsliv

Som vist i figur 2 fremstår tidsbruk som et sentralt kjennetegn ved elevenes hverdagsliv, og figuren gir et tydelig bilde av hvordan satsingsatferd realiseres gjennom prioritering og forskyvning av aktiviteter. Elever på idrettsungdomsskoler prioriterer, ikke overraskende, organisert idrett i langt større grad enn sine jevnaldrende ved ordinære skoler (figur 2). De rapporterer gjennomgående høyere treningsmengde, i størrelsesorden 12–16 timer organisert trening per uke, som er mer enn dobbelt så mye som ordinære elever (4–6 timer). Hele 74 prosent trener

minst fem ganger i uken, sammenliknet med 30 prosent blant ordinære elever, og guttene rapporterer gjennomgående høyere treningsmengde enn jentene.

Til tross for at idrettselever bruker mer tid på organisert fysisk aktivitet, bruker de omtrent like mye tid på uorganisert fysisk aktivitet som ordinære elever. Dette funnet bekrefter at økt treningsmengde i hovedsak realiseres gjennom organisert idrett snarere enn gjennom et generelt høyere aktivitetsnivå (jf. figur 2). Idrettselever rapporterer i snitt 4 timer (jenter) og 6 timer (gutter) med uorganisert aktivitet per uke, mens elever ved ordinære skoler rapporterer 6 timer (jenter) og 7 timer (gutter). Disse tallene indikerer at høy treningsmengde ved idrettsungdomsskoler innebærer tydelig prioritering av strukturerte, målrettede og prestasjonsorienterte treningsformer. Satsingsatferd kommer dermed til uttrykk ikke bare gjennom *mer* aktivitet, men gjennom hva slags aktivitet som gis forrang.

Samlet ser det ut til at organisert idrett erstatter flere andre fritidsarenaer i elevenes hverdagsliv, noe som bidrar til både sterkere fellesskap innen idretten og et smalere erfaringsrom utenfor den.



Figur 2. Tidsbruk i hverdagen.

Figuren viser gjennomsnittlig tidsbruk på ulike aktiviteter per uke blant idrettselever og ungdom generelt. Idrettselever bruker betydelig mer tid på organisert idrett, mens ungdom generelt har høyere skjermtid, spesielt når det gjelder sosiale medier og gaming.

Når det gjelder skolearbeid, bruker idrettselever mindre tid på lekser enn ordinære elever, noe som må forstås i lys av at mange idrettsundervisningskoler er leksefrie. Denne tendensen kan bidra til lavere opplevd skolepress, særlig blant jenter, men reiser også spørsmål om hvordan ansvar for læring og prestasjon forskyves mellom skole og elev.

Når formelle leksekraav og ytre strukturer reduseres, forutsettes det i større grad at elevene selv planlegger, prioriterer og regulerer skolearbeid i balanse med trening, konkurransen og restitusjon. Denne organiseringen står i kontrast til tradisjonelle forestillinger om lekser som et sentralt virkemiddel for læring, og den må ses i lys av nyere norsk forskning som viser at mange elever er lei av lekser, og at leksefri skole kan bidra til å redusere konfliktnivå i familien (Mjaavatn et al., 2021). Samtidig innebærer en slik organisering at ansvar for progresjon og balanse i økende grad individualiseres, noe som kan styrke opplevelsen av autonomi og mestring, men også gjøre det vanskeligere å synliggjøre behov for støtte.

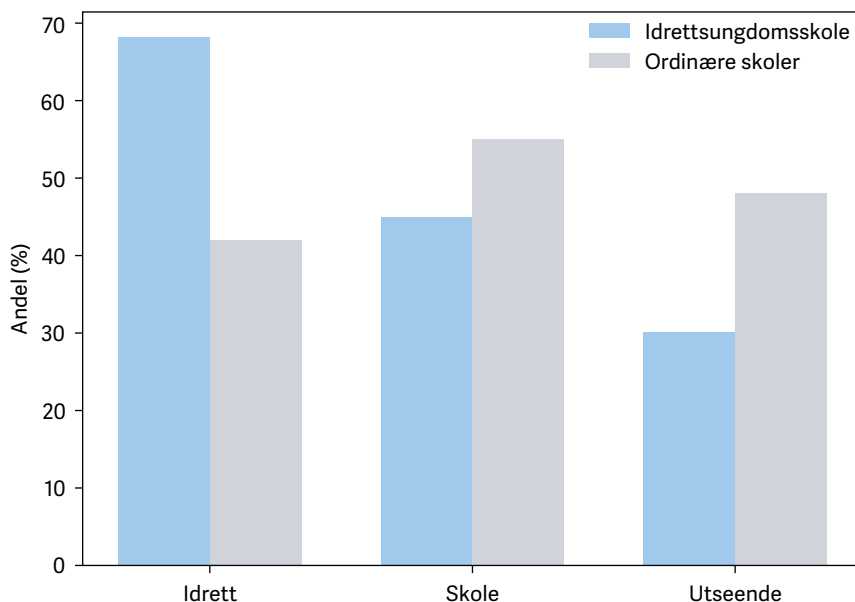
Idrettselever er noe sjeldnere sammen med venner på kveldstid enn ordinære elever, noe som særlig gjelder blant jenter. Denne tendensen kan indikere at sosiale relasjoner i større grad integreres i idretts- og skolekonteksten fremfor å foregå i mer uformelle sammenhenger. Sosialiseringen blir dermed tettere knyttet til prestasjonsarenaer, noe som kan styrke tilhørighet, men også gjøre det vanskelig å trekke seg tilbake fra idrettens normer og forventninger.

Opplevd sosialt press

Sammenliknet med ordinære elever rapporterer idrettselever om høyere idrettsrelatert press knyttet til konkurransen, utvikling og prestasjon. Dette presset fremstår som en forventet konsekvens av en skoleform som eksplisitt rekrutterer elever med høye ambisjoner, og som legger til rette for intensiv satsing.

Samtidig rapporterer idrettselever om lavere skolepress og betydelig lavere press knyttet til utseende og sosiale medier, særlig blant jenter. Det ser dermed ut til at press ikke forsvinner, men snarere forskyves – fra sosiale og estetiske arenaer til idrett og prestasjon.

Dette funnet kan tolkes som uttrykk for at idrettsskoler tilbyr en alternativ normativ orden der kroppen primært vurderes gjennom funksjon og prestasjon, og der identitet i større grad forankres i innsats og utvikling enn i digital synlighet.



Figur 3. Opplevd sosialt press.

Figuren viser andel elever som rapporterer moderat til høyt press knyttet til idrett, skole og utseende blant elever ved idrettsungdomsskoler, sammenliknet med ungdom i ordinære skoler.

Sosial bakgrunn og rekruttering til idrettsungdomsskoler

Elever med høy sosioøkonomisk status¹ er tydelig overrepresentert ved idrettsungdomsskoler: 54 prosent av idrettselevne kommer fra familier med høy sosioøkonomisk status, sammenliknet med 32 prosent i ungdomsbefolkningen generelt. Samtidig er elever med lav sosioøkonomisk status kraftig underrepresentert (8 prosent versus 22 prosent).

Dette funnet reiser viktige spørsmål om hvorvidt den høye trivselen blant idrettselever kan tilskrives skolene som sådan, eller om den stort sett reflekterer seleksjon av elever som allerede har gode forutsetninger for mestring, støtte og stabilitet. Denne utviklingen må ses i sammenheng med økende ulikhet i norsk ungdomsidrett, der kostnader, profesjonalisering og foreldreinvolvering bidrar til å avgrense hvem som faktisk har tilgang til utviklingsløp (Espedalen & Seippel, 2022; Espedalen & Strandbu).

¹ Sosioøkonomisk status (SES) ble operasjonalisert som en sammensatt indeks som kombinerer strukturelle indikatorer (foreldres utdanningsnivå) og materielle indikatorer (familieressurser/velstand). En slik indirekte tilnærming er vanlig i ungdomsundersøkelser, som [Ungdata](#), hvor selvrapporterte inntektsopplysninger ofte har begrenset validitet.

Motivasjon for skolevalg

Et helt sentralt spørsmål i forståelsen av læring, trivsel og utvikling ved idrettsungdomsskoler er hvorfor elevene velger denne skoletypen i utgangspunktet. Valget av idrettsungdomsskole innebærer ikke bare en preferanse for idrett, men et aktivt valg av en skolehverdag der idrett og utdanning er tett integrert, og der krav til innsats, prioritering og forpliktelse er tydelige. Dette er et valg som forutsetter opptaksprøver og ofte innebærer økonomiske investeringer, og som dermed også kan forstås som uttrykk for elevenes forventninger til både utvikling, struktur og fremtidige muligheter. I den andre studien i prosjektet undersøkte vi derfor elevenes motivasjon for å velge idrettsungdomsskoler, og hvordan motivasjonskvalitet henger sammen med mål på trivsel, prestasjon og fungering i denne konteksten.

Hva er motivasjonen for å starte på idrettsungdomsskoler?

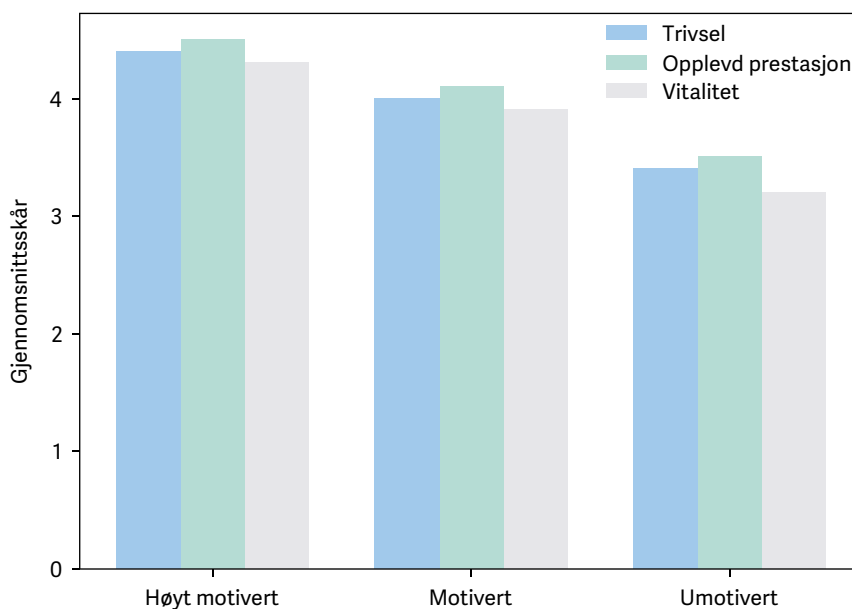
Hvordan elever opplever og håndterer hverdagen ved idrettsungdomsskoler, vil i stor grad avhenge av den underliggende motivasjonen man har for skolevalget. En analyse av 522 elever på 8. til 10. trinn (Gjesdal et al., 2025) undersøkte motivasjonskvalitet for å velge en idrettsungdomsskole. Analysen tok utgangspunkt i selvbestemmelsesteorien² (Deci & Ryan, 2017), og undersøkte i hvilken grad elevenes motivasjon var forankret i selvbestemte (indre og identifiserte) eller kontrollerte (ytre og introjiserte) grunner.

Basert på elevenes svar identifiserte vi tre hovedprofiler for motivasjon for skolevalg: «høyt motivert», «motivert» og «umotivert». Nesten samtlige elever (98,6 prosent) tilhørte kategoriene høyt motivert eller motivert og rapporterte om en kombinasjon av selvbestemte grunner (glede, interesse for idrett) og mer kontrollerte grunner (ambisjon, prestasjon og fremtidige muligheter) for skolevalget. Vi fant ingen tydelige kjønnsforskjeller i motivasjonsprofilene. Dette funnet indikerer at idrettsungdomsskolene i stor grad oppfattes som attraktive og meningsfulle utdanningsarenaer der personlige interesser og idrettslige ambisjoner kan forenes i en strukturert og legitim ramme.

2 Selvbestemt motivasjon – knyttet til interesse, glede og personlig verdi – er gjennomgående assosiert med vedvarende innsats, engasjement, trivsel og læring, mens mer kontrollerte former for motivasjon i større grad er forbundet med opplevd press, stress og sårbarhet dersom ytre belønninger eller forventninger faller bort. Samtidig er skole en obligatorisk kontekst, noe som gjør at kontrollerte motivasjonsformer også er til stede blant elever som ellers fungerer godt.

Det ser dermed ut til at elever som velger idrettsungdomsskole, velger seg selv inn i en skolekontekst der høy innsats og prioritering er normalisert, noe som kan styrke trivsel og samtidig øke sårbarhet dersom belastningen over tid blir for stor. Motivasjon for skolevalg kan dermed ikke forstås isolert som et uttrykk for interesse eller engasjement, men også som et valg av et bestemt hverdagsregime preget av krav til innsats, struktur og forpliktelse.

Disse funnene skiller seg fra tidligere forskning på motivasjon for skole generelt, der en betydelig andel ungdom rapporterer om lav skolemotivasjon og økende skoletrøtthet gjennom ungdomstrinnet (Bakken, 2024). Motivasjon for skolevalg ved idrettsungdomsskoler fremstår dermed ikke bare som et uttrykk for skoleengasjement, men som et valg av et bestemt utviklingsløp.



Figur 4. Motivasjonsprofiler og relaterte utfall.

Figuren er hentet fra Gjesdal et al. (2025) og viser gjennomsnittsskårer for trivsel, opplevd idrettsprestasjon og vitalitet fordelt på tre motivasjonsprofiler (høyt motivert, motivert og umotivert). Den illustrerer hvordan høyere grad av selvbestemt motivasjon for skolevalg henger sammen med bedre fungering i idrettsungdomsskolekonteksten, samtidig som også mer kontrollerte motivasjonsformer er til stede blant mange elever.

Elever i kategorien «høyt motivert» rapporterte gjennomgående om høyere opplevd idrettsprestasjon, høyere trivsel og større vitalitet sammenliknet med elever i kategoriene «motivert» og særlig «umotivert». Dette funnet tyder på

at elever som går inn i idrettsungdomsskolen med høy grad av selvbestemt motivasjon, også fungerer bedre innenfor denne krevende konteksten.

Samtidig er det viktig å understreke at selv blant høyt motiverte elever inngår kontrollerte motivasjonsformer (Gjesdal et al., 2017). Forventninger fra foreldre, trenere og omgivelser kan bidra til økt ytre press, noe som på sikt kan øke risikoen for stress og utmattelse dersom belastningen blir for stor. En viktig implikasjon er derfor at skolene bør arbeide aktivt for å styrke motivasjonen basert på interesse, mestring og personlig verdi fremfor ensidig prestasjons- eller resultatorientering. Dette gjelder også med tanke på hvordan skolene presenterer og markedsfører sitt tilbud.

Motivasjon, målorientering og selvfølelse

Motivasjon for skolevalg må også forstås i sammenheng med elevenes målorientering, og med hvordan de definerer suksess og kompetanse i hverdagen. I en videre analyse av 579 elever på 8. til 10. trinn (Gjesdal et al., 2026) undersøkte vi målorientering³.

Elever med høy grad av oppgaveorientering rapporterte om høyere generell selvfølelse enn elever med høy egoorientering (Gjesdal et al., 2026). Denne sammenhengen ble delvis forklart gjennom elevenes opplevelse av fremgang og mestring. Idrettsidentitet modererte ikke denne sammenhengen, noe som indikerer at relasjonene mellom målorientering, opplevd prestasjon og selvfølelse var stabile på tvers av elever med ulik grad av identifikasjon som idrettsutøvere. Samtidig rapporterte elevene generelt om svært høy idrettsidentitet, noe som understreker hvor sentral idretten er i elevenes liv.

Gjesdal et al. (2026) fant også kjønnsforskjeller, der gutter rapporterte høyere tilfredshet med egen idrettsprestasjon og høyere selvfølelse enn jenter. Dette funnet kan antyde at jentene i større grad enn guttene stiller strengere krav til egne prestasjoner, noe som kan reflektere kulturelle og sosiale forventninger innen idrettskonteksten, og som bør tas på alvor i skolenes pedagogiske arbeid.

3 Målorienteringsteorien (Ames, 1992; Nicholls, 1989) skiller mellom oppgaveorientering, der kompetanse forstås som personlig utvikling og mestring, og egoorientering, der kompetanse vurderes normativt i sammenlikning med andre. Teorien opererer både på individnivå (disposisjonell målorientering) og kontekstnivå (motivasjonsklima). Et mestringsklima – preget av vekt på innsats, læring og individuell framgang – antas å fremme oppgaveorienterte tolkninger av kompetanse, mens et prestasjonsklima – med vekt på rangering og sosial sammenlikning – forsterker egoorientering. Forskning viser at oppgaveorientering og mestringsklima er forbundet med høyere trivsel, vedvarende innsats og mer robuste prestasjoner (Gjesdal et al., 2019). Egoorientering kan være adaptiv ved høy opplevd kompetanse, men er særlig sårbarhetsfremmende når den kombineres med lav kompetanseopplevelse.

Samlet viser den andre studien i prosjektet at elevenes motivasjon for å velge idrettsungdomsskole både former og formes av et hverdagsregime preget av strukturert satsing, høye forventninger og sterk idrettsidentitet (Gjesdal et al., 2025; Gjesdal et al., 2026). Samtidig innebærer ikke høy grad av selvbestemt motivasjon nødvendigvis lav belastning; selv høy motivasjon kan over tid bli krevende dersom strukturelle forventninger, konkurranse og sammenlikning forsterkes. Når disse forventningene over tid intensiveres, reiser det spørsmål om hvordan belastning, restitusjon og mental helse håndteres innenfor skolens organisatoriske og pedagogiske rammer.

Mental og psykososial helse og trivsel

Den tredje studien i prosjektet innledet med å gjøre en systematisk oversikt på mentale helseutfordringer og utbrenthet blant elever ved spesialiserte idrettsungdomsskoler (Saarinen, McDougall, et al., 2025). Forskningslitteraturen er preget av studier som har undersøkt symptomer på psykisk uhelse og utbrenthet, fremfor en bredere tilnærming til mental helse. Unge idrettselever rapporterer generelt om lavere forekomst av mentale helseplager enn jevnaldrende, men at jenter systematisk rapporterer om høyere nivåer av psykisk uhelse, inkludert angst, depresjon og utbrenthet, samt lavere psykologisk velvære (ibid).

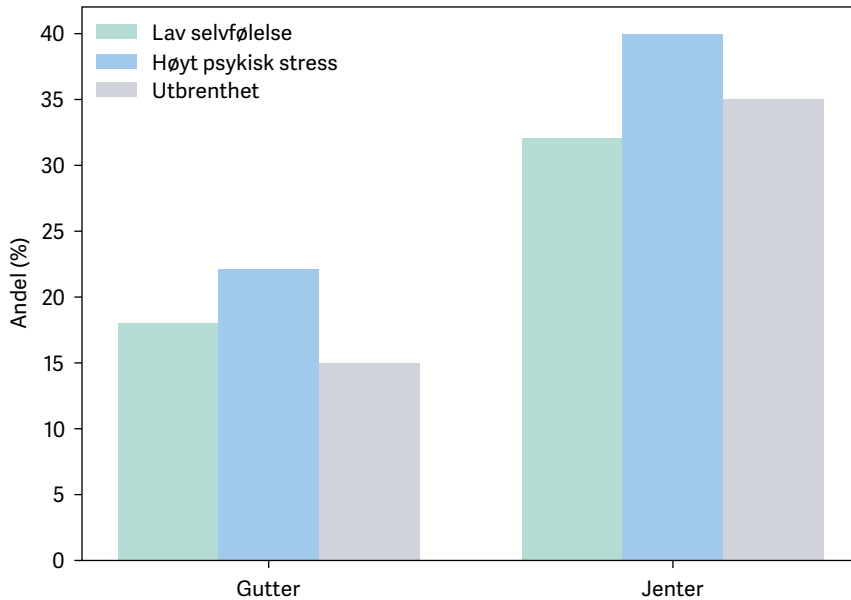
Forekomsten av psykisk stress, selvfølelse og utbrenthet

En tversnittstudie av 642 idrettselever fra 8. til 10. trinn. (Saarinen et al., 2024) undersøkte sammenhengen mellom kjønn, klassetrinn og idrettstype med tanke på selvfølelse, psykisk stress samt utbrenthet i både idrett og skole. Vi benyttet validerte målemetoder for selvfølelse (Rosenberg, 2015), opplevd psykisk stress (Strand et al., 2003) og utbrenthet i idrett (Sorkkila et al., 2020) og i skole (Salmela-Aro et al., 2009).

Resultatene viste tydelige og konsistente mønstre. Jenter, eldre elever og utøvere i individuelle idretter rapporterte om høyere nivåer av psykisk stress, lavere selvfølelse og mer alvorlige symptomer på både skole- og idrettsutbrenthet. Jenter hadde sammenliknet med guttene signifikant høyere sannsynlighet for å rapportere alvorlig idrettsrelatert utbrenthet, høyt psykisk stress og lav selvfølelse. Eldre elever rapporterte oftere om både skole- og idrettsutbrenthet, noe som kan reflektere økende krav, spesialisering og

forventninger over tid. Når det gjelder idrettstype, var forskjellene i utbrenthet og selvfølelse relativt små, men elever i individuelle idretter rapporterte gjennomgående om høyere nivåer av psykisk stress enn lagidrettsutøvere.

Figur 5 gir en oversikt over forekomsten av lav selvfølelse, høyt psykisk stress og utbrenthet blant elever ved idrettsungdomsskoler, og illustrerer hvordan disse belastningsindikatorne varierer systematisk med kjønn og alder.



Figur 5. Psykisk stress, selvfølelse og utbrenthet.

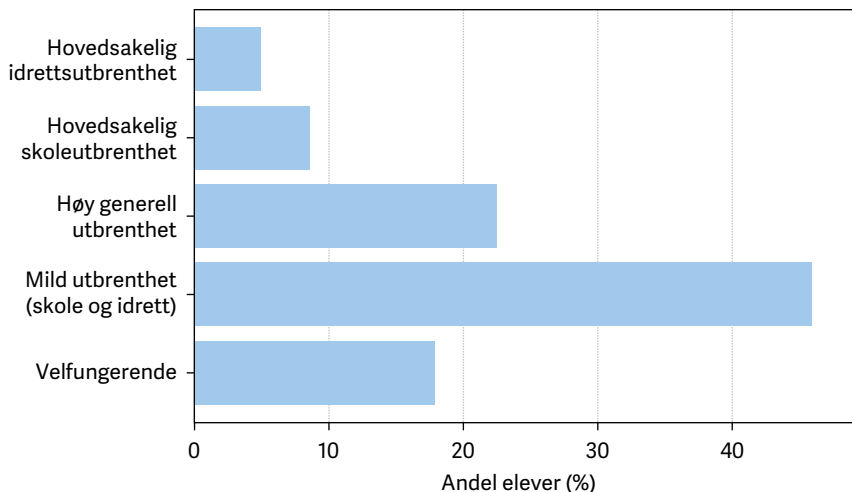
Figuren er hentet fra Saarinen et al. (2024) og viser forekomst av lav selvfølelse, høyt psykisk stress og symptomer på utbrenthet blant gutter og jenter på 8.–10. trinn. Figuren illustrerer systematiske kjønnsforskjeller i belastning og psykososial fungering.

Profiler av utbrenthet og fungering

En personorientert analyse (Saarinen, Phipps, Jordalen, et al., 2025) identifiserte fem distinkte profiler av utbrenthet:

- mild utbrenthet innen både skole og idrett (46 prosent)
- høy generell utbrenthet (22,5 prosent)
- velfungerende elever uten utbrenthet (17,9 prosent)
- hovedsakelig skoleutbrenthet (8,6 prosent)
- hovedsakelig idrettsutbrenthet (5 prosent)

Figur 6 illustrerer fordelingen av disse profilene, og tydeliggjør at utbrenthet ikke er et enten-eller-fenomen, men kommer til uttrykk gjennom ulike kombinasjoner av belastning i skole og idrett.



Figur 6. Utbrenthetsprofiler blant elever ved idrettsungdomsskoler.

Figuren er hentet fra Saarinen, Phipps, Jordalen, et al. (2025) og viser fordeling av fem profiler basert på kombinasjoner av skole- og idrettsutbrenthet. Figuren viser at utbrenthet kommer til uttrykk gjennom ulike mønstre av belastning, snarere enn som et enten-eller-fenomen.

Kjønn og alder spilte sentrale roller i fordelingen av profilene. Jenter var overrepresentert i gruppene med høy og mild utbrenthet samt i profilen preget av hovedsakelig idrettsutbrenthet. Eldre elever rapporterte generelt om høyere nivåer av utbrenthet enn yngre elever. Lav selvfølelse og høyt psykisk stress var sterkt assosiert med høyere grad av utbrenthet, mens sterk skoleidentitet hadde en beskyttende effekt, særlig mot skoleutbrenthet. Disse funnene indikerer at elever som opplever tilhørighet til skolen og mening i skolearbeidet, i større grad er rustet til å håndtere belastning.

Interessant nok var verken idrettsidentitet eller type idrett signifikant relatert til utbrenthet. Dette funnet utfordrer antakelsen om at sterk idrettsidentitet i seg selv øker risikoen for utbrenthet, og peker i stedet mot betydningen av treningsmiljø, forventninger og sosial støtte.

Utviklingen av utbrenthet over tid og foreldrenes rolle

En longitudinell analyse (Saarinen, Phipps, Kuokkanen, et al., 2025) undersøkte utviklingen i skole- og idrettsutbrenthet samt elevenes og foreldrenes

suksessforventninger (se også Nurmi et al., 2003) og oppdragelsesstiler (se også Aunola & Nurmi, 2005), gjennom en longitudinell studie hvor vi fulgte 265 elever fra 8. trinn og 203 foreldre over et skoleår.

Resultatene viste at utbrenthet økte signifikant gjennom skoleåret, særlig når det gjaldt skole. Jenter rapporterte høyere nivåer av utbrenthet allerede ved skolestart, mens gutter rapporterte lavere skoleutbrenthet ved samme tidspunkt. Disse kjønnsforskjellene forble relativt stabile gjennom skoleåret. Elever med lave egne suksessforventninger hadde sterkere økning i skoleutbrenthet, mens foreldres høye forventninger til skoleprestasjoner fremsto som beskyttende mot skoleutbrenthet.

Samtidig viste analysene at foreldrestøtte i form av affeksjon ikke alene var tilstrekkelig for å forebygge utbrenthet. En mer kompleks samspills-effekt ble observert: Elever som enten møtte lave forventninger og lite støtte eller høye forventninger og mye støtte, rapporterte om størst økning i følelsen av ikke å strekke til i idretten over tid. Dette funnet understreker viktigheten av balanse mellom støtte, forventninger og autonomi i foreldrerollen.

Samlet tegner studiene et nyansert bilde av elevenes psykiske helse ved idrettsungdomsskoler. Mange elever rapporterer om høy motivasjon og trivsel, men samtidig er det en betydelig andel som viser symptomer på både skole- og idrettsutbrenthet. Jenter og eldre elever fremstår som særlig utsatte grupper, preget av høyere psykisk stress og lavere selvfølelse.

Disse funnene peker på at psykisk helse blant elever ved idrettsungdomsskoler ikke kan forstås isolert som et individuelt anliggende, men må ses i sammenheng med de strukturelle og kulturelle rammene som preger elevenes hverdag. Det ser ut til at utbrenthet og psykisk stress i stor grad utvikles i skjæringspunktet mellom høye forventninger, tett kobling mellom skole og idrett og hverdagspraksiser der innsats, progresjon og prestasjon tillegges stor betydning over tid. Samtidig viser variasjonen i elevenes erfaringer at de samme rammene kan oppleves både støttende og belastende, avhengig av hvordan de hensyntar elevenes behov for mestring, autonomi og tilhørighet.

I lys av disse funnene blir det sentralt å rette oppmerksomheten mot hvordan satsingsatferd formes og reguleres i praksis, og mot hvilken rolle skolens og idrettens pedagogiske tilnærminger spiller i denne prosessen. Hvordan trenings- og undervisningspraksiser organiseres, hvilke normer for innsats og ansvar som kommuniseres, og hvordan støtte, forventninger og oppfølging balanseres i hverdagen, fremstår som avgjørende for om satsing over tid blir helsefremmende eller helsemessig belastende. Denne orienteringen danner utgangspunktet for neste

delkapittel, der satsingsatferd og pedagogiske praksiser ved idrettsungdomsskoler analyseres nærmere.

Satsingsatferd og pedagogiske praksiser

Mens den andre studien i prosjektet viste hvordan elever i stor grad velger seg til en kontekst preget av høy innsats og ambisjoner, og den tredje studien dokumenterte hvordan denne konteksten over tid kan være forbundet med både trivsel og økt belastning, viser den fjerde studien hvordan skolens pedagogiske praksiser aktivt produserer og regulerer satsingsatferd i hverdagen. Ved hjelp av kvalitative forskningsmetoder har vi undersøkt samspillet mellom idrettsungdomsskolens pedagogiske praksiser og elevenes forståelse og praktisering av satsingsatferd. Gjennom feltarbeid og fokusgruppeintervjuer med både elever og trenere ved en idrettsungdomsskole over en toårsperiode viser studien hvordan satsingsatferd ikke bare kan forstås som et individuelt valg eller en personlig egenskap, men formes og reguleres gjennom konkrete pedagogiske praksiser og diskurser om den ideelle idrettseleven. Vi retter med dette et kritisk blikk mot hvordan intensjoner om utvikling og talentarbeid også kan produsere utilsiktede konsekvenser for elevenes trivsel, selvforståelse og handlingsrom.

Skolens praksis er orientert mot intensjoner om talentutvikling og progresjon. Denne orienteringen kommer særlig til uttrykk gjennom en sterk vektlegging av elevenes selvregulering, selvstendighet og individuelle ansvar for å håndtere krav i både skole og idrett. Elevene lærer å formulere egne mål, planlegge trening, overvåke belastning og evaluere egen progresjon. Slik etableres satsingsatferd som et normativt ideal, der det forventes at elevene kontinuerlig prioriterer, optimaliserer og regulerer egen hverdag. Det oppstår en gjennomgående spenning mellom idealer om autonomi og normative forventninger om hva som teller som «riktig» trening, progresjon og utvikling. Denne spenningen spiller bredere utdanningspolitiske føringer, der selvregulering og ansvarliggjøring fremstår som sentrale pedagogiske mål (Riese et al., 2020).

En analyse av trenernes praksis (Øydna et al., 2026b) viser hvordan de i særlig grad var informert av biomedisinske diskurser, der normative standarder for treningsmengde, restitusjon, helse og atferd etableres som objektive referanser for god praksis. Gjennom eksplisitte regler, anbefalinger og evidensbaserte prinsipper kommuniseres tydelige forventninger til hva det innebærer å være en seriøs og ansvarlig idrettselev. Disse diskursene former

samtidig elevenes forståelse av egen kropp, helse og prestasjon og bidrar til å avgrense handlingsrommet for alternative prioriteringer. Satsingsatferd fremstår dermed ikke bare som ønsket, men som moralsk forpliktende.

Samtidig viser vi at elevene ikke passivt internaliserer disse normative forventningene. Videre dokumenterer analyser av elevintervjuer (Øydna et al., 2025) hvordan elever aktivt forhandler, justerer og tidvis motsetter seg normative krav gjennom det som analyseres som «etisk arbeid» (Foucault, 1985). Dette etiske arbeidet handler om hvordan elevene reflekterer over egne ambisjoner, grenser og prioriteringer i møte med press fra både skole og idrett. En senere analyse (Øydna et al., 2026a) viser hvordan elever utvikler strategiske former for motstand der de bevisst omdefinerer hva som oppleves som ansvarlig og bærekraftig satsing, blant annet ved å vektlegge mental helse, restitusjon og langsiktig trivsel fremfor kontinuerlig optimalisering. Slike strategier kan forstås som nødvendige forsøk på å ivareta elevenes bærekraftige utvikling, men synliggjør samtidig hvordan handlingsrommet for å forhandle og redefinere satsingsatferd er ulikt fordelt og nært knyttet til elevenes posisjon og anerkjennelse innen talentutviklingshierarkiet.

Disse praksisene er disiplinerende, men også produktive fordi elevenes selvforståelse kontinuerlig formes gjennom normer for innsats, ansvar og progresjon (Saarinen et al., 2023). Disiplineringen bidrar til utvikling av ferdigheter, kunnskap og holdninger som verdsettes i både idrett og utdanning, men innebærer samtidig en risiko for at elevenes verdi knyttes snevert til prestasjon og produktivitet. Når selvregulering etableres som et grunnleggende krav for å lykkes, individualiseres ansvaret for både utvikling og belastning, noe som gjør elever som ikke mestrer denne formen for selvstyring, særlig sårbare (Meier & Nielsen, 2023). Slik individualisering kan samtidig bidra til å usynliggjøre strukturelle samfunnsutfordringer som skaper ulikhet og ekskludering.

Pedagogiske praksiser som egentreningsperioder illustrerer denne dobbeltheten tydelig. Selv om hensikten med slike praksiser er å styrke autonomi og selvstendighet, opprettholdes subtile former for kontroll gjennom evalueringskriterier og implisitte normer for legitim trening. (Øydna et al., 2026b), Vi viser at elevenes opplevelse av reell valgfrihet i stor grad avhenger av om alternative prioriteringer faktisk aksepteres i praksis, ikke bare i prinsippet (Øydna et al., 2026a; Øydna et al., 2025).

Samlet synliggjør disse studiene behovet for kritisk refleksjon rundt hvordan idrettsungdomsskolenes pedagogiske praksiser former

satsingsatferd. Selv om intensjonen er å fremme helhetlig utvikling, kan ensidig vektlegging av forbedring, optimalisering og selvregulering bidra til stress, utbrenthet og snever selvforståelse (Ojala, 2020). En mer fleksibel og inkluderende pedagogisk tilnærming forutsetter derfor at skolene ikke bare lærer elevene hvordan de skal satse, men også åpner for refleksjon over hva satsing kan og bør innebære. En slik tilnærming innebærer også å eksponere elever for *ulike* måter å være utøver på, å gi reell medbestemmelse i organiseringen av trening og aktivitet og å gjøre de implisitte maktforholdene i pedagogiske praksiser mer synlige. Slik kan skolene bidra til at elevene utvikler en mer nyansert selvforståelse og et bredere spekter av fremtidsprosjekter, også ut over idrettens prestasjonslogikker.

Idrettsungdomsskolenes rolle nå og i fremtiden

Idrettsungdomsskolene spiller i dag en viktig rolle i å strukturere elevenes hverdagsliv i skjæringspunktet mellom skole og idrett, og de tilbyr mange elever en meningsfull og aktiv skolehverdag. Samtidig viser forskningen i dette kapittelet at skolene ikke bare legger til rette for idrettslig utvikling, men også former normer for satsingsatferd, ansvar og selvregulering som får betydning for elevenes trivsel, selvforståelse og helse over tid.

I et fremtidsperspektiv ligger derfor idrettsungdomsskolenes potensial ikke først og fremst i ytterligere intensivering av satsing, men i utviklingen av pedagogiske praksiser som åpner for flere måter å være elev og utøver på. En slik utvikling forutsetter imidlertid at skolene tilbyr mer fleksible pedagogiske opplegg, og at de i samarbeid med idrettsklubbene bedre tilpasser organisert trening og konkurranser til elevenes varierende behov og livssituasjoner. Et sentralt mål bør være at elevene får mer – ikke mindre – fritid, noe som kan bidra til økt trivsel, redusert stress og mer bærekraftige utviklingsløp som ivaretar hele mennesket, ikke bare prestasjonen.

Et gjennomgående funn i kapittelet er at elevenes erfaringer er preget av både høy trivsel og betydelig belastning, og at disse erfaringene kommer til uttrykk på ulike måter for jenter og gutter. De tilsynelatende motstridende kjønnsforskjellene – der jenter sammenliknet med gutter rapporterer om høyere stressnivåer, men også høy trivsel – peker på behovet for mer nyanseerte forståelser av hvordan kjønnete forventninger, mestringsstrategier og normer virker i idrettsungdomsskolenes hverdagsliv. Slike funn kan ikke forstås fullt ut gjennom enkeltstående måleinstrumenter, men understreker

betydningen av videre forskning som kombinerer flere teoretiske perspektiver og forskningsmetoder for å fange kompleksiteten i elevenes erfaringer.

For skolene innebærer denne kompleksiteten et behov for å rette et kritisk blikk mot hvilke kjønns- og idrettsidealer som reproduseres gjennom pedagogiske praksiser. Kjønnrelaterte utfordringer er ofte subtile og lite synlige i det daglige (Persson et al., 2020), og uten bevisst refleksjon kan praksiser som er ment å skulle være støttende, samtidig bidra til å forsterke ulik belastning og sårbarhet. Å arbeide mer systematisk med slike spørsmål forutsetter pedagogisk kompetanse hos både trenere og lærere, der etablerte normer for innsats, prestasjon og ansvar ikke tas for gitt, men kontinuerlig reflekteres over.

En slik utvikling krever også bredere forståelse av pedagogisk kvalitet enn undervisningspraksiser som ensidig knyttes til progresjon og prestasjonsutvikling. Kritisk pedagogisk kompetanse innebærer å anerkjenne spenningene mellom autonomi og kontroll, mellom utvikling og belastning og mellom individuelle ambisjoner og strukturelle rammer. Samtidig forutsetter pedagogisk kvalitet vilje til å eksperimentere med alternative organiseringer av trening og undervisning, der elevenes medvirkning og handlingsrom faktisk gis reell betydning. En slik tilnærming innebærer ikke mindre struktur, men mer fleksibilitet i hvordan strukturene utformes og begrunnes.

Spørsmål om sosial ulikhet fremstår som særlig sentrale i vurderingen av idrettsungdomsskolenes rolle fremover. Overrepresentasjonen av elever fra familier med høy sosioøkonomisk bakgrunn reiser grunnleggende spørsmål om hvorvidt disse skolene bidrar til å redusere eller snarere forsterke eksisterende forskjeller i idrett og utdanning. Dersom tilgang til idrettsungdomsskoler i praksis forutsetter økonomiske ressurser, foreldre-støtte og kjennskap til systemet, kan skolene fungere som selektive arenaer der fordeler akkumuleres hos dem som allerede har gode forutsetninger.

Å motvirke slike mekanismer krever mer enn justeringer på individnivå. Strategier for bredere sosial representasjon – som endrede inntakskriterier, økonomiske støtteordninger og mer inkluderende rekruttering – må ses i sammenheng med rammebetingelsene skolene opererer innenfor. Uten styrking av offentlig finansiering vil ambisjoner om sosial inkludering stå i et vedvarende spenningsforhold til krav om kvalitet, kapasitet og bærekraft i tilbudet. I et fremtidsperspektiv reiser disse faktorene grunnleggende spørsmål som strekker seg ut over enkeltordninger og pedagogiske tiltak, ikke bare om hva idrettsungdomsskoler skal tilby, men også om hvem de skal være til

for. Skal skolene først og fremst fungere som arenaer for elever med allerede sterke forutsetninger, eller kan de utvikles som institusjoner som åpner for større mangfold, bredere rekruttering og mer bærekraftige utviklingsløp i norsk ungdomsidrett? Dersom det siste skal realiseres, må politiske myndigheter ta et tydelig ansvar for rammevilkår og finansieringsmodeller.

Om forfatterne

Christian Thue Bjørndal er førsteamanuensis ved Institutt for idrett og samfunnsvitenskap ved Norges idrettshøgskole. Han har doktorgrad i idrettsvitenskap, og forsker på idrettsskoler, talentutvikling, trenerrollen og pedagogisk praksis innen idretten, med særlig fokus på unges trivsel, helse og utvikling. Bjørndal har et kritisk blick på idrettens samfunnsrolle, spesielt gjennomorganiseringen av barn og unges fritid. Han er sertifisert EHF Master Coach og har bred trenererfaring fra norsk elitehåndball. Bjørndal leder et forskningsprosjekt finansiert av Norges forskningsråd som undersøker elevers læring og utvikling ved spesialiserte idrettsungdomsskoler.

Milla Saarinen er postdoktor ved Forskningscenteret for barne- og ungdomsidrett ved Norges idrettshøgskole. Hun har doktorgrad i psykologi, og hennes nåværende forskningsinteresser omfatter unge idrettsutøveres karriereutvikling, mental helse og kjønn i idretten. Saarinen har betydelig praktisk arbeidserfaring med idrettselever og trenere i nasjonale talentutviklingsprogrammer og toppidrettsgymnas. Saarinen leder en arbeidspakke som undersøker idrettselevers mentale helse, vekst og modning og idrettskader gjennom årene på ungdomsskolen.

Marie Loka Øydna er doktorgradsstipendiat ved Institutt for idrett og samfunnsvitenskap ved Norges idrettshøgskole, tilknyttet Forskningscenteret for barne- og ungdomsidrett. I sitt prosjekt undersøker hun hvordan ungdom forstår og praktiserer satsingsatferd i sin hverdag som idrettselev ved en idrettsungdomsskole. Med bakgrunn som tidligere elitehåndballspiller og utdanning i idrettspsykologi, er Øydna opptatt av hvordan vi kan utvikle inkluderende og etiske utviklingsmiljøer.

Siv Gjesdal er førsteamanuensis ved Institutt for idrett og samfunnsvitenskap ved Norges idrettshøgskole. Hun har doktorgrad i idrettspsykologi, og forsker primært på motivasjon innen idrettsskoler, trenerrollen, organisert

barne- og ungdomsidrett, samt safeguarding. Med bakgrunn som trener i barne- og ungdoms fotballen, er Gjesdal opptatt av unge utøveres opplevelser i idretten, med et spesielt fokus på hvordan vi kan tilrettelegge for utvikling, inkludering og trivsel. Gjesdal leder en arbeidspakke som undersøker ulike forhold ved idrettselevens motivasjon gjennom årene på ungdomsskolen.

Referanser

- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 261–271. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.261>
- Aunola, K. & Nurmi, J. E. (2005). The role of parenting styles in children's problem behavior. *Child Development*, 76(6), 1144–1159. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2005.00841.x>
- Bakken, A. (2024). *Ungdata 2024. Nasjonale resultater* (NOVA Rapport). OsloMet – storbyuniversitetet. <https://hdl.handle.net/11250/3145138>
- Bang, L., Furu, K., Handal, M., Surén, P., Odsbu, I., & Hartz, I. (2024). *Psykiske plager og lidelser hos barn og unge* (Folkehelse rapporten). Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/he/folkehelse rapporten/psykisk-helse/psykisk-helse-hos-barn-og-unge/?term=#hovedpunkter>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Djupedal, E. F. (2022). På skuldrene til de minste. *Nytt Norsk Tidsskrift*, 39(1), 29–40. <https://doi.org/10.18261/nnt.39.1.4>
- Espedalen, L. E. & Seippel, Ø. (2022). Dropout and social inequality: young people's reasons for leaving organized sports. *Annals of Leisure Research*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/11745398.2022.2070512>
- Espedalen, L. E. & Strandbu, Å. (2025). Blind spenders? The social meaning of money in youth sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 0(0), 10126902251393816. <https://doi.org/10.1177/10126902251393816>
- Foucault, M. (1985). *The use of pleasure: The history of sexuality* (R. Hurley, Trans.; Vol. 2). Penguin Books.
- Gjesdal, S., Appleton, P. R. & Ommundsen, Y. (2017). Both the “what” and “why” of youth sports participation matter; a conditional process analysis. *Frontiers in Psychology*, 8, 659.
- Gjesdal, S., Jordalen, G. & Bjørndal, C. T. (2025). Norwegian student-athletes' motivation for choosing lower secondary sport schools: exploring latent profiles and their relationships with outcomes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–23. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2025.2549889>
- Gjesdal, S., Kristensen, J. Å., Saarinen, M. & Bjørndal, C. T. (2026). A conditional process analysis of general self-esteem in student-athletes in lower secondary sport schools. *Frontiers in Psychology*.
- 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.
- Kristiansen, E. & Houlihan, B. (2017). Developing young athletes: The role of private sport schools in the Norwegian sport system. *International Review for the Sociology of Sport*, 52(4), 447–469. <https://doi.org/10.1177/1012690215607082>

- Kristiansen, E. & Stensrud, T. (2016). Young female handball players and sport specialisation: How do they cope with the transition from primary school into a secondary sport school? *British Journal of Sports Medicine*.
- Kristiansen, E. & Stensrud, T. (2020). Talent development in a longitudinal perspective: Elite female handball players within a sport school system. *Translational Sports Medicine*, 3(4), 364–373. <https://doi.org/10.1002/tsm2.143>
- Kuokkanen, J., Saarinen, M., Romar, J.-E. & De Brandt, K. (2024). “I can join a sport class, but school has to come first”: Adolescent athletes’ dual career construction styles in lower secondary sport schools. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2024.2383956>
- Kårhus, S. (2016). What limits of legitimate discourse? The case of elite sport as ‘thinkable’ official knowledge in the Norwegian national curriculum. *Sport, Education and Society*, 21(6), 811–827. <https://doi.org/10.1080/13573322.2014.975112>
- Kårhus, S. (2019). Pedagogization of elite sport in the school system: Vested interests and dominant discourses. *Sport, Education and Society*, 24(1), 13–24. <https://doi.org/10.1080/13573322.2017.1292233>
- Larneby, M. (2016). Transcending gender hierarchies? Young people and floorball in Swedish school sport. *Sport in Society*, 19(8-9), 1202–1213. <https://doi.org/10.1080/17430437.2016.1159194>
- Meier, J. & Nielsen, K. (2023). Individualiseringens janushoved. *Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning*, 4(1), 1–15. <https://doi.org/10.18261/ntu.4.1.3>
- Mjaavatn, P. E., Fraastad, P., Haugan, J. A., & Johansen, V. (2021). *Til lags åt alle kan ingen gjera – en rapport om prosjektet Lekser i skolen i Trondheim* (IPLs rapportserie). NTNU.
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.
- Nurmi, J.-E., Aunola, K., Salmela-Aro, K. & Lindroos, M. (2003). The role of success expectation and task-avoidance in academic performance and satisfaction: Three studies on antecedents, consequences and correlates. *Contemporary Educational Psychology*, 28(1), 59–90. [https://doi.org/10.1016/S0361-476X\(02\)00014-0](https://doi.org/10.1016/S0361-476X(02)00014-0)
- Ojala, A.-L. (2020). Being an athlete and being a young person: Technologies of the self in managing an athletic career in youth ice hockey in Finland. *International Review for the Sociology of Sport*, 55(3), 310–326. <https://doi.org/10.1177/1012690218801303>
- Olesen, J. S., Nielsen, J. C. & Søndergaard, D. M. (2020). Disassembling and Reassembling a Sports Talent. *Culture Unbound*, 12(2), 1–21. <https://doi.org/10.3384/cu.2000.1525.20200526a>
- Olesen, J. S. & Treumer Gregersen, M. (2022). Exploring how education and sport are brought together in two different dual career programs for Danish soccer players: Effects for the player’s current and future life. *Soccer & Society*, 1–12. <https://doi.org/10.1080/14660970.2022.2061469>
- Persson, M. (2022). Playing without goals: gendered practices in recreational youth football. *Journal of Youth Studies*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/13676261.2021.2022641>
- Persson, M., Stefansen, K. & Strandbu, Å. (2020). Fotball som kjønnet mulighetsrom: Hvilken betydning har metafortellingen om kvinnefotball for unge jenters idrettsprosjekt? *Tidsskrift for kjønnsforskning*, 44(3), 231–245. <https://doi.org/10.18261/issn.1891-1781-2020-03->
- Riese, H., Hilt, L. & Søreide, G. (2020). Selvregulering som pedagogisk formål: Diskursive fornyelser i «Fremtidens skole». *Nordisk tidsskrift for pedagogikk og kritikk*, 6(0), 176. <https://doi.org/10.23865/ntpk.v6.1717>
- Rosenberg, M. (2015). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E., & Nurmi, J.-E. (2009). School burnout inventory (SBI): Reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment*, 25(1), 48–57. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.1.48>
- Skille, E. Å., Strittmatter, A.-M., Stenling, C. & Fahlén, J. (2024). The professionalization of the role of the coach: Transforming the last bastion of the Scandinavian welfare-sport model. *Sport in Society*, 27(12), 1994–2013. <https://doi.org/10.1080/17430437.2024.2411779>

- Skrubbeltrang, L. S. (2019). Marginalized gender, marginalized sports – an ethnographic study of SportsClass students' future aspirations in elite sports. *Sport in Society*, 22(12), 1990–2005. <https://doi.org/10.1080/17430437.2018.1545760>
- Skrubbeltrang, L. S., Olesen, J. S. & Nielsen, J. C. (2021). The coach as gatekeeper, distributor of resources and partner for sports talents. *Sports Coaching Review*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/021640629.2021.1978730>
- Sorkkila, M., Ryba, T. V., Aunola, K., Selänne, H. & Salmela-Aro, K. (2020). Sport burnout inventory-Dual career form for student-athletes: Assessing validity and reliability in a Finnish sample of adolescent athletes. *J Sport Health Sci*, 9(4), 358–366. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2017.10.006>
- Strand, B. H., Dalgard, O. S., Tamsb, K. & Rognerud, M. (2003). Measuring the mental health status of the Norwegian population: A comparison of the instruments SCL-25, SCL-10, SCL-5 and MHI-5 (SF-36). *Nordic Journal of Psychiatry*, 57(2), 113–118. <https://doi.org/10.1080/08039480310000932>
- Strandbu, Å., Gulløy, E., Andersen, P. L., Seippel, Ø. & Dalen, H. B. (2017). Ungdom, idrett og klasse: Fortid, samtid og framtid. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 1(2), 132–151. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2017-02-03>
- Saarinen, M., McDougall, M., Gjesdal, S. & Bjørndal, C. T. (2025). Student-athletes' mental health in the European sport school context: a scoping review. *Journal of Clinical Sport Psychology*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jcsp.2024-0029>
- Saarinen, M., Phipps, D. J., & Bjørndal, C. T. (2024). Mental health in student-athletes in Norwegian lower secondary sport schools. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 10(2), e001955. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2024-001955>
- Saarinen, M., Phipps, D. J., Jordalen, G. & Bjørndal, C. T. (2025). Sport and school burnout in Norwegian lower secondary school student-athletes: A person-oriented approach. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 1–23. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2024-0036>
- Saarinen, M., Phipps, D. J., Kuokkanen, J., Bjørndal, C. T., Bentzen, M., Ommundsen, Y. & Gustafsson, H. (2025). Burnout Trajectories Among Adolescent Student-Athletes: The Role of Gender, Success Expectations, and Parental Affection. *Psychology of Sport and Exercise*, 102831. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2025.102831>
- Saarinen, M., Ryba, T. V., Kavoura, A. & Aunola, K. (2023). “Women easily feel that they have lost a year if they don't ski faster”: Finnish ski coaches' discursive constructions of gendered dual career pathways. *Psychology of Sport and Exercise*, 64, 102322. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102322>
- Øydna, M. L., Nielsen, J. C. & Bjørndal, C. T. (2026a). ‘I would have studied while I showered’: A Foucauldian reading of how young student-athletes regulate their free time. *International Review for the Sociology of Sport*. <https://doi.org/10.1177/10126902261426777>
- Øydna, M. L., Nielsen, J. C. & Bjørndal, C. T. (2026b). Power, discourse, and practice: exploring athlete development as an educational discursive practice in a Norwegian lower secondary sports school. *Sport, Education and Society*, 31(2), 171–185. <https://doi.org/10.1080/13573322.2024.2387799>
- Øydna, M. L., Saarinen, M., Nielsen, J. C. & Bjørndal, C. T. (2025). “You can definitely tell she's truly committed”: Student-athletes' discursive construction of athletic commitment during transitions in secondary school. *Frontiers in Sports and Active Living*, Volume 7. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1658234>

KAPITTEL 12

Kohesjon i landslag – fra et spillerperspektiv

Rune Høigaard Universitetet i Agder & Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Brian Eriksson Universitetet i Agder, Norge

Vetle B. Hedegart Universitetet i Agder, Norge

Stig Arve Sæther Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Tommy Haugen Universitetet i Agder, Norge

Abstract: The purpose of this study was to investigate national team players' experiences and descriptions of group cohesion in national teams. Four women and three men who in total have played over 800 international matches in football or handball for Norway participated in the study. Data was collected through semi-structured interviews and analyzed using thematic analysis. The results show that athletes perceive cohesion as an important factor for the national team to function optimally. The analysis reveals that athletes perceive cohesion as a multidimensional phenomenon consisting of the following four main categories: 1) Structure: the instrumental interaction within the team, such as norms and rules. 2) Prestige: recognition, pride, and status associated with being part of a national team group. 3) Psychological safety: the security and trust that players experience in team relationships. 4) Belonging: the social and emotional bonds between members of the national team. The implications of these results suggest that the development and influence of cohesion can be approached in various ways and with different focus depending on the needs and objectives of the national team.

Keywords: group dynamics, unity, football, handball, elite sports

Innledning

I idrettsteam på elitenivå, eksempelvis fotball og håndball (interaktive idretter), kreves ulike individuelle ferdigheter og kvaliteter (Williams et al., 2020). I tillegg er det nødvendig med ferdigheter for å koordinere og samarbeide, slik at medlemmene av teamet kan prestere og vinne sammen. For å skape og optimalisere et eliteteam i idrett må gruppedynamikken i teamet fremme utvikling og prestasjoner. En sentral faktor i denne sammenhengen er gruppekohesjon (Eys & Brawley, 2018). Gruppekohesjon beskrives ofte med uttrykk som «lagånd», «gruppelojalitet», «teamwork» og «gruppesamhold» og kobles også til den tiltrekningskraften gruppen har på sine medlemmer, og til det som «binder» dem sammen til en sosial enhet (Høigaard, 2020). Innenfor idrettsforskning har den kanadiske forskeren Albert Carron (Carron et al., 1985; Carron & Eys, 2012) vært sentral. Carron et al. (1998) definerte kohesjon som «en dynamisk prosess i en gruppe som reflekterer tendensen til å holde sammen og forbli samlet i bestrebelsene for å oppnå/realisere gruppens mål eller formål og/eller for å tilfredsstillte medlemmenes sosiale og følelsesmessige behov» (gjengitt og oversatt i Høigaard, 2020, s. 169). Kohesjon er, ifølge denne definisjonen, et flerdimensjonalt fenomen knyttet til sosial- og oppgaveorienterte aspekter i en gruppe. Sosialkohesjon knyttes til mellommenneskelig tiltrekning og følelsesmessig støtte som teammedlemmene opplever, mens oppgavekohesjonen er knyttet til enighet om mål, og om hvordan gruppemålene skal nås (Carron & Eys, 2012; Høigaard, 2020).

Flere studier og metaanalyser har identifisert en positiv sammenheng mellom kohesjon og prestasjon (Beal et al., 2003; Carron, et al., 2002; Carron & Eys, 2012; Filho et al., 2014; Høigaard et al., 2006; Kozub & Button, 2000; Mullen & Copper, 1994). I tillegg er det også dokumentert at kohesjon er relatert til teamtillit, teamidentitet, trivsel, psykososial helse, redusert prestasjonsangst og frykt for å feile (Forsyth, 2015; Høigaard, 2020; Salas et al., 2015). Forskning har likevel vist at fenomenet kohesjon må forstås, operasjonaliseres og måles noe ulikt avhengig av alder, nivå og type idrett (Carron et al., 1998; Whitton & Fletcher, 2014). Dion (2000, s. 22) hevder blant annet at «cohesiveness means different things for different groups with different goals and tasks».

Selv om kohesjon er blitt undersøkt i ulike grupper innenfor ulike idretter og på ulike nivåer, er det relativt lite forskning på kohesjon i landslagsteam, til tross for den betydelige oppmerksomheten og eksklusiviteten slike

landslag har. Ved første øyekast har et landslag i interaktive idretter (fotball, håndball) mange likheter med elitelag generelt, da medlemmene må samarbeide og koordinere sine ressurser og kvaliteter, og lagdynamikken vil kunne være avgjørende for optimale prestasjoner. Det er imidlertid noen forhold som skiller et landslagsteam fra et klubbteam, noe som gjør det spesielt viktig å utforske kohesjon i en landslagskontekst.

Et forhold er samlingsfrekvens og tiden spillerne tilbringer sammen. Spillere på landslag samles sjeldnere, gjerne bare i forbindelse med turneringer eller kvalifiseringskamper. Lite tid sammen gir mindre tid til å bygge sterke relasjoner og forstå hverandres spillestil. Spillere på klubb lag, derimot, trener og spiller sammen nesten daglig gjennom hele sesongen, noe som gir mer tid til å utvikle dypere forståelse og tillit til hverandre. Et annet aspekt er spillerutvalg og kontinuitet. Til et landslag (i eksempelvis fotball og håndball) velges spillere fra ulike klubber, og seleksjonen kan variere fra samling til samling basert på form, skader og taktiske behov. Slike forhold fører til mindre kontinuitet og stabilitet i laget og trenere og ledelsen på landslagene har begrenset tid til å implementere sine taktikker og bygge relasjoner med spillerne. Klubb lag på sin side har en mer stabil spillerstall gjennom sesongen, noe som bidrar til en mer sammenhengende og forutsigbar lagdynamikk. Klubb lagstrenerne har derfor mer tid til å utvikle en klar spillestil og bygge sterke relasjoner med spillerne. Det er relativt godt dokumentert at trenerne utgjør en sentral faktor for å utvikle kohesjonen i et team (Hague et al., 2021; Høigaard, 2020; Jowett & Chaundy, 2004). Unikt for landslag er at spillerne skal representere landet sitt, noe som kan gi en sterk følelse av stolthet og motivasjon, men det kan også medføre større press. Klubb lag har ofte langsiktige mål, noe som kan gi mulighet til å delta i internasjonale turneringer og potensielt kan skape mer stabil og langsiktig motivasjon. Landslag som kvalifiserer seg til store mesterskap, har som regel en precamp før turneringen starter. Spillerne vil da leve og bo tett sammen, noe som kan føre til økt spenning og i tillegg vil det som regel være høy internrivalisering for å bli selektert og få spilletid. Den økte spenningen og rivaliseringen må en ta ha i tankene når en skal skape en lagdynamikk som støtter og fremmer kollektivet, regulerer konkurransepress og stressnivå samt gir mulighet for optimal restitusjon og prestasjon under mesterskapet. Mesterskap gjennomføres også gjerne over en relativt kort periode (to–tre uker) og kjennetegnes av hyppige kamper, høyt psykisk press, intens konkurranse og en straffende kamp- og konkurranseplan («vinn eller forsvinn»). Spillere som

ikke er tilfreds med spilletiden, kan lett bli misfornøyd, og i den forventede mesterskapsatmosfæren kan denne utilfredsheten skape en usunn atmosfære og skape konflikter. Slike forhold indikerer at det vil være nyttig å ha forståelse for lagdynamiske faktorer, og for hva som kan bidra til å forhindre eller kontrollere landslagenes unike utfordringer og bidra til optimale prestasjoner. Med utgangspunkt i Dion (2000), som fremhever at kohesjon kan forstås og oppfattes ulikt, og det faktum at få studier har undersøkt kohesjon i landslag, vil et viktig første steg være å identifisere hvordan kohesjon blir oppfattet av spilleren i et landslagsteam. Målet med studien er derfor å undersøke landslagsspillere i fotball og håndball sine erfaringer og beskrivelser av kohesjon i landslag.

Metode

Den vitenskapsteoretiske posisjoneringen for denne studien kan beskrives som konstruktivistisk, hvor kunnskap anses som konstruert gjennom interaksjoner og erfaringer (Patton, 2015). Konstruktivisme er en epistemologisk tilnærming som hevder at kunnskap ikke er en objektiv sannhet som kan oppdages, men snarere en konstruksjon som skapes gjennom menneskelig interaksjon og erfaring. Innenfor dette perspektivet anses virkeligheten som flertydig og subjektiv, formet av individers opplevelser og sosiale kontekster. Kunnskap blir dermed sett på som dynamisk og kontekstavhengig, hvor mening skapes gjennom prosesser som involverer språk, kultur og sosiale interaksjoner. På denne bakgrunnen ble semistrukturerte individuelle dybdeintervjuer ansett som den mest hensiktsmessige metoden for å adressere hensikten med studien.

Deltakere

Utvalgskriteriene for deltakelsen i studien var mer enn ett års erfaring fra seniorlandslag i fotball eller håndball, og mindre enn ti år siden deltakerne sist gang representerte Norge. Utvalget skulle bestå av både kvinner og menn. Totalt ble det rekruttert sju tidligere landslagsspillere i fotball og håndball (tre kvinner og fire menn, alder varierte fra 31 til 47 år). Antall år som landslagsspiller varierte fra ett til 20 år, og samlet har deltakerne spilt 802 landskamper (fra 13 kamper til 299 kamper). Spillerne blir identifisert med et id-nummer (1 til 7) og en bokstav (K for kvinner, M for menn).

Fremgangsmåte

Spillerne ble kontaktet via telefon med forespørsel om å delta i en studie om kohesjon (samhold) i landslag, og alle inviterte spillere svarte ja på henvendelsen. Intervjuene ble gjennomført etter avtale med den enkelte spilleren og foregikk i uforstyrrede omgivelser. Intervjuene startet med en kort presentasjon av formålet med undersøkelsen. Videre ble informantene bedt om tillatelse til bruk av lydbandopptaker, noe alle deltakerne stilte seg positive til. Spillerne ble så informert om deres deltakelsesrettigheter (f.eks. anonymitet, konfidensialitet og mulighet til å trekke seg fra studien) før alle signerte samtykkeerklæringen. Intervjuene ble gjennomført med det overordnede målet å undersøke deltakernes erfaringer og betraktninger om kohesjon i landslag. Lengden på intervjuene varierte fra 45 til 60 minutter. Intervjuene ble så transkribert til et skriftlig materiale på 97 sider med 1,5 linjeavstand og 39415 ord. Studien er godkjent av SIKT – Norsk senter for forskningsdata (referansenr. 580834) og etisk komité ved Universitetet i Agder.

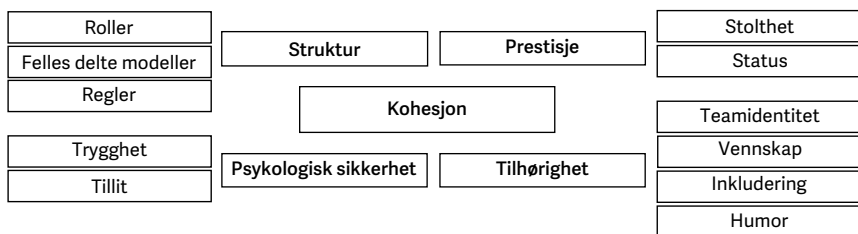
Analyse

Tematisk analyse ble benyttet i analyseprosessen av rådataene (Braun et al., 2023). Mer spesifikt ble det etterstrebet å gjennomføre en refleksiv tematisk analyse (se f.eks. Braun et al., 2023). Andre- og tredjeforfatter transkriberte, mens første- og sisteforfatter leste gjennom transkripsjonene flere ganger. I tillegg lyttet de til intervjuene og sammenliknet dem med transkripsjonene. Førsteforfatteren genererte innledende koder og presenterte dem for teamet av forskere, som fungerte som kritiske venner (Smith & McGannon, 2018). Analysen kan anses å være av abduktiv karakter noe som innebærer at forskerteamet har ført kontinuerlig dialog mellom utforskning av empiriske data og teoretiske perspektiver (Johannessen, 2022). Denne metoden integrerer både induktive og deduktive elementer. Forskerteamet begynte med et omfattende teoretisk fundament som inkluderte tidligere forskning på kohesjon fra andre kontekster. Imidlertid ble ikke analysen dirigert mot bestemte mål. I stedet rettet teamet oppmerksomheten mot en åpen og utforskende prosess som gjorde det mulig å avdekke nye og overraskende funn. I lys av et epistemologisk perspektiv er det viktig å anerkjenne forskernes rolle som aktive deltakere i kunnskapsproduksjonen (Milne & Oberle, 2005). Ved å erkjenne at våre egne subjektive perspektiver kan påvirke datainnsamlingen og analysen, bør vi eksplisitt angi

våre personlige og profesjonelle posisjoner. Vi erkjenner at noen av forfatterne også har studert fenomenet kohesjon i andre kontekster. Gjennom regelmessige diskusjoner forsøkte vi å redusere eventuelle biaser som vår subjektive forforståelse kunne ha forårsaket (Smith & McGannon, 2018). Disse diskusjonene fremmet høy grad av refleksivitet og kritisk gransking, noe som sikret at analysen forble tro mot dataene, og at funnene nøyaktig representerte informantenes erfaringer og perspektiver.

Resultater

Gjennom analyseprosessen identifiserte vi følgende fire hovedtemaer knyttet til spillerens forståelse og beskrivelse av kohesjon i landslagsteam: «Struktur skaper bånd mellom spillere», «prestisje å være en av de få utvalgte», «tilhørighet til gruppen» og «psykologisk sikkerhet i relasjonene» (se figur 1).



Figur 1. Utøveres beskrivelse av teamkohesjon i landslag.

Struktur skaper bånd mellom spillere

Denne kategorien omhandler de mer instrumentelle sidene ved interaksjonen i teamet, hvor følgende tre temaer ble identifisert: roller, felles delte modeller og regler.

Roller: En *rolle* i en gruppe refererer til de spesifikke ansvarsområdene, forventningene og oppgavene som er knyttet til et medlem. Roller kan være både *formelle* og *uformelle* (Høigaard, 2020). Roller er, slik spillerne rapporterer, knyttet til de ansvarsområder og funksjoner de får i laget. Noen roller er formelle og knyttet til selve spillet, andre roller fremstår som mer uformelle og er mer knyttet til det å skape god stemning. En uformell rolle som mange trekker frem, er også den som kan benevnes som en utøverlederrolle.

Mine roller er at jeg har en spesialrolle i undertall og overtall, og så spiller jeg angrep. I klubblaget spiller jeg 60 min begge veier [...]. Du har mange spillere som er ledere, som er vant til å være en frontfigur og ta ansvar, da. Det er nok også en greie som har gjort at vi har utvikla oss bra, da, før så var det kanskje en leder, nå har vi en seks-sju. (Informant 1M)

De som har vært i utlandet lenge, ble jo naturlige ledere. Heldigvis hadde vi veldig fine folk i de posisjonene. Så det ble liksom veldig harmonisk i gruppa. Vet ikke om de hadde fått beskjed om å ta den rollen, tror bare de tok den rollen uten at det var påkrevd. Men de fylte lederrollene veldig bra. (Informant 4M)

Felles delte modeller: Spillerne refererer til kommunikasjon og treninger som skal utvikle spillsystemet og forberede dem på motstandere. Sentralt er det å utvikle felles kommunikasjon og koordinering og å gjøre beslutninger i tråd med det som skal være en felles måte å spille på.

Ja, for vi er såpass samkjørte og samspilte. Så er det oppgaven vår som spillere å være klare, vi får alt av videomateriale på egne brukere. Så kommer du på samling og ikke kan trekkene, så er det din egen feil. For du skal gjøre det forarbeidet selv, da, i forhold til å se video, du skal komme på samling og «okey, nå er jeg klar». [...] men det er taktikkmøtet som er det som det er mest fokus på. (Informant 1M)

Ellers er det taktikkmøter ofte, enten mot motstander eller om oss selv. Hvis det ikke er kamper på samlingen, så kan det bare være «sånn ønsker vi å spille, sånn vil vi ha det, her er en motstander som var bra, hvordan kan vi gjøre det. (Informant 2K)

Regler: Spillerne løfter frem at de har tydelige regler som fungerer som formelle og eksplisitte retningslinjer for atferd og oppførsel i spesifikke situasjoner. Disse er regler knyttet til hvordan de skal oppføre seg i sosiale sammenhenger. Slik beskriver tre av spillerne dem:

Vi har inneregler. Alle skal være der når vi for eksempel spiser kveldsmat. Så er det å komme på tiden, ikke bruke telefon rundt matbordet, ikke ha på lue. Riktig tøy på seg i forhold til sponsorer, det er svindyrt om du blir avbildet med feil sponsor. (Informant 1M)

Ingen går fra matbordet før alle er ferdig. (Informant 6K)

Man må stille opp for å snakke med en hovedsponsor, noen må gå på det og det møtet. (Informant 2K)

Prestisje å være en av de få utvalgte

Denne kategorien omhandler spillernes opplevelse av anerkjennelse, stolthet og status knyttet til å være landslagsspiller og få representere landet. Prestisjen knyttet til å være en av de få «utvalgte» på landslaget ble oppfattet som en tiltrekningskraft som positivt bidrar til å øke samholdet i teamet. Kategorien består av to undertemaer: stolthet og status.

Stolthet: Spillerne rapporterte om at det å få spille på landslaget var forbundet med stolthet og ære. De opplevde det som å tilhøre en veldig eksklusiv gruppe, hvor det at man representerte landet, skapte en stolthetsfølelse. En av spillerne beskriver det slik: «Du er jo stolt av å være på landslaget og representere Norge med de farger og logoer som tilhører» (Informant 5M). Men en annen av spillerne uttaler følgende: «Man er jo utvalgt til å representere landet sitt, og det er jo bare et visst antall spillere som får den æren» (Informant 1M).

Status: Informantene rapporterte at eksklusiviteten ved landslagsuttaket økte deres renommé som idrettsutøver og også deres status i både andres og egne øyne.

Når du kommer inn på landslaget, så får du automatisk høyere stjerne og status på klubb laget og i lokalsamfunnet ditt. Det bygger status og omdømme, så det har jo veldig effekt på deg selv, i den grad av hvordan andre oppfattet deg. (Informant 5M)

Tilhørighet til gruppen

Kategorien representerer bindingskreftene som finnes mellom spillerne og landslagsgruppen. Gjennom analysen ble følgende fire temaer konstruert: teamidentitet, inkludering, vennskap og kommunikasjon.

Teamidentitet: Å være landslagsutøver beskrives som en viktig del av spillernes sosiale identitet. Spillerne fremhevet også betydningen av å gjøre landslagsgruppen eksplisitt fremtredende og synlig (gjennom eksempelvis tøy) både for å synliggjøre forskjellen til andre grupper og for å øke følelsen av å være del av samme gruppe (vi-følelse). To av spillerne beskriver det slik: «Felles uniform er viktig, da den skaper status og stolthet av å representere landet ditt. Du skal se at her kommer det norske landslaget» (Informant 4M); «Felles uniform skaper en felles identitet, en tilhørighet, som er veldig viktig. Det har jo en signaleffekt i forhold til at du er ei gruppe og gjør ting sammen» (Informant 7K).

Inkludering: Å debutere på landslaget og å møte forbilder og stjerne-spillere var noe de fleste husket tilbake på med spenning og glede. Gjennomgående ble landslagsgruppen beskrevet som en åpen og inkluderende gruppe hvor nye medlemmer ble tatt godt imot. Det ble også fremhevet at det å møte nye utøvere på den måten var noe de mente bidro til utvikling av godt samhold.

Alle, til og med de største stjernene, sto med armene åpne og ga meg en fantastisk velkomst! Følte meg som en del av gjengen fra første sekund, selv om jeg var yngstemann og et uskrevet blad. Et inkluderende miljø er veldig viktig for at alle skal føle seg som en del av laget, at man blir én enhet. (Informant 4M)

Vennskap: En annen side ved det å være på landslaget er vennskapene som utvikles, noe som blir fremhevet som viktige for prestasjoner og sportslig utvikling. Flere av informantene nevner samtidig at de vennskapene de etablerte gjennom landslaget, har utviklet seg til livslange vennskap, noe en av spillerne beskriver slik: «Vi ble kjempegode venner, og noen av de er venner som jeg har hatt resten av livet. Selv om vi nå ikke spiller på landslaget» (Informant 6K). Mens en annen utdyper følgende:

Vi er ekstremt flinke til å bruke tiden utenfor trening og bli gode venner for å skape relasjonene utenfor, for å da ha enda større relasjoner og samarbeid på banen. Det er jo sånn, jo bedre venner man er utenfor banen, jo lettere er det å samarbeide på banen og gi hverandre tips og unne hverandre suksess og alt det der. (Informant 1M)

Humor: Alle deltakerne rapporterte at positiv kommunikasjon, humor og praktiske vitser var karakteristisk for kommunikasjonen internt i teamet. Bruken av humor blir sett på som en viktig ingrediens i å skape et godt lagmiljø, og det løftes frem at humor skaper en positiv atmosfære ved å vekke positive følelser, binder teamet sammen og bidrar til å håndtere press. Humor blir også en strategi for å håndtere kjedsomhet på en lang precamp eller ved turneringer. Den mannlige humoren fremstår ertende, man gjør narr på en «uskyldig» måte, mens kvinnene beskriver sosiale aktiviteter og leker som typisk humor i spillergruppen.

Godt, humorfylt, mye humor, takhøyde, på en måte humor og kødd på et høyt nivå, altså man skal ikke være noe sart sjel, egentlig. Etter hvert så er det ikke grenser for hva man kødder med hverandre med. Så man må bare tåle det. (Informant 3M)

En annen av spillerne sier det slik: «En del sånn leker og konkurranser på trening, da. Som på en måte var litt mer sånn for gøy og det sosiale» (Informant 2K).

Psykologisk sikkerhet i relasjonene

Denne kategorien inneholder spillernes opplevelser av karakteristika eller kvaliteter ved relasjonen mellom medlemmene og i teamet som helhet. Gjennom analysen ble følgende to temaer konstruert: trygghet og tillit.

Trygghet: Trygghet innebærer at det sosiale klimaet i teamet er slik at man får aksept og anerkjennelse for den man er, samt at man opplever det som trygt å «vise hvem en er og hva en kan».

Trygghet har mye å si når du kommer inn i et sånt lag. Du skal tørre å gjøre de tingene du er god på, du skal tørre å være den du er, på banen, og da må den tryggheten være der, du må stole på at de andre spillerne anerkjenner deg, på en måte. (Informant 3M)

Tillit: Tillit er, slik spillerne beskriver det, knyttet til å stole på at medspillere vil bidra med «alt de har» for medspillere og laget. En av spillerne beskriver det slik: «Jeg opplevde at medspillerne var villig til å hjelpe og støtte meg når jeg trengte det, og opplever at den andre vil hjelpe meg, vi må ha tillit til hverandre» (Informant 5M). Mens to andre spillerne uttrykker:

Det vil jo være at vi har tro på og tillit til at de vil gjøre sitt beste, gjøre det vi er blitt enige om, men også at vi har en kultur i laget om at når noen mislykkes på en målsjanse, så vet de at vi som lag selvfølgelig kan oppleve det som kjøpt, men de blir ikke syndebukker for det. (Informant 4M)

Det er viktig at det er takhøyde og respekt, og det innebærer at vi har tillit til hverandre. Jeg må stole på eller ha tillit til de andre både på banen og utenfor banen. Tillit er jo også avgjørende for å bygge vennskap. Samtidig må vi stole på hverandre ved for eksempel at vi alle vil gi alt for laget. (Informant 7K)

Diskusjon

Kohesjon er blitt identifisert som en avgjørende faktor for gruppefungering, trivsel og prestasjoner og er et av de mest undersøkte fenomener innenfor gruppedynamisk (idretts)forskning (Beal et al., 2003; Carron et al., 2002; Evans & Dion, 2012; Eys & Brawley, 2018; Haugen et al., 2021; Høigaard, 2020). Dette til tross er det få eller ingen studier som eksplisitt

har undersøkt kohesjon i landslagsgrupper. Dette er overraskende, basert på den betydelige oppmerksomheten landslag har, men også forståelig gitt eksklusiviteten slike lag kan ha, noe som kan vanskeligjøre muligheten for å få innpass for å kunne forske på slike team. Målet med denne studien var derfor å undersøke landslagsspilleres (fotball og håndball) erfaringer og beskrivelser av kohesjon i et landslag, vist i de fire kategoriene i figur 1.

Resultatene viser at spillerne oppfatter kohesjon i landslaget som et flerdimensjonalt fenomen, noe som understøtter tidligere forskning (Carron et al., 2002; Forsyth, 2015; Haugen et al., 2021). Videre viser resultatene at kohesjon i en landslagskontekst både har en følelsesmessig side (sosial) og en strukturell side (oppgave). Det er imidlertid viktig å presisere at de ulike kohesjonsaspektene ikke er separate faktorer som utelukker hverandre. Det er god grunn til å anta at de ulike faktorene er relaterte og integrerte fasetter i det som til sammen utgjør fenomenet kohesjon. Eksempelvis blir et landslag satt sammen av dyktige spillere som skal løse en oppgave og prestere på høyt nivå. Laget blir imidlertid ikke bare en plattform for å løse oppgaven; det gir også spillerne viktige følelsesmessige fordeler som igjen påvirker hvordan de gjennomfører oppgaven. De emosjonelle sidene ved å *tilhøre* et lag er kanskje noe av det mest grunnleggende i menneskelig motivasjon (Baumeister & Leary, 1995; Ryan & Deci, 2000). Det å oppleve tilhørighet til landslaget vil bidra til at spilleren investerer og engasjerer seg mer målrettet i lagets aktiviteter og spill, noe som igjen vil påvirke de oppgaverelaterte eller strukturelle aspektene ved kohesjonen.

Kategorien tilhørighet til gruppen består av temaene vennskap, inkludering, teamidentitet og humor (se figur 1). Selv om det er grunn for å anta at omfanget av samlingsdøgn for landslag i fotball og håndball er relativt beskjedent sammenliknet med hvor mange «klubb-døgn» de har, nevner alle vennskap. Vennskap etableres ifølge eksponeringshypotesen («mere exposure effect», jf. Zajonc, 1968) ved at individer gjør noe sammen, noe som øker sannsynligheten for at de begynner å like hverandre, og hvis de man omgås likner på en selv (gode idrettsutøvere i en unik idrettskontekst), øker sannsynlig for å gjengjelde positive følelser og utvikle vennskapsbånd (Bales 1999; Reis et al., 2011; Zajonc, 1968). Vennskapsbånd kan derfor med utgangspunkt i en slik forståelse etableres relativt raskt, og ifølge Chowdhury (2005) kan de føre til økt vilje til å engasjere seg i personlig, uformell kommunikasjon. Slikt engasjement og kommunikasjon kan ytterligere styrke båndene og føre til

sosiale interaksjoner også utenfor landslagskonteksten, noe flere spillere fremhevet: «Vi er venner for livet.»

Et annet tema som kom frem gjennom analysen, er teamidentitet. Ifølge identitetsteori streber individer etter å plassere og definere seg som medlem av en gruppe eller kategori (Ashforth & Mael, 1989; Haslam, 2004). Nettopp det å synliggjøre medlemskapet i landslaget (eksempelvis ved å være uniformert) gjør medlemskapet mer tydelig og eksplisitt og bidrar til å forsterke teamidentiteten (Haslam et al., 2020; Høigaard et al., 2013). Denne vi-følelsen vil forsterke opplevelsen av å være inkludert og vil styrke vennskapsbånd. I denne studien er humor knyttet til kategorien tilhørighet og det er i tråd med forskning på intra-team kommunikasjon hvor humor knyttes til lojalitet og teamidentitet (Schei et al., 2023; Schei et al., 2024).

Kategorien prestisje består av temaene status og stolthet, noe som understreker at spillerne opplever det som en ære å være på landslaget. Back (1951) påpeker at gruppens prestisje øker både tiltrekningen til og identifiseringen med gruppen. For eksempel har individer tendens til å identifisere seg mer med grupper som er vellykket, har høy status eller er veletablert. Samtidig har man tendens til å minimere identifikasjon med grupper som ikke viser karakteristika av suksess eller eksklusivitet (Cialdini et al., 1976). Man «soler seg i glansen» av å tilhøre noe så lukrativt som et landslag, og dette er en forklaring på tendensen til at gruppestolthet er sterkere i attraktive og vellykkede grupper. Beal et al. (2003, s. 995) benevner gruppestolthet som «the extent to which group members exhibit liking for the status or the ideologies that the group supports or represents, or the shared importance of being a member of the group», og den er dermed et element i kohesjon. Et interessant aspekt ved gruppestolthet er at den kan være forskjellig fra de sosiale og oppgaverelaterte båndene som dannes mellom teammedlemmer, fordi gruppestolthet lar teamet fremstå som en distinkt, identifiserbar gruppe nærmest uavhengig av medlemmene i teamet. Kohesjon konseptualiseres dermed på teamnivå, og er ifølge Mullen og Copper (1994) noe som oppstår når medlemmene innser at teamet er viktigere enn summen av dets deler, samt at et felles ønske om å holde teamet intakt er noe som gjennomsyrrer hele teamet.

Psykologisk sikkerhet bestående av temaene trygghet og tillit ble kategorisert som en egen kategori for landslagskohesjon. At trygghet og tillit fremstår som noe eksplisitt og unikt, er kanskje ikke overraskende, da landslag ofte knyttes til høye «nasjonsforventninger» og til ambisiøse

utøveres behov og ønsker om å lykkes i en landslagskontekst (Kristiansen & Berntsen, 2021). Psykologisk sikkerhet innebærer at medlemmene opplever at de blir forstått, og at de er av den oppfatning at alle drar i samme retning. Denne sikkerheten skaper betingelser for bedre å håndtere og mestre både eksternt og «indre» forventningspress. I tillegg kan det redusere det som benevnes som «fear of failure» (Conroy et al., 2002), ved at man tør å prøve og å gjøre «det lille ekstra» (Carmeli & Gittell, 2009; Edmondson, 2023; Vella et al., 2024). I team hvor man opplever sikkerhet, trygghet og tillit, vil båndene og relasjonene til både gruppen og til andre teammedlemmer utvikles og styrkes (Vella et al., 2024). Det er også verdt å merke seg at forskning innenfor både organisasjons- og idrettspsykologi har vist at trygghet og tillit er relatert til innsats, motivasjon og prestasjon (Feitosa et al., 2020; Larsen et al., 2026).

Den oppgaverelaterte eller instrumentelle siden ved kohesjon er basert på at de fleste grupper vanligvis er etablert for å tjene et bestemt formål, enten det er å fullføre spesifikke oppgaver, å slå en annen gruppe i en bestemt oppgave eller bare å gjøre livet mer håndterbart. I eliteidrettskonteksten er prestasjoner sentralt, og i et landslag vil man, for å nå målene som er satt, forsøke å maksimere lagets kvaliteter ved å lage strukturer og regler som holder teamet intakt. De direkte oppgaverelaterte aspektene er i denne studien kategorisert som struktur, og de omhandler felles delte modeller, regler og roller. Fellesdelte modeller innebærer at team har etablert et klart og felles koordinert spillesystem, noe som blant annet krever at rollene er tydeliggjort og forstått av utøverne. Det er dokumentert at fellesdelte modeller er knyttet til rolleklarhet (Giske et al., 2017) og prestasjoner (DeChurch & Mesmer-Magnus, 2010) og relatert til teamidentitet og psykologisk tillit (Costa, 2003; Costa & Andersen, 2011; Giske et al., 2017). Et annet aspekt knyttet til faktoren struktur er roller. Spillerne tydeliggjorde at formelle roller knyttet til spillerposisjoner er avgjørende for å skape et slagkraftig kollektiv. Samtidig løftet flere av spillerne frem betydningen av uformelle ledere i spillergruppen. Flere forskere har også fremhevet uformelle ledere som en sentral faktor for å skape grupper som fungerer og presterer godt (Cotterill & Fransen, 2016; Danielsen et al., 2019). Uformelle ledere har ofte både noen personlighetskaraktistikker og noen ferdigheter som bidrar til at de får innflytelse og vil være pådrivere for å utvikle, forbedre og gjennomføre teamets og trenernes visjoner, strategier og mål (Danielsen et al., 2019, Høigaard, 2020). Det er også interessant at det å ta en uformell lederrolle er noe flere spillere gjorde, noe som understøttes av

Fransen et al. (2014), som viser at ulike uformelle lederoppgaver (oppgave, det sosiale, motivasjon), ivaretas av ulike spillere i teamet. Det siste temaet under kategorien struktur er regler. Regler er retningslinjer eller normer som viser hvordan spillerne skal samhandle, kommunisere og samarbeide på og utenfor banen. Tydelige regler og normsett, i tråd med gruppens formål og mål, vil skape struktur og forutsigbarhet og vil fremme effektivitet, samarbeid og dermed bidra til teamoptimalisering (Høigaard et al., 2026 i kapittel 16). Felles regler og normer kan bidra til å skape ro og stabilitet i omgivelser og situasjoner som kan oppleves som overveldende og kaotiske, og de vil også kunne være buffer mot forventningspress, noe de fleste landslag sannsynligvis opplever.

Felles for strukturkomponenten er at den kan forstås ikke bare som noe som utvikles gjennom teamprosesser (interaksjon mellom teammedlemmene), men også som et produkt som former hvordan teamet fungerer, og hvordan teammedlemmene kommuniserer og samhandler. En slik forståelse understøtter forskere som fremhever at kohesjon kan være en emergent tilstand, definert av Kozlowski og Klein (2000, s. 15) som «[a] collective structure that results from dynamic interactions among lower level elements».

Praktiske implikasjoner

Hvis man ønsker å forstå og utvikle kohesjon i team, er det viktig å være innforstått med at kohesjon er flerdimensjonal og har flere funksjoner også i en landslagskontekst. Som resultatene viser, er landslagsspillerens oppfatning av fenomenet kohesjon mangefasettert, noe som er i tråd med forskningen på kohesjon generelt (Eys & Beauchamp, 2025; Haugen et al., 2021). Kohesjonens ulike aspekter får betydning for hvordan man vil vurdere, overvåke og måle fenomenet i landslagssammenheng. Det får også konsekvenser hvis man ønsker å påvirke og utvikle kohesjon. Man må spørre seg hva som er landslagets behov og mål, og med utgangspunkt i det identifisere hva som er viktig å ta hensyn til. Trenger eksempelvis gruppen å fremme vennskap og tilhørighet mellom spillerne eller mellom spillerne og landslagsskollektivet, blir det viktig å avklare roller og ansvar eller å beskrive hvordan sosiale interaksjoner på og utenfor banen skal være for å øke sannsynligheten for å nå landslagets mål. I Høigaard et al. (kapittel 16 i denne boken) finnes det praktiske tips og øvelser som kan være nyttige for å utvikle teamsamarbeid og kohesjon.

Oppsummering og veien videre

Målet med studien var å utforske fenomenet kohesjon gjennom landslagsspilleres erfaringer og oppfatninger. Studien viser at kohesjon er et mangefasettert fenomen, og på den måten understøttes mye tidligere kohesjonsforskning. Samtidig fremhever resultatene nye sider ved fenomenet kohesjon, og fremtidig forskning bør fortsette å utforske disse sidene i andre landslagskontekster og kanskje også se dem i lys av kohesjon i eliteteam generelt. Videre blir det også viktig å utforske hvilke forløpere som ser ut til å være avgjørende og viktige for kohesjon generelt, men også når det gjelder de ulike fasettene identifisert i denne studien, og tilsvarende å undersøke utfall av fasettene med tanke på både andre gruppedynamiske faktorer (f.eks. koordinering, samspill, kollektiv mestringstro), mental helse, motivasjonsfaktorer og ikke minst innsats og prestasjon. Det vil også være av stor interesse å undersøke om kohesjon erfares ulikt i ulike idretter og mellom kjønn. Avslutningsvis vil vi løfte frem at det å undersøke hvordan kohesjon utvikler seg i et team, både gjennom sesongen og mer eksplisitt inn mot og gjennom store turneringer eller konkurranser, vil være av stor interesse.

Om forfatterne

Rune Høigaard er professor ved Universitet i Agder og Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU). Han er fagansvarlig i idrettspsykologi ved Olympiatoppen Sør. Høigaard har lang erfaring med undervisning innenfor veiledning, coaching, gruppedynamikk og idrettspsykologi. I tillegg har han mange års erfaring med veiledning, teamutvikling og organisasjonsutvikling innenfor toppidretten og næringsliv. Hans primære forskningsfelt er gruppedynamikk, veiledning og ledelse i idrett. Han har publisert en rekke nasjonale og internasjonale vitenskapelige artikler og bøker.

Brian Eriksson har en mastergrad i idrettsvitenskap fra Universitet i Agder. I masteroppgaven forsket han på gruppekohesjon i landslag.

Vetle B. Hedegart har en mastergrad i idrettsvitenskap fra Universitet i Agder. I masteroppgaven forsket han på gruppekohesjon i landslag.

Stig Arve Sæther er professor i idrettsvitenskap ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), og hans forskningsprofil er knyttet til

ferdighets- og prestasjonsutvikling, og spesielt talentutvikling i idrett, hvor han har bidratt til forskningsfeltet med nærmere 60 vitenskapelige artikler og flere bøker. Sæther er leder for forskningsgruppen SPDSS og editor-in-chief i tidsskriftet *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Tommy Haugen er professor ved Universitet i Agder. Haugen har lang erfaring med undervisning innen motivasjon, gruppedynamikk og idrettspsykologi. Hans primære forskningsfelt er idrett og motivasjon, talentutvikling, gruppedynamikk og ledelse i idrett. Han har publisert en rekke nasjonale og internasjonale vitenskapelige artikler og bøker.

Referanser

- Ashforth, B. E. & Mael, F. (1989). Social identity theory and the organization. *Academy of Management Review*, 14(1), 20-39.
- Back, K. W. (1951). Influence through social communication. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 46(1), 9-23.
- Bales, R. F. (1999). *Social interaction system. Theory and measurement*. Transaction.
- Baumeister, R. F. & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Beal, D. J., Cohen, R. R., Burke, M. J. & McLendon, C. L. (2003). Cohesion and performance in groups: A meta-analytic clarification of construct relations. *Journal of Applied Psychology*, 88(6), 989-1004. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0021-9010.88.6.989>
- Braun, V., Clarke, V., Hayfield, N., Davey, L. & Jenkinson, E. (2023). Doing reflexive thematic analysis. I S. Bager-Charleson & A. McBeath (Red.). *Supporting research in counselling and psychotherapy* (s. 19-38). Palgrave Macmillan.
- Carron, A. V. (1982). Cohesiveness in sport groups: Interpretation and considerations. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 123-138. <https://doi.org/10.1123/jsp.4.2.123>
- Carron, A. V., Widmeyer, W. N. & Brawley, L. R. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The group environment questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7(3), 244-266. <https://doi.org/10.1123/jsp.7.3.244>
- Carron, A. V., Brawley, L. R. & Widmeyer, W. N. (1998). The measurement of cohesiveness in sport groups. I J. L. Duda (Red.), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (s. 213-226). Fitness Information Technology.
- Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J. & Stevens, D. (2002). Cohesion and performance in sport: A meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24(2), 168-188. <https://doi.org/10.1123/jsep.24.2.168>
- Carron, A. V. & Eys, M. A. (2012). *Group dynamics in sport* (4. utg.). Fitness Information Technology.
- Carmeli, A. & Gittell, J. H. (2009). High-quality relationships, psychological safety, and learning from failures in work organizations. *Journal of Organizational Behavior*, 30(6), 709-729. <https://doi.org/10.1002/job.565>
- Chowdhury, S. (2005). The role of affect- and cognition-based trust in complex knowledge sharing. *Journal of Managerial Issues*, 17(3), 310-326. <https://www.jstor.org/stable/40604504>

- Cialdini, R. B., Borden, R. J., Thorne, A., Walker, M. R., Freeman, S. & Sloan, L. R. (1976). Basking in reflected glory: Three (football) field studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34(3), 366–375. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.34.3.366>
- Conroy, D. E., Willow, J. P. & Metzler, J. N. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The performance failure appraisal inventory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(2), 76–90. <https://doi.org/10.1080/10413200252907752>
- Costa, A. C. (2003). Understanding the nature and antecedents of trust within work teams. I B. Nootboom & F. Six (Red.). *The trust process in organizations: Empirical studies of the determinants and the process of trust development*. (s. 105–124). Edward Elgar. <https://doi.org/10.4337/9781843767350.00012>
- Costa, A. C. & Anderson, N. (2011). Measuring trust in teams: development and validation of a multifaceted measure of formative and reflective indicators of team trust. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 20(1), 119–154. <https://doi.org/10.1080/13594320903272083>
- Cotterill, S. T. & Fransén, K. (2016). Athlete leadership in sport teams: Current understanding and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 9(1), 116–133. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2015.1124443>
- Danielsen, L., Giske, R. Peters, D. M. & Høigaard, R. (2019). Athletes as «cultural architects»: A qualitative analysis of elite coaches' perceptions of highly influential soccer players. *The Sport Psychologist*, 33(4), 313–322. <https://doi.org/10.1123/tsp.2018-0166>
- DeChurch, L. A. & Mesmer-Magnus, J. R. (2010). The cognitive underpinnings of effective teamwork: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 95(1), 32–53. <https://doi.org/10.1037/a0017328>
- Dion, K. L. (2000). Group cohesion: From «field of forces» to multidimensional construct. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 4(1), 7–26. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1089-2699.4.1.7>
- Edmondson, A. (2023). *Right kind of wrong: Why learning to fail can teach us to thrive*. Random House.
- Evans, C. R., & Dion, K. L. (2012). Group cohesion and performance: A meta-analysis. *Small Group Research*, 43(6), 690–701. <https://doi.org/10.1177/1046496412468074>
- Eys, M. A. & Brawley, L. R. (2018). Reflections on cohesion research with sport and exercise groups. *Social and Personality Psychology Compass*, 12(4), Artikkel e12379. <https://doi.org/10.1111/spc3.12379>
- Eys, M. A. & Beauchamp, M. R. (2025). (Re)conceptualizing cohesion: A theoretical realignment and roadmap for future research. *Psychology of Sport and Exercise*, 81, 102970. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2025.102970>
- Feitosa, J., Grossman, R., Kramer, W. S., & Salas, E. (2020). Measuring team trust: A critical and meta-analytical review. *Journal of Organizational Behavior*, 41(5), 479–501. <https://doi.org/10.1002/job.2436>
- Filho, E., Dobersek, U., Gershgoren, L., Becker, B. & Tenenbaum, G. (2014). The cohesion–performance relationship in sport: A 10-year retrospective meta-analysis. *Sport Sciences for Health*, 10, 165–177. <https://doi.org/10.1007/s11332-014-0188-7>
- Forsyth, D. R. (2015). *Group dynamics* (6. utg.). Cengage.
- Fransen, K., Vanbeselaere, N., De Cuyper, B., Vande Broek, G. & Boen, F. (2014). The myth of the team captain as principal leader: Extending the athlete leadership classification within sport teams. *Journal of Sports Sciences*, 32(14), 1389–1397. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.891291>
- Giske, R., Rodahl, S. E., Haugen, T. & Høigaard, R. (2017). Shared mental models, role ambiguity, team identification and social loafing in elite sports groups: A mediation analysis. *Sport and Exercise Psychology Review*, 13(2), 2–12. <https://doi.org/10.53841/bpssepr.2017.13.2.2>
- Haslam, S. A. (2004). *Psychology in organizations: The social identity approach* (2. utg.). Sage.

- Haslam, S. A., Fransen, K. & Boen, F. (2020). *The new psychology of sport and exercise: The social identity approach*. Sage.
- Hague, C., McGuire, C. S., Chen, J., Bruner, M. W., Côté, J., Turnnidge, J. & Martin, L. J. (2021). Coaches' influence on team dynamics in sport: A scoping review. *Sports Coaching Review*, 10(2), 225–248. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1874096>
- Haugen, T., Peters, D. M., Ommundsen, Y., Martin, L. J., Stenling, A. & Høigaard, R. (2021). Psychometric evaluation of the Norwegian versions of the modified group environment questionnaire and the youth sport environment questionnaire. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 25(4), 365–378. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2021.1917414>
- Høigaard, R., Säfvenbom, R. & Tønnessen, F. E. (2006). The relationship between group cohesion, group norms, and perceived social loafing in soccer teams. *Small Group Research*, 37(3), 217–232. <https://doi.org/10.1177/1046496406287311>
- Høigaard, R., Boen, F., De Cuyper, B. & Peters, D. M. (2013). Team identification reduces social loafing and promotes social laboring in cycling. *International Journal of Applied Sports Sciences*, 25(1) 33–40. <https://doi.org/10.24985/ijass.2013.25.1.33>
- Høigaard, R. (2020). *Gruppedynamikk og ledelse i idrett*. Cappelen Damm Akademisk.
- Johannessen, L. E. (2022). Utenfor akademia: Mot en utvidet forståelse av «abduktiv analyse» og teoriutvikling. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 6(2), 1–16. <https://doi.org/10.18261/nost.6.2.4>
- Jowett, S. & Chaundy, V. (2004). An investigation into the impact of coach leadership and coach-athlete relationship on group cohesion. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 8(4), 302–311. <https://doi.org/10.1037/1089-2699.8.4.302>
- Kristiansen, E. & Berntsen, H. (2021). *Idrettspsykologi: Motivasjon, ledelse og prestasjon*. Universitetsforlaget.
- Kozlowski, S. W. J. & Klein, K. J. (2000). A multilevel approach to theory and research in organizations: Contextual, temporal, and emergent processes. I K. J. Klein & S. W. J. Kozlowski (Red.), *Multilevel theory, research and methods in organizations: Foundations, extensions, and new directions* (s. 3–90). Jossey-Bass.
- Kozub, S. A. & Button, C. J. (2000). The influence of a competitive outcome on perceptions of cohesion in rugby and swimming teams. *International Journal of Sport Psychology*, 31(1), 82–95.
- Larsen, M. L., Sæther S. A., Whitehead A. & Høigaard, R. (2026) Team trust in professional women's cycling teams. *International Journal of Sport Science and Coaching*. <https://doi.org/10.1177/17479541251413089>
- Milne, J. & Oberle, K. (2005). Enhancing rigor in qualitative description: A case study. *Journal of Wound, Ostomy, and Continence Nursing*, 32(6), 413–420. <https://doi.org/10.1097/00152192-200511000-00014>
- Mullen, B. & Copper, C. (1994). The relation between group-cohesion and performance: An integration. *Psychological Bulletin*, 115(2), 210–227. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.115.2.210>
- Reis, H. T., Maniaci, M. R., Caprariello, P. A., Eastwick, P. W. & Finkel, E. J. (2011). Familiarity does indeed promote attraction in live interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(3), 557–570. <https://doi.org/10.1037/a0022885>
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research and evaluation methods: Integrating theory and practice* (4. utg.). Sage.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Salas, E., Vessey, W. B. & Estrada, A. X. (Red.). (2015). *Team cohesion: Advances in psychological theory, methods and practice*. Emerald.
- Schei, G. S., Høigaard, R., Erikstad, M. K., Ivarsson, A. & Haugen, T. (2023). Identity leadership and cohesion in elite sport: The mediating role of intra-team communication. *Heliyon*, 9(7), Artikel e17853. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17853>

- Schei, G. S., Haugen, T. & Høigaard, R. (2024). Treneren som identitetsleder: En undersøkelse av sammenhengen mellom identitetsledelse og humorklima i norsk lagidrett. I H. E. Næss (Red.), *Idrettsledelse i praksis* (s.173–189). Cappelen Damm Akademisk.
- Smith, B. & McGannon, K. R. (2018). Developing rigor in qualitative research: Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, *11*(1), 101–121. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1317357>
- Vella, S. A., Mayland, E., Schweickle, M. J., Sutcliffe, J. T., McEwan, D. & Swann, C. (2024). Psychological safety in sport: A systematic review and concept analysis. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, *17*(1), 516–539. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2028306>
- Whitton, S. M. & Fletcher, R. B. (2014). The group environment questionnaire: A multilevel confirmatory factor analysis. *Small Group Research*, *45*(1), 68–88. <https://doi.org/10.1177/1046496413511121>
- Williams, A. M., Ford, P. R. & Drust, B. (2020). Talent identification and development in soccer since the millennium. *Journal of Sports Sciences*, *38*(11–12), 1199–1210. <https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1766647>
- Zajonc, R. B. (1968). Attitudinal effects of mere exposure. *Journal of Personality and Social Psychology*, *9*(2), 1–27.

KAPITTEL 13

Kommunikasjon av smerter blant aldersbestemte landslagsutøvere i håndball og ishockey

Nils Petter Aspvik Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Ingar Mehus Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Stig Arve Sæther Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Abstract: Young talented athletes invest thousands of hours in training, rest (recovery and sleep) and nutrition to optimize their bodies for development and success in competitions. In contrast to this body optimization, there is a widespread belief in sport that athletes should push their bodies to the limit and accept the risk of pain and injury. The purpose of this study was to investigate age-specific national team player's (handball and ice hockey) willingness to communicate pain to their coach prior to training or competition, and how this was impacted by athlete's perfectionist traits and goal orientation. A sample of 216 age-specific national team players (45.4 percent female), in handball (42.4 percent) and hockey (57.6 percent) respectively, between the ages of 13 and 18 (mean age: 16.1 ± 1.0 years) participated in the study. The results showed that approximately 30 percent of the athletes undercommunicate pain to their coach. Furthermore, the results show that athletes who score high on perfectionistic concern have a higher risk of undercommunicating pain, while mastery-oriented athletes are less likely to undercommunicate pain. The findings support a growing concern in the research literature that athletes undercommunicate health-related challenges to their coaches and that this among others should be seen in the context of athletes' perfectionism and goal orientation.

Keywords: sport and health, pain culture, communication of pain, perfectionism, goal orientation

Sitering: Aspvik, N. P., Mehus, I. & Sæther, S. A. (2026). Kommunikasjon av smerter blant aldersbestemte landslagsutøvere i håndball og ishockey. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 13, s. 291–313). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch13>

Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

Introduksjon

På samme måte som at en musiker er avhengig av et velfungerende instrument for å prestere best mulig, er en idrettsutøver avhengig av en velfungerende kropp. Unge satsende idrettsutøvere, ofte omtalt som talenter¹, investerer derfor tusenvis av timer i trening, hvile (restitusjon og søvn) og ernæring for å optimalisere egen kropp til utvikling og suksess i konkurranser (Leite et al., 2021). I kontrast til denne optimaliseringen av kropp er det en utbredt oppfatning i idretten at utøvere bør presse kroppen til det ytterste og akseptere risikoen for smerter og skader (Mayer et al., 2018; Nixon, 1993; Young, 2012). Det å ignorere og bagatellisere smerter og skader er derfor en sentral del av idrettsdeltakelsen, også i den skandinaviske idrettsmodellen (Christensen et al., 2024; Kristensen et al., 2023; Overbye, 2021; Tronstad et al., 2025).

I dette kapittelet skal vi se nærmere på aldersbestemte landslagsspillere i håndball og ishockey. Dette er to idretter som er kjennetegnet av mange akselerasjoner, retningsforandringer og spillerkontakter, og de kan følgelig beskrives som tøffe lagidretter som stiller høye fysiske krav til utøverne under trening og konkurranse (Anderson et al., 2019; Kristensen et al., 2023; Torvik et al., 2025). Selv om de to idrettene har klare likhetstrekk, er det òg tydelige forskjeller, i og med at de to idrettene tilrettelegger for noe ulike utviklingsmiljøer for sine utøvere. Det viser seg at håndball har et mer funksjonelt utviklingsmiljø sammenliknet med ishockey, noe som kommer til uttrykk gjennom blant annet større kjønnsforskjeller i ishockey. Eksempelvis kommuniserer trenere med dårligere kvalitet til jentene som spiller ishockey, sammenliknet med hvordan de kommuniserer med guttene (Mehus et al., 2025). Kommunikasjon med trener er av stor betydning i disse kontaktidrettene, der det kan virke uunngåelig for aktive utøvere å oppleve smerter eller skader i løpet av karrieren. De fleste utøverne må derfor ta stilling til om de skal kommunisere smerte til treneren eller holde den hemmelig (Mayer et al., 2020). At utøverne velger å holde smerter og skader hemmelig, er det vi omtaler som underkommunikasjon, og ifølge nyere forskning bør man være bekymret for at utøvere underkommuniserer helseutfordringer til sine trenere (Baugh, 2020; Sanderson et al., 2017; Tronstad et al., 2025).

Mens søkelyset i tidligere forskning hovedsakelig har vært rettet mot å forstå viljen til å trene og konkurrere med smerter (Jessiman-Perreault &

1 Talent er ofte beskrevet som noe statisk, hvor noen er talenter og andre ikke, eller som noe dynamisk, hvor noen er talenter nå, men at bildet kan endre seg over tid. Talentbegrepet har også ofte vært relatert til en spesifikk aldersgruppe, idrett, kjønn eller landegrenser (Baker et al., 2019).

Godley, 2016; Mayer et al., 2018; Mayer & Thiel, 2018; Schneider et al., 2019), ønsker vi i dette kapitlet å undersøke hvilke faktorer som er bestemmende for om utøvere involverer treneren sin i forbindelse med avgjørelsen om å trene og konkurrere med smerter. Basert på tidligere idrettsforskning og inspirert av forskning på sykefravær i arbeidslivet utviklet Mayer et al. (2020) et rammeverk («a decision-based framework for presenteeism in athletes») som belyser kompleksiteten i det å forstå hvorfor utøvere er villig til å trene og konkurrere med smerter og skader (Jf. Forskningen på sykefravær i arbeidslivet nevnt foran). Rammeverket illustrerer hvordan utøvers beslutningstaking er resultat av et komplekst samspill mellom individuelle (f.eks. utøveridentitet, målorientering, perfektjonisme og medisinsk historie), sosiale (f.eks. press og forventninger fra trenere og lagkamerater) og kulturelle (f.eks. sosialisering inn i en bestemt kultur innenfor elitesporten) faktorer. En utfyllende beskrivelse av det teoretiske rammeverket finnes i Mayer et al. (2020).

I dette kapitlet har vi valgt å avgrense undersøkelsen til følgende idrettspsykologiske faktorer: utøvers perfektjonistiske trekk og målorientering. Disse personlige faktorene bidrar ifølge forskere til å gi en mer nyanisert forståelse av de komplekse mekanismene (motivasjonsfaktorene) som driver unge utøvere (Hardy et al., 2017; Kaplan & Maehr, 2007). Innenfor forskning på perfektjonisme skiller man mellom en sunn, adaptiv streben etter fremragende prestasjoner, og en maladaptiv form hvor bekymring for feil og negativ evaluering er sentral. Sammen med målorientering, som forklarer hvordan utøvere definerer suksess (enten gjennom egen fremgang eller ved å være bedre i sammenlikning med andre), kan vi analysere hvordan disse faktorene påvirker unge talentfulle landslagsutøvers holdning til det å involvere treneren i egen avgjørelse om å trene og konkurrere med smerter og skader. Problemstillingen er som følger: *I hvilken grad er unge satsende håndball- og ishockeyspillere villig til å kommunisere smerte til sin trener i forkant av trening og konkurranse, og hvilken innvirkning har utøverens perfektjonistiske trekk og målorientering for denne kommunikasjonen med trener?*

Risikokultur – den «smertefulle» veien til toppidretten

Den tidligere landslagspilleren i fotball, Terry Butcher, fikk kallenavnet ”Captain Blood” i forbindelse med en fotballkamp mellom England og Sverige

i 1989, hvor bildene fra kampen viste en blodig og forslått Butcher,² i en kamp som for øvrig endte 1–1. Bildet aktualiserer en side ved idretten som fikk økt interesse innenfor idrettsforskningen utover i 1990-årene, med mål om bedre å forstå idretten som en risikokultur. Young (2012) beskrev eksempelvis idretten som en kontekst som normaliserer og glorifiserer risiko, smerter og skader. Denne beskrivelsen kan ses i sammenheng med dagens idrett 30 år senere og illustreres til stadighet gjennom ulike medieoppslag, også i Norge:

Sport

Wessel (28) spiller med avrevet menisk: – Vil jo så gjerne hjelpe laget!



SPILLER MED SMERTER: Roderick Karlsson-Hessad har igjen svært smertefullt i kneet, men trener og spiller matcher for å hjelpe Comet. Foto: Asja Wester Larsen (arkiv)

Slår alarm om smertestillende i idretten: – Jeg tok Voltaren hver dag

Fjere norske idrettsprofitter er bekymret for hyppig bruk av smertestillende midler i idretten. Nå åpner de opp om sine historier.



KRIBDØ: Geir og Kaja Hømmerseng Edén er skaptille til smertestillende bruk av smertestillende midler i idretten. Foto: Agnès & Christoffer Våg

Kristiansen trosser «fotballskade»-smertene for finale

Veronica Kristiansen har spilt en hel sesong med smerter for Győr for å oppnå drømmen om mesterligaseier. Men til sommeren tvinges hun til å ta en lengre håndballpause.



HAR VONDT: Veronica Kristiansen sliter med smerter i lårben og bakbein, men spiller likevel de fleste kampene for Győr. Her mot Vipers tidligere i mesterligasesongen – lørdag møttes lagene igjen.

FOTO: TOR ERIK SCHRÖDER / NTB SCANPIX



Hanne Skjellum
Journalist

Publisert 10. mai 2019 kl.
06:19

Artikkelen er flere år gammel.



Bjarte Myrhol sliter med smerter i skulderen. Foto: Lisette Sabroe

Myrhol sliter med smerter: – Jeg har vondt

Bjarte Myrhol har smerter i skulderen og tror ikke de forsvinner i løpet av VM.

Bilde 1. Faksimiler: Bakken og Hjelvik (2019), Høidalen et al. (2021), Nilsen et al. (2020), Skjellum (2019).

Ifølge Roderick et al. (2000) er disse utøverne i besittelse av verdiene til «en ekte idrettsutøver» – en som står i det og ofrer alt for seg selv og de rundt seg (medspillere, trener, lag m.m.). Til tross for en slik glorifisering er det viktig å merke seg at denne typen offentlig oppmerksomhet kan oppmuntre til atferd

2 <https://www.gettyimages.co.uk/photos/terry-butcher-blood>

som for unge idrettsutøvere kan ha negative konsekvenser (Atkinson, 2019; Young, 2012). Det å lære seg å bagatellisere smerter og ignorere skader kan ha negativ innvirkning på en utøvers sportslige utvikling og suksess (f.eks. skader på kort og lang sikt). I tillegg, og enda viktigere, kan det ha negative konsekvenser for holdninger til bruk av smertestillende samt for utøverens fysiske og mentale helse på lang sikt (f.eks. kroniske belastningsskader) (Young, 2012), som kan strekke seg langt utenfor livet som idrettsutøver (Kujala et al., 2003; Waddington, 2000). I denne sammenhengen er det viktig å påpeke at denne normaliseringen av det å trene og konkurrere med smerter og skader kan observeres hos unge utøvere (Schubring & Thiel, 2014). Singer (2004) rapporterte blant annet at utøvere helt ned i niårsalderen ser på smerter og skader som en uunngåelig og normal del av idretten. Denne normaliseringen av det å trene og konkurrere med smerter i barneidretten er det forsket lite på, og man har derfor mindre kunnskap om når og hvordan denne normaliseringen inntreffer i barns og unges møte med idretten.

Betydningen av perfeksjonisme og målorientering

Selv om en rekke studier har vist at perfeksjonisme kan predikere individuelle forskjeller i utøvers målorientering (Damian et al., 2014; Stoeber, 2012), finnes det likevel sterke argumenter for å inkludere begge perspektivene i denne studien. Samspillet mellom perfeksjonisme og målorientering gir en mer nyansert forklaring på hvorfor unge utøvere velger å underkommunisere smerter til sin trener, og på hvordan denne atferden utvikler seg og kan forebygges. Etter forfatterens viten er ikke disse to perspektivene tidligere benyttet til å belyse unge satsende utøvers kommunikasjon av smerter til treneren.

Perfeksjonisme

Ifølge Curran og Hill (2019) er det en voksende trend i samfunnet generelt at ungdom og unge voksne er tøffere mot seg selv og rapporterer om mer samfunnspress og høyere forventninger enn tidligere generasjoner. I idretten har perfeksjonisme tidvis blitt sett på som avgjørende for å oppnå suksess (Hardy et al., 2017). Samtidig er det viktig å være seg bevisst at perfeksjonisme er flerdimensjonal og kompleks, og at det også kan være sider ved den som potensielt kan ha negative effekter for en utøver (Flett & Hewitt, 2002; Núñez et al., 2024). Perfeksjonisme kan for eksempel ofte kjennetegnes av urealistisk høye forventninger og overdreven bruk av kritiske evalueringer av en selv og egen prestasjon (Stoeber, 2011).

For å anerkjenne både de «positive» og «negative» aspektene ved perfektjonisme ble det for snart 50 år siden foreslått å skille mellom to former for perfektjonisme, en positiv form kalt «normal perfektjonisme» og en negativ form kalt «nevrotisk perfektjonisme» (Hamachek, 1978). En slik todimensjonal konseptualisering er også en vanlig tilnærming i dag, med dimensjonene «perfeksjonistisk streben» (PS) og «perfeksjonistiske bekymringer» (PB) (Stoeber & Otto, 2006). PS omhandler det å strebe etter perfektjon og å sette svært høye standarder for seg selv. Denne strebenen kan relateres til en form for selvorientering, der individet selv definerer og vurderer standardene. I kontrast til PS handler PB om bekymring for å feile, redsel for å bli negativt evaluert av andre og opplevelsen av avstand mellom forventning og prestasjon (Gaudreau & Verner-Filion, 2012). I forhold til PS kan PB tolkes som mer sosial, der individet opplever press fra andre om å være og prestere «perfekt». Utøvere som skårer høyt på PB, vil tro at alt annet enn perfektjon vil gjøre at de oppfattes av andre som mislykket, noe som dermed gjør dem mer sårbare for sosiokulturelt press (Stoeber, 2011). Høyt nivå av PB karakteriseres derfor som «usunn perfektjonisme», mens PS assosieres med positive psykologiske konsekvenser og ofte blir verdsatt og forsterket av både utøvere og trenere (Gaudreau & Verner-Filion, 2012; Stoeber, 2011; Stoeber & Otto, 2006). Basert på den todimensjonale konseptualiseringen utviklet vi to hypoteser om perfektjonisme og kommunikasjon som skal undersøkes i dette kapitlet: a) Jo høyere nivå utøverne rapporterer på PS, jo mer kommuniserer de smerter til treneren sin, og b) jo høyere nivå utøverne rapporterer på PB, jo mer underkommuniserer de smerter til treneren sin.

Målorientering

Målorienteringsteorien har etablert seg som en anerkjent teori for å forstå idrettsutøvers motivasjon, hvor en utøvers målorientering vil være en fremtidsorientert kognitiv representasjon av ønsket utvikling (Hulleman et al., 2010), for eksempel læring, resultater m.m. Denne målorienteringen vil videre kunne påvirke idrettsutøvers tanker, følelser og atferd, inkludert deres holdninger og vilje til å trene og konkurrere med smerter. Rammeverket 2 × 2 (Elliot, 1999; Elliot & McGregor, 2001) skiller mellom mestrings- og prestasjonsmål. Mestringsmål handler om å utvikle kompetanse ved å mestre en oppgave, mens prestasjonsmål handler om å demonstrere kompetanse overfor andre (Elliot & McGregor, 2001). I tillegg anerkjenner teorien at atferden er initiert av noe positivt (tilnærming)

eller noe negativt (unngåelse). Teorien skiller mellom fire målorienteringer: mestringstilnærming (MeT), mestringsunngåelse (MeU), prestasjons-tilnærming (PeT) og prestasjonsunngåelse (PeU). Et viktig aspekt ved målorienteringer er at de ikke er gjensidig utelukkende, og utøvere er ikke nødvendigvis enten mestringsorientert eller prestasjonsorientert (Roberts et al., 2018), men kan skåre høyt eller lavt på ulike kombinasjoner av de fire orienteringene. Med utgangspunkt i målorienteringsteorien har vi utviklet to hypoteser om målorientering og kommunikasjon: a) Jo høyere utøverne rapporterer på mestringstilnærming, jo mer kommuniserer de smerter til treneren sin, og b) jo høyere utøverne rapporterer på prestasjonstilnærming, jo mer underkommuniserer de smerter til treneren sin.

Metode

Det å konseptualisere sosiale fenomener er en kompleks prosess for en forsker som inkluderer både aktive komponenter og andre, mindre bevisste komponenter. Kompleksiteten i sosiale fenomener åpner derfor automatisk for en rekke spørsmål med hensyn til objektiviteten ved teoriene, undersøkelsesmetodene og dermed dataene (Montuschi, 2003). I tillegg er det viktig å anerkjenne at mennesker (inkludert vi forskere) er meningsproduserende og selvfortolkende (Glynos & Howarth, 2007). Denne studien plasseres derfor innenfor den (post)positivistiske tradisjonen (Sohlberg & Sohlberg, 2008), hvor vi (forfatterne) anerkjenner at vi som forskere alltid vil ha en viss grad av subjektivitet i våre valg (perspektiv, design og analyse) og fortolkninger (resultat og diskusjon).

Utvalg og design

I denne studien har vi valgt å inkludere utøvere fra håndball og ishockey, to kontaktidretter med relativt stor risiko for smerter og skader. Utvalget er på 226 aldersbestemte landslagsspillere (45,4 prosent kvinner) i henholdsvis håndball (42,4 prosent) og ishockey (57,6 prosent). Utøverne var mellom 13 og 18 år (gjennomsnittsalder $16,1 \pm 1,0$ år) da de deltok i studien. Prosjektet er registrert og godkjent av Sikt – Kunnskapssektorens tjenesteleverandør og har etterfulgt de forskningsetiske retningslinjene. Dataene ble samlet inn på treningsleir for de respektive idrettene, og innsamlingen ble gjennomført i spillernes lunsjpause for å minimere forstyrrelsen av trening og restitusjon. Før spillerne fylte ut spørreskjemaet, fikk de informasjon

om formålet med studien og de forskningsetiske retningslinjene (f.eks. anonymitet), inkludert deres rettigheter som deltakere. I tillegg fikk de en kort gjennomgang av de ulike delene i spørreskjemaet. Utøverne svarte på et spørreskjema som tok utgangspunkt i eget klubblag, og de brukte cirka 15 minutter på å fylle det ut.

Måleinstrumenter

Kommunikasjon av smerter: For å måle kommunikasjon av smerter til trener i egen klubb ble følgende to påstander benyttet: «Jeg sier fra til treneren når jeg kjenner på smerte før trening»; «Jeg sier fra til treneren når jeg kjenner på smerte før kamp.» Utøverne vurderte sin egen kommunikasjon på en Likert-skala fra 1 («aldri») til 5 («alltid»). Disse to spørsmålene ble slått sammen og reversert til et felles mål på kommunikasjon av smerter til treneren, hvor en høyere skår indikerer høyere grad av underkommunikasjon til treneren.

Målorientering. For å undersøke utøvernes målorientering ble «Achievement Goal Questionnaire in Sport» (AGQ-S, jf. Conroy et al., 2003) benyttet. Denne skalaen består av fire målorienteringer (2 × 2), med tre tilhørende spørsmål til hver dimensjon, for å identifisere utøvernes søken etter kompetanse og unngåelse av inkompetanse. Blant spørsmålene var følgende: «I idrett er det viktig for meg å prestere så godt som mulig» (mestringstilnærming); «I idrett bekymrer jeg meg for at jeg ikke skal prestere så godt som mulig» (mestringsunngåelse); «I idrett er det viktig for meg å gjøre det bra sammenliknet med andre» (prestasjonstilnærming); «I idrett vil jeg bare unngå å prestere dårligere enn andre» (prestasjonsunngåelse). Utøverne vurderte seg selv på en Likert-skala som gikk fra 1 («svært uenig») til 7 («svært enig»). Det har vist seg at AGQ-S har robuste psykometriske egenskaper, og skalaen er tidligere blitt validert på norsk for bruk i kroppspøving (Thorfinnsson & Mehus, 2024). Alle fire dimensjonene hadde akseptable Kaiser–Meyer–Olkin-verdier ($0,6 < KMO$) og Cronbach alpha-verdier ($0,7 < \text{Alpha}$) (Kaiser, 1974; Nunnally, 1978).

Perfeksjonisme. For å kartlegge utøvernes perfeksjonisme ble «Frost Multidimensional Perfectionism Scale – Brief» (FMPS-Brief, jf. Burgess et al., 2016) benyttet. FMPS-Brief er oversatt til norsk og består av to dimensjoner, perfeksjonistisk bekymring (PB) og perfeksjonistisk streben (PS), med fire spørsmål i hver dimensjon. Eksempler på spørsmål var: «Jeg forventer høyere prestasjoner i mitt daglige treningsarbeid enn de fleste

andre» (PS); «Jo færre feil jeg gjør, jo bedre vil folk like meg» (PB). Utøverne vurderte seg selv på en Likert-skala fra 1 («helt uenig») til 5 («helt enig»). Det har vist seg at instrumentet har robuste psykometriske egenskaper (Woodfin et al., 2020). Begge dimensjonene hadde i denne studien akseptable Kaiser–Meyer–Olkin-verdier ($0,6 < KMO$) og Cronbach alpha-verdier ($0,7 < \text{Alpha}$) (Kaiser, 1974; Nunnally, 1978).

Demografiske variabler. Utøverne ble spurt om alder, kjønn og sportslig nivå. Alder blir i studien behandlet som en kontinuerlig variabel, mens kjønn er en dikotom variabel (0 = gutter, 1 = jenter). Sportslig nivå ble målt i form av nivå og sportslige resultater. Sportslig nivå ble kartlagt med følgende spørsmål: «Jeg konkurrerer som oftest på følgende nivå.» Svarkategoriene gikk fra øverste nivå til og med fjerde nivå. Svarkategoriene ble dikotomisert (0 = resten, 1 = øverste nivå). Sportslige prestasjoner ble kartlagt med følgende spørsmål: «Hvor på tabellen endte klubblaget ditt forrige sesong?» Dette dummykodet vi til «over midten», «midten» og «under midten».

Analyse

Statistiske analyser ble utført i Stata (versjon 18.0; StataCorp, 2023). En enveis ANOVA-analyse ble benyttet for å analysere de inkluderte variablene på tvers av type idrett og kjønn samt eventuelle interaksjonseffekter mellom kjønn og type idrett (tabell 1). Videre ble en lineær regresjonsanalyse benyttet for å undersøke hvordan individuelle faktorer (perfeksjonisme, målorientering, kjønn og alder) og kontekstuelle faktorer (type idrett og konkurransenivå) var relatert til utøvernes kommunikasjon av smerter til treneren. En tosidig p-verdi på $< 0,05$ ble brukt for å definere statistisk signifikans i denne studien.

Resultat

Cirka 30 prosent av de unge talentfulle ishockey- og håndballspillerne inkludert i denne studien underkommuniserer smerter til treneren i forkant av trening og konkurranse. Resultatene viser videre klare forskjeller mellom de to idrettene (tabell 1). Ishockeyutøvere underkommuniserer smerter i større grad enn håndballutøvere, og samspillseffekten (mellom type idrett og kjønn) viser at guttene som spiller ishockey, underkommuniserer smerter i større grad enn guttene som spiller håndball, mens tendensen er motsatt hos jenter (håndballjentene underkommuniserer i større grad). Ishockeygutter skårer og høyer på mestringsunnngåelse sammenliknet med håndballgutter.

Sammenlikner man jentene på tvers av de to idrettene, skårer jentene som spiller håndball, høyere på perfeksjonistisk streben. Innad i håndball peker det seg ut at det er små kjønnsforskjeller, mens i ishockey skårer guttene høyere enn jentene på perfeksjonistisk streben og prestasjonsorientering, og jentene skårer høyere enn guttene på prestasjonsunnngåelse.

I den lineære regresjonsanalysen (tabell 2) forklarte de uavhengige variablene 26 prosent av variansen i kommunikasjon av smerter til treneren.

Tabell 1. Deskriptiv statistikk av utvalget på tvers av kjønn og type idrett (gjennomsnitt og standardavvik)

	Håndball		Ishockey		Total		Total (n = 226) M (SD)
	Gutter (n = 57) M (SD)	Jenter (n = 40) M (SD)	Gutter (n = 65) M (SD)	Jenter (n = 64) M (SD)	Gutter (n = 122) M (SD)	Jenter (n = 104) M (SD)	
Kommunikasjon av smerter	2,38 (1,01) ^a	2,93 (1,07)	2,94 (1,02) ^c	2,53 (1,28)	2,68 (1,05)	2,68 (1,21)	2,69 (1,13) ^f
Alder	16,77 (0,93) ^a	16,43 (0,81) ^b	16,28 (0,64) ^{b,c}	15,27 (0,99) ^{a,d}	16,50	15,71	16,14 (1,03) e, f, g
Perfeksjonisme ^h							
Perfeksjonistisk streben	4,08 (0,77)	4,02 (0,82) ^b	4,08 (0,68) ^b	3,48 (0,87) ^{a,d}	4,08 (0,06)	3,70 (0,09)	3,91 (0,82) e, f, g
Perfeksjonistisk bekymring	2,58 (0,75)	2,91 (1,04)	2,57 (0,89)	2,69 (1,16)	2,58 (0,07)	2,77 (0,11)	2,67 (0,97)
Målorientering ⁱ							
Mestringstilnærming	6,63 (0,55)	6,75 (0,45)	6,73 (0,56)	6,68 (0,43)	6,68 (0,05)	6,71 (0,04)	6,69 (0,50)
Mestringsunnngåelse	5,52 (1,41) ^a	6,33 (0,84)	5,60 (1,21) ^c	6,18 (0,93)	5,56 (0,12)	6,24 (0,09)	5,87 (1,18) ^e
Prestasjonstilnærming	6,02 (0,98)	6,08 (1,00)	6,25 (0,89) ^b	5,59 (1,32) ^a	6,14 (0,08)	5,78 (0,12)	5,97 (1,09) ^{e, g}
Prestasjonsunnngåelse	4,73 (1,85)	5,06 (1,92)	4,85 (1,88) ^b	5,80 (1,44) ^a	4,79 (0,17)	5,51 (0,16)	5,13 (1,81) ^e

^a Statistisk signifikant forskjellig fra ishockeygutter ($p < 0,05$)

^b Statistisk signifikant forskjellig fra ishockeyjenter ($p < 0,05$)

^c Statistisk signifikant forskjellig fra håndballgutter ($p < 0,05$)

^d Statistisk signifikant forskjellig fra håndballjenter ($p < 0,05$)

^e Statistisk signifikant kjønnsforskjell ($p < 0,05$)

^f Statistisk signifikant idrettsforskjell ($p < 0,05$)

^g Statistisk signifikant interaksjonseffekt: Kjønn \times idrett ($p < 0,05$)

^h Perfeksjonisme: 1 = «helt uenig»; 7 = «helt enig»

ⁱ Målorientering: 1 = «svært uenig»; 7 = «svært enig»

Tabell 2. En lineær regresjonsanalyse som viser hvordan individuelle og kontekstuelle faktorer påvirker utøveres kommunikasjon av smerter til treneren

N = 226	β	SE	Beta
Konstant	-2,42	1,81	
Kjønn	0,23	0,18	0,10
Alder	0,25	0,09	0,22[§]
Håndball ^a	0,43	0,18	-0,19[§]
Øverste nivå ^b	0,35	0,15	0,14^f
Plassering på tabell ^c			
Midten	0,24	0,24	0,09
Under midten	0,39	0,18	0,17^f
Perfeksjonisme ^d			
Perfeksjonistisk streben	0,16	0,10	0,11
Perfeksjonistisk bekymring	0,36	0,09	0,31[§]
Målorientering ^e			
Mestringstilnærming	-0,39	0,17	-0,16[§]
Mestringsunngåelse	0,07	0,07	0,07
Prestasjonstilnærming	0,14	0,09	0,13
Prestasjonsunngåelse	0,03	0,04	0,04
Forklart varians (R ²)	0,26[§]		

^a Referanse: ishockey^b Referanse: resten^c Referanse: over midten^d Perfeksjonisme: 1 = «helt uenig»; 7 = «helt enig»^e Målorientering: 1 = «svært uenig»; 7 = «svært enig»^f Statistisk signifikant (p < 0,05)[§] Statistisk signifikant (p < 0,01)

Utøvere som skårer høyt på perfeksjonistisk bekymring, underkommuniserer i større grad smerter til sin trener (p < 0,01). Samtidig finner vi at de utøverne som skårer høyt på mestringstilnærming øker kommunikasjonen av smerter (p < 0,05). Det at utøvere skårer høyt på perfeksjonistisk streben, samt høyt på prestasjonstilnærming, hadde ingen betydning for utøverens vilje til å kommunisere smerter. Blant aldersbestemte landslagsutøvere i håndball og ishockey øker underkommunikasjonen av smerter med alder (p < 0,01), mens det ikke er noen forskjell mellom gutters og jenters underkommunikasjon av smerter (tabell 2).

Videre viser vår analyse at kontekstuelle forhold som type idrett, nivå og plassering på tabellen har betydning for kommunikasjonen. Ishockeyspillere underkommuniserer mer enn håndballspillere ($p < 0,05$), utøvere som konkurrerte på nedre halvdel av tabellen foregående sesong, underkommuniserer smerter i større grad enn de som konkurrerte på øvre halvdel ($p < 0,05$), og utøvere som konkurrerer på det høyeste nivået, underkommuniserer i større grad sammenliknet med utøvere på et lavere nivå (førstedivisjon eller lavere) ($p < 0,05$).

Diskusjon

Formålet med denne studien har vært å undersøke aldersbestemte landslagsutøveres vilje til å kommunisere smerter til treneren i forkant av trening og konkurranse. Mens søkelyset i tidligere forskning hovedsakelig har vært rettet mot å forstå idrettsutøveres avgjørelse om å trene og konkurrere med smerter (Jessiman-Perreault & Godley, 2016; Kristensen et al., 2023; Mayer & Thiel, 2018; Schneider et al., 2019), ønsket vi å få kunnskap om i hvor stor grad utøvere involverer sine trenere i denne avgjørelsen, og på hvilken måte individuelle og kontekstuelle faktorer er bestemmende for denne involveringen. Bakgrunnen for valg av håndball og ishockey som idretter undersøkt i denne studien, er at de fremstilles som «tøffe» idretter (Anderson et al., 2019; Kristensen et al., 2023; Torvik et al., 2025), hvor man fra tidligere forskning vet at det i disse idrettene er kultur for stor vilje til å trene og konkurrere med skader og smerter (Kristensen et al., 2023; Mayer & Thiel, 2018). Disse spørsmålene ønsker vi å belyse og drøfte videre i denne diskusjonen.

Underkommunikasjon som økende problem

Det at tre av ti unge satsende utøvere i vår studie underkommuniserer smerter til treneren, kan ses i sammenheng med tidligere forskning på risikokultur i idrett og utøveres vilje til å trene og konkurrere med smerter (Mayer et al., 2018; Nixon, 1993; Young, 2012). Det at vi ikke fant noen forskjell i hvor mye gutter og jenter kommuniserer smerter, var derimot noe overraskende, ut fra tidligere antakelser om at idrett er styrt av maskuline normer (Young, 2012). Disse funnene (ingen forskjell) antyder dermed at både gutter og jenter fra ung alder sosialiseres inn i de samme normene og verdiene i den gitte idrettskulturen. I tillegg vet man fra andre studier (Berg et al., 2023; Cranswick et al., 2024) at jenter trener og konkurrerer

med smerter i forsøk på blant annet å bevise at de ikke er svakere enn guttene. Uavhengig av kjønn støttes denne forestillingen om å akseptere risikoen for skader samt å presse kroppen til det ytterste, til og med over grensen, av både utøvere og trenere (Mayer & Thiel, 2018; Roderick, 2006; Tronstad et al., 2025). Funnet vårt kan likevel ses i sammenheng med en voksende bekymring om at utøvere, både gutter og jenter, underkommuniserer helseutfordringer til sine trenere (Baugh, 2020; Sanderson et al., 2017). Treneren blir av mange beskrevet som den mest innflytelsesrike personen for en utøver (Jowett & Cockerill, 2003), og trener er den aktøren som har størst innvirkning på utøvernes helserelaterte opplevelser innen idretten (Cranmer et al., 2022; Sanderson & Weathers, 2022). Men hvordan kan en trener hjelpe sin utøver så lenge utøveren underkommuniserer smerter (eventuelt skader), i verste fall skjuler dem?

To tøffe idretter

Håndball og ishockey er som tidligere nevnt to fysisk tøffe idretter, og det er derfor uunngåelig at utøverne på et eller annet tidspunkt i karrieren opplever smerter og skader. Men selv om det er likhetstrekk mellom idrettene, viser resultatene av denne studien klare forskjeller når det gjelder kommunikasjon. Sammenliknet med håndballspillere underrapporterer ishockeyspillere i større grad til sin trener. Disse funnene er som forventet, av flere årsaker. For det første kan unge talentfulle ishockeyspillere være mer tilbøyelige til å risikere kropp og helse i jaget etter prestasjoner, sammenliknet med utøvere i mange andre idretter (Kristensen et al., 2023; Schneider et al., 2021). For det andre har det vist seg at det i håndball er et mer funksjonelt utviklingsmiljø, sammenliknet med ishockey (Mehus et al., 2025). Selv om ishockeyspillere underrapporterer i større grad er det viktig å være seg bevisst at trivialisering av smerter (og ignorering av skader, f.eks. overbelastningsskader) kan ha betydelig negative konsekvenser for en ung talentfull utøvers idrettslige utvikling og suksess uavhengig av idrett. Og, vel så viktig, det kan ha negative konsekvenser for utøverens helse på lang sikt, med rekkevidde langt utenfor idretten (f.eks. kroniske overbelastningsskader) (Kujala et al., 2003; Waddington, 2000). Det at et idrettsmiljø (eller en trener) med feil verdier og praksiser kan være skadelig for (unge) utøvere, understreker viktigheten av en treners moralske ansvar, hvor man ser på idretten som en arena for personlig vekst, ikke bare for prestasjon (Shields &

Bredemeier, 2009). Dette løftes også frem i den norske idrettsmodellen med Norges idrettsforbund (NIF) sine etiske leveregler, som ble vedtatt på idrettstinget i 2021, hvor en av levereglene er «en sunn idrett», som peker til at et idrettsmiljø skal «sette helse foran prestasjon» (NIF, u.å.). I utviklingsmiljøer hvor man arbeider med unge satsende utøvere, må man derfor aktivt ha søkelys på utøverbeferd, hvor en av strategiene bør være å forbedre bevisstheten, holdningene og kompetansen i utviklingsmiljøet (eller hos treneren) om utøvers vilje til å trene og konkurrere med smerter og skader. Et slikt søkelys vil redusere den mulige underkommunikasjonen som finnes blant dagens idrettsutøvere, og vil bidra til å skape et tryggere utviklingsmiljø med en sunnere treningskultur. Det er imidlertid lite kunnskap om hva det er som fører til at utøvere velger å underkommunisere smerter til sine trenere.

Det hjelper ikke å konkurrere på høyere nivå

Utover at utøverne i denne studien var aldersbestemte landslagsspillere, konkurrerte de på veldig ulike nivåer i sine respektive klubber. Vi ønsket derfor å undersøke om nivået de konkurrerte på, hadde betydning for hvor mye de kommuniserte smerter til sine trenere. Et rasjonale er jo at utøvere på høyeste nivå relativt sett har et større og mer kompetent støtteapparat, og at man derav skulle kunne forvente et «bedre» utviklingsmiljø, og at denne støtten reduserte underkommunikasjonen av smerter blant utøverne. Men tilfellet er at vi finner det motsatte. Til en ung utøver på øverste nivå vil det stilles høyere forventninger og krav, både fra utøveren selv og fra andre, noe som videre kan kulminere i frykt for å miste plassen i laget (klubben) (Rye et al., 2022). Det betyr at man i klubber på høyeste nivå bør være seg særlig bevisst på å beskytte og hjelpe unge satsende utøvere med tanke på presset de møter, både fra seg selv og fra signifikante andre innenfor (f.eks. trener) og utenfor (f.eks. foreldre) idretten. Ifølge våre funn kan slik støtte redusere risikoen for at utøverne underkommuniserer smerter, og det kan derav potensielt ha forebyggende effekt mot kortere og lengre skadeavbrekk (overbelastningsskader) i en ellers sårbar fase i talentutviklingsprosessen.

I tillegg til å undersøke betydningen av nivå man konkurrerer på, er det også viktig å anerkjenne den dynamikken en konkurransesesong kan ha, og hvordan denne dynamikken kan påvirke utøvers vilje til å kommunisere smerter. I våre data ser vi for eksempel at utøvere som konkurrerte på

nedre halvdel av tabellen (under midten), i større grad underkommuniserer smerter sammenliknet med utøvere som konkurrerte på øvre halvdel. Denne tendensen kan delvis skyldes et kortsiktig utøverperspektiv som styres av «klubbens kamp om å overleve», og en utøvers lojalitet til trener og klubb for å «ofre alt» (Sæther & Solberg, 2015). Men om vi ser bort fra klubbperspektivet, er denne atferden uheldig i et langsiktig talentutviklingsperspektiv (Leite et al., 2021). For en ung satsende utøver er dette et særdeles vanskelig dilemma å stå i: «Hvor mye skal jeg ofre for klubben på kort sikt (her og nå)?» versus «hvor mye skal jeg tenke på meg selv og min langsiktige utvikling?» Det er derfor viktig at utøverens talentutviklingsmiljø har aktører både innenfor og utenfor idretten som er mer opptatt av utøverens ferdighets- og prestasjonsutvikling og helse på lang sikt enn av prestasjoner på kort sikt (Mayer et al., 2021). Videre viser våre funn at de «eldre» utøverne underkommuniserer mer enn de «yngre» utøverne, noe som antyder at de som nærmer seg og kanskje står i midt i en overgang fra junior til senior, er i den mest sårbare fasen – med nye, uklare og overveldende krav og forventninger – med tanke på å underkommunisere smerter (Sæther et al., 2021).

Det hjelper ikke å ha overdreven oppmerksomhet på andres evalueringer

En trend blant dagens unge voksne er at de er blitt hardere mot seg selv, med høyere forventninger og større samfunnspress sammenliknet med tidligere generasjoner (Curran & Hill, 2019). I tillegg innebærer konkurranseidrett på høyt nivå at utøvere vurderer seg selv og egne prestasjoner opp mot andre. Det var derfor interessant i denne studien å undersøke hvordan utøveres perfeksjonistiske karakteristikk har betydning for deres vilje til å kommunisere smerter, og derav vise «svakheter» og manglende vilje til å gjøre det som skal til for å oppnå suksess (Malcom, 2006; Roderick, 2006; Young, 2012). Det at unge satsende utøverne som rapporterte høyt på evalueringer av perfeksjonisme, i større grad underkommuniserer smerter til sine trenere, støtter opp under andre studier som har identifisert dette perfeksjonistiske trekket som utfordrende, hvor det har negative konsekvenser for den mentale helsen samt er mindre kontrollerbart for utøveren (maladaptivt). Sentrale aktører rundt utøveren, som trener, foreldre og andre utøvere, bør derfor være klar over hvor ødeleggende overdreven kritisk selvevaluering kan være for talentfulle unge utøvere (Frost et al., 1990). Disse utøverne vil

med større sannsynlighet velge ikke å si fra til – eller i noen tilfeller skjule for – treneren at man kjenner på smerter før trening og/eller konkurranse, i frykt for de påfølgende reaksjonene (f.eks. frykt for å miste plassen på laget).

Det hjelper å være mestringsorientert

Ifølge målorienteringsteorien har mestringsorienterte utøvere ofte større glede av idretten, bedre mental helse og mer langsiktig suksess enn de som kun er opptatt av prestasjoner (skårer høyt på prestasjonsorientering) (Elliot & McGregor, 2001; Guo et al., 2023; Jørgensen et al., 2024; Roberts et al., 2018). Våre funn viser at utøvere som skårer høyt på mestringsstilnærming, kommuniserer mer åpent med sin trener omkring smerter og skader, noe som er viktig både for deres kortsiktige og langsiktige ferdighetsutvikling og for deres helse (i og utenfor idretten). Utviklingsmiljø og trenere bør derfor legge til rette for økt mestringsstilnærming, eksempelvis ved hjelp av TARGET-modellen (Hassan & Morgan, 2015), hvor man legger til rette for tilpassede og varierte oppgaver, egen utvikling og refleksjon, og hvor man tenker langsiktig og reduserer oppmerksomheten på sammenlikning og resultat (Harwood & Biddle, 2002; Roberts & Treasure, 2012). I denne studien har prestasjonstilnærming og prestasjonsunnngåelse ingen betydning for kommunikasjon av smerter, i motsetning til mestringsstilnærming. Dette funnet er noe overraskende med tanke på at prestasjonsorienterte utøvere er kjent for blant annet å være sterkt ytre motivert (status, forventning fra trener m.m.), å være resultatorientert samt å ta usunne valg for å prestere bedre (Elliot & Hulleman, 2017; Martínez-González et al., 2022; Roberts et al., 2018). Samtidig kan forklaringen være at målorienteringene ikke er gjensidig utelukkende, og at mange av utøverne som skårer høyt på prestasjonstilnærming, også rapporterer høyt på mestringsstilnærming (Roberts et al., 2018). Uansett, basert på den forskningen som har undersøkt konsekvensene av ulike målorienteringer i idretten, inkludert denne studien, bør søkelyset i et talentutviklingsmiljø være rettet mot å understøtte og utvikle mestringsstilnærming hos utøverne.

Studiens styrker og begrensninger

Når det gjelder vår undersøkelse av aldersbestemte landslagsspillere i håndball og ishockey, er det viktig å være klar over at det ikke er mange utøvere å velge mellom, og derfor anses størrelsen på utvalget som en styrke. Så vidt

forfatterne vet, er denne studien dessuten den første som undersøker unge talentfulle utøveres kommunikasjon av smerter til treneren, samt hvordan denne henger sammen med individuelle og kontekstuelle faktorer, blant juniorutøvere på landslagsnivå i en skandinavisk idrettskontekst. Et egenutviklet mål på kommunikasjon av smerter, bestående av to påstander, ble benyttet i denne studien. De to påstandene omhandlet konkret utøvernes kommunikasjon av smerter til treneren, og innholdsvaliditeten vurderes derfor som god. Det er likevel viktig å understreke at måleinstrumentet ikke er validert, og at undersøkelsen er en tverrsnittstudie som ikke tar høyde for hvordan denne kommunikasjonen endres gjennom sesong (f.eks. viktig versus mindre viktig del av sesongen) og på tvers av situasjoner (f.eks. viktig kamp versus treningskamp).

Veien videre

Det er forsket lite på utøveres vilje til å kommunisere helserelevante utfordringer (i dette tilfellet smerter) til sin trener. Det er derfor behov for mer forskning på tvers av ulike idretter, inkludert begge kjønn og med ulike metodiske tilnærminger. For å utvikle kunnskap og kompetanse om dynamikken i kommunikasjonen av smerter samt betydningen av ulike individuelle og kontekstuelle faktorer over tid er det behov for longitudinelle studier som følger aldersbestemte landslagsspillere gjennom hele talentutviklingsprosessen. I tillegg er det behov for ulike teoretiske perspektiver (psykologiske og sosiologiske), ulike linser (utøver, trener, system) og ulike metoder (spørreskjema, intervju og observasjon) for bedre å danne oss en forståelse av dette logiske, men også ulogiske valget en utøver tar ved å underkommunisere smerter til sin trener.

Oppsummering og praktiske implikasjoner

Hensikten med dette kapittelet har vært å undersøke i hvilken grad aldersbestemte landslagsspillere i håndball og ishockey er villig til å kommunisere smerter til sin trener i forkant av trening og konkurranse, og hvordan denne viljen påvirkes av perfektjonisme og målorientering. Resultatene viste at cirka 30 prosent av utøverne underkommunisere smerter til sin trener. Funnene understøtter derfor en økende bekymring i forskningslitteraturen om at utøvere underkommunisere helserelevante utfordringer til sin trener. Vårt funn viser at man må være seg ekstra bevisst utøvere som konkurrerer på høyere nivå, som er i pressede situasjoner (f.eks. tabellplassering), og

som nærmer seg overgangen junior til senior (eldre ungdom). Videre viser resultatene at utøvere som skårer høyt på perfektjonistisk bekymring, har høyere risiko for å underkommunisere, mens utøvere som skårer høyt på mestringstilnærming i større grad kommuniserer. Trenerne som jobber med unge satsende utøvere, bør derfor:

- I) legge til rette for mestringstilnærming ved å øke utøveres oppmerksomhet på egen utvikling og refleksjon, samt få utøverne til å tenke langsiktig.
- II) være seg bevisst at utøvere kan frykte å bli (negativt) evaluert av andre, og derfor redusere oppmerksomheten på sammenlikning og resultat, skape psykologisk trygghet (gjøre det trygt å si fra) og normalisere feil og motgang (gjøre det normalt å si fra) som del av en langsiktig utvikling.

Ifølge våre funn vil begge disse strategiene utvikle stabile prestasjonsmiljøer som legger til rette for at utøvere kommuniserer smerter og skader. Slik tilrettelegging vil videre kunne ha positiv betydning for utøverens sportslige utvikling og dennes helse, både under og etter endt idrettskarriere.

Om forfatterne

Nils Petter Aspvik er førsteamanuensis i idrettsvitenskap ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU). Han har doktorgrad i Idrettsvitenskap og underviser i trenerroller, trenerpraksis og idrett og helse. Forskningsprofilen til Aspvik er spesielt knyttet til trener-utøver relasjonen og idrett og helse, med fokus på idrett og risikokultur og utøvervelvære. Aspvik er co-editor for tidsskriftet *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Ingar Mehus er førsteamanuensis i idrettsvitenskap ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU). Han har doktorgrad i psykologi og underviser i barne- og ungdomsidrett og motivasjon i kroppsøving og idrett. Forskningen har fokus på motivasjon og prestasjon, og inkluderer prestasjonskontekster som barne- og ungdomsidrett, kroppsøving, ekstremспорт og dommere.

Stig Arve Sæther er professor i idrettsvitenskap ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), og hans forskningsprofil er knyttet til ferdighets- og prestasjonsutvikling, og spesielt talentutvikling i idrett, hvor han har bidratt til forskningsfeltet med nærmere 60 vitenskapelige artikler og flere bøker. Sæther er leder for forskningsgruppen SPDSS og editor-in-chief i tidsskriftet *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Referanser

- Anderson, G. R., Melugin, H. P. & Stuart, M. J. (2019). Epidemiology of injuries in ice hockey. *Sports Health, 11*(6), 514–519. <https://doi.org/10.1177/1941738119849105>
- Atkinson, M. (2019). Sport and risk culture. I K. Young (Red.), *Research in the sociology of sport: Bd. 12. The suffering body in sport: Shifting thresholds of pain, risk and injury* (s. 5–21). Emerald.
- Baker, J., Wattie, N. & Schorer, J. (2019). A proposed conceptualization of talent in sport: The first step in a long and winding road. *Psychology of Sport and Exercise, 43*, 27–33. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.12.016>
- Bakken, B. A. & Hjelvik, E. N. (2021). Myrhol sliter med skade: - Jeg har smerter. Hentet 1. Oktober 2025, fra <https://www.tv2.no/sport/h%C3%A5ndball/myrhol-sliter-med-smerter-jeg-har-vondt/11901120/>
- Baugh, C. M. (2020). Athlete concussion reporting: It is time to think bigger. *Journal of Adolescent Health, 66*(6), 643–644. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.03.018>
- Berg, A., Duffy, D. & DuBois, S. (2023). Elegant violence: The promise and peril of a new «feminine» sport ethic. *Sport in Society, 26*(2), 335–349. <https://doi.org/10.1080/17430437.2022.2033223>
- Burgess, A. M., Frost, R. O. & DiBartolo, P. M. (2016). Development and validation of the frost multidimensional perfectionism scale–brief. *Journal of Psychoeducational Assessment, 34*(7), 620–633. <https://doi.org/10.1177/0734282916651359>
- Christensen, S., Gjelstad, A., Björnsdóttir, I. & Lauritzen, F. (2024). Medicalization of sport? A mixed-method study on the use of medications in elite ice hockey. *Sports, 12*(1), 19. <https://doi.org/10.3390/sports12010019>
- Conroy, D. E., Elliot, A. J., & Hofer, S. M. (2003). A 2 × 2 achievement goals questionnaire for sport: Evidence for factorial invariance, temporal stability, and external validity. *Journal of sport and Exercise psychology, 25*(4), 456–476. <https://doi.org/10.1123/jsep.25.4.456>
- Cranmer, G. A., Rey, R. T. & Mikkilineni, S. D. (2022). Coach-athlete communication and implications for health. I J. Sanderson & M. R. Weathers (Red.), *Health communication and sport: Connections, applications, and opportunities* (s. 79–94). Rowman & Littlefield.
- Cranswick, I., Tod, D., Clarke, P. & Jones, A. (2024). Exploring the impact of athletic identity on gender role conflict and athlete injury fear avoidance in male English professional academy football players. *Science and Medicine in Football, 8*(3), 242–250. <https://doi.org/10.1080/24733938.2023.2224293>
- Curran, T. & Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin, 145*(4), 410–429. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/bul0000138>
- Damian, L. E., Stoeber, J., Negru, O. & Băban, A. (2014). Perfectionism and achievement goal orientations in adolescent school students. *Psychology in the Schools, 51*(9), 960–971. <https://doi.org/10.1002/pits.21794>

- Egan, S. J., Wade, T. D. & Shafran, R. (2011). Perfectionism as a transdiagnostic process: A clinical review. *Clinical psychology review*, 31(2), 203–212. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.04.009>
- Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist*, 34(3), 169–189. https://doi.org/10.1207/s15326985ep3403_3
- Elliot, A. J. & Hulleman, C. S. (2017). Achievement goals. I A. J. Elliot, C. S. Dweck & D. S. Yeager (Red.), *Handbook of competence and motivation: Theory and application* (2. utg., s. 43–60). Guilford Press.
- Elliot, A. J. & McGregor, H. A. (2001). A 2 × 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(3), 501–519. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.80.3.501>
- Flett, G. L. & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. I G. L. Flett & P. L. Hewitt (Red.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (s. 5–31). American Psychological Association.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14(5), 449–468.
- Gaudreau, P. & Verner-Filion, J. (2012). Dispositional perfectionism and well-being: A test of the 2 × 2 model of perfectionism in the sport domain. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 1(1), 29–43. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0025747>
- Glynos, J. & Howarth, D. (2007). *Logics of critical explanation in social and political theory*. Routledge.
- Guo, J., Hu, X., Elliot, A. J., Marsh, H. W., Murayama, K., Basarkod, G., Parker, P. D. & Dicke, T. (2023). Mastery-approach goals: A large-scale cross-cultural analysis of antecedents and consequences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 125(2), 397–420. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/pspp0000436>
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27–38.
- Hardy, L., Barlow, M., Evans, L., Rees, T., Woodman, T. & Warr, C. (2017). Great British medalists: Psychosocial biographies of super-elite and elite athletes from Olympic sports. I V. Walsh, M. Wilson & B. Parkin (Red.), *Progress in brain research: Bd. 232. Sport and the brain: The science of preparing, enduring, and winning, part A* (s. 1–119). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/bs.pbr.2017.03.004>
- Harwood, C. & Biddle, S. (2002). The application of achievement goal theory in youth sport. I I. M. Cockerill (Red.), *Solutions in sport psychology* (s. 58–73). Thomson Learning.
- Hassan, M. F. H. & Morgan, K. (2015). Effects of a mastery intervention programme on the motivational climate and achievement goals in sport coaching: A pilot study. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 10(2–3), 487–503. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.10.2-3.487>
- Hulleman, C. S., Schragger, S. M., Bodmann, S. M. & Harackiewicz, J. M. (2010). A meta-analytic review of achievement goal measures: Different labels for the same constructs or different constructs with similar labels? *Psychological Bulletin*, 136(3), 422–449. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0018947>
- Høidalen, I., Overvik, J. & Delebekk, B. S. (2021). Slår alarm om smertestillende i idretten: Jeg tok Voltaren hver dag. Hentet 1. Oktober 2025, fra <https://www.vg.no/sport/i/eK8kVa/slaar-alarm-om-smertestillende-i-idretten-jeg-tok-voltaren-hver-dag>
- Jessiman-Perreault, G. & Godley, J. (2016). Playing through the pain: A university-based study of sports injury. *Advances in Physical Education*, 6(3), 178–194. <http://dx.doi.org/10.4236/ape.2016.63020>
- Jowett, S. & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete–coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 313–331. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00011-0](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00011-0)
- 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>
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika*, 39(1), 31–36. <https://doi.org/10.1007/BF02291575>
- Kaplan, A. & Maehr, M. L. (2007). The contributions and prospects of goal orientation theory. *Educational Psychology Review*, 19, 141–184. <https://doi.org/10.1007/s10648-006-9012-5>
- Kristensen, J. Å., Haugen, T. & Ommundsen, Y. (2023). Perceived social pressure and intention to play through injuries in junior ice hockey: The sporting environment matters. *Journal of Sports Sciences*, 41(14), 1363–1371. <https://doi.org/10.1080/02640414.2023.2273084>
- Kujala, U. M., Orava, S., Parkkari, J., Kaprio, J. & Sarna, S. (2003). Sports career-related musculoskeletal injuries: Long-term health effects on former athletes. *Sports Medicine*, 33(12), 869–875. <https://doi.org/10.2165/00007256-200333120-00001>
- Leite, N., Calvo, A. L., Cumming, S., Gonçalves, B. & Calleja-Gonzalez, J. (2021). Talent identification and development in sports performance. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, 729167. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.729167>
- Maehr, M. & Zusho, A. (2009). Achievement goal theory. The past, present, and future. I K. R. Wentzel & A. Wigfield (Red.), *Handbook of motivation at school* (s. 77–104) Routledge.
- Malcom, N. L. (2006). «Shaking it off» and «toughing it out»: Socialization to pain and injury in girls' softball. *Journal of Contemporary Ethnography*, 35(5), 495–525. <https://doi.org/10.1177/0891241605283571>
- Martinez-González, N., Atienza, F. L., Duda, J. L. & Balaguer, I. (2022). The role of dispositional orientations and goal motives on athletes' well- and ill-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 289. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010289>
- Mayer, J., Giel, K. E., Malcolm, D., Schneider, S., Diehl, K., Zipfel, S. & Thiel, A. (2018). Compete or rest? Willingness to compete hurt among adolescent elite athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 35, 143–150. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.12.004>
- Mayer, J. & Thiel, A. (2018). Presenteeism in the elite sports workplace: The willingness to compete hurt among German elite handball and track and field athletes. *International Review for the Sociology of Sport*, 53(1), 49–68. <https://doi.org/10.1177/1012690216640525>
- Mayer, J., Kühnle, F. & Thiel, A. (2020). Presenteeism in elite sport organisations: A framework for understanding athletes' decisions to practise sport despite health concerns. I M. Lang (Red.), *Routledge handbook of athlete welfare* (s. 81–93). Routledge.
- Mehus, I., Martindale, R. J. J., Andronikos, G., Aspvik, N. P., Bergström, M. & Sæther, S. A. (2025). Comparing talent development environments of girls and boys in handball and ice hockey in Norway. *European Journal of Sport Science*, 25(1), Artikkel e12225. <https://doi.org/10.1002/ejsc.12225>
- Midgley, C., Kaplan, A. & Middleton, M. (2001). Performance-approach goals: Good for what, for whom, under what circumstances, and at what cost? *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 77–86. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0663.93.1.77>
- Montuschi, E. (2003). *Objects of social science*. Continuum.
- Nilsen, T. M. (2020). Wessel (28) spiller med avrevet menisk: - Vil jo gjerne hjelpe laget! Hentet 1. Oktober 2025, fra [https://www.ha-halden.no/wessel-28-spiller-med-avrevet-menisk-vil-jo-sa-gjerne-hjelpe-laget/s/5-20-895863#:~:text=Sport%2C%20Ishockey%20%7C%20Wessel%20\(28,jo%20s%20C%3%A5%20gjern%20hjelp%20laget](https://www.ha-halden.no/wessel-28-spiller-med-avrevet-menisk-vil-jo-sa-gjerne-hjelpe-laget/s/5-20-895863#:~:text=Sport%2C%20Ishockey%20%7C%20Wessel%20(28,jo%20s%20C%3%A5%20gjern%20hjelp%20laget)
- Nixon, H. L. (1993). Accepting the risks of pain and injury in sport: Mediated cultural influences on playing hurt. *Sociology of Sport Journal*, 10(2), 183–196. <https://doi.org/10.1123/ssj.10.2.183>
- Norges idrettsforbund. (u.å.). *NIFs etiske leveregler*. Hentet 10. mars 2025 fra <https://www.idrettsforbundet.no/tema/etisk-og-trygg-iddrett/etiske-leveregler/>
- Núñez, E. F. D., Villanueva, L. M. S., Mendoza, M. A. T., Alcoser, S. D. I., Garay, J. P. P. & Hernández-Vásquez, R. (2024). Perfectionism as a paradoxical factor in sport and exercise

- performance: An umbrella review. *Iranian Journal of Psychiatry*, 19(2), 247–254. <https://doi.org/10.18502/ijps.v19i2.15111>
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory* (2. utg.). McGraw-Hill.
- Overbye, M. (2021). Walking the line? An investigation into elite athletes' sport-related use of painkillers and their willingness to use analgesics to train or compete when injured. *International Review for the Sociology of Sport*, 56(8), 1091–1115. <https://doi.org/10.1177/1012690220973552>
- Roberts, G. C. & Treasure, D. (Red.). (2012). *Advances in motivation in sport and exercise* (3. utg.). Human Kinetics.
- Roberts, G. C., Nerstad, C. G. & Lemyre, P. N. (2018). Motivation in sport and performance. I F. C. Worrell (Red.), *Oxford research encyclopedia of psychology*. <https://oxfordre.com/psychology/view/10.1093/acrefore/9780190236557.001.0001/acrefore-9780190236557-e-150>
- Roderick, M., Waddington, I. & Parker, G. (2000). Playing hurt: Managing injuries in English professional football. *International Review for the Sociology of Sport*, 35(2), 165–180. <https://doi.org/10.1177/101269000035002003>
- Roderick, M. (2006). Adding insult to injury: Workplace injury in English professional football. *Sociology of Health and Illness*, 28(1), 76–97. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9566.2006.00483.x>
- Rye, A., Ransom, D., Littlewood, M. & Sæther, S. A. (2022). Performance and organizational stressors in the junior-to-senior transition in football. *Current Issues in Sport Science*, 7. <https://doi.org/10.36950/2022ciss003>
- Sanderson, J., Weathers, M., Snedaker, K. & Gramlich, K. (2017). «I was able to still do my job on the field and keep playing»: An investigation of female and male athletes' experiences with (not) reporting concussions. *Communication and Sport*, 5(3), 267–287. <https://doi.org/10.1177/2167479515623455>
- Sanderson, J. & Weathers, M. R. (2022). *Health communication and sport: Connections, applications, and opportunities*. Rowman & Littlefield.
- Schneider, S., Sauer, J., Berrsche, G., Löbel, C. & Schmitt, H. (2019). «Playing hurt»: Competitive sport despite being injured or in pain. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 70, 43–52. <https://doi.org/10.5960/dzsm.2019.365>
- Schneider, K. J., Nettel-Aguirre, A., Palacios-Derflingher, L., Mrazik, M., Brooks, B. L., Woollings, K., Blake, T., McKay, C., Lebrun, C., Barlow, K., Taylor, K., Lemke, N., Meeuwisse, W. H. & Emery, C. A. (2021). Concussion burden, recovery, and risk factors in elite youth ice hockey players. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 31(1), 70–77. <https://doi.org/10.1097/jsm.0000000000000673>
- Schubring, A. & Thiel, A. (2014). Coping with growth in adolescent elite sport. *Sociology of Sport Journal*, 31(3), 304–326. <https://doi.org/10.1123/ssj.2013-0071>
- Shields, D. L. & Bredemeier, B. L. (2009). *True competition: A guide to pursuing excellence in sport and society*. Human Kinetics.
- Singer, R. L. (2004). Pain and injury in a youth recreational basketball league. I K. Young (Red.), *Sporting bodies, damaged selves: Sociological studies of sports-related injury* (s. 223–235). Emerald.
- Skjellum, H. (2019). Kristiansen trosser «fotballskade»- smertene for finale. Hentet 1. Oktober 2025, fra https://www.nrk.no/sport/kristiansen-trosser-_fotballskade_-_smertene-for-finale-1.14543084
- Sohlberg, P. & Sohlberg, B.-M. (2008). *Kunskapens former: vetenskapsteori och forskningsmetod* (2. utg.). Liber.
- StataCorp. (2023). Stata Statistical Software: Release 18. College Station, TX: StataCorp LLC
- Stoeber, J. & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295–319. https://psycnet.apa.org/doi/10.1207/s15327957pspr1004_2

- Stoeber, J. (2011). The dual nature of perfectionism in sports: Relationships with emotion, motivation, and performance. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 128–145. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2011.604789>
- Stoeber, J. (2012). Perfectionism and performance. I S. M. Murphy (Red.), *The Oxford handbook of sport and performance psychology* (s. 294–306). Oxford University Press.
- Sæther, S. A. & Solberg, H. A. (2015). Talent development in football: Are young talents given time to blossom? *Sport, Business and Management: An International Journal*, 5(5), 493–506. <https://doi.org/10.1108/SBM-04-2015-0016>
- Sæther, S. A., Nygaard, A., Johansen, B. T. & Erikstad, M. K. (2021). Talentutvikling via studieprogrammet idrettsfag: En retrospektiv studie av unge fotballspilleres opplevelse av å kombinere videregående skole og satsning på en fotballkarriere. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 12, 85–111.
- Thorfinnsson, B. B. & Mehus, I. (2024). Betydningen av lærerstøtte for elevers selvregulerte læring i kroppsøving – mediert gjennom elevenes mestringsforventninger og målorienteringer. *Journal for Research in Arts and Sports Education*, 8(2), 20–40. <https://doi.org/10.23865/jased.v8.6548>
- Torvik, L. M. J., Aspvik, N. P., Sæther, S. A. & Høigaard, R. (2025). Perceived social support in the rehabilitation process among elite female handball players. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7, 10–18. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v7i.149077>
- Tronstad, M., Aspvik, N. P., Abrahamsen, F. & Sæther, S. A. (2025). «It is like an endless guilt trip»: Greco-Roman wrestlers' willingness to train and compete with pain and/or injuries. *International Journal of Sports Science & Coaching*. <https://doi.org/10.1177/17479541251350672>
- Waddington, I. (2000). *Sport, health and drugs: A critical sociological perspective*. Routledge.
- Woodfin, V., Binder, P.-E. & Molde, H. (2020). The psychometric properties of the frost multidimensional perfectionism scale – brief. *Frontiers in Psychology*, 11, Artikkel 1860. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01860>
- Young, K. (2012). *Sport, violence and society*. Routledge.

KAPITTEL 14

Utvikling av robuste kvinnelige håndballspillere: mestring av overgangen til elitenivå

Elsa Kristiansen Universitetet i Sørøst-Norge, Norge

Trine Stensrud Norges idrettshøgskole, Norge

Vigdis Holmeset Norges Håndballforbund, Norge

Abstract: This chapter focuses on how young handball players manage the transition from high school to elite league and national team play – in other words, the transition to the mastery phase as a ‘young adult.’ What does it take to succeed and remain in sport? Three athletes from Norway’s gold-winning team at the Paris 2024 Olympics were interviewed about how they learned to cope with the challenges associated with this phase. The three players made different choices in their careers, guided by what they wanted to challenge themselves with. Crucial to their decisions were also communication and trust from their coach – and the joy of playing handball confirmed that it was what they truly wanted. We also interviewed three coaches, who emphasized that there is no formula for success; instead, athletes need to make independent decisions based on their own abilities and development. Both players and coaches talked about stepwise progression in workload, but it is important to keep in mind that there is no one-size-fits-all approach to these steps. Combining studies with playing in the elite league can be challenging, and sufficient recovery is essential. Being physically and mentally robust is an advantage; however, robustness must be developed in athletes for them to reach their goals and establish themselves at their desired level. Finding a balance between challenge and security is crucial.

Keywords: handball, mastery and development, coach-athlete relationship, goal setting and long-term perspective

Sitering: Kristiansen, E., Stensrud, T. & Holmeset, V. (2026). Utvikling av robuste kvinnelige håndballspillere: Mestring av overgangen til elitenivå. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 14, s. 315–337). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch14>
Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

Introduksjon

Søkelyset i dette kapittelet er rettet mot hva som skjer etter videregående skole, og hvilke valg som gjøres for å lykkes som seniorutøver i kvinnehåndball. Mange unge utøvere gleder seg til å bli ferdig med videregående skole, med alle krav og rutiner som en strukturert skole- og idrettsdag innebærer, men overgangen til å ta egne valg kan bli en uventet utfordring som de ikke håndterer. I denne studien vil vi diskutere hvilke egenskaper det er viktig å ha utviklet, og hvordan det bør tilrettelegges for en vellykket overgang til eliteseriespill og landslagsspill for *kvinnelige* håndballspillere. Det er behov for mer kunnskap om hva som skjer ved overgangen til eliteserien og eventuelt landslag blant kvinner, altså når utøverne er 18–24 år gamle, da mye av faglitteraturen om overgangen fra junior til senior er rettet mot mannlige utøvere (Ekengren et al., 2020; Schubring et al., 2025).

Mange håndballspillere velger videregående skoler med toppidrett eller idrettslinjer for å komme tidlig inn i et profesjonelt treningsmiljø. Overgangen til videregående skole er godt dekket i norsk forskning (Andersen et al., 2015; Bjørndal et al., 2017; Bjørndal & Gjesdal, 2020; Kristiansen et al., 2024; Kristiansen & Stensrud, 2017, 2020). Disse skolene gir trygge rammer for å utvikle seg, og spillerne får et treningsgrunnlag som gjør dem i stand til å håndtere trening og kamper på høyt nivå etter avsluttet videregående. Ved skolene er det gjerne presisert en læringsorientering med utvikling av håndballferdigheter – og det å mestre både idrett og skole, men spillere selv og ofte foreldre har forhåpninger om snarlige resultater og rask spillerutvikling (Kristiansen & Stensrud, 2017, 2020). Etter videregående skole er det en holdningsendring og mer alvor knyttet til satsing. Spillerne blir mer utålmodige, og de vil ha hurtigere resultater for å kunne forsvare overfor seg selv det å utsette studier eller å studere med redusert progresjon (Ekengren et al., 2020). Eller kanskje støttespillerne rundt dem blir mer utålmodige og tenker på framtiden og økonomisk sikkerhet? Med for høy belastning av studier og mer trening blir tid til restitusjon redusert. Studier kan lett bli prioritert hvis en utøver ikke klarer å etablere seg fort nok i eliteserien. De første årene etter videregående skole blir dermed en fase hvor mange utøvere faller fra – eller velger lavere divisjoner for å kombinere utdanning og idrett (f.eks. Kristiansen et al., 2024).

For å lykkes er det viktig å ha god selvinnsikt og å være innstilt på en trinnvis overgang. De færreste utøvere herjer i første sesong i eliteserien, selv om unntakene finnes. Både fysisk og mental robusthet må bygges opp for å håndtere nye utfordringer, som manglende spilletid, høye forventninger, foreldre som føler at deres barn ikke får nok spilletid, flytting til et nytt sted, økonomiske utfordringer og problemer med å kombinere idrett med skole etter videregående ved overgang til mestringsfasen (Wylleman, 2019; Wylleman & Lavalley, 2004; Wylleman & Reints, 2010). I en studie av svenske eliteseriespillere i håndball fant Ekengren et al. (2020) at kvinner i større grad enn menn måtte sjonglere utdanning med håndballkarriere. Kvinner var også mer opptatt enn menn av å ha en reserveplan. Den helhetlige idrettskarrieremodellen («holistic athletic career model» [HAC], jf. Wylleman et al., 2013) kan brukes til å illustrere innflytelsen av tre overgangsutfordringer på ulike tidspunkter i karrieren, nemlig overgangen fra junior til senior, deltagelse i olympiske leker og avslutningen av idrettskarrieren (Wylleman & Rosier, 2016). Det gjør den spesielt egnet når vi ber spillere som lykkes, om å se tilbake på hvordan de håndterte utfordringene og nådde drømmen om eliteserien og OL-gull. I studien har vi intervjuet utøvere i tillegg til trenerne på Norges gullag fra OL i Paris 2024.

Teoretisk rammeverk for spillerutvikling

Det finnes konseptuelle rammeverk som kan gi en oversikt over faser og overganger en ung idrettsutøver står overfor. En av disse er *life-span-modellen* (Wylleman & Lavalley, 2004), og denne livsløpmodellen har senere blitt utviklet til en helhetlig idrettskarrieremodell (Wylleman et al., 2013; f.eks. Wylleman & Rosier, 2016). Modellen er nyttig når idrettslig utvikling skal ses sammen med overganger innenfor ikke-idrettsrelaterte områder eller domener (Wylleman et al., 2013). Den er også nyttig når erfarne spillere må tenke tilbake på egen karriere, og på utfordringer de hadde som unge voksne, i alderen 18–24 (se tabell 1; Wylleman, 2019). Akademisk må utøvere i denne fasen etter videregående ta mer ansvar for å rekke forelesninger, eksamener og gruppeoppgaver (De Knop et al., 1999). Sammen med økt treningsbelastning og mer ansvar kan elitespillere bli mer sårbare og usikre på grunn av mer totalbelastning og utilstrekkelig restitusjon (Moesch et al., 2018). Modellen tar hensyn til disse faktorene, og den er inspirert av flere karriere- og utviklingsmodeller og gir en helhetlig

tilnærming til ulike overganger både innenfor og utenfor idretten (se f.eks. Bloom, 1985; Côté, 1999; Durand-Bush & Salmela, 2002; Ericsson, 1996; Stambulova, 1994).

Den helhetlige idrettskarrieremodellen viser hvordan idrettslige, psykologiske, psykososiale, akademiske og juridiske nivåer preger utøvernes utvikling. Modellen består av fire stadier: *innføringsfasen* (starter i alderen 6–9 år), *utviklingsfasen* (starter ved 15 års alder), *mestringsfasen* (starter ved 18,5 års alder) og *avslutningsfasen* (regnes fra 28 år). For en god og helhetlig spillerutvikling er alle domene viktige (Agnew & Pill, 2023; Wylleman & Reints, 2010). Overgangene kan være forskjellige mellom land, avhengig av idrettssystemet og idretten (se Wylleman & Lavalée, 2004), og de kan være både sammenfallende og/eller overlappende. Videre skiller denne modellen mellom *normative overganger* (de som er forventet og forutsigbare, som flytting fra juniornivå til et høyere nivå) og *ikke-normative overganger* (de som er uventet og oftest ufrivillige, for eksempel karrieretruende skader).

Vi vil her rette søkelys mot *mestringsfasen*, mer presist fasen *ung voksen* (Wylleman, 2019). Denne fasen dekker to av fasene som Olympiatoppens utviklingsfilosofi bygger på (Larsen, 2021). Mestringsfasen omfatter både nivå 6 (18–22 år, «trene for å konkurrere»-perioden) og nivå 7 (etter 23 år, «trene for å vinne»-perioden). Videre retter vi oppmerksomheten mot en normativ overgang, tiden etter videregående, hvor spillerne må gjøre et valg angående hvor mye de vil satse, og om hvilken klubb de tenker kan gi dem den beste oppfølgingen og utviklingen. Tett knyttet til valg av nivå, er også økonomiske forutsetninger som dette valget gir. Det er kun et fåtall av spillerne som er helprofesjonelle med 100 prosent lønn. De fleste velger å ta utdanning og/eller jobb i tillegg til elitesatsing. Denne overgangen fører for mange til karriereavslutning. Faktisk er det bare én av tre som klarer overgangen fra junior og senior til mestringsfasen (Wylleman & Rosier, 2016). De som klarer overgangen, kan få en lang karriere hvis de får nok støtte. Katrine Lunde var 44 år under OL i 2024. Det betyr at for noen varer denne fasen i kanskje 30 år.

Mange har urealistiske forventninger om hvordan de skal håndtere livet i denne fasen. Hvis det ikke er samsvar mellom nye krav som stilles i denne fasen, og hva spilleren føler hun er i stand til å mestre, vil hun oppleve stress (McGrath, 1970) og sviktende selvtillit. Støtteapparat og klubb har mye å si for hvordan utøvere håndterer denne overgangen (Kristiansen et al., 2024), og utøvere trenger ofte mye mer omsorg enn

Tabell 1. Den helhetlige idrettskarrieremodellen (Wylleman, 2019; Wylleman et al., 2004; Wylleman & Lavallee, 2004; Wylleman & Rosier, 2016)

Alder	6/7–12/13*	12/13–18/19	18/19–35 (eller 44)	28/35 og eldre
Atletisk utvikling (basert på Bloom [1985] sine faser)	Innføringsfasen Introduksjon til organisert idrett – stadig økt intensitet på trening.	Utviklingsfasen Anerkjennelse og stadig økt intensitet i trening og konkurranser fra 13 år.	Mestringsfasen Overgang til eliteserie og rekruttlag/landslag. Deltagelse på høyeste konkurransenivå fra 18–19 år.	Avslutningsfasen Ser på overgang fra konkurranse idrett fra ca. 28–30 år (Wylleman & Lavallee, 2004a).
Psykisk utvikling	Barndom	Ungdomsårene – får flere oppgaver	(Ung) voksen 18–24 Utøveridentitet (eller student og jobb i tillegg).	Voksen + flere roller eller bare idrettsutøver
Psykososial utvikling (ulike nettverk; Côté, 1999)	Foreldre, søsken, venner	Venner, trener(e), foreldre	Venner, trener(e), klubb, landslag og familie Kan være avgjørende med flere nettverk for å fortsette, livspartner og å starte familie prioriteres etter hvert.	Partner, venner, familie og kolleger
Utdanning/ jobb	Grunnskolen	Videregående skole og «dual careers» (De Knop et al., 1999)	Høyere utdanning eller jobb Idrett og studier/jobb (dual career transitions; Stambulova & Wylleman, 2015).	Semi-profesjonelle utøvere
Økonomisk utvikling	Familie	Familie, forbund	Forbund, Olympiatoppen klubb, sponsorer og familie De beste kan leve av håndball, viktig for å kunne (forsvare å) fortsette. Ellers blir støtten fra idrettsorganisasjoner, nasjonale olympiske komitéer og/eller private sponsorer stadig viktigere.	Familie, arbeidsgiver
Juridisk nivå	Mindreårig		Voksen Vurdering av utøverens rettigheter, plikter og juridiske rammer som er relevante for deres deltagelse i idretten (Wylleman, 2019).	

* Oppgitt alder for de ulike fasene kan variere mellom idretter og ulike land, og spesielt mestringsfasen kan ha individuell variasjon.

trenerne har kapasitet til eller forståelse av (Cronin, 2023). I en ti år lang studie av norske håndballspillere i alderen 13–23 år var det å bli sett den viktigste grunnen for en lang karriere i idretten (Kristiansen et al., 2024). Trener-utøver-forholdet er betydningsfullt (Jowett & Cockerill, 2002). En nyere studie av to skandinaviske håndballklubber (Storm et al., 2022), en profesjonell klubb og en frivillighetsbasert klubb viste at det ikke nødvendigvis er de strukturelle rammene som styrer spillerutvikling. Studien viste at den profesjonelle klubben hadde mulighet til å hente spillere som «passet inn i systemet», og de hadde et langsiktig samarbeid med skolene om rekruttering. I denne klubben fikk også spillerne hjelp til å etablere gode rutiner. I den frivillighetsbaserte klubben gjorde spillerne denne jobben selv, og de ble i større grad lært opp til å ta selvstendige valg som bidro til deres utvikling. Felles for de to klubbene var trenerne som lot spillerne utvikle seg i individuelt tempo, og som hadde dialog med spillerne om utvikling. Disse funnene samsvarer også med studier på modellen som viser at bistand gjennom intervensjoner og planlegging bidrar til at utøvere håndterer de ulike overgangene bedre (f.eks. Wylleman & Lavalley, 2004). Vårt søkelys i denne studien er ikke på dem som falt fra, eller på grunnene til frafallet. I stedet vil vi se på likhetstrekk mellom dem som til slutt tok olympisk gull. Vi ønsker å lære av erfaringene til dem som håndterte utfordringene ved denne overgangen på en god måte.

OL-gullet 2024

Håndballjentene har vært et norsk fenomen siden VM-bronsemedaljen i 1986. Bare tre hovedtrenerne har dette laget hatt siden den første medaljen, og til sammen har det blitt 33 internasjonale medaljer. Av disse henger gullmedaljene i sommer-OL i 2008, 2012 og 2024 høyest. Laget har holdt høy standard lenge, og nye utøvere har stått fram hver gang etablerte spillere har gitt seg. Avgjørende for den konstante rekrutteringen har vært forbundets langsiktige satsing på spillere, og at de som har blitt tatt opp på landslag, har blitt ivaretatt. Denne satsningen har vært styrt av håndballforbundet med aldersbestemte landslag, men regionssatsing har også vært viktig for rekrutteringen og for å opprettholde nivået på landslaget. Spillerutvikling i regi av Norges Håndballforbund (NHF), som har ansvaret for innholdet, starter via de seks regionene med ulike utviklingstiltak for spillere i alderen 13 til 18 år.

Landslagsaktiviteter starter først ved fylte 15 år. Da gjør trenerne for de yngre landslagene kartlegginger sammen med aktører fra *regionen*. I tillegg er det også spillerutviklingstiltak på regionale landslagssamlinger for spillere i alderen 15–18 år. På disse samlingene er gjerne yngre landslagstrenerne invitert til halvparten av dem, noe som viser at det som skjer på regionslag, er viktig for NHF sentralt. I tillegg er det ca. 50 døgn (inkludert mesterskap) i året med landslagsaktivitet for *ynge landslag*. For denne aldersgruppen er også skolene med toppidrett viktige for det helhetlige tilbudet som blir gitt til lovende håndballspillere i Norge. Forbundet har mange utøvere å velge mellom. Tall fra idrettsregistreringen i april 2025 viser at det er 146 691 aktive spillere i Norge, og av disse er to tredeler kvinner (tall fra idrettsregistrering per 30.04.2025; NHF, 2025).

Det viktigste steget for landslag er for mange *rekruttlandslaget*, som er et tilbud til spillere som ligger rett bak seniorlandslagsnivå. Dette landslaget har vært brukt på ulike måter: Rett før mesterskap er det en spillearena for dem som er aktuelle i mesterskapet som kommer, men som ikke får så mye spilletid med landslaget. Det er altså en måte å gi internasjonal erfaring på til flere. I andre perioder er det en måte å følge opp de som er ferdig med yngre landslag, men som enda ikke har tatt steget til seniorlandslaget, og som spiller hjemme i eliteserien. Tabell 2 viser den trinnvise utviklingen for gullaget fra Paris-OL.

Det er viktig å understreke at tallene i tabell 2 viser valgene og utviklingen til de 15 *OL-gulljentene*. Det betyr ikke at gjennomsnittet nederst i tabellen er hva som er anbefalt. Hva vi ser, er at disse spillerne har hatt en progresjon som starter ved eliteseriespill i ung alder. Noen debuterte allerede som 16-åringer, men snittalderen er 18 år. De har etter hvert som de ble mer etablert, gått til en ny norsk klubb (gjennomsnittsalder ved flytting er 21 år) og spilt Europacup eller Champions League med denne før de ble utenlandsproffer. Snittalderen for å bli utenlandsproff er i dette unike utvalget 24 år.

Videre er det påfallende at alle har gått på videregående skole med en idrettsvariant. Vi fant fire varianter i utvalget: toppidrett på privatskole, toppidrett på offentlig skole som har samarbeid med Olympiatoppen, toppidrett som fag på offentlig videregående skole eller offentlig videregående skole med idrettslinje og fordypning i håndball. Siden alle OL-vinnerne har gått på en av de fire variantene, har de fått et solid treningsgrunnlag som sannsynligvis har vært medvirkende årsak til den gode håndteringen av overgangen til seniorspill i ung alder.

Tabell 2. Oversikt over trinnvis utvikling av det norske gullaget i 2024*

Navn	Deltagelse yngre landslag	Elite-kamp (år)	CL-/E-cup (år)	Flyttet (år)	Kamp KS (år)	Mesterskap senior (år)	Utenlands-proff (år)	LKR (antall kamper)
Hanna	Ja	16	21	22	19	19	22	0 kamper
Emma	Ja	19	19	19	23	19	25	2 kamper
Selma	Ja	17	19	19	19	26	22	2 kamper
AA	Ja	18	23	24	20	23	27	4 kamper
BB	Ja	16	19	19	19	22	25	3 kamper
CC	Ja	19	24	19	23	23	25	6 kamper
DD	Ja	16	16	24	20	22	24	7 kamper
EE	Ja	16	16	16	19	19	16	0 kamper
FF	Ja	17	23	18	22	22	23	4 kamper (2 år)
GG	Ja	19	19	16	22	23	24	4 kamper
HH	Ja	18	18	25	27	27	25	6 kamper
II	Nei	20	25	23	25	27	26	7 kamper
JJ	Ja	18	21	21	19	21	21	3 kamper
KK	Ja	17	23	24	21	22	24	2 kamper
LL	Ja	21	23	25	22	22	25	0 kamper
Gj.snitt	14 av 15	18	21	21	21	22	24	3,3 kamper

* Pseudonym er brukt på de intervjuede spillerne, da vi ønsker å ivareta anonymitet. Spillerne på dette laget hadde en gjennomsnittsalder på 32,4 år. Vi har inkludert deltagelse på yngre landslag. De resterende kolonnene tar for seg alder ved debut i eliteserien, alder ved deltagelse i Champions League eller E-cup (CL-/E-cup), alder ved flytting for å få bedre treningsmuligheter i Norge, alder ved debut på landslag kvinner senior (LKS) og alder ved første mesterskap som senior i tillegg til alder når de ble proffe i utlandet. Helt til høyre har vi inkludert antall kamper på landslag kvinner rekrutt (LKR).

NHF har et langsiktig utviklingsløp for landslagsspillerne. Spillere kan tidlig få være med som «lærejente» før de får en mer og mer sentral rolle. Snittalderen til OL-vinnerne er 32,4 år, mens snittalderen for første landskamp var 21 år. Disse tallene viser en god læreperiode for mange av spillerne. Vi skal også legge merke til at to av OL-vinnerne var 27 år da de spilte sin første landskamp, så det er stor variasjon innad i laget.

Tabell 2 viser ikke noe om treningsmengde, intensitet eller hvilken treningsform, men de norske håndballjentene har vært viden kjent for sine bidrag som hardtarbeidende lagbyggere. Nettsiden håndballfysikk.no gir en oversikt over hvordan mange har trent (Haukali & Holmeset, u.å.). Nettsiden gir oversikt over ukeoppsett med fordeling på håndballtrening, fysisk trening og kamper i yngre aldersgrupper.

I tabell 2 fikk vi en oversikt over variasjonen i spillergruppen og valgte å snakke med tre spillere. Vi brukte den helhetlige idrettskarrieremodellen (Wylleman, 2019) som utgangspunkt for samtalen, og vi ba spillerne reflektere over og identifisere hvilke utfordringer de opplevde ved overgangen til mestringsfasen; hvordan utfordringer påvirket utviklingen, og hvilken type støtte (f.eks. fra trenere, familie eller andre støttepersoner) som hjalp dem. I tillegg intervjuet vi tre trenere tilknyttet landslaget for å få deres erfaringer med denne overgangen. Alle intervjuene varte i 45–50 minutter, og de ble gjennomført via Teams, som også gir mulighet for opptak og transkripsjoner av samtaler. Dataanalyseprosessen kan beskrives som en generisk kvalitativ tilnærming (Bradbury-Jones et al., 2017). I funnene har vi samlet refleksjonene til Hanna, Emma og Selma på områder som trinnvis progresjon, landslagets betydning og utvikling av robusthet.

Flere tiltak er iverksatt for å beskytte konfidensialiteten til spillerne og trenerne. Fiktive navn er ett av tiltakene for spillerne, mens vi ikke differensierer trenersitatene og kun skriver «trener». Et annet tiltak er å unnlate å bruke noen sitater og funn som lett kunne identifisere de intervjuede.

Gjennom hele forskningsprosessen har funn blitt diskutert blant forfatterne, og som gruppe har vi tverrfaglig forskningskompetanse og trenererfaring og er tett på Norges Håndballforbund. Alle har videre diskutert funn med kolleger (f.eks. forskere og praktikere) for å få kritiske tilbakemeldinger, forbedre organiseringen av temaer og oppmuntre til refleksjon over tolkningene av resultatene. Spillere, trenere og andre med kompetanse har i tillegg fått tilsendt førsteutkast av kapittelet, og basert på tilbakemeldinger har vi fått rettet opp uklarerheter og fått bekreftelser og nye innspill.

Diskusjon

Med utgangspunkt i Wylleman og kollegers ulike overganger i mestringsfasen (Stambulova & Wylleman, 2015; Wylleman, 2019; Wylleman et al., 2013; Wylleman & Lavalée, 2004; Wylleman & Reints, 2010; Wylleman & Rosier, 2016) er denne diskusjonen tredelt. Første tema er «trinnvis progresjon og støtteapparatet», som faller inn under både atletisk utvikling og psykisk utvikling, siden det å være ung voksen og flytte til nasjonalt eller internasjonalt lag ble diskutert i forbindelse med å være ny i laget. «Landslaget og treneren» dekker i stor grad psykososial utvikling med søkelys på betydningen av trener, spesielt for å få råd og skape trygghet.

«Utvikling av robusthet gjennom tillit» er dermed det siste temaet vi utdyper som viktig ved overgang til mestringsfasen som ser sammenhengen mellom alle nivåene.

Trinnvis progresjon og støtteapparatet: klubb etter videregående

Ulike toppidrettslinjer har skapt en tidlig profesjonalisering som gjør at mange trener mer, og spillere har uttrykt at disse miljøene er viktig for tidlig å lære å bli profesjonelle utøvere i utviklingsfasen (Kristiansen & Stensrud, 2017). Men den profesjonelle kulturen kan like godt læres i en god klubb med en fornuftig trener. Det finnes ikke noen «oppskrift på vellykket overgang», og internasjonal forskning viser at bare én av tre klarer overgangen (Wylleman & Rosier, 2016). Intervjuede trenerne uttrykte en generell bekymring over det store frafallet etter videregående, spesielt hvis man ikke har nådd ønsket nivå hurtig: «Vi har mistet mange talenter fordi de ikke har vært tålmodige nok etter videregående.» Trenerne uttrykte at det er en viss forventning, både hos noen utøvere og hos foreldre eller andre som følger utøvere tett, om at man *må* ta noen steg med en gang. Noen tror kanskje at normen er Henny Reistad, som gikk fra juniorlandslag rett inn på seniorlandslaget og til Champions League-spill.

Ved overgangen til mestringsfasen har de fleste spillere tilpasset seg et hverdagsliv som eliteutøver, med rett kosthold, restitusjon og nok søvn i videregående skole (Stambulova et al., 2009). I den norske konteksten er det adskillig vanskeligere å kombinere elitesatsing og utdanning etter videregående skole hvor spillere blir utfordret på å strukturere hverdagen selv (Kristiansen & Berntsen, 2021). Noen studiesteder tilrettelegger forelesninger og eksamen slik at utøvere får trent, men ofte opplever utøverne at å være toppidrettsstudent kan være en ensom «kamp» for å få dagen til å gå opp. Derfor klarer mange ikke å opprettholde treningsintensiteten etter videregående skole, og de intervjuede trenerne uttrykte bekymring over at noen spillere stopper litt opp:

Mange trener ganske mye og relativt målbevisst både på skole og i klubb gjennom videregående. Etter videregående så blir det et lite vakuum, og mange reduserer ofte treningsmengden og antall treninger fordi de faller mellom miljøer [...]. Det er jo egentlig litt ulogisk at man går fra høy til lavere aktivitet. Normalt skulle man jo ønske at det var en suksessiv opptrapping. (Trener)

Det nærmeste vi kom en «oppskrift» på hva som er et godt valg for spillere å ta, var å velge rett klubb for best mulig egen utvikling. Trenerne påpekte at «det er dustete å tro at du må reise tidlig utenlands, for eksempel til Danmark [som er førstevalget for mange]». Skal utøvere lykkes, må de ta selvstendige avgjørelser på når de faktisk vil ha noe igjen for å reise ut:

Fysisk utvikling er som årringer på et tre ... gode kamper gir årringer og stabilitet [...]. Når en skal reise ut, er individuelt, *hvor er man*, noen trenger kanskje et positivt miljø hjemme lenger, man må få utfordringer og utvikle trygghet [...]. Den enkelte må finne balansen mellom utfordring og trygghet. (Trener)

Klubbvalg og hvem man trener sammen med, får betydning for hvordan du utvikler deg. Velger du en klubb som spiller i Champions League, er det andre utfordringer og krav enn i en klubb som spiller i nedre del av eliteserien. En utøvers valg må være basert på nåværende utvikling – og på hvor du bør gå for å bli utfordret teknisk, taktisk, fysisk og mentalt. Det betyr at spillere må vurdere *rollen* de vil få i det laget de velger: «Det er avgjørende», understreket trenerne mange ganger i samtalene. Med en stegvis utviklingstankegang er det også viktig at spillere er klar over at de må tåle å sitte på benken til de når nivået til ny klubb. Men spillere bør ikke bare tenke på nivået til klubben de går til. Vel så viktig er det at de har en sentral rolle i sine respektive klubber for å bli landslagsaktuelle: «Landslaget trenger spillere som har en sentral rolle på de beste lagene, de må være på banen når det avgjøres» (trener).

For å gjøre det rette valget lytter unge utøvere til andre. Hvem de lytter til, blir dermed viktig, og det gjelder å ha fornuftige sparringspartnere og foreldre. Flere uttrykte bekymring over agentenes stadig større rolle, og over om de tar hensyn til andre faktorer enn spillers utvikling:

Det er agentene som styrer overganger stadig mer, og jeg har også merket en annen trend med mye mer foreldreinvolvering [...]. Det er disse solskinnshistoriene om at det ofte er familier som står bak de beste spillerne [...] men det er en del foreldre med ganske lav kompetanse på idrett og håndball som også er med på å ta veldig viktige beslutninger [...]. For spillere er det viktig å få å rådføre seg med de som har kompetanse [...]. Jeg spør alltid spillere som tenker på klubbytte: Hvem er det du har snakket med i den klubben du skal til? (Trener)

For denne treneren var rett svar: *trener*. Det er klubbtrener som skal utvikle deg, og det er derfor treneres visjoner og hvilken rolle de ser for seg at den unge spilleren kan ta, som bør styre spillers valg. De intervjuede spillerne

hadde snakket med egen trener. I tillegg hadde de snakket med andre støttespillere, eksempelvis:

Pappa og en venn av pappa, som var også håndballtreneren min da jeg spilte i klubb-lag. De er helt klart de som har hjulpet meg mest. Men jeg har også snakket med andre trenere eller personer med kompetanse og selvfølgelig Thorir. (Selma)

Selma understreket videre at hun alltid har vært grundig, noe som også gjaldt ved valg av klubb: «Man vil liksom ikke utelukke noe, og være sikker på hvilke alternativer man har.» Foreldrene har vært viktig for alle de intervjuede spillerne. Emma understreket at «[j]eg har alltid likt at foreldrene mine har holdt seg litt på avstand». Men hun husket også godt at da hun var juniorspiller og ble brukt på flere av klubbens lag, prøvde foreldrene å få inn i kontrakten at «hun ikke skulle spille på alle eliteklubbens lag, for å redusere belastning». Dog fikk de ikke gjennomslag for dette. Dette utsagnet understreker et annet viktig poeng ved overgangen til eliteserien: Velg en klubb hvor noen tar overordnet ansvar for de yngre spillernes totalbelastning. Emma var skadeutsatt de første årene, og for henne ble redningen at hun var i en stor klubb hvor det var nok spillere til at hun kunne konsentrere seg om rehabilitering og gradvis utvikling:

Jeg har vært i klubber som har vært tålmodige, og de har hatt et apparat slik at man kan bli frisk. Hadde ikke klubben vært en toppklubb med støtteapparat, så er det ikke sikkert at jeg hadde spilt håndball i dag. Jeg har blitt godt tatt vare på, jeg har alltid hatt folk rundt meg som har hatt troen på at jeg kan spille håndball, og investert tid i det [...]. Ulike trenere og klubber har pushet meg forskjellig, så jeg har hele tiden hatt en utvikling. (Emma)

Felles for alle tre er at de debuterte tidlig i eliteserien, men deres rolle på laget var ulike. Selma og Hanna fikk tidligere viktigere roller på klubblaget enn Emma. Det medførte også at de kom tidligere inn på landslag og etter hvert fikk faste roller. Men en viktig rolle på landslag samsvarer også med rollen de hadde på klubblag. Hanna var bare 16 år da hun spilte kamper i eliteserien, og hun var en viktig spiller på yngre landslag. Samtidig fikk hun være med seniorlandslaget for å lære:

Jeg kom tidlig på landslaget, selv om jeg var vel sånn lærejente de aller første årene. Men jeg var inne, det ga meg trygghet, og jeg fikk hjelp til å ta valg. Jeg var nøye med å ikke

hoppe over et steg, og de rundt meg ga meg trygghet til å ta disse valgene [...]. Samtidig skjønner jeg jo at mange unge utøvere ønsker å spille for store klubber tidlig. (Hanna)

Selv valgte også Hanna å reise ut, etter nøye vurdering og ved å rådspørre flere hun stolte på. Hva hun kunne lære i den nye klubben ble viktig for senere utvikling og karrierevalg. Samtidig ble landslagstreneren en viktig samtalepartner, «vi ble oppfordret til å snakke om valgene våre, dette gjorde vi fordi landslaget stod så sterkt for oss». Med trinnvis progresjon, så understreker hun at det dreier seg om å strekke seg litt på noen arenaer, og bygge opp kompetanse og blomstre på andre. Samtidig uttrykte hun at det er «viktig å få teste seg litt også».

Valg av klubb er uhyre viktig hvis du har store drømmer som ung spiller. Hanna gav seg selv lengre tid til å utvikle seg som klubbspiller, «jeg har vært så tålmodig med klubb, jeg spilte meg sakte god. Jeg var så tålmodig med klubb nettopp fordi landslaget er en del av hoveddrømmen min». Uten at de ble spurt om det, understreket også alle tre at gleden over håndballen og være en del av et lag, har vært viktig for dem som spillere. «Denne gleden gjør at man overvinner de tunge periodene med skadeavbrekk og lite spilletid» (Hanna) Av de intervjuede spillerne er det Emma som har mest erfaring med dette. Ved avslutning av videregående hadde hun mange skader, så for henne var det viktig å velge en klubb hvor hun fikk tid til å heles samtidig som hun utviklet seg: «Har man det bra i hverdagen og får ting til å fungere, så er det også større sjanse for at man presterer. Og så kommer jo den landslagsgruppa etter hvert.» For Emma tok det lengre tid (se tabell 1), men hun hadde et støtteapparat rundt seg: «Jeg prøvde å finne en vei igjennom de skadene.» Men det var utfordrende:

Jeg hadde ikke kroppen helt med, men fikk være med på treninger med de beste, da. Det tror jeg er veldig viktig [...]. Du blir lett satt i en boks på hva du kan klare, det er viktig å bli utfordret på hva du kan, slik at du får utviklet deg. Min boks blir konstant større, og etter seks år i eliteserien gikk jeg «all in» for å se hvor langt jeg kunne komme [...] og jeg har fått mye hjelp etter hvert til å utvikle spill og kropp. (Emma)

Det må sies at Emma har utviklet en evne til å se hva man kan få ut av utfordrende situasjoner. Fysisk og mentalt robuste spillere ser at selv om man er skadd, er det mye annet man kan bidra med, og man kan fortsatt være en viktig del av laget. Dette er også en stegvis prosess som mange unge spillere sliter med ved overgangen til mestringsfasen, og de utålmodige har lettere for å falle fra.

Landslaget og treneren

Utdanning og jobb ble lite berørt i intervjuene med utøverne, men trenerne konstaterte at norske spillere ofte begynner å studere etter et års tid. En trener påpekte at i Norge «forventer foreldre at man begynner på utdanningen etter ett år. Hva som er rett og ikke rett, det vet jeg ikke». Trenerne var tydelige på at det er ekstremt krevende å kombinere eksempelvis jusstudier eller legestudier med satsing. Studier må være fleksible slik at de kan tilpasses utøvere som trener mye. Å gi råd til disse «flinke pikene» er heller ikke lett:

De har ofte tatt valg om at de skal kjøre disse parallelle løpene, og så må man nesten gå på en smell før man lærer. Så jeg mener de kan ta noen av disse utdanningsløpene over litt lengre tid. Det tror jeg mange av de beste spillerne har gjort [...]. Jeg tror utdanningsfokuset er større i Norge enn i både Danmark og Sverige. (Trener)

Både trenere og spillere framhever *landslaget* som en viktig utviklingsarena for de beste norske spillerne. I tillegg var støtte fra trener for egen utvikling avgjørende (Cronin, 2023; Kristiansen et al., 2024). Unge spillere kan bli tatt inn, men det er ikke slik at landslagsledelsen forventer at de skal prestere på høyt nivå med en gang: «De får flere muligheter til å ta stegene. Hanna blomstret etter hvert, og noen bruker tre år før de tar en viktig rolle», understreket en trener. Dette temaet tok spillerne også opp i sine samtaler:

Sånn, selv om klubben alltid har betalt min lønn, så er det sånn landslaget som henger som en veiviser hele tiden. Norge har hatt et godt landslag lenge, dermed har det blitt satt en høy standard å strekke seg etter. Skal du være på landslaget, så må du gjøre jobben som kreves for å holde på plassen, synet på det, hva håndballjentene representerer [dvs. et veldig høyt nivå], kom tidlig. (Hanna)

Spillerne understreket også at det er en læringsarena for dem. Selma uttalte at hun gikk kom inn på landslaget «med en blanding av selvtillit og ydmykhet». Hun beskrev videre sin opplevelse av det hele som å ha to utviklingsarenaer: «Man har alltid kunnet justere og legge på flere treninger på klubb-laget.» Og så har hun hatt landslaget, hvor hun hele tiden har måttet strekke seg litt, etter hvert har fått blomstre og har tatt en stadig større rolle. De intervjuede spillerne fikk ulik spilletid innledningsvis, og de som tidlig fikk mye spilletid i klubb, fikk i større grad spilletid tidlig også på landslag. Selma uttrykte at det var uventet:

Jeg fikk jo mer spilletid enn jeg trodde i klubb, jeg tenkte at jeg kanskje kom til å spille maks 20 minutter i Champions League, og så starter jeg med å spille 40–45 minutter. Så jeg gikk jo ikke med tanke på at jeg skulle spille så mye som jeg gjorde.

Spilletid ga trygghet. Hva som ble forventet av dem på landslag, var samtidig ikke noe nytt for dem, siden de hadde vært del av både junior- og rekruttlandslag, og en «ok, dette skal kanskje bli oss»-mentalitet ble skapt blant de yngre landslagsspillerne. Deltagelse på disse lagene ga tidlig innblikk i kravene som stilles på det høyeste nivået, der det er veldig tydelige prestasjonskrav:

Min jobb har vært å sørge for å ha et lag som er i stand til å slåss om medaljer i hvert eneste mesterskap [...]. Dermed må vi også drive med utvikling av spillere, og sørge for at Norge holder høyt nivå. Man tenker hele tiden på å utvikle nye spillere for alle posisjoner, et fremtidsrettet fokus. (Trener)

Kravene til spillerne kommer gradvis. Emma brukte lengre tid enn både Hanna og Selma på å etablere seg på seniorlandslaget og få en tydelig rolle:

Jeg har vært med de siste fem årene, men ikke alltid fått spille så mye [...]. Det har vært tydelige krav om hva som kreves, jeg har jobbet mot det, men det er også viktig å huske hvilke andre spillere som også er på landslaget [...]. Jeg har alltid hatt den innstillingen at jeg vil heller være en del av laget og sitte på benken, det har alltid gitt god trening, og vi har hatt det hyggelig på tur [...]. Og jeg har prøvd å tenke at min tur kommer, og da må jeg være godt forberedt til plutselig spille de kampene.

Å være del av håndballjentene bidrar til utvikling på høyeste nivå, men veien dit er avhengig av rett valg av klubb etter videregående. Spillere må være i gode klubbmiljø hvor de får spilletid. Dette er viktig for videre utvikling på landslaget, der får de et profesjonelt miljø å utvikle seg videre i» (trener). Den norske dominansen over flere årtier skyldes konstant utvikling for å bli bedre på stadig flere områder. Når gjennomsnittsalderen på laget har steget, skyldes det også, som trenerne understreket, at:

Vi har skapt et miljø der man kan føde barn og komme tilbake. Man kan jobbe eller flytte utenlands, komme tilbake. Det betyr at man blir senere ferdig med landslags-spill, og det blir vanskeligere for de yngre å spille seg til en fast plass. (Trener)

Kvaliteten på spillere blir stadig høyere, noe som også får betydning for hvordan det er å håndtere overgangen til eliteserien og bli robuste spillere som får en lang idrettskarriere.

Utvikling av robusthet gjennom tillit

Alle tre spillerne påpekte at de har vært *selvdrevet*, og alle har hatt foreldre som har stilt krav og hatt forståelse av hva eliteidrett krever. Det spillerne har gjort, har de alltid gjort ordentlig, noe som gjelder alle områder for utvikling. De har tilpasset seg et høyere nivå både fysisk og mentalt, og gjennom analyse av funnene opplever vi dem som *robuste*. Ordet «robust» kommer fra latin (*robustus*) og viser til «av eiketre; fast, hard» («Robust», u.å.). Knyttet til idrettskonteksten betyr det at en idrettsutøver er fysisk sterk, men også – og like viktig – at hun er tøff, utholdende og virkelig liker å jobbe med langtidsmål for egen mestring og utvikling (se *grit*, jf. Duckworth et al., 2007).¹ Det betyr at en spiller har forståelse for at det kan ta tid å få ut hele sitt potensial, blant annet ved overgang til eliteserien, som Emma tydelig viser. Det ser dermed ut til at utviklingen av robusthet henger tett sammen med den stegvise utviklingen av hva man som utøver behersker og får tillit til å bidra med i laget ved overgangen til fasen *ung voksen* (Wylleman, 2019). Bakgrunnen fra idrettsgymnas var, sammen med erfaringen fra de første eliteserielagene hun spilte for fra hun var 16 år, til god hjelp for Hanna. Hun lærte tidlig at «det var kult å gjøre ting ordentlig» (Kristiansen & Stensrud, 2017). Standarden med *kvalitet* på treningsarbeidet og kampinnsats ble tidlig en selvfølge. I tillegg ble arbeid med *målsetting* en god vane å ta med seg. Men det viktigste dreide seg om å føle at man har *tillit* fra trener og får spille, og nettopp derfor er valg av trener (og naturlig nok klubb) viktig ved overgangen til eliteserien. For Hanna var det viktig med tillit: «Spesielt da jeg var ung, var det viktig.» Samtidig må man ikke få dårlig selvtillit om man ikke får forventet spilletid ved overgang til eliteserien: «Hvis du skal bli god, så er det krav som må oppfylles. Det er brutalt å si det, men det virker som om noen glemmer det» (Hanna). Du må være tålmodig. Spillere må kunne håndtere det å ha en mindre rolle i laget først. Når man etter hvert har spilt på seg mer erfaring, er det naturlig å bli tildelt en større rolle på laget.

1 *Grit* er et av de engelske begrepene som det norske «robust» dekker. *Grit* handler om å ha den psykologiske styrken og utholdenheten som kreves for å overvinne vanskeligheter og overganger og for å oppnå langsiktige prestasjoner. Det dekker dermed mye videre enn å snakke om talent, og det har en positiv innvirkning på måloppnåelse (for videre diskusjon, se Cormier et al., 2024; Duckworth et al., 2007).

Emma, som har hatt en lengre reise både i ulike klubber og på landslag, viste utrolig styrke og ro ved å se utvikling i et langtidsperspektiv:

Jeg føler at jeg er ganske flink til å på en måte akseptere hvordan ting er, og så ta det derfra. Jeg prøver å stenge ute de tingene som man ikke kan gjøre så mye med, det har vært en nyttig egenskap for meg [...]. Jeg har også fort måtte håndtere ulike roller, også på landslag. For man har blitt kastet litt sånn inn og ut av kamper, og jeg har sittet mye på benken i mesterskapet [...] for så plutselig spille en semifinale [...]. Det har vært en lang vei med sånne små drypp. For meg har noe av det kuleste vært klubbhåndball og reise rundt for å spille Champions League, det ga mye motivasjon [...] det gjorde meg bevisst på hva jeg kunne oppnå hvis jeg ble skadefri.

Robuste utøvere lærer seg å håndtere de utfordringene de møter, og å ta mulighetene når de får dem. Egenvurdering av egen innsats kan også støtte en slik utvikling: «Selv om jeg ikke har hatt den største rollen på landslaget, har jeg vært viktig i noen kamper» (Emma). Det å få tillit kan, som både som Hanna og Selma uttrykker, dekke det å få spille mye. Men tillit oppleves også gjennom betydning i kortere og viktige kampøyeblikk. Der mange bruker tid på å spille seg inn i et mesterskap, har Emma utviklet en ekstra styrke i det å prestere når hun får muligheten.

At andre på laget er trygge i sin rolle og har erfaring, er viktig når du må ta en ny rolle: «De som har mest erfaring, og som er veldig trygge personer i seg selv også, har veldig mye å bidra med til fellesskapet» (trener). Betydningen av å se hverandre, er viktig for den landslagskulturen som har blitt opprettholdt og videreført til stadig nye spillere. Selma framhevet at «[m]an finner også litt sin vei i det, og noen ganger er det viktig ikke tenke for mye på ansvar, fordi det preger deg jo også i spill». Det tar tid å finne sin rolle og plass i et godt lag, og det er viktig å se at de valgene man tar, påvirker egen utvikling. Det samme gjelder også robusthet. Å lykkes som håndballspiller har også gjort at andre utfordringer lettere mestres:

Håndball [har] gitt meg veldig mye glede, vennskap og opplevelser. Men det har også vært en veldig sånn selvtilitsboost [...]. Og så var det en arena hvor jeg kunne bygge veldig mye selvtilit før jeg kunne bruke det til noe positivt, da [...]. Håndball hjalp meg å bli mer komfortabel i egen kropp. (Emma)

Selvtilit bygges når du blir utfordret og innfrir. Det fører til at spillere blir gradvis tryggere på seg selv, og på hva egen kropp mestrer: «[...] og det tror jeg liksom er kvaliteter som jeg kan ta med meg resten av livet» (Emma).

Dermed er vi tilbake til betydning av å velge rett trener som klarer denne balansen. Som en av trenerne uttrykte det: «Det er jo han [eller henne] som bestemmer nesten alt, da. Det er jo liksom spill, hvordan kulturen skal være, og hvilke avgjørelser som blir tatt, og hvem som får spille.» Trener og spiller må ha god dialog, og spiller må være villig til å jobbe. Men kanskje står både topplagene og landslaget ved et veiskille nå. En av veteranene avsluttet med følgende refleksjon:

Da jeg var ung og kom inn på mitt første eliteserielag, så var jeg ... livredd for noen avjentene, også de på landslaget [...]. Jeg tror at det var liksom en viss nærhet, respekt og frykt som lå der. Det gjorde jo ikke at jeg hadde mindre ambisjoner for å spille, men jeg hadde en større forståelse av hva som var min plass. Og at jeg måtte *vinne en plass på laget* [...]. Jeg skjønte at jeg ikke ville få den med en gang, den måtte jobbes for. Dette er annerledes med den nye generasjonen som kommer inn nå. (Hanna)

Nye holdninger gir nye utfordringer til trenere som utvikler spillere. De må bli tydeligere i sin utviklingskommunikasjon om at en plass på laget må jobbes for og vinnes:

Vi tenker hele tiden på hvilke spillere som er aktuelle for å ta over ulike roller når noen gir seg, da må vi jobbe med dem sånn at de er best mulig forberedt [...]. Og så vet man jo aldri med svangerskap og andre ting. Det kommer noen ganger litt sånn brått på [...]. Men samtidig så har vi jobbet med mange spillere. Rekruttlaget har jo vært ekstremt viktig, vi jobber med dem slik vi jobber med seniorspillerne. Kanskje ikke så detaljert, men de får introduksjon til kulturen, metodikken, slik at de kjenner det igjen når de kommer på seniorlaget [...]. Rekruttlandslaget er en utviklingsarena, ikke en prestasjonsarena. (Trener)

Rekruttlandslaget er en arena hvor robusthet utvikles ved at de nest beste får spille landskamper med flagget på brystet. De møter ikke de beste lagene, men de møter noen som de kan vinne mot. Ofte er rekruttlandslaget en god utviklingsarena for dem som ikke spiller internasjonalt: «De får jo da sparret de beste i de andre klubbene og jobbet sammen og både utfordre og hentet litt inspirasjon fra hverandre». Ifølge trenerne lærer spillerne lærer «å håndtere og lede seg selv i trening» gjennom individuelle og kollektive prosesser. Robusthet må dyrkes og utvikles hos utøvere for at de skal nå sine mål og etablere seg på ønsket nivå. En trener avsluttet med å si: «Varsellampene bør lyse hvis en trener ringer deg og sier at hen garanterer deg spilletid, det kan man jo nesten aldri gjøre.» Tålmodighet er et trinn

i utviklingen mot å bygge robusthet som beskytter deg i overgangen til eliteserien når idrett blir mer alvorlig på seniornivå.

Konklusjon og implikasjoner

De intervjuede håndballspillerne Hanna, Emma og Selma snakket mye om hvordan valg av klubb etter videregående fikk mye å si for deres utvikling og etablering som spillere på toppnivå. De tre spillerne valgte etter eget nivå, og ut fra hva de ønsket å utfordre seg selv på. Vesentlig var også tillit og god kommunikasjon med ny trener. De ønsket en karriere og visste, som de mannlige spillerne i Ekengren et al. (2020) sin studie, at det var håndballspillere de ville være. Emma og Selma valgte toppklubber, mens Hanna valgte utenlandsk klubb som ikke var på Champions League nivå. Hanna var tidlig trygg på sin rolle i landslaget, og hun en klubb hvor hun hadde en sentral rolle og fikk mye spilletid. Alle spillerne hadde støttepersoner som hjalp dem med å gjøre de rette valgene (Gledhill & Harwood, 2015). Tabell 2 viser denne prosessen tydelig: Man kan bli olympisk mester ved å bli utenlandsproff i en alder av 25 i stedet for som 19- eller 22-åring. Både spillere og trenere snakket om trinnvis belastning, men det er viktig å huske på at det ikke er noen standardstørrelse på trinnene, og som en trener uttrykte: Det kan være lurt å bruke lengre tid på studier for å få nok restitusjon. Emma trengte, mer enn Hanna og Selma, mestringsstrategier og støttepersoner rundt seg for at kroppen skulle tåle overgangen og for å få utviklet sitt spillerpotensial (Stambulova et al., 2012). Videre viser studien at ved god tilrettelegging fortsetter spillerne også etter at de har fått både ett og to barn, i motsetning til Ekegren et al. (2020) sin studie hvor mange sluttet når de ble etablert med familie.

Den helhetlige idrettsmodellen presiserer at selv om overgangene er normative, kan alderen for når de oppstår, variere (Wylleman, 2019; Wylleman et al., 2004; Wylleman & Lavallee, 2004; Wylleman & Rosier, 2016). Dette bekreftes i denne studien blant annet gjennom at gjennomsnittlig alder for de norske gulljentene var 32,4 år (tabell 2), og fremdeles i mestringsfasen.

Både intervjuer og tabell 2 viser at de norske gulljentene er robuste, og de er tålmodige ved overgang til mestringsfasen (Wylleman et al., 2011; Wylleman & Lavallee, 2004). Denne robustheten samsvarer mye med «grit», i betydningen styrke og utholdenhet for å nå langsiktige mål (Cormier et al., 2024; Duckworth et al., 2007). For dem er karrieren mer en maraton hvor skuffelser eller kjedelige perioder ikke ødelegger for den satte kursen. Men ingen av dem har holdt kursen uten støttespillere: Lag, trener

og gleden over å spille håndball ble trukket fram (Gledhill & Harwood, 2015; Kristiansen et al., 2024). Gleden har alltid vært der, for alle tre, selv med skader, noe som viser en utrolig oppgaveorientert målsettingsfokus blant olympiske mestre (Roberts & Kristiansen, 2010). I tillegg ble det ramset opp mange nye utviklingsmål i intervjuene. Disse toppidrettsutøverne viste også en ekstrem mestringsorientering, og glede over fortsatt utvikling sprenger aldersspennet i den helhetlige idrettskarrieremodellen ved en snittalder på 32,4 år (Wylleman, 2019; Wylleman et al., 2004; Wylleman & Lavalley, 2004; Wylleman & Rosier, 2016).

Avslutningsvis ønsker vi å trekke fram tre viktige momenter som trenere må legge til rette for, og som spillere bør være klar over:

- Det er ingen oppskrift på suksess: Utviklingstrinnene har ulik størrelse og gjennomføres på ulik tid for spillere som etablerer seg i eliteserien. Unge utøvere må være tålmodige.
- Å finne balanse mellom utfordring og trygghet er viktig for spilleres utvikling. Trenerdialog om egen rolle bør derfor være viktig i valg av klubb.
- Er du spiller eller student? Kombinasjonen gir mange dårlig samvitighet, og håndballmessig kan det være en fordel å bruke lengre tid på studier. «Flinke piker» kan lett gå på en smell.

Om forfatterne

Elsa Kristiansen er professor i management ved Universitetet i Sørøst-Norge. Hun har publisert innenfor idrettspsykologi (motivasjon, stressmestring, mediastress, trener-utøverforhold) og eventledelse (frivillighet, ungdoms-OL, interessentsamspill knyttet til utvikling av utøvere og even-ter). Kristiansen leder forskningsgruppen *Kulturopplevelser og interessentsamspill* ved USN Handelshøyskolen.

Trine Stensrud er professor ved institutt for idrettsmedisinske fag, Norges idrettshøgskole (NIH) og er tilknyttet senter for idrettsskadeforskning. Hennes forskningsfelt omfatter pusteproblemer, astma og allergi blant toppidrettsutøvere og mosjonister innen ekstrem utholdenhetsidrett samt prosjekter som omhandler fysisk form, helseproblemer og totalbelastning hos unge idrettsutøvere. Hun har en rekke publikasjoner innen disse temaene. Stensrud har vært programleder for bachelorprogrammet i trening,

helse og prestasjon, og hun underviser og veileder studenter på alle nivå på NIH. Stensrud har jobbet klinisk med pusteproblemer hos toppidrettsutøvere i samarbeid med Norges skiforbund og Olympiatoppen siden 1993 og vært trener for unge gutter og jenter i fotball og håndball i en årrekke.

Vigdis Holmeset jobber i Norges Håndballforbund som utviklingsmedarbeider og trener i Oppsal Håndball (eliteserien). Holmeset har vært trener i 16 år på de to høyeste nivåene i Norge, og hun har trent både senior og juniorlandslag i over et tiår. Hun var trener på toppidrettsgymnas i 20 år, og hun har vært med på å utvikle mange av dagens spillere på seniorlandslag. I tillegg var Holmeset britisk landslagstrener for damelandslaget under OL i 2012, og hun var en del av den spennende utviklingen over en femårs-periode. Hun jobber med trenerutdanning i NHF som master coach-utdanningen (Trener 4).

Referanser

- Agnew, D. & Pill, S. (2023). Creating caring environments: An exploration of football managers and coaching. *Sports Coaching Review*, 12(1), 27–46. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1896209>
- Andersen, S. S., Bjørndal, C. T. & Rognlan, L. T. (2015). The ecology of talent development in the Nordic elite sport model. I S. S. Andersen, B. Houlihan & L. T. Rognlan (Red.), *Managing elite sport systems: Research and practice* (s. 49–66). Routledge.
- Bjørndal, C. T. & Gjesdal, S. (2020). The role of sport school programmes in athlete development in Norwegian handball and football. *European Journal for Sport and Society*, 17(4), 374–396. <https://doi.org/10.1080/16138171.2020.1792131>
- Bjørndal, C. T., Rognlan, L. T. & Andersen, S. S. (2017). Talent development as an ecology of games: A case study of Norwegian handball. *Sport, Education and Society*, 22(7), 864–877. <https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1087398>
- Bloom, B. S. (Red.). (1985). *Developing talent in young people*. Ballantine.
- Bradbury-Jones, C., Breckenridge, J., Clark, M. T., Herber, O. R., Wagstaff, C. & Taylor, J. (2017). The state of qualitative research in health and social science literature: A focused mapping review and synthesis. *International Journal of Social Research Methodology*, 20(6), 627–645. <https://doi.org/10.1080/13645579.2016.1270583>
- Cormier, D. L., Ferguson, L. J., Gyurcsik, N. C., Briere, J. L., Dunn, J. G. H. & Kowalski, K. C. (2024). Grit in sport: A scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 1–38. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1934887>
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13(4), 395–417. <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.395>
- Cronin, C. (2023). Care in sport coaching: Different perspectives and alternative voices. *Sports Coaching Review*, 12(1), 1–5. <https://doi.org/10.1080/21640629.2022.2164836>
- De Knop, P., Wylleman, P., Van Hoecke, J. & Bollaert, L. (1999). Sports management – a European approach to the management of the combination of academics and elite-level sport. I S. Bailey (Red.), *Perspectives: The multidisciplinary series of physical education and sport science: Bd. 1. School sport and competition* (s. 49–62). Meyer & Meyer Sport.

- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D. & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Durand-Bush, N. & Salmela, J. H. (2002). The development and maintenance of expert athletic performance: Perceptions of world and Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 154–171. <https://doi.org/10.1080/10413200290103473>
- Ekengren, J., Stambulova, N. B., Johnson, U., Carlsson, I.-M. & Ryba, T. V. (2020). Composite vignettes of Swedish male and female professional handball players' career paths. *Sport in Society*, 23(4), 595–612. <https://doi.org/10.1080/17430437.2019.1599201>
- Ericsson, K. A. (1996). *The road to excellence: The acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports, and games*. Lawrence Erlbaum.
- Gledhill, A. & Harwood, C. (2015). A holistic perspective on career development in UK female soccer players: A negative case analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 65–77. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.04.003>
- Haukali, E. & Holmeset. (u.å.). *Håndballfysikk: fysisk trening i håndball*. Norges Håndballforbund. Hentet 19. februar 2025 fra <https://www.håndballfysikk.no>
- Jowett, S. & Cockerill, I. M. (2002). Incompatibility in the coach-athlete relationship. I I. M. Cockerill (Red.), *Solutions in sport psychology* (s. 16–31). Thompson Learning.
- Kristiansen, E. & Berntsen, H. (2021). *Idrettspsykologi: Motivasjon, ledelse, prestasjon*. Universitetsforlaget.
- Kristiansen, E., Broch, T. B. & Stensrud, T. (2024). Chasing an olympic dream: A holistic approach to how youth athletes narrate injuries, performance, and the value of being seen. *Sports Coaching Review*, 1–23. <https://doi.org/10.1080/21640629.2024.2343576>
- Kristiansen, E. & Stensrud, T. (2017). Young female handball players and sport specialisation: How do they cope with the transition from primary school into secondary sport school? *British Journal of Sports Medicine*, 51, 58–63. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096435>
- Kristiansen, E. & Stensrud, T. (2020). Talent development in a longitudinal perspective: Elite female handball players within a sport school system. *Translational Sports Medicine*, 3, 364–373. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/tsm2.143>
- McGrath, J. E. (1970). A conceptual formation for research on stress. I J. E. McGrath (Red.), *Social and psychological factors in stress* (kap. 2). Holt, Rinehart and Winston.
- Moesch, K., Kenttä, G., Kleinert, J., Quignon-Fleuret, C., Cecil, S. & Bertollo, M. (2018). FEPSAC position statement: Mental health disorders in elite athletes and models of service provision. *Psychology of Sport and Exercise*, 38, 61–71. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.05.013>
- Norges Håndballforbund. (2025). *Om oss*. <https://www.handball.no/regioner/nhf-sentralt/om-oss/>
- Larsen, K. B. (2021, 7. desember). *Innledning og sentrale elementer*. Olympiatoppen. <https://olympiatoppen.no/fagomrader/talentutvikling/utviklingsfilosofi/innledning/>
- Roberts, G. C. & Kristiansen, E. (2010). Motivation and goal setting. I D. Tod & K. Hodge (Red.), *Routledge handbook of applied sport psychology: A comprehensive guide for students and practitioners* (s. 490–499). Routledge.
- Robust. (u.å.). I *Det Norske Akademis ordbok*. Hentet fra <https://naob.no/ordbok/robust,09.05.2024>.
- Schubring, A., Bergentoft, H., Caspers, A., Jaczina, K., Lundvall, S., Jacobsson, J., Barker-Ruchti, N., Gojanovic, B., Lindsey, I., Loland, S., Pill, S., Bjørndal, C. T., Wals, A., Nielsen, R. Ø., Hausken-Sutter, S. E., Sevdalis, V. & Grau, S. (2025). Sustainable elite youth sports: A systematic scoping review of the social dimensions. *Sustainable Development*, 33(5), 7575–7590. <https://doi.org/10.1002/sd.3526>
- Stambulova, N. B. (1994). Developmental sports career investigations in Russia: A post-perestroika analysis. *The Sport Psychologist*, 8(3), 221–237. <https://doi.org/10.1123/tsp.8.3.221>

- Stambulova, N. B., Alfermann, D., Statler, T. & Côté, J. (2009). ISSP position stand: Career development and transitions of athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7(4), 395–412. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2009.9671916>
- Stambulova, N., Franck, A. & Weibull, F. (2012). Assessment of the transition from junior-to-senior sports in Swedish athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(2), 79–95. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2012.645136>
- Stambulova, N. B. & Wylleman, P. (2015). Dual career development and transitions. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 1–3. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.05.003>
- Storm, L. K., Ronglan, L. T., Henriksen, K. & Christensen, M. K. (2022). Organisational cultures of two successful Scandinavian handball talent development environments: A comparative case study. *Sports Coaching Review*, 11(2), 147–169. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1990652>
- Wylleman, P. (2019). An organizational perspective on applied sport psychology in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 89–99. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.01.008>
- Wylleman, P., Alfermann, D. & Lavallee, D. (2004). Career transitions in sport: European perspectives. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 7–20. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00049-3](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00049-3)
- Wylleman, P., De Knop, P. & Reints, A. (2011). Transitions in competitive sports. I N. Holt & M. Talbot (Red.), *Lifelong engagement in sport and physical activity* (s. 63–76). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203807187-8>
- Wylleman, P. & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. I M. R. Weiss (Red.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (s. 507–527). Fitness Information Technology.
- Wylleman, P. & Reints, A. (2010). A lifespan perspective on the career of talented and elite athletes: Perspectives on high-intensity sports. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 20(s2), 88–94. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01194.x>
- Wylleman, P., Reints, A. & De Knop, P. (2013). Athletes' careers in Belgium: A holistic perspective to understand and alleviate challenges occurring throughout the athletic and post-athletic career. I N. B. Stambulova & T. V. Ryba (Red.), *Athletes' careers across cultures* (s. 31–42). Routledge.
- Wylleman, P. & Rosier, N. (2016). Holistic perspective on the development of elite athletes. I M. Raab, P. Wylleman, R. Seiler, A.-M. Elbe & A. Hatzigeorgiadis (Red.), *Sport and exercise psychology research: From theory to practice* (s. 269–288). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-803634-1.00013-3>

KAPITTEL 15

Vägarna till elitfotball. En studie av svenska damelitfotballspelares utvecklingsvägar

Tor Söderström Umeå universitet & Idrottshögskolan, Sverige

Abstract: This study investigates Swedish women's football players' paths to the elite level and how they have experienced the environments and leaders they encountered during their childhood and youth. Data was collected through a questionnaire and a total of 142 players participated in the study, of which 101 played in Allsvenskan (the first league) and 41 in Elitettan (the second league). The results showed that the players largely come from the southern parts of the country. The majority of players in Elitettan have grown up in medium-sized cities, while players in Allsvenskan to a high extent grew up in small towns or rural areas. The majority of the players were selected for the district team at the age of 15. The results also showed that the players in Elitettan specialized in football somewhat earlier and begun in an elite club earlier than the players in Allsvenskan. Overall, the results showed that when players specialized, started in an elite club, or debuted at senior elite level varied, indicating that different paths are possible to reach elite level. The players experienced that both functional (e.g., appropriate challenge) and dysfunctional (e.g., result focus) elements existed on their path to elite level. In conclusion, the study provides an increased understanding of elite women's soccer players' pathways to elite level and the educational practices they encountered, which can provide guidance for the development of talent development practices within girls' soccer.

Keywords: talent development environment, leadership, coaching, gender equality, sports culture

Introduktion

Av alla flickor i Sverige som börjar spela fotboll är det ytterst få som når elitnivå, det vill säga spel i de två högsta divisionerna i Sverige eller i utlandet (Söderström et al., 2021). I den här studien är syftet att undersöka svenska damelitfotbollspelares vägar till elitnivå och hur de upplevt de fotbollsmiljöer som de deltagit i. För att nå elitnivå i vuxen ålder krävs långvarig och målmedveten träning (Ericsson et al., 1993). Den forskning som bedrivits om organiserad träning under barn- och ungdomsår ger emellertid inget tydligt svar på hur mycket träning som krävs för att nå elitnivå. Studier har visat att både mindre tid (Güllich et al., 2022) och mer tid (Andrew et al., 2024) ägnad åt organiserad träning under barn- och ungdomsår leder till högre nivåer inom en idrott. Studier på damfotboll visar dock att tid ägnad åt fotboll på fritiden förefaller ha betydelse för att nå högre nivåer i damfotboll (Andrew et al., 2024; Hendry et al., 2019). Dessa resultat tyder på att för de som har nått elitnivå inom en idrott kan omfattningen av träning under barn- och ungdomsår se olika ut. Deltagande i elitorienterade miljöer, exempelvis akademier, i tidiga ungdomsår och den typ av träning som erbjuds i dessa miljöer förefaller inte heller vara nödvändigt för att nå framgång i vuxen ålder. En aktuell studie på svenska manliga landslagsspelare visade exempelvis att vägen till U21- och A-landslaget kan ske genom att antingen ha spelat i en elitförening eller en breddförening tidigt i ungdomsåren (Sweeney et al., 2025). Med andra ord verkar deltagande i olika typer av barn- och ungdomsmiljöer leda till elitnivå i fotboll.

Vad miljön betyder för idrottslig utveckling och vad som stöttar eller hindrar unga idrottares utveckling är något som forskare i allt högre grad har intresserat sig för under senare år (Hauser, Harwood, et al. 2024; Sæther et al. 2025). Curran et al. (2019) påpekar emellertid att de studier som genomförts om vägar till elitidrott i vuxen ålder eller ungdomars erfarenheter av talangutvecklingsmiljöer i stor utsträckning har fokuserat på pojkar och mäns erfarenheter (se även Simpson et al., 2022). Även om forskningsöversikter visar att det har skett en ökning av studier som berör kvinnor och fotboll, är det långt ifrån den omfattning av studier som existerar på män (Kryger et al., 2022; Valenti et al., 2018). Detta förhållande är enligt Curran et al. (2019) problematiskt då bristen på studier rörande kvinnors utvecklingsvägar bidrar till att det inte finns några bra underlag för informerade beslut om deras talangutvecklingspraktiker. Mot bakgrund av att forskning inom fotboll till största del fokuserat på pojkar och mäns

erfarenheter, är det av relevans att undersöka kvinnors vägar till seniorelit och hur de har upplevt de miljöer som de deltagit i på vägen dit. Kunskaper om detta kan bidra med viktiga kunskaper om de processer som omgärdar vägarna till elitnivå i fotboll för kvinnor.

Tidigare studier på damfotbollsspelares vägar till elitnivå och deras erfarenheter av de miljöer som de deltagit i under uppväxten har undersökt både de spelare som nått internationell elit i form av seniorlandslag och de flickor som befinner sig i en elitorienterad talangutvecklingsmiljö. En studie av Charbonnet et al. (2024) på tre kohorter av schweiziska damfotbollsspelare som nått A-landslaget i fotboll visade att kohorterna under åren 2001–2022 jämfört med kohorten före år 2000 i större omfattning hade tränat fotboll i föreningens regi. Dessa kohorter hade dessutom ägnat mindre tid åt fotboll på fritiden och deras totala träningsvolym var högre under barn- och ungdomsåren. Vidare fann Charbonnet et al. (2024) att spelarna hade utövat andra idrotter under sina barn- och ungdomsår, men oavsett kohort var störst andel (68%) av den totala träningen ägnad åt fotboll (jfr Hendry et al., 2019; Peters et al., 2022). Gülüchs (2019) studie på tyska damelitfotbollsspelare visade att med stigande ålder avtog fotboll på fritiden och utövande av andra idrotter. Medelåldern för spelarnas debut i Bundesliga var knappt 18 år. Sammantaget visar forskning på damfotbollsspelare att vägen till elitnivå med stigande ålder kännetecknas av en tydlig ökning av organiserad träning i förening och en gradvis minskning av spontanidrott och dubbelidrottande (se t.ex. Charbonnet et al., 2024; Gülüch, 2019; Hendry et al., 2019). Vad gäller när kvinnor börjar i en elitförening (akademi) är forskningen inte lika konsistent. En studie visade att professionella fotbollsspelare i England började i en elitförening tidigare än dem som inte blev professionella (Andrew et al., 2024). En annan studie på kanadensiska landslagsspelare visade att de som har nått landslagsnivå var äldre när de började jämfört med dem som spelade på högsta universitetsnivå (Hendry et al., 2019).

Avseende idrottsmiljöer och deras betydelse för att utveckla idrottare visade en forskningsöversikt av Hauser, Harwood, et al. (2024) att ledarna har en central roll, då de kan både stödja och begränsa utövarnas idrottsliga och personliga utveckling samt deras välmående. I empiriska studier som undersökt flickors erfarenheter av talangutvecklingsmiljöer uppmärksammas också ledarens roll för utövarnas utveckling. Gledhill och Harwoods (2014) intervjustudie med fyra engelska flickungdomsspelare visade att tränarnas kommunikation med spelarna många gånger upplevdes i negativa termer

och inte svarade upp mot deras behov. I en senare enkätstudie av Gledhill och Harwood (2019) på flickors och unga kvinnors (13–21 år) uppfattningar om deras talangutvecklingsmiljöer framgick att vad spelarna i lägre grad skattat vara tillfredställande bland annat berörde feedback i relation till mål och uppföljning av utveckling och prestation. Andra faktorer som skattades i lägre grad av spelarna handlade om hur väl miljön bidrog till spelarutveckling och välbefinnande. Betydelsen av långsiktig idrottsutveckling visade också Hauser, Höner, och Wachsmuth (2024) i en enkätstudie på ungdomar inom det tyska olympiska eller paraolympiska talangutvecklingssystemet. De fann att ett långsiktigt utvecklingsfokus relaterade till upplevt välmående bland utövarna.

Mot bakgrund av detta och med tanke på att det är få studier som har undersökt kvinnors utvecklingsvägar till seniorelit och deras erfarenheter av vägen dit, är syftet med denna studie att undersöka svenska damelitfotbollspelares vägar till elitnivå. Mer specifikt studeras spelarnas idrottsbakgrund, idrottsprioritering, debutålder i olika sammanhang, upplevelse av fotbollsmiljöer och ledare under barn- och ungdomsåren samt vad de har saknat i sin spelarutbildning. Särskilt intresse riktas inom ramen för dessa frågor mot om huruvida det föreligger skillnader mellan spelare i Allsvenskan och Elitettan. En ökad förståelse för damelitfotbollspelares väg till elitnivå och de utbildningspraktiker som de mött kan ge vägledning för utveckling av talangutvecklingspraktiker inom flickfotbollen.

Metod

Deltagare och procedur

Denna studie använder enkätdata från svenska kvinnliga elitfotbollsspelare. Deltagare till studien rekryterades i samarbete med Elitfotboll Dam (EFD) som distribuerade ut information om studien till spelare i Elitettan och Allsvenskan samt till utlandsproffs. De spelare som gav sitt samtycke till att delta i studien fyllde anonymt i enkäten.

Studien följde Vetenskapsrådets riktlinjer (2024). Samtliga informanter fick information om syftet med studien och informerades om att deltagandet var frivilligt samt att de kunde välja att avbryta deltagandet. Totalt har 142 spelare besvarat enkäten. Av dessa spelar 28.9 procent (N 41) i Elitettan, medan 71.1 procent (N 101) spelar i Allsvenskan eller är utlandsproffs. De representerar målvakter, backar, mittfältare och forwards. Mot bakgrund av att endast en handfull utlandsproffs har besvarat enkäten ingår de i gruppen med 101 allsvenska spelare.

Det är emellertid svårt att veta om alla spelare har nåtts av information om att delta i studien. Om alla spelare på damelitnivå erbjudits möjligheten att delta, betyder det att de svar som har inkommit motsvarar ungefär 18–19 procent av populationen damelitfotbollspelare på seniornivå i Sverige. Utifrån att varje serie har 14 lag med i genomsnitt 25 spelare och att professionella spelare utomlands kunde ha besvarat enkäten, skulle det uppskattningsvis motsvara 750–800 spelare. Det betyder att svarsfrekvensen uppskattas motsvara 22–25 procent för de allsvenska spelarna och 10–12 procent för spelarna i Elitettan.

Frågeområden

I samråd med EFD utformades enkätens frågeområden och vilka åldrar som skulle undersökas. I Sverige delas fotbollen in i barnfotboll 6–12 år, ungdomsfotboll 13–19 år och seniorfotboll från 20 års ålder. Enkäten omfattade sammantaget mer än vad som behandlas i detta kapitel och samlade in information om olika områden. Frågor om spelarnas bakgrund och fotbollsvanor samt händelser under uppväxten har använts i tidigare studier (se t.ex. Güllich, 2019; Söderström & Garn, 2022). Frågor om hur spelarna upplevt sin fotbollsmiljö och sina ledare har inspirerats av enkätfrågor för talangutvecklingsmiljö (se t.ex. Gledhill & Harwood, 2019; Li et al., 2015) och case-studier av framgångsrika idrottsmiljöer (Henriksen, 2010).

För studiens syfte har information om följande områden använts i analyserna:

- Bakgrund och idrottsvanor under uppväxten (t.ex. uppväxtort, föräldrars idrottande, andra idrotter). Frågorna mättes med fasta svarsalternativ.
- Fotbollsvanor och händelser under uppväxten (t.ex. specialiseringsålder, seniordebutålder, eget idrottande, idrottsprioriteringar på fritiden). Frågorna mättes med angivande av ålder och fasta svarsalternativ. För frågor om i vilken grad de ägnat sig åt idrott på fritiden har det använts femgradiga Likertskalor från (1) ”i ingen utsträckning alls” till (5) ”i mycket hög utsträckning”.
- Upplevelser av föreningsmiljön under barn- och ungdomsår (t.ex. långsiktighet, resultat, krav, kamratskap). Frågorna mättes på en femgradig Likertskala från (1) ”stämmer inte alls” till (5) ”stämmer helt och hållet”.

- Upplevelser av ledare under barn- och ungdomsår (t.ex. utvecklingsorientering, kommunikation, feedback, utmanande). Frågorna mättes på en femgradig Likertskala från (1) ”stämmer inte alls” till (5) ”stämmer helt och hållet”.
- En öppen fråga om vad de har saknat i sin spelarutbildning som kunnat vara till hjälp för deras utveckling.

För de frågor som berörde hur spelarna mellan 16 och 19 år upplevt fotbollsmiljön och ledare har 13 spelare som i samband med studien var 17 år eller yngre plockats bort, eftersom de befinner sig i inledningen av den åldersperioden.

Analys av data

Resultatet som följer redovisar deskriptiva data i form av relativa frekvenser (%), medelvärden (M), standardavvikelser (SD), medianer (Md) och kvartilvärden (Q). Skillnader mellan grupperna undersöktes på två huvudsakliga sätt: chi-två-test (χ^2) och oberoende t-test. Chi-två-test (χ^2) användes för att undersöka skillnader mellan spelare i Elitettan och Allsvenskan för alla kategoriska variabler där villkor för testet uppfylls (Field, 2018). Oberoende t-test har använts för att undersöka skillnader mellan spelare i Elitettan och Allsvenskan för kontinuerliga faktorer (t.ex. ålder, Likertskalor). I de fall statistiskt signifikanta skillnader föreligger omnämns detta. IBM SPSS Statistics version 30 användes för beräkningar och statistisk analys.

I syfte att fånga dominerande mönster kring vad spelarna har saknat i sin spelarutbildning tillämpades innehållsanalys i analysen av svaren på den öppna frågan (Hsieh & Shannon, 2005). Av 124 spelare som besvarat frågan var det 93 som lyfte fram vad de saknat och som kunnat hjälpa till i deras utveckling, medan 31 spelare uppgav att de inte saknat något. Totalt identifierades 122 svar på frågan, då en individs svar kan beröra flera dimensioner av vad de saknat i sin spelarutbildning. Spelarnas svar organiserades därefter i olika kategorier utifrån svarens innehåll.

Resultat

Vilka spelar på elitnivå och var kommer de ifrån?

Resultaten visar att de allsvenska spelarnas medelålder (23.2 år) är något högre jämfört med spelarna i Elitettan (20.4 år). Resultaten visar även

att det skiljer sig mellan grupperna avseende hur länge de har spelat på elitnivå. Spelarna i Elitettan har i genomsnitt spelat färre år (M 2.6, SD 3.4) på elitnivå jämfört med spelarna i Allsvenskan (M 5.4, SD 4.2). En fjärdedel av spelarna i Elitettan har spelat på elitnivå mer än fyra år, medan en fjärdedel av de allsvenska spelarna har mer än åtta års erfarenhet av spel på elitnivå.

Resultaten visar också att spelarnas ekonomiska förutsättningar för att spela på elitnivå skiljer sig åt. Nästan 90 procent av spelarna får lön från fotbollen (N 141), men av dem (N 126) är det 35 procent av spelarna i Allsvenskan och 5 procent av spelarna i Elitettan som kan klara sin försörjning på den lönen. För en betydande majoritet av spelarna behöver lönen från fotboll kompletteras med andra intäktskällor (se Tabell 1).

Tabell 1. Spelarnas nuvarande försörjning (%)

	Fotboll	Förvärvsarbete	Studiemedel*	Familjestöd*
Elitettan	70	42.5	57.5	35.0
Allsvenskan	97	27.7	26.7	15.8

*Signifikant skillnad mellan spelare i Elitettan och Allsvenskan $p < 0.05$.

Flera alternativ kunde anges av varje spelare.

Tabell 1 visar att en större andel av de allsvenska spelarna jämfört med spelare från Elitettan får lön via fotbollen (97% respektive 70%). Lönen från fotbollen behöver för många spelare och särskilt för spelare i Elitettan kompletteras med förvärvsarbete, familjestöd eller studiemedel.

Resultaten visar att var i Sverige spelarna i Elitettan och Allsvenskan har fått sin fotbollsfostran fram till 15 års ålder skiljer sig åt ($p > 0.05$). Även var de har vuxit upp skiljer sig mellan spelarna i Elitettan och Allsvenskan (se Tabell 2).

Tabell 2 visar att huvuddelen av spelarna i Elitettan kommer från Svealand och Götaland, medan spelarna i Allsvenskan främst härstammar från Götaland och därefter från Svealand. Det kan konstateras att merparten av samtliga spelare kommer från landets södra delar och att en mindre andel av spelarna härstammar från Norrland. Tabell 2 visar också att majoriteten av spelarna i Elitettan vuxit upp i medelstora städer, medan majoriteten av spelarna i Allsvenskan vuxit upp i små städer eller på landsbygden.

Tabell 2. Spelarnas uppväxtförhållanden (%)

	Elitettan (N 41)	Allsvenskan (N 101)
<i>Uppväxtort</i>		
Storstad (>200 000 inv.)	14.6	19.8
Medelstor stad (50 000- 200 000 inv.)*	63.4	31.7
Mindre stad (<50 000 inv.)*	7.3	25.7
By eller landsbygd	14.6	23.8
<i>Landsdel före 15 års ålder*</i>		
Norrland	29.3	12.0
Svealand	39.0	26.0
Götaland	26.8	58.0
Övrig uppväxt	4.9	4.0

*Signifikant skillnad mellan spelare i Elitettan och Allsvenskan $p < 0.05$.

Spelarnas idrottsbakgrund

Vad gäller spelarnas idrottsbakgrund visar resultaten att spelarna i normalfallet började spela fotboll vid 6 års ålder (N 141, M 6.1, SD 2.01). De främsta anledningarna till att de började spela fotboll är relaterade till familj och kompisar. Av tabell 3 framgår att spelarna har vuxit upp i familjer med starkt idrottsintresse där mamma, pappa och syskon varit engagerade i idrott och i fotboll.

Tabell 3. Andel spelare som haft föräldrar och syskon som idrottat (%)

	Spelat fotboll i en förening			Spelat fotboll på elitnivå			Tävlat i någon idrott		
	Mamma	Pappa	Syskon	Mamma	Pappa	Syskon	Mamma	Pappa	Syskon
Elitettan	56.1	82.9	85.4	14.6	7.3	14.6	68.3	92.7	90.2
Allsvenskan	52.5	80.2	89.1	7.9	15.8	20.8	60.4	78.2	85.1

Tabell 3 visar att spelarna har vuxit upp i familjer med ett starkt idrottskapital, där framför allt pappa och syskon varit aktiva fotbollsspelare. Resultaten visar också att för 41.5 procent av spelarna i Elitettan och Allsvenskan har deras pappa varit deras fotbollstränare. För 24.4 procent av spelarna i Elitettan och för 13.9 procent av spelarna i Allsvenskan har deras mamma varit deras fotbollstränare någon gång under barn- och ungdomsåren.

När det gäller spelarnas eget idrottande under uppväxten visar resultaten att över 90 procent av spelarna i Elitettan och Allsvenskan (N 142) har ägnat sig åt andra idrotter under barn- och ungdomsåren (både lagidrotter och individuella idrotter). En stor majoritet av spelare i såväl Elitettan

(81.1%) som Allsvenskan (72.3%) svarade att deltagandet i andra idrotter varit breddinriktat. Även om spelarna ägnade sig åt andra idrotter, visar tabell 4 att spelarna i hög grad prioriterat fotboll före andra idrotter under barn- och ungdomsåren.

Tabell 4. Fotbollsrelaterade aktiviteter på fritiden under barn- och ungdomsåren

		Före 12 år (N 141)		13-15 år (N 141)		16-19 år (N 127)	
		M	SD	M	SD	M	SD
a) Spelade fotboll med kompisar	Elitettan	3.90	1.14	3.78	1.11	2.83	1.34
	Allsvenskan	3.84	1.04	3.37	1.14	2.38	1.1
b) Fysträning på egen hand	Elitettan	2.59	1.07	3.44	1.0	4.11	0.98
	Allsvenskan	2.47	1.24	3.21	1.04	3.82	1.0
d) Fotboll på egen hand	Elitettan	3.63	1.20	3.88*	1.05	3.63*	1.19
	Allsvenskan	3.36	1.21	3.33	1.17	3.09	1.17
f) Prioriterade fotboll före andra idrotter	Elitettan	4.10	1.02	4.44	0.98	4.91	0.37
	Allsvenskan	4.09	1.13	4.50	0.82	4.90	0.42

*Signifikant skillnad mellan spelare i Elitettan och Allsvenskan $p < 0.05$.

M = medelvärde, SD = standardavvikelse.

Femgradig skala: 1 = "i ingen utsträckning alls" och 5 = "i mycket hög utsträckning".

Tabell 4 visar att det inte skiljer sig i någon större utsträckning mellan spelarna i Elitettan och Allsvenskan avseende deras fotbollsrelaterade aktiviteter på fritiden under barn- och ungdomsåren. Det mönster som framgår, utöver att spelarna under alla år prioriterat fotboll före andra idrotter, är att i takt med stigande ålder avtar spel med kompisar på fritiden samtidigt som fysträning på egen hand ökar. Trots att inga större skillnader föreligger visar resultaten dels att spelarna i Elitettan jämfört med spelarna i Allsvenskan i något högre grad spelat fotboll med kompisar och ägnat sig åt fysisk träning på egen hand, dels att de i signifikant högre grad tränat fotboll på egen hand i åldrarna 13–15 år och 16–19 år ($p < 0.05$). Av tabell 4 framgår också att spelarna i Allsvenskan inte i någon större utsträckning ägnat sig åt att träna fotboll på egen hand. En förklaring till förändringarna i aktivitetsmönster beror förmodligen på att organiserade fotbollsträningar och matcher ökar i omfattning med stigande ålder samtidigt som fysisk träning blir en allt större del av den totala träningen.

Specialisering och elitinriktning bland spelarna

Resultaten visar att det varierar avseende hur gamla spelarna i Elitettan och Allsvenskan var när de specialiserade sig på fotboll eller när de gjorde sin debut i senior- och elitsammanhang (se Tabell 5).

Tabell 5. Spelarnas ålder avseende specialisering, start i elitförening och debut på seniornivå

		M	SD	Md	Q1	Q3
Ålder för specialisering fotboll	Elitettan	12.8	3.15	13	11.2	15
	Allsvenskan	13.4	3.08	14	12	15
Ålder för start i en elitförening *	Elitettan	14.5	4.71	15	14	17
	Allsvenskan	16.2	3.13	16	15	18
Ålder för debut på seniornivå *	Elitettan	15.4	1.98	15	14	17
	Allsvenskan	14.4	1.73	14	13	16
Ålder för debut på seniorelitnivå	Elitettan	17.7	1.96	17.5	16.2	18.7
	Allsvenskan	17.6	2.28	17	16	19

*Signifikant skillnad mellan spelare i Elitettan och Allsvenskan $p < 0.05$.

M = medelvärde, SD = standardavvikelse, Md = median, Q = kvartilvärde.

Tabell 5 visar att spelarna i Elitettan specialiserat sig på fotboll något tidigare än de allsvenska spelarna och att de började tidigare i en elitförening ($p < 0.05$). Spelarna i Allsvenskan debuterade emellertid på seniornivå tidigare ($p < 0.05$), medan debutålder för spel på seniorelitnivå var ungefär samma för spelarna i Elitettan och Allsvenskan. Kvartilvärden (Q1 och Q3) i tabell 4 visar också att en lika stor andel (25%) av spelarna i Elitettan och Allsvenskan har specialiserat sig på fotboll före 12 år eller efter 15 år, börjat i en elitförening före 15 år eller efter 17–18 år och gjort debut på seniorelitnivå före cirka 16 år eller efter ungefär 19 år. Med andra ord har det förekommit både tidig och sen specialisering, start i elitförening och debut på seniorelitnivå bland spelarna.

Vad gäller spelarnas deltagande i talangutvecklingsmiljöer utanför föreningen visar resultaten att en stor majoritet har deltagit i det nationella talangsystemet i fotboll i form av distriktslag och ungdomslandslag samt gått en fotbollsinriktning i skolan (se Tabell 6).

Tabell 6. Andel spelare som deltagit i talangmiljöer (%)

	Elitettan (N 41)	Allsvenskan (N 101)
Distriktslag 15 år	92.7	88.1
Distriktslagcupen 16 år	85.4	81.2
Ungdomslandslagsverksamhet*	56.1	73.3
Högstadium med fotbollsprofil	61.0	43.6
Fotbollsgymnasium*	87.8	71.3

*Signifikant skillnad mellan spelare i Elitettan och Allsvenskan $p < 0.05$.

Tabell 6 visar att ungdomslandslagsverksamheten är den miljö som en större andel av allsvenska spelare deltagit i jämfört med spelare från Elitettan ($p > 0.05$). För de andra miljöerna utanför föreningen har en större andel av spelarna i Elitettan gått på ett fotbollsgymnasium ($p > 0.05$).

Spelarnas upplevelse av fotbollsmiljön under barn- och ungdomsår

Hur spelarna upplevt de fotbollsmiljöer som de deltagit i under barn- och ungdomsåren varierar med ålder (se Tabell 7).

Tabell 7. Spelarnas upplevelse av fotbollsmiljön under barn- och ungdomsår

		9-12 år (N 141)		13-15 år (N 141)		16-19 år (N 128)	
		M	SD	M	SD	M	SD
a) Vinna matcher var viktigt	Elitettan	3.51	1.16	4.22	0.72	4.71	0.75
	Allsvenskan	3.40	0.93	4.24	0.68	4.68	0.68
b) Höga krav	Elitettan	2.85	1.11	3.76	0.94	4.31	0.90
	Allsvenskan	2.57	1.07	3.54	0.92	4.37	0.79
c) Antalet matcher och träningar var på en lämplig nivå	Elitettan	4.22	0.99	4.13	0.67	4.11	0.99
	Allsvenskan	4.03	0.87	4.02	0.80	4.23	0.84
d) Kännetecknades av glädje och kamratskap	Elitettan	4.51	0.71	4.18	0.87	3.77	0.97
	Allsvenskan	4.41	0.68	4.17	0.71	3.86	0.90
e) Träningarna var utformade för att utveckla olika färdigheter	Elitettan	4.10*	0.89	4.25	0.71	4.31	0.87
	Allsvenskan	3.68	1.04	3.98	0.96	4.24	0.81
f) Det var okej att misslyckas	Elitettan	4.12	0.71	3.98	0.86	3.49	0.98
	Allsvenskan	4.29	0.77	4.03	0.79	3.61	0.80
g) Långsiktig utveckling var i fokus	Elitettan	3.83	0.94	4.08	0.89	3.94	0.91
	Allsvenskan	3.69	1.00	3.84	0.91	3.78	0.88
h) Total träningsvolym var för låg	Elitettan	2.78	1.15	2.35	1.00	1.97	0.89
	Allsvenskan	2.82	1.07	2.63	1.00	2.30	1.09
Vad jag behövde utveckla var tydligt för mig	Elitettan			3.45	0.90	3.97	0.86
	Allsvenskan			3.40	1.01	3.87	0.90
j) Det fanns tillgång till stöd (fys tränare, fysioterapeut, nutrition m.m.)	Elitettan					4.11*	0.96
	Allsvenskan					3.39	1.27
k) Individuell utveckling följdes upp regelbundet	Elitettan					3.49*	0.98
	Allsvenskan					3.00	1.06

*Signifikant skillnad mellan spelare i Elitettan och Allsvenskan $p < 0.05$.

M = medelvärde, SD = standardavvikelse.

Femgradig skala: 1 = "stämmer inte alls" och 5 = "stämmer helt och hållet".

Vissa påståenden i tabellen (j och k) har endast ställts till spelare i de högre åldrarna i samband med att spel elva mot elva påbörjas.

Tabell 7 visar att det inte föreligger några större skillnader i hur spelarna i Elitettan och Allsvenskan upplevt sin fotbollsmiljö under uppväxten. Spelarna har i takt med stigande ålder upplevt att betydelsen att vinna matcher blivit allt viktigare, att kraven ökat, att toleransen för att göra misstag blivit mindre och att miljön i lägre grad präglats av glädje och kamratskap. Därutöver har spelarna i hög grad instämt i att träningar och matcher under alla år varit

på en lämplig nivå, men de har även instämt delvis i att långsiktig utveckling varit i fokus. Spelarna har även upplevt att träningsinriktning på att utveckla olika färdigheter ökat med stigande ålder. Spelarna i Elitettan har emellertid upplevt detta i högre grad och särskilt mellan 9 och 12 år ($p > 0.05$). Tabell 7 visar också att spelarna inte i någon högre grad instämt i att det var tydligt för dem vad de själva behövde utveckla mellan 13 och 15 år och att individuell utveckling inte i någon högre grad upplevts ha följts upp mellan 16 och 19 år, särskilt för de allsvenska spelarna ($p > 0.05$). Tabell 7 visar vidare att spelarna i Elitettan i hög grad har instämt i att tillgång till stödresurser funnits mellan 16 och 19 år, vilket de allsvenska spelarna inte gjort ($p > 0.05$).

Spelarnas upplevelse av fotbollsledare under ungdomsår

Resultaten visar att hur spelarna upplevt sina fotbollsledare och deras ledarskap varierar med ålder (se Tabell 8).

Tabell 8. Spelarnas upplevelse av fotbollsledare under ungdomsår

		13-15 år N 141		16-19 år N 127	
		M	SD	M	SD
a) Ledarna var goda förebilder	Elitettan	3.90	0.96	3.62	1.04
	Allsvenskan	3.96	0.89	3.72	0.90
b) Ledarna uppmuntrade till egna initiativ och lösningar	Elitettan	3.78	0.89	3.79	0.74
	Allsvenskan	3.89	0.76	3.69	0.86
c) Ledarna utmanande på en lämplig nivå	Elitettan	3.78	0.92	3.85	0.86
	Allsvenskan	3.98	0.95	3.97	0.85
d) Ledarna brydde sig om oss spelare	Elitettan	4.20	0.91	3.65	1.04
	Allsvenskan	4.32	0.79	3.94	0.88
e) Ledarna arbetade kontinuerligt med utvecklingsinriktad feedback	Elitettan	3.38	1.15	3.71	1.00
	Allsvenskan	3.30	1.09	3.67	1.01
f) Ledarna uppmuntrade till reflektion kring utveckling	Elitettan	3.46	1.07	3.65	0.98
	Allsvenskan	3.27	1.08	3.58	1.01
g) Ledarnas gav oss spelare inflytande (träningar/matcher)	Elitettan	3.59	0.94	3.59	1.10
	Allsvenskan	3.39	0.99	3.47	0.96
h) Ledarna uppmuntrade till eget ansvarstagande	Elitettan	3.79	0.92	4.09	0.90
	Allsvenskan	3.68	0.90	3.96	0.75
Ledarna kommunicerade tydligt syftet med verksamheten	Elitettan	3.62	0.93	3.85	1.04
	Allsvenskan	3.41	1.01	3.81	0.94

M = medelvärde, SD = standardavvikelse.

Femgradig skala: 1 = "stämmer inte alls" och 5 = "stämmer helt och hållet".

Tabell 8 visar att det inte föreligger några signifikanta skillnader mellan hur spelarna i Elitettan och Allsvenskan upplevt sina ledare och deras ledarskap

när de var i åldern 13–19 år. Det mönster som framgår är dels att spelarna delvis instämt i att ledarna utmanat på en lämplig nivå samt uppmuntrat till egna initiativ och eget ansvarstagande, dels att spelarna i lägre grad instämt i att de getts inflytande kring träningar och matcher. Avseende spelarnas skattningar av hur väl det stämmer att ledarna arbetade med utvecklingsinriktad feedback, reflektion kring utvecklingsmöjligheter och kommunicerat syftet med verksamheten, ökar detta mellan 16 och 19 år. Spelarna upplever dock att ledarna inte har tillgodosett detta i någon högre grad mellan 13 och 15 år. Vad gäller spelarnas upplevelse av om ledarna varit goda förebilder och brytt sig om dem som spelare har detta skattats lägre mellan 16 och 19 år. En möjlig förklaring är, som Tabell 7 visar, att med stigande ålder blir det ökande krav, större betoning på vinst och mindre tolerans för att misslyckas, vilket får följder för hur ledarna och ledarskapet upplevts.

Vad har spelarna saknat i sin spelarutbildning?

Analysen av den öppna frågan om vad spelarna har saknat i sin spelarutbildning visar att svaren berör olika faktorer som spelarna i lägre grad upplevt i deras skattningar av fotbollsmiljöer och ledare. Analysen visar också på olika dimensioner i spelarnas svar, vilka har organiserats i fem huvudkategorier (se Tabell 9).

Tabell 9. Vad spelarna saknat i sin spelarutbildning (N 93)

Kategori		Antal	% (N 122)
Ledarskap	Utbildade tränare	19	15.6
	Individuell feedback	12	9.8
	Relationskompetens	8	6.6
Fotbollskompetens	Uppmuntran till egen träning	3	2.4
	Teknik	13	10.6
	Fysisk träning	11	9.0
	Taktik/spelförståelse	6	4.9
	Individuell träning	6	4.9
Psykologi	Målvaktsträning	5	4.1
	Idrottspsykologiskt stöd	8	6.6
	Mental träning	7	5.7
Förening	Satsning	9	7.4
	Organisation	4	4.9
Övrigt	Diverse	8	6.6
	Kost	3	2.4

Flera alternativ kunde anges av varje spelare.

Tabell 9 visar att dimensioner som relaterar till kategorin ”Ledarskap” utgör den största kategorin (34.4%). Vad gäller utbildade tränare omnämns en avsaknad av utbildade ledare. En spelare uttrycker följande: ”[Jag] växte upp med föräldratränare som ville väl, men inte var speciellt utbildade. Tror det är bra att ha tränare med utbildning även i lägre åldrar.” Vad gäller individuell feedback lyfter flera spelare fram en avsaknad av feedback och återkoppling: ”mer feedback och ha öppen kommunikation om vad jag gör bra och vad jag kan göra bättre och hur” och ”att få en tydligare bild på vad jag skulle bli bättre på tidigare”. Det relationella som flera spelare har saknat handlar om att bry sig om, stötta och peppa samt omsorgstänkande. En av spelarna lyfter fram ”lite bättre förståelse för personen och mående”, medan en annan säger ”tränare som uppmuntrar istället för att trycka ner”.

Den näst största kategorin är ”Fotbollskompetens” (33.6%). Här utgör en avsaknad av tekniska inslag och fysisk träning en betydande del av kategorin. När det gäller tekniska färdigheter nämner en spelare följande: ”Mer teknik, jag är inte särskilt teknisk och hade behövt mer touch på boll.” En annan lyfter fram ”Jag hade önskat att det var mer fokus på teknik och tränat på min speluppfattning/spelförståelse.” Vad gäller fysisk träning förekommer svar såsom ”en tydligare plan för att bli fysiskt redo för högre nivåer” och ”tidigare utbildning i fysik/skadeförebyggande”. Individuell träning berör en avsaknad av tillgång till träning för att utveckla individuella färdigheter, medan målvaktsträning handlar om att de som är målvakter saknat regelbunden specifik målvaktsträning.

Kategorin ”Psykologi” utgör 12.3 procent av svaren och berör både mental träning och idrottspsykologiskt stöd, för att ”komma till bukt med prestationsångest”. En annan spelare lyfter fram följande: ”Jag har saknat mental träning mycket under uppväxten [...] Man glömmer ofta det psykiska i sporten och fokuserar mest på det fysiska.” Kategorin ”Förening” (10.7%) består av svar som berör organisering av verksamhet och hantering av spelare. Exempelvis omnämns ”att ha ett bättre flyt mellan olika lag i en förening, t.ex. F17 till damlag” och ”bättre stöd att som ung alltid vara med äldre och stöd att som 16-17-åring spela i Allsvenskan”. Subkategorin ”Satsning” berör att det har saknats ”möjligheter att spela mot lag i Europa på ungdomsnivå” eller tydligare elitinriktning i form av ”ett satsande ungdomslag som akademi”. Kategorin ”Övrigt” (9%) innehåller förutom kost diverse enstaka dimensioner som exempelvis mer videoanalys eller juridisk hjälp för att förbereda för elitfotboll.

Diskussion

Syftet med studien har varit att undersöka svenska damfotbollsspelares utvecklingsvägar till seniorelitnivå och hur de har upplevt sina fotbollsmiljöer och ledare under barn- och ungdomsåren. I följande avsnitt diskuteras först resultaten kring spelarnas väg till elitnivå och därefter deras upplevelser av miljöer och ledare. Avsnittet avslutas med några övergripande reflektioner över studiens resultat i förhållande till idrottsutveckling.

Vägarna till elitnivå

Resultaten visar att en minoritet av spelarna är uppväxta i storstäder och att de allsvenska spelarna i högre grad härstammar från mindre städer och landsbygd än vad spelarna i Elitettan gör. En stor andel av spelarna är uppväxta i Götaland, medan minst andel av spelarna har haft sin fotbollsuppväxt i Norrland. En möjlig förklaring till varför det är färre spelare från Norrland är att när datainsamlingen gjordes 2024 var det ett lag från Norrland i Allsvenskan och tre lag från Norrland i Elitettan. Studier har visat att i distrikt med fler flick- och damfotbollsspelare (Söderström et al., 2021), som det är i Svealand och Götaland, skapas mer gynnsamma förutsättningar för framväxt av elitlag (jfr Rossing et al., 2018). Det kan också vara så att i mer tätbefolkade distrikt, som det är i de södra delarna av Sverige, innebär en uppväxt på landsbygden en närhet till elitlag och elitmiljöer som påverkar hela regionen på ett sätt som det inte gör i det mer glesbefolkade Norrland (jfr Rossing et al., 2018).

Resultaten visar även att alla spelare har ett högt idrottskapital då de ägnat sig åt flera idrotter under uppväxten och vuxit upp i familjer med starkt idrottsengagemang, vilket också andra studier på vägar till elitnivå funnit (Gledhill & Harwood, 2014; Güllich, 2019). Därutöver visar resultaten att nästan 90 procent av spelarna blivit sedda som talanger och utvalda till distriktslaget vid 15 års ålder. Denna identifiering och selektion till distriktslagen förefaller även bidra till att de blir uttagna till distriktslagscupen ungefär ett år senare samt att de får möjlighet att någon gång få vara med i ett ungdomslandslag. Detta gäller särskilt för de allsvenska spelarna. Sammantaget väcker den stora andelen spelare som deltagit i distriktslagsverksamheten när de var 15 år frågor om huruvida det är möjligt att nå damelitnivå utan att passera Svenska fotbollförbundets nationella talangsystem. Det är färre flickor som spelar fotboll jämfört med pojkar och fler flickor än pojkar slutar med fotboll efter 15 år,

vilket bidrar till att spelarunderlaget för framtida elitspel ser annorlunda ut för damfotbollen jämfört med herrfotbollen (Söderström et al., 2021). En studie på män hade kunnat bringa klarhet i om samma mönster återfinns inom herrfotbollen.

Vidare visar resultaten att en större andel av spelarna i Elitettan har deltagit i fotbollsinriktning på högstadiet och gymnasiet jämfört med de allsvenska spelarna. Resultaten indikerar även att spelarna i Elitettan i högre grad har spelat fotboll med kompisar samt tränat fys och fotboll på egen hand på fritiden under barn- och ungdomsåren. Detta mönster ser annorlunda ut jämfört med studier på engelska professionella spelare (Andrew et al., 2024) och kanadensiska landslagsspelare (Hendry et al., 2019), vilka visade att dessa spelare i högre utsträckning ägnat sig åt fotboll på fritiden jämfört med dem som spelade på lägre nivå. Därutöver visar resultaten att spelarna i Elitettan specialiserade sig på fotboll tidigare och började i en elitförening tidigare, vilket skiljer sig från en studie av Andrew et al. (2024). De fann att professionella spelare (M 12.4) började tidigare i en elitförening (akademi) jämfört med dem som inte nådde elit (M 13.7). För båda grupperna är detta en lägre ålder än för spelarna i Elitettan (M 14.5) och i Allsvenskan (M 16.2). Hendry et al. (2019) fann emellertid i deras studie att kanadensiska landslagsspelare började senare (M 15.4) än vad universitetsspelarna gjorde (M 12.1), vilket i större utsträckning liknar denna studies resultat. De skillnader som uppvisas i relation till tidigare forskning kan möjligtvis vara en följd av de sociokulturella villkor som omgärdar flick- och damfotboll i ett land (jfr Peters et al., 2022). Sammantaget pekar mönstret som finns kring spelarnas tränings- och idrottsbakgrund mot att högre träningsengagemang på fritiden, högre deltagande i externa talangmiljöer, tidigare specialisering och tidigare start i en elitförening inte med automatik leder till högre fotbollsnivå som vuxen (jfr Sweeney et al., 2025).

Om resultaten som helhet beaktas framgår att det inte finns någon linjär väg till damelitnivå som alla spelare har följt. Det varierar gällande när specialisering skett, när de börjat i en elitförening och när de debuterat på seniorelitnivå. Denna variation bland spelarna förstärker bilden av att det inte är nödvändigt att specialisera sig tidigt (jfr Söderström & Garn, 2022) eller att tillhöra en elitförening i tidig ålder för att nå elitnivå i damfotboll (jfr Sweeney et al., 2025). Oavsett vid vilken ålder som specialisering skett visar resultaten däremot att spelarna hela tiden

prioriterat fotboll före andra idrotter och alltmer med stigande ålder (jfr Charbonnet et al., 2024; Ford et al., 2009; Güllich, 2019). Medelåldern för spelarnas debut på seniorelitnivå är i paritet med Güllichs (2019) studie på kvinnliga Bundesligaspelare men lägre än vad Sweeney et al. (2025) fann avseende när män debuterar i Allsvenskan (M 19.5). Likaså skiljer det sig avseende den ålder då männen i studien av Sweeney et al. (2025) började i en elitförening (14.6 år) jämfört med de allsvenska spelarna i den här studien (16.2 år). Kvinnorna börjar med andra ord senare i en elitförening men debuterar i mycket större utsträckning på seniorelitnivå när de fortfarande är juniorer. Det faktum att en stor andel av de allsvenska spelarna växt upp i mindre städer och på landsbygd kan bidra till att de söker sig till en elitförening i samband med att de börjar gymnasiet det år som de fyller 16 år. Vad gäller skillnader mellan män och kvinnor kan det vara en följd de villkor som omgärdar dam- och herrfotbollen. Det är betydligt fler män som spelar fotboll än kvinnor överhuvudtaget. Det är också betydligt fler selekterade kvinnor än män som har slutat spela fotboll vid 19 års ålder (Söderström et al., 2021), vilket bidrar till att konkurrensen om befintliga platser på seniorelitnivå skiljer sig mellan män och kvinnor. Därutöver kan männens extremt mycket bättre ekonomiska ersättning för spel på elitnivå bidra till längre spelarkarriärer, vilket tillsammans med tidigare uppräknade faktorer förstärker konkurrenssituationen ytterligare för männen. Framtida forskning har möjlighet att utreda de spekulativa resonemang som förts här.

Spelarnas upplevelse av fotbollsmiljöer och ledare

Resultaten avseende hur spelarna upplevt sina fotbollsmiljöer och ledare i kombination med deras beskrivningar av vad de saknat i sin spelarutbildning visar att både funktionella och dysfunktionella inslag (Hauser, Harwood, et al., 2024) har funnits i deras miljöer under barn- och ungdomsåren. Ledarna har haft en central roll för hur spelarna upplevt miljöernas funktionalitet under barn- och ungdomsåren (Cushion et al., 2012; Gledhill & Harwood, 2014). I den meningen förefaller frågor kring ledarskap och ledarutbildning vara ett centralt område att beakta framöver i relation till talangutveckling inom svensk damfotboll.

Det kan konstateras att vad tidigare forskning uppmärksammat som hinder för utveckling, exempelvis ett starkt fokus på att vinna matcher (se

t.ex. Taylor & Collins, 2021), har varit något som spelare från 13 års ålder i hög grad upplevt existerat i de fotbollsmiljöer som de deltagit i. I åldern 16–19 år ökar vikten av att vinna samtidigt som kravställningen ökar och toleransen för att göra misstag minskar. Detta mönster går att förstå utifrån att de miljöer som spelarna deltar i blir alltmer elitinriktade och särskilt mellan 16 och 19 år, då många av spelarna börjar i en elitförening eller debuterar på seniorelitnivå. En förklaring till varför spelarna i lägre grad upplevt att miljön präglades av glädje och kamratskap i åldern 16–19 år kan vara att i en elitförening ökar konkurrensen om platserna och speltiden kan minska jämfört med barnaåren. Sammantaget speglar inte svaren från spelarna att de har upplevt en miljö som främjar psykologisk trygghet, det vill säga att tränare tillåter misstag och att utövarnas utveckling snarare än deras resultat är det centrala, vilket forskning lyft fram som viktigt för att stödja utveckling (Hauser, Harwood, et al., 2024). Nedtoning av resultat till förmån för långsiktig utveckling har också flertalet studier av talangutvecklingsmiljöer inom både fotboll och andra idrotter lyft fram som centralt för att stötta individers utveckling och progression (se t.ex. Aalberg & Sæther, 2016; Henriksen, 2010; Sæther et al., 2025; Taylor & Collins, 2021).

Den ökade betoningen på tekniska och taktiska färdigheter från barn- till ungdomsår som resultaten visar förefaller snarare, om alla svarsmönster beaktas, hänga samman med att vinna matcher blir viktigare än att understödja långsiktig individuell spelarutveckling. Spelarna har inte heller fullt ut upplevt att långsiktig utveckling varit i fokus eller att det var tydligt för dem vad de behövde utveckla. De har inte heller i någon större utsträckning upplevt att deras individuella utveckling regelbundet följts upp, vilket även Gledhill och Harwoods (2019) studie visar. Dessutom visar spelarnas skattningar av deras ledare att de inte i någon större utsträckning upplevt att ledarna arbetat med utvecklingsinriktad feedback, uppmuntrat till reflektion eller tydligt kommunicerat syftet med verksamheten (jfr Gledhill & Harwood, 2019). I den meningen har spelarna upplevt att ledarnas utbildnings- och undervisningspraktik inte i tillräcklig grad följt en pedagogik som forskning visat är gynnsam för lärande och utveckling (Hauser, Harwood, et al., 2024; Söderström et al., 2024).

Spelarnas svar på vad de saknat i sin spelarutbildning, avseende ledares feedback samt relationella och kommunikativa färdigheter tillsammans med deras upplevelse att ledarna brydde sig mindre om dem och i lägre grad sågs som goda förebilder mellan 16 och 19 år, indikerar att det ledarskap som de mött inte fullt ut tillgodosett psykologisk trygghet (jfr

Gledhill & Harwood, 2014, 2019). Taylor och Collins (2021) lyfter fram att ledare som inte kan möta utövarnas behov och som har brist på relationella förmågor är hinder för optimal spelarutveckling. Det kan dock tilläggas att ledares kommunikation med spelare eller andra alternativ som har beröringspunkter med ledarskap skattats lägre i en studie av pojkakademispelare mellan 14 och 18 år (Gesbert et al., 2021). Sammantaget visar den analys som presenterats här att ett långsiktigt utvecklingsfokus och ett mer prestationsinriktat fokus inte fullt ut löpt vid sidan av varandra på ett komplementärt sätt (jfr Hauser, Harwood, et al., 2024).

En kontrast till den bild som framträtt hittills är emellertid att spelarna i högre grad upplevde att ledarna utmanade på en lämplig nivå. Det är en faktor som har beskrivits som gynnsam för idrottsutveckling (Taylor et al., 2022). Därutöver upplevde spelarna att ledarna uppmuntrat dem att ta eget ansvar för sin egen utveckling, vilket studier på talangutvecklingsmiljöer ser som en framgångsfaktor för att stötta långsiktig utveckling (Sæther et al., 2025; Simpson et al., 2022).

Avslutande reflektioner

Även om det finns skillnader mellan spelarna i Elitettan och Allsvenskan angående vägen till elitnivå, visar resultaten på fler likheter än skillnader. Analysen av hur spelarna upplevt sina fotbollsmiljöer och ledare bekräftar resultat från tidigare studier som funnit att ledarskap och ledares agerande är förbättringsområden inom talangutvecklingspraktiker (Gesbert et al., 2021; Gledhill & Harwood, 2019). De spelare som besvarat enkäten har alla nått elitnivå och i den bemärkelsen hanterat de miljöinslag som denna studie identifierat som problematiska i relation till att stödja utveckling mot elitnivå i fotboll (t.ex. Hauser, Harwood, et al., 2024; Sæther et al., 2025).

I Elitfotboll Dams certifieringsmodell för föreningarnas elitförberedande verksamhet för F13–F19, så kallade ungdomsakademier, poängteras att den verksamheten har som syfte att ”ta fram spelare som kan ge våra föreningar och landslag framtida framgångar” för att kunna hänga med i den ökade internationella konkurrensen (Elitfotboll Dam, u.å). De områden som Elitfotboll Dam (EFD) tillämpar i sin certifieringsmodell för att mäta kvaliteten i ungdomsakademierna innehåller vad spelarna i lägre grad instämt i eller upplevt att de saknat i sin spelarutbildning i form av exempelvis ledarskap, fotbollsfärdigheter och individuell utveckling. Här kan certifiering vara ett hjälpmedel för att överbygga de brister som kvinnorna

i denna studie har upplevt i sin spelarutbildning. I det här sammanhanget bör det dock påminnas om att spelarnas upplevelser av elitföreningsmiljön när de var 16–19 år, där tränarna sannolikt har adekvat utbildning, visar att spelarna i begränsad utsträckning instämmer i att det fanns en tolerans för misslyckanden, att verksamheten präglades av långsiktighet eller att individuell utveckling kontinuerligt följdes upp. Om de tränarutbildningar som bedrivs i dag förstärker en ledarpraktik inom ungdomsfotbollen som, i Cushion et al. (2012, s. 1638) termer, är "[...] underpinned by a linear, process-product approach to learning, where 'skills' are to be mastered first [...] to later form the basis for games play" leder inte mer utbildning till lösningar på de ledarskapsfrågor som har identifierats i den här studien.

Även om en spelarutbildning med högre kvalitet ger ett bättre underlag för att kunna utveckla spelare, kan frågan ställas om inte de villkor som svenska damelitfotbollspelare lever under trots allt gör det svårt att hänga med i den ökade internationella konkurrensen. Resultaten visar att ungefär en tredjedel av de allsvenska spelarna och endast 5 procent av spelarna i Elitettan kan klara sin försörjning på den lön som de får från fotbollen. I den meningen kan de karaktäriseras som elitamatörer, vilket Brandt-Hansen och Ottesens (2019) lyfter fram som kännetecknande för dansk damelitfotboll. Sådana villkor lever knappast herrelitpelare under. Det faktum att det är så få av kvinnorna som kan leva på fotbollen visar, i likhet med en studie av Tjønndal et al. (2024) om den pågående professionaliseringsprocessen inom damfotbollen, att det förefaller vara lång väg att gå i termer av "narrowing the commercial gap between women's and men's football" (s. 291). Förmodligen skulle fler kvinnor som kan spela fotboll på heltid innebära att svensk damfotboll i högre grad kan hänga med i den ökade internationella konkurrensen.

Avslutningsvis bör poängteras att den analys som presenterats här baseras på en enkät med en svarsfrekvens som inte i tillräcklig hög grad har bidragit till ett resultat som är representativt för svensk damelitfotboll. Den lägre svarsfrekvensen för Elitettan bidrar också till att de jämförelser som görs i studien inte kan ses som rådande faktiska förhållanden, utan framtida studier med högre svarsfrekvens har möjlighet att ge ett mindre skevt och därmed säkrare underlag. Enkäten som använts i studien kan inte heller till fullo fånga alla detaljer och nyanser kring hur spelarna har upplevt sina barn- och ungdomsår. Intervjuer hade kunnat erbjuda ett kompletterande och mer fördjupat underlag. Trots dessa brister bidrar

studien med insikter som kan vara värdefulla för framtida utveckling av svensk damfotboll, exempelvis vad gäller tränarutbildningarnas innehåll och utformning men även för uppföljning av talangutvecklingspraktiker.

Om författaren

Tor Söderström är professor i pedagogik vid Umeå universitet. Hans forskning är inriktad på lärande och utveckling, med ett särskilt fokus på utveckling av professionell expertis. Under årens lopp har han bidragit med bokkapitel, rapporter och tidskriftsartiklar med fokus på IKT och lärande, professionell utveckling inom polis- och brandmannautbildning samt talangutveckling inom idrott.

Referenser

- Aalberg, R. R., & Sæther, S. A. (2016). The talent development Environment in a Norwegian top-level football club. *Sport Science Review*, XXV(3–4), 159–182.
- Andrew, M., Ford, P. R., Alder, S. E., Champ, F. M., Brownlee, T. E., Datson, N., & Causer, J. (2024). Talent development in female soccer: Developmental activities of professional players in England. *Journal of Sport Sciences*, 42(10), 853–864.
- Brandt-Hansen, M., & Ottesen, L. S. (2019). Caught between passion for the game and the need for education: A study of elite-level female football players in Denmark. *Soccer & Society*, 20(3), 494–511.
- Charbonnet, B., Schmid, M. J., Örencik, M., van Niekerk, E., & Conzelmann, A. (2024). The road to excellence in women's football: A retrospective cohort study over the last 30 years with Swiss national players. *Science and Medicine in Football*, 8(4), 374–385
- Curran, O., MacNamara, A., & Passmore, D. (2019). What about the girls? Exploring the gender data gap in talent development? *Frontiers in Sport and Active Living*, 1(3).
- Cushion, C., Ford, P. R., & Williams, M. A. (2012). Coach behaviours and practice structures in youth soccer: Implications for talent development. *Journal of Sport Sciences*, 30(15), 1631–1641.
- Elitfotboll Dam. (u.å). *Certifieringsmodell*. Hämtad 3 september, 2025, från <https://efd.se/sport/>.
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Romer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100(3), 363–406.
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5 uppl.). Sage Publications.
- Ford, P. R., Ward, P., Hodges, N. J., & Williams, M. (2009). The role of deliberate practice and play in career progression in sport: The early engagement hypothesis. *High Ability Studies*, 20(1), 65–75.
- Gesbert, V., von Roten, F. C., & Hauw, D. (2021). Reviewing the role of the environment in the talent development of a professional soccer club. *PLoS ONE*, 16(2), e0246823.
- Gledhill, A., & Harwood, C. (2014). Developmental experiences of elite female youth soccer players. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(2), 150–165.
- Gledhill, A., & Harwood, C. (2019). Toward and understanding of players' perceptions of talent development environments in UK female football. *Journal of Applied Sport Psychology*, 31(1), 105–115.

- Güllich, A. (2019). “Macro-structure” of development participation histories and “micro-structure” of practice of German female world-class and national-class football players. *Journal of Sport Sciences*, 37(12), 1347–1355.
- Güllich, A., Macnamara, B. N., & Hambrick, D. Z. (2022). What makes a champion? Early multidisciplinary practice, not early specialization, predicts world-class performance. *Perspectives on Psychological Science*, 17(1), 6–29.
- Hauser, L., Harwood, C. G., Höner, O., O’Connor, D., & Wachsmuth, S. (2024). Talent development environments within sports: A scoping review examining functional and dysfunctional environmental features. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(2), 1105–1131.
- Hauser, L., Höner, O., & Wachsmuth, S. (2024). Links between environmental features and developmental outcomes of elite youth athletes. A cross-sectional study within the German talent pathway. *Psychology of Sport & Exercise*, 71, 102569.
- Hendry, D. T., Williams, A. M., Ford, P. R., & Hodges, N. J. (2019). Developmental activities and perceptions of challenge for national and varsity soccer players in Canada. *Psychology of Sport and Exercise*, 43, 210–218.
- Henriksen, K. (2010). *The ecology of talent development in sport* [Doktorsavhandling, University of Southern Denmark].
- Hsieh, H. F., & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative Health Research*, 15(9), 1277–1288.
- Kryger, K. O., Wang, A., Mehta, R., Impellizzeri, F. M., Massey, A., & McCall, A. (2022). Research on women’s football: A scoping review. *Science and Medicine in Football*, 6(5), 549–558.
- Li, C., Wang, C. K. J., Pyum, D. Y., & Martindale, R. (2015). Further development of the talent development environment questionnaire for sport. *Journal of Sport Sciences*, 33(17), 1831–1843.
- Peters, C. M., Hendry, D. T., & Hodges, N. J. (2022). A scoping review on developmental activities of girls and women’s sports. *Frontiers in Sports and Active Living*, 4, 903886. <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.903886>
- Rossing, N. N., Stentoft, D., Flattum, A., Cote, J., & Karbing, D. S. (2018). Influence of population size, density, and proximity to talent clubs on the likelihood of becoming elite youth athlete. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(3), 1304–1313.
- Sæther, S. A., Banne, H. B., Larsen, C. H., Storm, L. M., Schlawe, A., & Henriksen, K. (2025). Features of successful talent-development environments in Norwegian professional women’s football. *Case Studies in Sport and Exercise Psychology*, 9, 39–49.
- Simpson, D., Martindale, R. J. J., Travlos, A., Souglis, A., & Andronikos, G. (2022). An investigation of the talent development pathway in Scottish female football. *International Journal of Sport Psychology*, 53(3), 218–241.
- Sweeney, L., Kalén, A., Ivarsson, A., & Lundberg, T. R. (2025). The developmental pathways of senior interbational soccer players: A 13-year analysis of the career trajectories of the Swedish men’s senior international team. *PLoS ONE*, 20(3), e0316216.
- Söderström, T., Brusvik, P., Ferry, M., & Lund, S. (2021). Selected 15-year-old boy and girl football players’ continuation with football and competitive level in young adulthood: The impact of individual and contextual factors. *European Journal for Sport and Society*, 19(4), 368–387. <https://doi.org/10.1080/16138171.2021.2001172>
- Söderström, T., & Garn, A. C. (2022). Sport specialization in Swedish football players: Investigating a model of antecedents and outcomes. *European Journal of Sport Science*, 23(9), 1868–1876.
- Söderström, T., Sandlund, S., Westerlund, R., & Tervo, T. (2024). The role of physiological testing for athlete development in sport: The elite athlete perspective. *International Review for the Sociology of Sport*, 59(8), 1244–1265.
- Taylor, J., Ashford, M., & Collins, D. (2022). The role of challenge in talent development: Understanding impact in response to emotional disturbance. *Psych*, 4, 668–694.

- Taylor, J., & Collins, D. (2021). Getting in the way: Investigating barriers to optimizing talent development experience. *Journal of Expertise, 4*(3).
- Tjønndal, A., Skirbekk, S. B., Røsten, S., & Rogstad, E. T. (2024). 'Women play football, not women's football': The expressed potential and paradoxes of professionalisation expressed at the UEFA women's EURO 2022 championship. *European Journal for Sport and Society, 21*(3), 276–294.
- Valenti, M., Scelles, N., & Morrow, S. (2018). Women's football studies: an integrative review. *Sport Business and Management: An International Journal, 8*(5), 511–528.
- Vetenskapsrådet. (2024). *God forskningsledning*. <https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2024-10-02-god-forskningsledning-2024.html>

KAPITTEL 16

Teampsykologi i eliteidrett: teamoptimalisering – prestasjon og resiliens

Rune Høigaard Universitetet i Agder, Norge

Erik Hofseth MentalMomentum, Norge

Gaute Schei Viking Fotballklubb, Norge

Abstract: This article presents a series of psychological skill-based interventions for team optimization in elite sports. Traditionally, team building has often been limited to intensive sessions in the pre-season, but there is a growing need for knowledge and competence related to continuous and systematic work with team dynamics throughout the season. The main purpose of this article is to describe various psychological skill-based interventions that have been tested in an elite sports context. The interventions have been tested on two elite teams in handball and one regional elite team in cross-country skiing, with a total of 38 athletes. The work session lasted an average of 45 minutes and were carried out before or after training. The evaluation of the interventions, based on interviews with three head coaches, shows that clear values, continuous work with cohesion, and a structured approach to team building are crucial for team optimization. The interventions have contributed to increased awareness of key team factors, improved communication and cooperation, and strengthened the ability to handle challenges. The article concludes that targeted and time-saving psychological skill interventions can have a positive impact on team dynamics in elite sports. However, it is important to emphasize the need for continuous evaluation, adaptation and further development of the interventions.

Keywords: group dynamics, cohesion, athlete leadership, values, teambuilding

Introduksjon

Forskning og praktisk erfaring har vist at det å prestere og lykkes i eliteidrett påvirkes av en rekke teamdynamiske faktorer (Carron & Eys, 2012; Høigaard, 2020). Det er derfor avgjørende å ha kunnskap om hvilke faktorer og forhold som bidrar mest til effektiv teamoptimalisering og gode prestasjoner. Kravene, forventningene og (tids)presset utøvere, trenere og støtteapparat (psykologisk og medisinsk personell etc.) utsettes for, er svært høyt i toppidrett, og treneres prioriteringer og valg må være hensiktsmessige, praktisk gjennomførbare og bidra til utvikling og forbedring (Ashford et al., 2023). I lagidretter som fotball og håndball skal treneren i tillegg til å utvikle den enkelte spiller også utvikle et høyt presterende kollektiv (Danielsen et al., 2019; Eys et al., 2017). Det innebærer blant annet å påvirke gruppedynamiske faktorer for å forbedre kvalitet og effektivitet i teamarbeid. Ofte blir slikt arbeid benevnt som teambygging, og det er noe som benyttes i både idrett, næringsliv og militæret (Cotterill, 2012; Høigaard, 2020; McEwan & Beauchamp, 2014, 2020). Litt overordnet kan man si at teambygging knyttes til aktiviteter hvor man skal lære seg selv og de andre i teamet bedre å kjenne, forbedre kommunikasjonen, øke motivasjonen, skape glede og ha det gøy for å skape trivsel og forbedre prestasjonene. Innenfor idrettsforskning er teambygging knyttet til blant annet gruppekohesjon, rolleklarhet og forståelse, kommunikasjon og ledelse (Bloom et al., 2003; Paradis & Martin, 2012). Selv om teambygging er en mye benyttet metode innenfor idrett, har det tradisjonelt vært slik at det er noe man ofte «gjør unna» i sesongoppkjøringen (Høigaard, 2020; Schei & Høigaard, 2022). Aktivitetene man benytter, er ofte fysisk krevende eller utfordrende, og skal skape emosjoner og samhold. Teamaktivitetene ved sesongstart skal da være springbrett for videre utvikling, og hvor man antar at dynamikken i gruppen utvikles nærmest automatisk på en god og effektiv måte gjennom felles treninger og kamper i sesongen. Troen på at intensive teambyggingsøkter ved sesongstart er tilstrekkelig, kan bidra til at man i mindre grad jobber bevisst, konsentrert og systematisk med teamdynamikken gjennom sesongen. Selv om intensive teambyggingsdager kan være tilstrekkelig, vil slike for mange team ikke være kraftfullt eller målrettet nok for å utvikle og styrke teamet i møte med de ulike utfordringene man opplever gjennom sesongen. Mangel på kontinuerlig og systematisk teambygging eller teamoptimalisering gjennom sesongen kan delvis

skyldes en oppfatning av at det krever hele dager og mye tid, noe som lett kan komme i konflikt eller oppleves som uforenlig med andre viktige gjøremål og behov, for eksempel trening og restitusjon, taktikkmøter og kampforberedelser. Samtidig viser både praktisk erfaring og forskning at gruppedynamiske faktorer som kohesjon, kommunikasjon, teamtillit, fellesdelte modeller og rolleklarhet kan være avgjørende for å prestere best mulig (Carron & Eys, 2012; Høigaard, 2020). Det kan derfor være behov for å jobbe systematisk og effektivt med teamfungering gjennom sesongen, og i en toppidrettskontekst vil effektive og korte psykologiske ferdighetstreningstiltak være en god strategi. Forfatterne av denne artikkelen har i flere år jobbet med å utvikle og gjennomføre teamintervensjoner i en toppidrettskontekst. De har også sett at behovet for å jobbe spesifikt med teamdynamiske aspekter er relativt stort, men at det i liten grad er blitt prioritert. En grunn kan være at mange opplever at det krever for mye tid og energi, samtidig som de har lite erfaring og formell kompetanse til å jobbe spesifikt med teamdynamikken. Denne utfordringen må også ses i sammenheng med klubbens kultur og praksis for å initiere slike prosesser og stå i dem over tid. For at trenere skal prioritere sin tid og energi til å jobbe med teamdynamikken over tid, er det avgjørende at slikt arbeid gis legitimitet og anerkjennelse i klubben. Dersom arbeid med teamdynamikk tas konkret og eksplisitt inn i trenerens arbeidsbeskrivelse, vil det både sikre at det oppleves både legitimt og meningsfullt å bruke tid og krefter på teamprosesser - og at kvaliteten på dette arbeidet vil stige.

Fra et fagpraktisk perspektiv rettet mot trenerens arbeid med teamprosesser er det fornuftig å beskrive relativt enkle, effektive og tidssensitive psykologiske ferdighetstreningstiltak som kan tilpasses og integreres i treningshverdagen til idrettsutøvere og trenere (Filho et al., 2023). Slike tiltak etterlyses også i faglitteraturen (McEwan & Beauchamp, 2014; Portenga et al., 2012). Målet med denne studien har vært: 1) å utvikle og prøve ut psykologiske ferdighetsbaserte teamintervensjoner og 2) å vurdere innholdet og nytten av intervensjonene fra trenerens perspektiv.

Vi vil videre i kapittelet beskrive det teoretiske utgangspunktet for intervensjonene, og hvilke pedagogiske prinsipper de bygger på. Deretter vil vi kort beskrive de ferdighetsbaserte psykologiske intervensjonene. De vil bli presentert i alfabetisk rekkefølge. Avslutningsvis i kapittelet presenterer vi trenerens erfaringer med og refleksjoner over intervensjonene.

Teoretisk utgangspunkt for teamoptimalisering – prestasjon og resiliens

Teamoptimalisering – prestasjon og resiliens er basert på en forestilling om at alle utøvere og team opplever dysfunksjonelle, funksjonelle og optimale ytelsestilstander (Filho, 2020; Hanin, 2000). Derfor er utgangspunktet at utøvere og team bør lære strategier for å kunne komme seg fra dysfunksjonelle prestasjonstilstander til funksjonelle tilstander og, hvis mulig, til optimale prestasjonstilstander (Bortoli et al., 2012; Filho & Tenenbaum, 2020; Hanin, 2000; Kamata et al., 2002). Utgangspunktet for innholdet i intervensjonene er multiteoretisk, hvor forskning og teori fra gruppedynamikk og idrettspsykologi danner det teoretiske fundamentet. Denne forskningen viser at forskjellige teamprosesser påvirker et teams fungering og prestasjon (Filho et al., 2023; Forsyth, 2014; Hoyle et al., 2020; Høigaard, 2020; Leo et al., 2019). Videre har studier vist at teambaserte intervensjoner er effektive tiltak for å opprettholde eller utvikle prestasjonspotensial, men det mangler forskning på teambaserte psykologiske intervensjoner i en toppidrettskontekst (Filho, 2019; Filho & Tenenbaum, 2020; Hardy & Crace, 1997). Forskning har vist at teamidentitet, kohesjon, teamkoordinering, kollektiv mestringstro, teamresiliens og verdiutvikling er faktorer som bør inkluderes når man skal jobbe med teamdynamisk optimalisering (se Bloom et al., 2008; Filho, 2019; Høigaard, 2020; Yukelson, 1997). Selv om intervensjonene som her presenteres, er prøvd ut i en toppidrettskontekst, kan slike intervensjoner være like nyttige for andre utøvere og team. Selv om de enkelte intervensjonene er tilpasset trenerens og teamets ønsker, er det verdt å merke seg at Blumenstein og Orbach (2020) fremhever betydningen av å periodisere mentale intervensjoner, noe som innebærer at de bør bygge på hverandre og være tilpasset den syklusen teamet er i (forberedelseperiode, konkurransperiode, sesongavslutning).

Praktisk pedagogisk utgangspunkt

Sentrale pedagogiske prinsipper for intervensjonene er basert på autonom deltakelse, erfaringslæring («learning by doing») og refleksjon (Dewey, 1916, 1938; Mathisen & Høigaard, 2021; Schein, 2017). Det er gjennom teori, erfaringsutveksling, øvelser og refleksjon grunnlaget for å skape læring, utvikling og motivasjon legges. Teorien blir mer verdifull når den anvendes i praksis, og teammedlemmer lærer best ved å delta aktivt i prosessene de ønsker å forbedre. Flere forskere har også påpekt at det å lære om

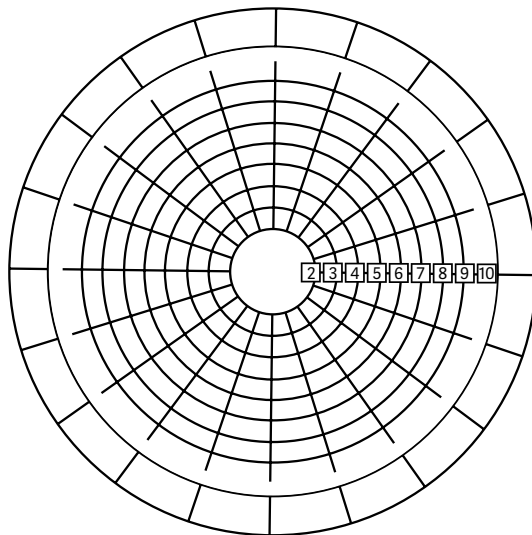
gruppeprosesser når de gjennomlevs, kan bidra til økt effekt og motivasjon (Høigaard, 2020; Luft, 1984). Gjennomgående er det en fast struktur i intervensjonene hvor man innledningsvis gir en kort teoretisk innføring om det som er tema, så får utøverne oppgaver og øvelser som er direkte knyttet til utøverne og teamet. Oppgaver og refleksjon gjøres først i smågrupper, og avsluttes med at hver gruppe formidler i plenum hva de har diskutert, og hvordan de har reflektert. Det er spesielt viktig med refleksjon, da denne bidrar til en aktiv læringsprosess hvor teamet bearbeider egne erfaringer. I denne fasen må man også prøve å tydeliggjøre hva man skal konsentrere seg om, og det som skal være «arbeidsoppgaver» fremover (Barker et al., 2014).

Psykologisk ferdighetstrening i idrett

Vi vil i denne delen beskrive de ulike typene psykologisk ferdighetstrening som er utviklet og gjennomført i en eliteidrettskontekst. Vi vil først gjøre rede for hva som er det teoretiske grunnlaget for ferdighetstreningen, for så å beskrive hva som er formålet med den. Til slutt vil vi beskrive hvordan man kan gjennomføre denne treningen. Rekkefølgen på presentasjonen av de ulike typene ferdighetstrening er tilfeldig.

Teamprofilanalyse

Prestasjonsprofileringsvurderingen skal gi utøvere og trenere viktig informasjon om hvilke teamkvaliteter et lag trenger for å lykkes i en gitt idrett, og om hvordan situasjonene er i eget team (Bird et al., 2021; Butler & Hardy, 1992; Høigaard, 2020). Formålet med øvelsen er å skape bevissthet om sentrale teamfaktorer som påvirker prestasjon, samarbeid og trivsel. Det andre er at det skal bidra til at utøverne klarer å identifisere og vurdere egne teamfaktorer, og hvordan man kan skape utvikling ved å jobbe med eller påvirke disse faktorene. Introduksjon til oppgavene går ut på å fremheve hva som ifølge teori er viktig for å skape et godt team (Forsyth, 2014; Høigaard, 2020). Utøverne skal så individuelt vurdere og skrive ned hva de mener er nøkkelfaktorer for å skape et godt team. Neste oppgave er at de i smågrupper skal diskutere de individuelt identifiserte nøkkelfaktorene, for så å bli «enige» om hvilke faktorer de vurderer som viktigst. Nøkkelfaktorene fra de ulike gruppene skal så presenteres i plenum, og gjennom refleksjon og diskusjon skal gruppe-medlemmene forsøke å «bli enige» om hvilke nøkkelfaktorer som skal inn i prestasjonsprofilskjemaet (se figur 1).



Figur 1. Skjema for teamprofilanalyse.

De valgte nøkkelfaktorene vurderes så på en skala fra 1 til 10, hvor høy skår indikerer mer av denne nøkkelfaktoren i teamet (Høigaard, 2020; Mathisen & Høigaard, 2021). Vurderingene skal gruppevis presenteres i plenum. Siste steg er å bli enige om hvilke nøkkelferdigheter man spesielt vil jobbe med å utvikle, og på hvilken måte dette arbeidet best kan gjøres.

Gruppekohesjon

Gruppekohesjon er en av de mest undersøkte gruppedynamiske faktorene i idrett og er blitt knyttet til både prestasjoner, vilje til å jobbe for teamet og trivsel (Eys & Brawley, 2018; Høigaard, 2020; Prapavessiss & Carron, 1997). Kohesjon kan beskrives som samhold i teamet, og som det som binder teammedlemmene sammen. Det er vanlig å skille mellom sosialkohesjon (dvs. mellommenneskelig tiltrekning mellom utøverne i gruppen) og oppgavekohesjon (dvs. graden av enighet om mål og i hvor stor grad utøverne arbeider sammen for å oppnå felles mål) (se Carron & Eys, 2012; Høigaard, 2020; Høigaard et al., kapittel 12).

Formålet med denne intervensjonen er å forsterke kohesjon i teamet ved å tydeliggjøre hvilke kvaliteter og egenskaper den enkelte spiller har og bringer med seg inn i teamet, i tillegg til hva utøverne i teamet kan gjøre for å fremme individuelle kvaliteter og egenskaper hos andre (Filho

et al., 2023). Utgangspunktet er at kohesjon utvikles når utøverne føler at de bidrar til teamet, og det kan være med på å utvikle både den sosiale og den oppgaveorienterte kohesjonen (se Beauchamp et al., 2020; Eys et al., 2020).

Utøverne fikk utlevert et ark med en liste over positive egenskaper (trekk eller væremåter) (se figur 2). De ble først oppfordret til å legge til andre positive egenskaper hvis de syntes det manglet noen. Som illustrert i figur 2 er det et bilde av et isfjell på høyre side. Hver utøver skal først krysse av hvilke egenskaper de mener de har. Neste oppgave er å overføre egenskapene til isfjellet, hvor de synlige egenskapene skulle bli plassert over «vannlinjen», og de ikke-synlige egenskapene skulle plasseres under «vannlinjen». «Synlige» egenskaper er trekk eller væremåter som er kjent både hos en selv og andre, mens «ikke-synlige» egenskaper er mindre fremtredende for andre (Kim et al., 2019). Neste steg er at utøverne skal reflektere over egne og andres vurderinger i små grupper. Hensikten med en slik refleksjon er at utøverne skal få mulighet til å få innsikt i hvordan de kan påvirke lagkamerater og teamets fungering. Utøverne ble også utfordret til å reflektere over og diskutere hva de trengte av lagkameratene for å vise sin beste egenskap og spille sitt beste spill på banen. Avslutningsvis ble de utfordret til å dele «sterkeste positive trekk/egenskap» hos seg selv, det trekket eller den egenskapen som representerte toppen av isfjellet, i plenum.

Trekk/egenskap:

Vennlig, karismatisk, ærlig, rolig, snill, flink, omgjengelig, ivrig, hjelpsom, motiverende, omsorgsfull, ansett, ydmyk, hyggelig, beskyttende, bekymringsløs, trofast, ekte, lykkelig, ærlig, pliktoppfyllende, pålitelig, respektabel, ansvarlig, tolerant, positiv, innsatsvillig, står på

Andre positive trekk / egenskaper du kommer på:

Oppgaver

Individuelt

- Vurder hvilke trekk /egenskaper du har bidratt med i teamet (lag en sirkel rundt)
- Vurder om trekk /egenskaper er for andre eller ikke. Plasser trekket i isfjellmodellen dvs. under eller over vannlinjen.

Refleksjoner i teamet:

- ha ditt (dine) sterkeste trekk/egenskaper.
- hva er det/de sterkeste trekkene/egenskapene hos de andre.
- hva den enkelte bringer med seg inn i teamet.
- hva den enkelte trenger/vil/ønsker å vise mer av?
- hvordan kan en vise det?
- hva kan være til hinder for å vise enkelte egenskaper i teamet?
- hvordan teamet er ansvarlig for å få frem de beste egenskapene hos hverandre

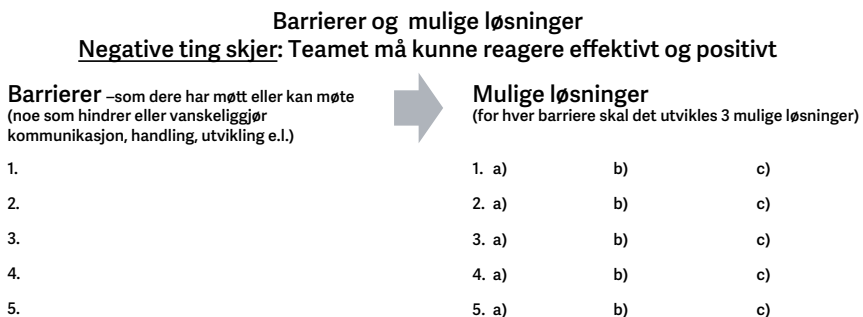


Figur 2. Analyse av positive egenskaper i teamet.

Teamresiliens (motstandsdyktighet)

Tidligere forskning antyder at tilpasningsevne, mestringsstrategier og å ha robust tro på egne ferdigheter og kvaliteter er sentrale karakteristikk ved motstandsdyktige utøvere og team (Bandura, 1997; Morgan et al., 2017; van der Beek & Schraagen, 2015). Formålet med denne intervensjonen var at utøverne skal få kunnskap om teamresiliens og mestringsstrategier, og hvordan disse det kan utvikles (Morgan et al., 2017).

I innledningen til denne intervensjonen kan man poengtere at man i alle team opplever svingninger mellom dysfunksjonelle, funksjonelle og optimale prestasjonstilstander (Filho, 2020; Hanin, 2000; Morgan et al., 2019). Videre at når «negative ting skjer», er det hensiktsmessig og et konkurransefortrinn at utøvere og team kan respondere effektivt og positivt (Decroos et al., 2017; Sarkar & Page, 2022). Innledningsvis ble teamet delt i små grupper, og medlemmene i gruppen ble bedt om å identifisere hvilke utfordringer eller barrierer de har møtt, eller utfordringer de tror de kan møte (se figur 3). Neste steg er å reflektere over utfordringene og skrive dem inn under «barrierer» i arbeidsarket. For hver utfordring eller barriere skulle de så skissere minst tre mulige løsninger. Bakgrunnen for denne intervensjonen er basert på blant andre Filho og Tenenbaum (2020), som hevder at motstandsdyktige team er i stand til å generere flere løsninger på en utfordring. De ulike utfordringene og løsningene gruppene genererte, ble avslutningsvis diskutert i plenum. I den prosessen må man utfordre utøverne til å reflektere over viktigheten av å støtte seg på hverandre og hjelpe hverandre for å utvikle teamresiliens.



Figur 3. Skjema for barrierer og mulige løsninger i teamet.

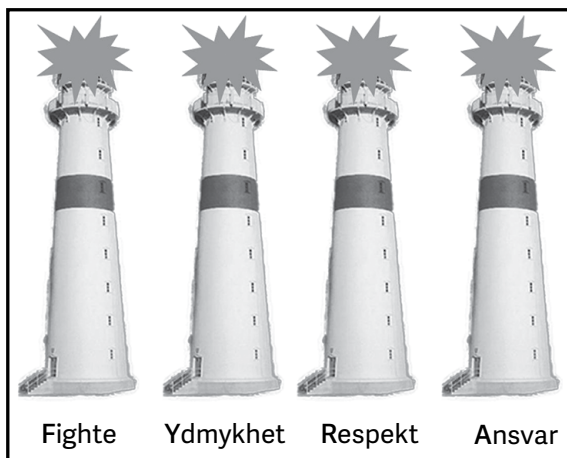
Prestasjonskultur og verdier

Prestasjonskultur blir knyttet til miljøer hvor det er stor oppmerksomhet på å prestere, og hvor man kontinuerlig jobber med utvikling (Høigaard, 2020; Vik, 2007). I slike miljøer er optimalisering og maksimering av utøvers og lagets potensial sentralt, og man vil ha en systematisk tilnærming til trening, mentale forberedelser, tekniske ferdigheter og strategier for å skape utvikling og oppnå gode resultater (Cruickshank & Collins, 2012). De senere årene har man også benyttet begrepet *bærekraftige prestasjonskulturer*, som innebærer en kultur hvor ønsket om prestasjoner og resultater balanseres med forsvarlig økonomisk satsing, og hvor man også har stor oppmerksomhet på helse, trivsel og etisk oppførsel (Barker et al., 2014; Kristiansen et al., 2026). Selv om kultur kan defineres og forstås på mange måter, beskriver Schein (2017) kultur som de virkelighetsoppfatninger, handlemåter, vaner, tradisjoner, normer og regler som er i teamet og organisasjonen. Schein (2017) skiller mellom *kulturuttrykk*, som er skikker, ritualer, symboler og historier, og *kulturinnhold*, som er verdier, tro og kjerneantakelser. Formålet med denne intervensjonen er å utvikle teamverdier som skal understøtte at alle i teamet vil gjøre «jobben» for at de selv og teamet skal bli bedre.

I denne intervensjonen gis det først en kort innføring i teamkultur basert på eksisterende teori (Bang, 2011; Høigaard, 2020; Schein, 2017), med særlig vekt på hva verdier er og hvilken betydning de har (Grant, 2024). Deretter skal deltakerne arbeide i små grupper med å identifisere teamets verdier, samt diskutere om disse er hensiktsmessige og ønskelige å videreføre. Neste steg er å identifisere og diskutere hvilke verdier som kan være nyttige og ønskelige for teamet. For eksempel kan man presisere at verdier skal være: «Det vi vil stå for»; «Det som er viktig for oss»; «Det vi vil strekke oss etter»; Det er den indre styringen vår»; Det skal være vår identitet.»

Både nåværende og ønskelige verdier presenteres i plenum og blir gjenstand for analyse og vurdering. I teamet skal man forsøke å tydeliggjøre og bli enig om tre til åtte verdier som skal være teamets verdier og kjennetegn.

Siste steg i verdiprosessen er å konkretisere i atferdstermer hva den enkelte verdi innebærer. Man diskuterer også hva som kan sikre at verdiene blir etterlevd i hverdagen, og hvordan man skal korrigere utøvere som ikke «lever» etter verdiene.

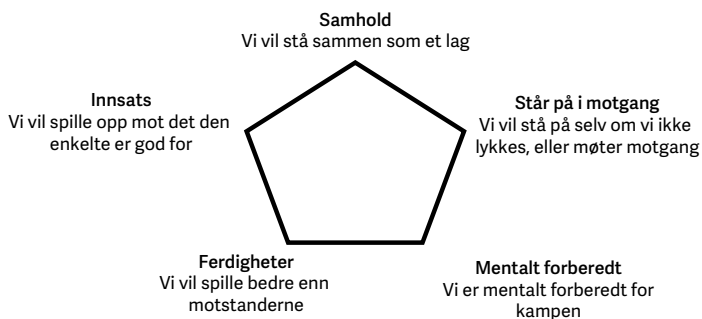


Figur 4. Teamverdier, eksemplifisert gjennom FYRA til håndballaget ØIF Arendal.

Kollektiv mestringstro

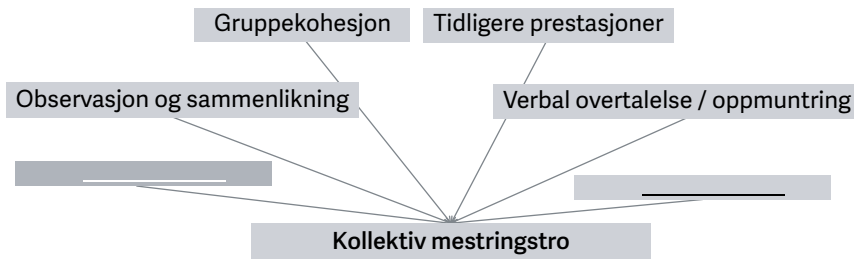
Kollektiv mestringstro er gruppemedlemmenes samlede oppfatning og felles tro på hvordan gruppen vil mestre en gitt oppgave. Zaccaro et al. (1995) beskriver kollektiv mestringstro som en følelse av kollektiv kompetanse som er delt mellom utøverne når de skal omforme, koordinere og integrere deres ressurser på en samlet og suksessfull måte i møte med de spesifikke krav og utfordringer en står ovenfor. Formålet med intervensjonen er å utforske lagets kollektive mestringstro.

Etter at man har gitt en kort teoretisk innføring i hva kollektiv mestringstro er, og hva som påvirker denne troen (se Bandura, 1997; Feltz et al., 2008; Høigaard, 2020; Short et al., 2005), skal man i smågrupper reflektere over og diskutere lagets mestringstro (se figur 5). Presentasjon av vurderinger og refleksjoner gjøres i plenum.



Figur 5. Dimensjoner ved kollektiv mestringstro.

Neste steg er å undersøke kilder til mestringstro. I små grupper skal man ta utgangspunkt i en modell for mestringstro (se figur 6) hvor noen kilder er identifisert, mens andre ikke er identifisert. Oppgaven består i å snakke om innholdet i hver kilde og viktigheten av den. Det neste er å identifisere to andre kilder som gruppe medlemmene mener er viktige for lagets mestringstro. Gjennomgang av smågruppediskusjonene gjøres i plenum.



Figur 6. Kilder til kollektiv mestringstro.

Utøverlederskap

Utøverledelse har i en rekke studier blitt identifisert som en avgjørende faktor for å skape gode team (Cotterill & Fransen, 2016; Loughhead et al., 2014; Loughhead et al., 2019). Gode utøverledere vil for eksempel være rollemodeller, de kan bidra til å skape selvtillit og motivasjon og ikke minst bidra til å utvikle en konstruktiv kommunikasjonskultur. Man skiller ofte mellom formelle utøverledere (f.eks. kapteinen) og uformelle utøverledere (f.eks. kulturelle arkitekter) (Danielsen et al., 2019; Høigaard, 2020). Formålet med denne intervensjonen er å utvikle forståelse av utøverlederen generelt, å hjelpe utøverne med å identifisere egne ledelsesstyrker og hva som kan utvikles, og å få en bedre forståelse av lagkameratenes lederstiler. Man kan skille mellom fire typer utøverledere: 1) *oppgaveleder*, som er sentral i gjennomføringen av trening og kamp, 2) *sosialleder*, som legger til rette for å skape og opprettholde sosiale relasjoner innad i laget, 3) *motivasjonsleder*, som skaper energi og motiverer lagkamerater på trening og i kamp, og 4) *eksternleder*, som tar ansvar for å kommunisere lagkameratenes behov utenfor banen (Cotterill & Fransen, 2016; Fransen et al., 2014).

Intervensjonen begynner med en kort innføring i utøverlederen rollen. Så skal utøverne vurdere seg selv ut fra de fire utøverlederen rollene (figur 7). Det er sentralt å presisere at en utøver kan ha flere roller, og at man kan ha mye eller lite av egenskapene i de ulike rollene. Etter den individuelle

vurderingen skal utøverne i smågrupper dele og reflektere over egne vurderinger og oppfatninger og få tilbakemeldinger fra andre i teamet. Hensikten er å utfordre utøverne til å diskutere styrker og svakheter ved hverandres vurderinger. De vil potensielt kunne frembringe hvilke lederatferder de ønsker å utvikle. I plenum skal man avslutningsvis gi utøverne mulighet til å dele den lederskapsferdigheten eller -atferden de var mest fornøyd med, og hvilken lederatferd de ønsker å utvikle.

Oppgave

- A) Vurder deg selv utfra de ulike utøverledere typene.
 B) Vurder om det er noen lederroller du ønsker å utvikle.
 C) Presenter din oppfatning av deg selv i gruppen.

Oppgaveleder: <ul style="list-style-type: none"> • er ansvarlig «på banen». • hjelper teamet med å fokusere på mål og med taktisk beslutninger. • gir råd under spill. • hjelper teamet med å justere og tilpasse seg utfordringer. • utstråler selvtillit. 	Motivasjonsleder: <ul style="list-style-type: none"> • motiverer og oppmuntrer andre slik at de yter litt til. • er optimistisk. • viser stor innsats på trening og i kamp. • kan hjelpe andre som opplever motgang og er litt motløse.
Sosialleder: <ul style="list-style-type: none"> • bidrar til å skape gode relasjoner i teamet • bidrar til en god teamatmosfære, på og utenfor banen. • er en konfliktløser • er en god lytter og får tillit av lagkameratene. 	Ekstern leder: <ul style="list-style-type: none"> • er bindeleddet mellom teamet og menneskene utenfor. • er representant for laget overfor klubbledelsen. • er sentral i kommunikasjon med media eller sponsorer

Figur 7. Skjema for utøverledelse.

Intrateamkommunikasjon

Intrateamkommunikasjon handler om hvordan medlemmer av et team samhandler, deler informasjon og samarbeider for å nå felles mål (Sullivan et al., 2014). Formålet med denne intervensjonen er at utøverne skal utforske egen og andres kommunikasjon i teamet for å øke kommunikasjonskvaliteten og selvinnsikten i relasjonene. Det er godt dokumentert at god intrateamkommunikasjon bidrar til økt effektivitet og bedre samarbeid (Eys et al., 2017; Sullivan & Short, 2011).

Utgangspunktet for intervensjon er «Johari-vinduet» (se figur 8). Johari-vinduet som kommunikasjonsmodell består av fire kvadranter som representerer hva vi og andre vet eller ikke vet om oss selv (Høigaard, 2020; Luft, 1984). *Åpne område* (kjent av deg og andre) inneholder informasjon om deg selv som både du og de andre i teamet er klar over, som ferdigheter, vaner eller meninger som man åpent deler. *Blindt område feltet* (kjent av andre, men ikke av deg selv) er sider ved deg selv som andre i teamet ser, men som du ikke er bevisst, for eksempel kroppsspråk eller ubevisste vaner. *Skjult område* (kjent av deg selv, men ikke av andre) inneholder informasjon du velger å holde privat, som følelser, tanker eller erfaringer du ikke deler

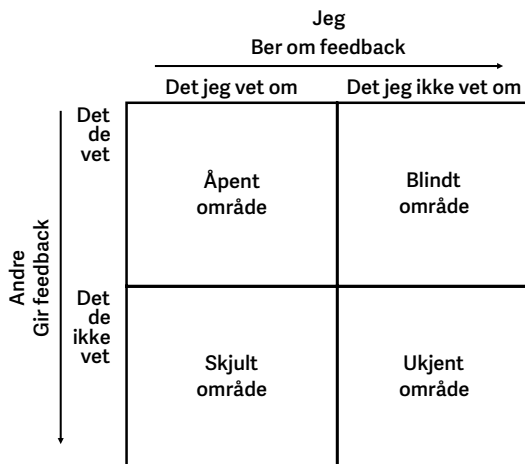
med andre. *Ukjent område* (ukjent for både deg selv og andre) er ting om deg selv som verken du eller andre er klar over, som uoppdagede talenter eller skjulte frykter. Ved å gi og motta tilbakemeldinger (feedback) kan vi utvide det åpne området og redusere de andre områdene, noe som kan føre til bedre kommunikasjon, selvinnsett og samarbeid.

Etter gjennomgangen av Johari-vinduet er første steg å utfordre utøverne på hva som er viktig når man gir og mottar feedback. Når man diskuterer hvordan å gi feedback, kan momenter som «konkret», «konstruktiv», «positiv intensjon», «tydelighet», «rettferdig» og «ærlig» være viktige å få frem. En oppsummering kan også være at god feedback skal hjelpe mottakeren å forstå, lære og utvikle seg. Når man mottar feedback, kan det være nyttig å reflektere over følgende momenter: Lytt aktivt uten å forsvare deg umiddelbart, prøv å forstå, still oppklarende spørsmål, se på feedbacken som en mulighet for utvikling, vær takknemlig for ærlige tilbakemeldinger selv om du ikke er enig, og tenk over feedbacken og se om det er noe du kan eller vil bruke.

Etter at man har diskutert og reflektert over sentrale faktorer for å gi og motta feedback, skal man i små grupper jobbe med utgangspunkt i Johari-vinduet. Oppgaven er da at utøverne skal utforske eget og andres *blinde område* og *skjulte område*. De skal også få mulighet til å reflektere rundt det åpne området med tanke på kommunikasjonen i teamet generelt, på trening og under kamp.

Teamkoordinering

Koordinering innebærer å samordne teammedlemmenes handlinger slik at de blir tilpasset hverandre og synkronisert og danner et felles mønster eller en formasjon (Cannon-Bowers et al., 1993; Høigaard, 2020). Når et lag lykkes i å koordinere og synkronisere eget spill, ser vi flyt og timing mellom spillerne. Det er som om alle vet hva de skal gjøre, og spillerne er på rett sted til rett tid; hele samspillet fremstår sømløst. Mentale modeller som er delt i teamet, blir av Cannon-Bowers et al. (1993, s. 228) beskrevet som kunnskapsstrukturer som er internalisert av utøverne i teamet, og som gjør dem i stand til å forklare oppgaven og etablere forventninger til koordinert samhandling, hvor utøveren tilpasser sin atferd til oppgavens krav og til handlingene til de andre på laget. Forskning viser at felles mentale modeller danner grunnlaget for teamkoordinering (Filho et al., 2022; Filho & Tenenbaum, 2020; Mohammed et al., 2010), og det er funnet positive sammenhenger mellom felles mentale modeller og teamidentitet, motivasjon og teamprestasjoner (Ashford et al., 2023; DeChurch & Mesmer-Magnus, 2010; Giske et al., 2017).



Figur 8. Johari-vinduet – om å gi og motta feedback.

Formålet med intervensjonen er å gi spillere mulighet til å diskutere og reflektere over teamets felles modeller gjennom en SWOT-analyse (styrker, svakheter, muligheter og trusler). Med utgangspunkt i SWOT (figur 9) kan man bli utfordret gjennom følgende spørsmål: «Hva gjør vi bra (styrker)?»; «Har vi svakheter som konkurrentene våre utnytter (svakheter)?»; «Er det hull eller mangler i prestasjonene våre, som vi har en sjanse til å fylle eller tette (muligheter)?»; «Hvilke utfordringer eller problemer er det sannsynlig at vi må håndtere (trusler)?». Denne analysen kan gjøres med tanke på både offensiv og defensiv organisering. Etter en slik gjennomgang kan man dele sine vurderinger i plenum, hvor man også kan bli utfordret på: «Hva overrasket mest, og hva må gjøres videre?»

Strengths (Styrker)	Weaknesses (Svakheter)
S	W
Opportunities (Muligheter)	Threats (Trusler)
O	T

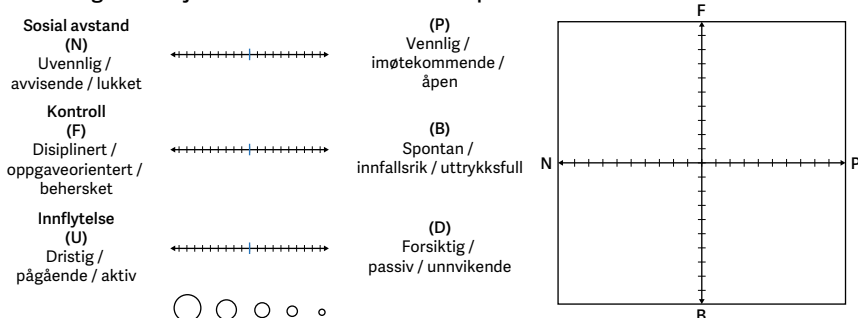
Figur 9. Skjema for SWOT-analyse.

SYMLOG-analyse

For å få og dele informasjon om seg selv og andre kan man benytte SYMLOG, som er et akronym for «systematic multiple level observation of groups» (Bales, 1980, 1999; Bales & Cohen, 1979). Gjennom SYMLOG kan man få et visuelt bilde av hvordan en oppfatter seg selv og andre, i det som benevnes som et feltdiagram (se figur 10). I tillegg til å være en metode for å kartlegge teamatferd og holdninger er det også en gruppedynamisk teori om sosiale strukturer og relasjoner i en gruppe. Formålet med intervensjonen er bidra til at utøveren får økt innsikt i egen og andres atferd, og dermed å skape bedre forståelse for egen og andres væremåte og kommunikasjon. Denne forståelsen kan igjen danne utgangspunkt for å forbedre samhandling og teamatferd.

Hver utøver skal vurdere seg selv og lagkameratene på de tre bipolare SYMLOG-dimensjonene (se figur 10). Fremgangsmåten er at hver utøver først skårer seg på hver dimensjon (sosial avstand, kontroll og innflytelse). Skår langt ut til den ene siden av en dimensjon innebærer at man ofte viser den atferden som beskrives, og da mindre eller ingenting av atferden på motsatt side av dimensjonen. Når man har vurdert seg selv, eller hvis man vurderer andre, skal vurderingene flyttes over til en feltplassering i diagrammet. Plasseringen i SYMLOG-feltet gir informasjon både om hvordan en ser på seg selv og om hvordan andre vurderer. Egne og andres vurderinger kan være nyttig å utforske og reflektere over sammen med teammedlemmene (se f.eks. Bales, 1970, 1999) for å få mer informasjon om de ulike feltplasseringene.

Vurderingsdimensjoner av atferd / måter å være på



Figur 10. SYMLOG – et feltdiagram.

Psykologisk ferdighetstrening – evaluering og refleksjoner

De ulike ferdighetsbaserte intervensjonene har blitt prøvd ut på to eliteserielag i håndball og et regionalt elitelag i langrenn. Totalt har 38 utøvere vært involvert i de ulike ferdighetsintervensjonene, og antall intervensjoner på hvert lag har variert fra tre til åtte. Hvilke intervensjoner som ble benyttet, har vært avhengig av hva treneren ønsket, og av behov.

Gjennomsnittlig varte hver «intervensjonsøkt» i ca. 60 minutter, og en økt ble som regel gjennomført rett før eller etter en trening. Unntaket er verdiutviklingsintervensjonene, som for noen team har blitt gjennomført over flere arbeidsøkter.

Trenerutvalget

Hovedtrenerne fra tre team deltok i evaluering og refleksjonsarbeidet. De ble intervjuet individuelt av en idrettsforsker som ikke hadde relasjon til laget eller til de aktuelle trenerne.

Trenerne hadde mer enn ti års trenererfaring på elitenivå, og alle hadde vært utøvere på høyt nasjonalt nivå i idretten der de nå var trenerne. Alder på deltakerne var mellom 40 og 55 år. Ytterligere informasjon holdes tilbake for å sikre anonymiteten til trenerne og lagene.

Det ble gjennomført et semistrukturert intervju med hver trener, og det ble brukt lydbandopptaker med tillatelse fra trenerne. Sentralt i intervjuet var å få innsikt i trenerens vurdering av innhold, gjennomføring og effekt av de ulike intervensjonene i tillegg til hva som kunne forbedres.

Analyse

Vi har benyttet refleksiv tematisk analyse (Braun et al., 2016). Innledningsvis ble alle intervjuene transkribert (trinn 1), og tekstene ble grundig gjennomgått før koding (trinn 2 og 3). I trinn 4 og 5 ble temaene videre gjennomgått for å identifisere hovedtemaer. Analyseprosessen resulterte i 1) tydelige verdier, 2) samhold og 3) ekstern fagperson.

Resultater og refleksjoner

Tydelige verdier

I intervjuene vektla trenerne betydningen av tydelige *verdier* som fundamentet i et teams optimaliseringsprosess. Verdiene ga retning i treningsarbeidet og hjalp teamet med å håndtere uenigheter og styrke samholdet. Samtlige trenere brukte verdiene til laget aktivt i trenings- og konkurransesammenheng, noe som bidro til å skape indre justis og eierskap blant utøverne om hvordan de ønsket å ha det i sitt lag.

Samhold

Et annet hovedtema som ble løftet frem i intervjuene, var hvordan intervensjonene hadde påvirket *samholdet* innad i laget. De ulike aktivitetene lagene gjennomførte, hadde positive ringvirkninger på samholdet knyttet til både det sosiale og det oppgavemessige. Det ble fremhevet viktigheten av å inkludere utøverne i teamoptimaliseringsarbeidet, og at man tilrettela for ærlighet og sårbarhet slik at man fikk diskutert og reflektert over tematikker som utøvere eller laget opplevde som utfordrende. Et konkret eksempel som ble nevnt i denne sammenheng, var verdiintervensjonene, hvor man påpekte viktigheten av å gjennomføre teamoptimaliseringssamlinger hver sjetten til åttende uke, slik at man regelmessig fikk snakket åpent om i hvilken grad man etterlever egne verdier, og at man har søkelys på det som teamet trenger for å opprettholde kvalitet i treningsarbeidet.

Ekstern fagperson

Et siste hovedtema som ble løftet frem av hovedtrenerne, var tryggheten av å ha en ekstern fagperson som ledet teamoptimaliseringsarbeidet i oppstartfasen. Å ha en ekstern person som ledet arbeidet medførte struktur og trygghet for både trenerteam og spillergruppe. I tillegg fungerte denne personen som en sparringpartner for hovedtrenerne som de kunne drøfte ulike utfordringer med, knyttet til lagets indre liv. Trenerne opplevde i etterkant av de ulike ferdighetsintervensjonene at disse var noe de på egen hånd kunne gjennomføre med laget dersom de ikke hadde tilgang på en ekstern teambygger. En utfordring som ble beskrevet av hovedtrenerne, var manglende engasjement fra egen klubb. Verdiene som ble utarbeidet,

fikk ikke forankring i klubben som helhet, noe som medførte at man ikke fikk optimalisert potensialet som ligger i at hele klubben drar i samme retning (Cruickshank & Collins, 2012). Her ville trenerne i retrospekt at klubben som helhet gjennomførte en parallell prosess som kunne bidratt til at man skapte sterkere tilknytning til klubbens verdier i de ulike avdelingene i klubben. Avslutningsvis ble det påpekt viktigheten av å evaluere og videreutvikle teamoptimaliseringsarbeidet etter sesongavslutning. Her pekte trenerne på behov for kontinuerlig forbedring, og på hvordan man skal håndtere utskiftninger i spillergruppen etter endt sesong. Dette arbeidet kunne være spesielt utfordrende dersom man mistet utøverledere (Cotterill & Fransen, 2016; Fransen et al., 2014) som hadde vært sentrale i teamoptimaliseringsarbeidet som var gjennomført.

Slik vi (forfatterne) vurderer, er ikke de største utfordringene i teamprosesser å definere verdier eller roller, men å sikre at disse etterlevs i praksis. Erfaringer fra intervensjonene viser at sosial ønskerdighet og konsensusjakt ofte preger prosessene. Selv om utøvere uttrykker støtte til felles mål og ønsket kultur, betyr ikke det nødvendigvis at de er villig til å ta de krevende samtalene, eller til å korrigere hverandre når praksis ikke samsvarer med intensjon. Det er godt dokumentert i nyere forskning, at sosial ønskerdighet og gruppetenkning kan hemme åpenhet og læring i team (Jowett et al., 2023; O'Neill et al., 2013). Schein (2017) fremhever betydningen av å skape læringsrom med trygghet, der uenighet ikke ses som illojalitet, men som en forpliktelse til fellesskapets utvikling. For at trenere skal kunne stå i slike prosesser over tid, må de få støtte, både i form av sparring innad i trenerteamet og ved at klubben legitimerer og prioriterer arbeidet. Studier viser at trenere som får støtte og struktur rundt sitt utviklingsarbeid, har større utholdenhet og bedre forutsetninger for å lykkes med endring (Bentzen et al., 2016).

Et illustrerende eksempel er at i en treningsøkt med søkelys på rolleavklaringer oppstår frustrasjon i gruppen. En spiller uttrykker at forventningene til ham er uklare, mens en annen hevder at enkelte ikke tar nok ansvar. I stedet for å glatte over uroen velger treneren å bruke situasjonen til felles refleksjon. Med støtte i Deweys (1938) prinsipper om erfaring og bearbeiding organiserer treneren en kort prosess der laget deles i smågrupper, og gruppedeltakerne bes svare på: Hva er min forståelse av min rolle? Hva trenger jeg fra de andre? Hva må vi som lag bli tydeligere på? Disse spørsmålene åpner for en ærlig og konstruktiv samtale der misforståelser avdekkes og nye avklaringer muliggjøres. Deretter løftes samtalen

inn i plenum, der treneren fasiliterer diskusjonen uten å diktere svarene. Spillerne utfordres på hvordan de konkret kan følge opp egne intensjoner, og på hvordan de kan gi hverandre ærlige tilbakemeldinger, også når det koster dem noe. Prosessen avsluttes med et felles tiltak, som kan være ukentlig oppfølging av en valgt verdi, en justert rolleforståelse eller nye kommunikasjonsrutiner – alt avhengig av hva laget trenger. Det avgjørende er ikke selve innholdet alene, men at prosessen følges opp. Studier viser at slike prosesser – når de ledes trygt og tillates å gå i dybden – bidrar til utvikling av både relasjonell trygghet og psykologisk motstandsdyktighet i laget (Morgan et al., 2019).

Avslutning

I dette kapitlet presenteres ulike ferdighetsbaserte intervensjoner for teamoptimalisering i toppidrett. Gjennom utprøving i ulike eliteteam har vi erfart at målrettede og tidsbesparende intervensjoner kan ha positiv påvirkning på samhandling, prestasjoner og utvikling av motstandsdyktighet. Hovedfunnene fra trenernes evalueringer understreker viktigheten av tydelige verdier, kontinuerlig arbeid med samhold og en strukturert tilnærming til teamoptimaliseringsarbeid. Selv om det basert på trenernes tilbakemeldinger har vist seg at intervensjonene er effektive, er det viktig å påpeke behovet for kontinuerlig tilpasning, evaluering og videreutvikling av de ulike ferdighetsintervensjonene. Samlet sett gir dette kapitlet et bidrag til forståelsen av hvordan man kan jobbe systematisk og effektivt med teamoptimaliseringsarbeid i toppidrett.

Om forfatterne

Rune Høigaard er professor ved Universitet i Agder og Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU). Han er fagansvarlig i idrettspsykologi ved Olympiatoppen Sør. Høigaard har lang erfaring med undervisning innenfor veiledning, coaching, gruppedynamikk og idrettspsykologi. I tillegg har han mange års erfaring med veiledning, teamutvikling og organisasjonsutvikling innenfor toppidretten og næringsliv. Hans primære forskningsfelt er gruppedynamikk, veiledning og ledelse i idrett. Han har publisert en rekke nasjonale og internasjonale vitenskapelige artikler og bøker.

Erik Hofseth har ph.d. i idrettspsykologi fra Norges idrettshøgskole, samt videreutdanning innen kognitiv endringsmetodikk og anvendt idrettspsykologi. Hans forskning har særlig vært rettet mot emosjonelle og kognitive faktorer som påvirker prestasjons- og ferdighetsutvikling hos profesjonelle fotballspillere. Erik har i en årrekke arbeidet som mental trener i Olympiatoppen, der han har jobbet tett med norske landslag og landslag-sutøvere på internasjonalt toppnivå, har vært førsteamanuensis i idrettspsykologi ved Norges idrettshøgskole, og mental trener for IK Start, både herre- og kvinnelag, samt kvinnelandslaget i fotball og herrelandslaget i håndball. Han er grunnlegger av MentalMomentum konseptet, og har de senere årene i økende grad arbeidet med utvikling av prestasjonskultur i næringslivet.

Gaute Schei har doktorgrad i idrettsvitenskap fra Universitet i Agder, og har jobbet som førsteamanuensis på Universitetet i Stavanger. Han har forsket på trenerrollen og gruppedynamikk i idrett, og jobber i dag som utviklingsleder i Viking fotball.

Referanser

- Ashford, M., Taylor, J., Payne, J., Waldouck, D. & Collins, D. (2023). «Getting on the same page» enhancing team performance with shared mental models: Case studies of evidence informed practice in elite sport. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1057143>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Bales, R. F. (1970). *Personality and interpersonal behavior*. Holt, Rinehart and Winston.
- Bales, R. F. & Cohen S. P. (1979). *SYMLOG: A system for the multiple level observation of groups*. Free Press.
- Bales, R. F. (1980). *SYMLOG: Case study kit*. Free Press.
- Bales, R. F. (1999). *Social interaction systems: Theory and measurement*. Transaction.
- Bang, H. (2011). *Organisasjonskultur* (4. utg.). Universitetsforlaget.
- Barker, J. B., Evans, A. L., Coffee, P., Slater, M. J. & McCarthy, P. J. (2014). Consulting on tour: A dual-phase personal-disclosure mutual-sharing intervention and group functioning in elite youth cricket. *The Sport Psychologist*, 28(2), 186–197. <https://doi.org/10.1123/tsp.2013-0042>
- Beauchamp, M. R., McEwan, D. & Wierst, C. M. (2020). Psychology of group dynamics: Key considerations and recent developments. I G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Red.), *Handbook of sport psychology* (s. 321–343). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781119568124>
- Bentzen, M., Lemyre, P.-N. & Kenttä, G. (2016). Changes in motivation and burnout indices in high-performance coaches over the course of a competitive season. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(1), 28–48. <https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1053160>
- Bird, M. D., Castillo, E. A. & Luzzi, M. (2021). Performance profiling: Theoretical foundations, applied implementations and practitioner reflections. *Journal of Sport Psychology in Action*, 12(4), 213–225. <https://doi.org/10.1080/21520704.2020.1822970>

- Blumenstein, B. & Orbach, I. (2020). Periodization of psychological preparation within the training process. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(1), 13–23. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2018.1478872>
- Bloom, G. A., Loughhead, T. M. & Newin, J. (2008). Team building for youth sport. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 79(9), 44–47. <https://doi.org/10.1080/07303084.2008.10598246>
- Bloom, G. A., Stevens, D. & Wickwire, T. (2003). Expert coaches' perceptions of team building. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(2), 129–143. <https://doi.org/10.1080/10413200305397>
- Bortoli, L., Bertollo, M., Hanin, Y. & Robazza, C. (2012). Striving for excellence: A multi-action plan intervention model for shooters. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 693–701. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.04.006>
- Bortoli, L., Bertollo, M., Vitali, F., Filho, E. & Robazza, C. (2015). The effects of motivational climate interventions on psychobiosocial states in high school physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 86(2), 196–204. <https://doi.org/10.1080/02701367.2014.999189>
- Brawley, L. R., Carron, A. V. & Widmeyer, W. N. (1987). Assessing the cohesion of teams: Validity of the group environment questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 9(3), 275–294. <https://doi.org/10.1123/jsp.9.3.275>
- Braun, V., Clarke, V. & Weate, P. (2016). Using thematic analysis in sport and exercise research. I B. Smith & A. C. Sparkes (Red.), *Routledge handbook of qualitative research in sport and exercise* (s. 191–205). Routledge.
- Butler, R. J. & Hardy, L. (1992). The performance profile: Theory and application. *The Sport Psychologist*, 6(3), 253–264. <https://doi.org/10.1123/tsp.6.3.253>
- Cannon-Bowers, J. A., Salas, E. & Converse, S. (1993). Shared mental models in expert team decision making. I N. J. Castellan jr. (Red.), *Individual and group decision making: Current issues* (s. 221–246). Psychology Press.
- Carron A. V. & Eys, M. A. (2012). *Group dynamics in sport* (4. utg.). Fitness Information Technology.
- Cotterill, S. (2012). *Team psychology in sports: Theory and practice*. Routledge.
- Cotterill, S. T. & Fransen, K. (2016). Athlete leadership in sport teams: Current understanding and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 9(1), 116–133. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2015.1124443>
- Cruikshank, A. & Collins, D. (2012). Culture change in elite sport performance teams: Examining and advancing effectiveness in the new era. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(3), 338–355. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.650819>
- Danielsen, L. D., Giske, R., Peters, D. M. & Høigaard, R. (2019). Athletes as «cultural architects»: A qualitative analysis of elite coaches' perceptions of highly influential soccer players. *The Sport Psychologist*, 33(4), 313–322. <https://doi.org/10.1123/tsp.2018-0166>
- Decroos, S., Lines, R. L., Morgan, P. B., Fletcher, D., Sarkar, M., Fransen, K., Boen, F. & Vande Broek, G. (2017). Development and validation of the characteristics of resilience in sports teams inventory. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 6(2), 158–178. <https://doi.org/10.1037/spy0000089>
- DeChurch, L. A. & Mesmer-Magnus, J. R. (2010). Measuring shared team mental models: A meta-analysis. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 14(1), 1–14. <https://doi.org/10.1037/a0017455>
- Dewey, J. (1916). *Democracy and education: An introduction to the philosophy of education*. Macmillan.
- Dewey, J. (1938). *Erfaring og opdagelse* (H. Fink, Overs.). Christian Ejlers.
- Eys, M. A. & Brawley, L. R. (2018). Reflections on cohesion research with sport and exercise groups. *Social and Personality Psychology Compass*, 12(4), Artikkel e12379. <https://doi.org/10.1111/spc3.12379>

- Eys, M., Surya, M. & Benson, A. J. (2017). Communicating within sport teams. I B. Jackson, J. A. Dimmock & J. Compton (Red.), *Persuasion and communication in sport, exercise, and physical activity* (s. 217–232). Routledge.
- Eys, M., Beauchamp, M. R., Godfrey, M., Dawson, K., Loughead, T. M. & Schinke, R. J. (2020). Role commitment and acceptance in a sport context. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 42(2), 89–101. <https://doi.org/10.1123/jsep.2019-0057>
- Eys, M., Bruner, M. W. & Martin, L. J. (2019). The dynamic group environment in sport and exercise. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 40–47. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.001>
- Feltz, D. L., Short, S. E. & Sullivan, P. J. (2008). *Self-efficacy in sport*. Human Kinetics.
- Filho, E. (2019). Team dynamics theory: Nomological network among cohesion, team mental models, coordination, and collective efficacy. *Sport Sciences for Health*, 15, 1–20. <https://doi.org/10.1007/s11332-018-0519-1>
- Filho, E. (2020). Shared zones of optimal functioning: A framework to capture peak performance, momentum, psycho-bio-social synchrony, and leader-follower dynamics in teams. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 14(4), 330–358. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2019-0054>
- Filho, E., Piasecki, P. & Groen, M. (2023): Performance recovery and optimization for teams (PRO-TEAMS): A psychological skills training program to enhance team functioning, *Journal of Sport Psychology in Action*, 14(4), 212–226. <https://doi.org/10.1080/21520704.2023.2186993>
- Filho, E. & Tenenbaum, G. (2020). Team mental models: Theory, empirical evidence, and applied implications. I G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Red.), *Handbook of sport psychology* (4. utg., s. 611–631). Wiley.
- Filho, E., Rettig, J., Gaspar, P. & Bagni, G. (2022). Development and initial validation of the Team Mental Models Instrument (TMMI): A psychometric tool to measure shared and complementary mental models in sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 61, Artikkel 102198. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102198>
- Forsyth, D. R. (2014). *Group dynamics* (6. utg.). Wadsworth Cengage Learning.
- Fransen, K., Vanbeselaere, N., De Cuyper, B., Vande Broek, G. & Boen, F. (2014). The myth of the team captain as principal leader: Extending the athlete leadership classification within sport teams. *Journal of Sports Sciences*, 32(14), 1389–1397. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.891291>
- Giske, R., Rodahl, S., Haugen, T. & Høigaard, R. (2017). Shared mental models, role ambiguity, team identification and social loafing in elite sports groups: A mediation analysis. *Sport and Exercise Psychology Review*, 13(2), 2–12. <https://doi.org/10.53841/bpssepr.2017.13.2.2>
- Grant, M. A. (2024). Team values: Bringing athletes into the process successfully. *International Sport Coaching Journal*, 11(1), 146–153. <https://doi.org/10.1123/iscj.2022-0037>
- Hanin, Y. L. (Red.). (2000). *Emotions in sport*. Human Kinetics.
- Hardy, C. J. & Crace, R. K. (1997). Foundations of team building: Introduction to the team building primer. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.1080/10413209708415381>
- Hoyle, B., Taylor, J., Zugic, L. & Filho, E. (2020). Coordination cost and super-efficiency in teamwork: The role of communication, psychological states, cardiovascular responses, and brain rhythms. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 45, 323–341. <https://doi.org/10.1007/s10484-020-09479-8>
- Høigaard R. (2020). *Gruppedynamikk og ledelse i idrett*. Cappelen Damm Akademisk.
- Jowett, S., Do Nascimento-Júnior, J. R. A., Zhao, C. & Gosai, J. (2023). Creating the conditions for psychological safety and its impact on quality coach–athlete relationships. *Psychology of Sport and Exercise*, 65, Artikkel 102363. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102363>

- Kamata, A., Tenenbaum, G., & Hanin, Y. L. (2002). Individual zone of optimal functioning (IZOF): A probabilistic estimation. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 24*(2), 189–208. <https://doi.org/10.1123/jsep.24.2.189>
- Kim, H., Di Domenico, S. I. & Connelly, B. S. (2019). Self–other agreement in personality reports: A meta-analytic comparison of self-and informant-report means. *Psychological Science, 30*(1), 129–138. <https://doi.org/10.1177/0956797618810000>
- Kristiansen, E., Rødal, B. K., Sofienlund, L. & Høigaard, R. (2026) Konnerud IL – en breddeklubb med et eliteteam i langrenn. I S. A. Sæter & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap 18). Cappelen Damm Akademisk.
- Leo, F. M., González-Ponce, L., García-Calvo, T., Sánchez-Oliva, D. & Filho, E. (2019). The relationship among cohesion, transactive memory systems, and collective efficacy in professional soccer teams: A multilevel structural equation analysis. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 23*(1), 44–56. <https://doi.org/10.1037/gdn0000097>
- Loughead, T. M., Duguay, A. M. & Hoffmann, M. D. (2019). Athlete leadership in football. I E. Konter, J. Beckmann, T. M. Loughead (Red.). *Football psychology: From theory to practice* (s. 91–100). Routledge.
- Loughead, T. M., Mawn, L., Hardy, J. & Munroe-Chandler, K. J. (2014). Athlete leadership: Theory, research, and practice. I A. G. Papaioannou & D. Hackfort (Red.). *Routledge companion to sport and exercise psychology* (s. 588–601). Routledge.
- Luft, J. (1984). *Group processes: An introduction to group dynamics*. Mayfield.
- Mathisen, P. & Høigaard, R. (2021). *Veiledningsmetodikk* (2. utg.). Cappelen Damm Akademisk.
- McEwan, D. & Beauchamp, M. R. (2014). Teamwork in sport: A theoretical and integrative review. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 7*(1), 229–250. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.932423>
- McEwan, D. & Beauchamp, M. R. (2020). Teamwork training in sport: A pilot intervention study. *Journal of Applied Sport Psychology, 32*(2), 220–236. <https://doi.org/10.1080/10413200.2018.1518277>
- Mohammed, S., Ferzandi, L. & Hamilton, K. (2010). Metaphor no more: A 15-year review of the team mental model construct. *Journal of Management, 36*(4), 876–910. <https://doi.org/10.1177/0149206309356804>
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D. & Sarkar, M. (2017). Recent developments in team resilience research in elite sport. *Current Opinion in Psychology, 16*, 159–164. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.013>
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D. & Sarkar, M. (2019). Developing team resilience: A season-long study of psychosocial enablers and strategies in a high-level sports team. *Psychology of Sport and Exercise, 45*, Artikkel 101543. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101543>
- O'Neill, T. A., Allen, N. J. & Hastings, S. E. (2013). Examining the «pros» and «cons» of team conflict: A team-level meta-analysis of task, relationship, and process conflict. *Human Performance, 26*(3), 236–260. <https://doi.org/10.1080/08959285.2013.795573>
- Paradis, K. F. & Martin, L. J. (2012). Team building in sport: Linking theory and research to practical application. *Journal of Sport Psychology in Action, 3*(3), 159–170. <https://doi.org/10.1080/21520704.2011.653047>
- Portenga, S. T., Aoyagi, M. W. & Statler, T. A. (2012). Consulting on the run: Performance psychology and the preparation of USA track and field athletes for the Olympics. *Journal of Sport Psychology in Action, 3*(2), 98–108. <https://doi.org/10.1080/21520704.2012.683087>
- Prapavassis, H. & Carron, A. V. (1997). Sacrifice, cohesion, and conformity to norms in sport teams. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 1*(3), 231–240. <https://doi.org/10.1037/1089-2699.1.3.231>
- Sarkar, M. & Page, A. E. (2022). Developing individual and team resilience in elite sport: Research to practice. *Journal of Sport Psychology in Action, 13*(1), 40–53. <https://doi.org/10.1080/21520704.2020.1861144>

- Schei, G. S. & Høigaard, R. (2022, 29. september). Teambygging – systematisk arbeid over tid. *Fædrelandsvennen*. <https://www.fvn.no/sport/i/BW3n0E/teambygging-systematisk-arbeid-over-tid>
- Schein, E. H. (2017). *Organizational culture and leadership* (5. utg.). Wiley.
- Short, S. E., Sullivan, P. & Feltz, D. L. (2005). Development and preliminary validation of the collective efficacy questionnaire for sports. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 9(3), 181–202. https://doi.org/10.1207/s15327841mpee0903_3
- Sull, D., Turconi, S. & Sull, C. (2020, 21. juli). When it comes to culture, does your company walk the talk? *MIT Sloan Management Review*. <https://sloanreview.mit.edu/article/when-it-comes-to-culture-does-your-company-walk-the-talk/>
- Sullivan, P., Jowett, S. & Rhind, D. (2014). Communication in sport teams. A. G. Papaioannou & D. Hackfort (Red.), *Routledge companion to sport and exercise psychology* (s. 559–570). Routledge.
- Sullivan, P. J. & Short, S. (2011). Further operationalization of intra-team communication in sports: An updated version of the scale of effective communication in team sports (SECTS-2). *Journal of Applied Social Psychology*, 41(2), 471–487. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2010.00722.x>
- van der Beek, D. & Schraagen, J.M. (2015). ADAPTER: Analysing and developing adaptability and performance in teams to enhance resilience. *Reliability Engineering & System Safety*, 141, 33–44. <https://doi.org/10.1016/j.res.2015.03.019>
- Vik, S. (2007). *Prestasjonskultur og prestasjonsledelse*. Universitetsforlaget.
- Yukelson, D. (1997). Principles of effective team building interventions in sport: A direct services approach at Penn State University. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9(1), 73–96. <https://doi.org/10.1080/10413209708415385>
- Zaccaro, S.J., Blair, V., Peterson, C. & Zazanis, M. (1995). Collective efficacy. I J.E. Maddux (Red.), *Self-efficacy, adaptation and adjustment: Theory, research, and application* (s. 305–330). Plenum Press.

KAPITTEL 17

Psykologisk trygghet i et eliteserielag i håndball

Silje Caroline Ravneng Hagen Universitetet i Sørøst-Norge, Norge

Stig Arve Sæther Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Rune Høigaard Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU) & Universitetet i Agder, Norge

Abstract: Psychological safety in a team sports context relates to the members' experience of acceptance and opportunity to ask questions, discuss, speak up, try something new, ask for help and feedback, and have the opportunity to make mistakes; without being rejected, ridiculed, or punished. The purpose of the study was to investigate psychological safety in an elite sports context. The sample in this qualitative study conducted with semi-structured interviews was 17 female handball players and the head coach from an elite handball team. Our findings show that psychological safety in a performance-oriented elite sports environment can be a fluid concept, and where the athletes experienced that they could take interpersonal risks without fear of reprisals from their teammates. They expressed high levels of psychological safety in being able to experiment, make mistakes, speak their minds, and express concerns with their teammates. However, many of the players expressed lower levels of psychological safety in the team when the head coach was present both in training and in matches. Furthermore, the results showed that the athletes and the head coach had different understandings of errors and how to interpret and react to errors committed by the athletes. The study highlights the importance of having a common understanding and interpretation of errors, which could provide increased understanding of each other's reaction patterns and the quality of the feedback and the communication. The study illustrates that although psychological safety is an important team dynamics phenomenon, one must take into account that there are large individual differences in the perceived degree of safety.

Keywords: coaching, female athletes, group dynamics, team sports

Sitering: Hagen, S. C. R., Sæther, S. A. & Høigaard, R. (2026). Psykologisk trygghet i et eliteserielag i håndball. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 17, s. 387–403). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch17>

Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

Innledning

I eliteidrett investerer utøvere, trenere, klubber og andre aktører (f.eks. sponsorer, frivillige, foreldre etc.) tid, innsats og/eller penger for å skape eller bidra til å skape gode sportslige prestasjoner og resultater. Idrett på høyt nivå stiller også ekstreme individuelle fysiske og psykiske krav til utøvere og trenere, som er aktører på en arena hvor man stadig søker utvikling og pusher grenser (Baker et al., 2020). Suksess i lagidrett krever både individuelle ferdigheter og kompetanse samt evner og ferdigheter for å utvikle og gjennomføre en kollektiv koordinert praksis (Giske et al., 2022). Konkurransesituasjonen, som i de fleste lagidretter betyr kampen, er stedet hvor utøverens prestasjoner og resultater skal skapes og vises, som regel til mange tilskuere, og hvor kampene ofte blir strømmet eller vist på TV. Det innebærer at både den enkelte spiller og laget sine prestasjoner ukentlig blir sett og vurdert av tusenvis og i mange tilfeller millioner av mennesker i de største europeiske ligaene. En slik ekstrem eksponering kombinert med utøvernes, trenerens og andres (klubb, sponsorer etc.) motivasjon, ønsker og krav om å lykkes bidrar til at det psykologiske presset på utøverne kan oppleves som ekstremt (Sarkar & Fletcher, 2014). Utøvere opplever dermed at mye står på spill psykologisk, mens det å mislykkes kan få blant annet negative økonomiske konsekvenser (reduisert inntekt, nedrykk etc). Sentralt i eliteidrett står utvikling av høyt presterende team, og forskning har også identifisert ulike gruppedynamiske faktorer som er relatert til prestasjon (kohesjon, *shared mental models* [SMM], etc.) (se f.eks. Høigaard, 2020; Beauchamp & Eys, 2014).

I lys av psykologiske prestasjonsfremmende faktorer er man i toppidrettsteam opptatt av gruppedynamikk og samspill. Et begrep som i økende grad har blitt benyttet og knyttet til prestasjoner i team, både innenfor idrett og i organisasjons- og ledelseslitteratur, er *psykologisk trygghet* (Edmondson, 1999, 2019; Gosai et al., 2023; Jowett et al., 2023; Taylor et al., 2022; Vella et al., 2022). Psykologisk trygghet i team og organisasjoner er i midlertidig ikke et nytt begrep (Kahn, 1990; Schein & Bennis, 1965), men det er spesielt arbeidene og bøkene til Amy Edmondson (1999, 2019, 2023) som har gjort begrepet mer kjent og populært (Jowett et al., 2023; Newman et al., 2017). Psykologisk trygghet i et team handler ifølge Edmondson om «a shared belief that the team is safe for interpersonal risk taking» (Edmondson, 1999, s. 354). Dette innebærer et klima som er preget av aksept for – og mulighet til – å stille spørsmål, diskutere, si fra, prøve

noe nytt og be om hjelp og tilbakemeldinger (feedback) i tillegg til å kunne gjøre feil og tørre å innrømme dem, alt uten at man blir avvist, latterliggjort eller straffet (Newman et al., 2017; Edmondson, 1999, 2019, 2023). Denne typen atferd blir av Edmondson (1999, 2019) kalt læringsatferd og bidrar til å fremme prestasjoner, samt til at team i større grad handler produktivt i møte med problemer, utfordringer og konflikter. Selv om det er gjort noen studier knyttet til psykologisk trygghet i ulike idrettskontekster, har Taylor og kollegaer (2022) stilt spørsmål om hvorvidt begrepet, slik Edmondson presenterer det, kan overføres direkte til toppidrettskontekst. Det trekkes blant annet frem at det å feile i et toppidrettsteam vil kunne slå negativt tilbake på utøveren, i den forstand at de som gjør færrest feil («de beste»), vil bli valgt til å spille i konkurransene (Taylor et al., 2022). Samtidig viser forskning at det å feile eller ikke å lykkes er del av toppidretten, men som fordrer at utøvere og team forholder seg konstruktivt og offensivt til feil og det å feile, noe som kan bidra til utvikling og bedre prestasjoner på sikt (Taylor et al., 2022).

For å kunne jobbe konstruktivt og offensivt med å lære av og forhindre feil blir nettopp psykologisk trygghet en viktig faktor. Å rette søkelys på å lære av feil er derfor en viktig del av å bygge opp psykologisk trygghet i et team (Edmondson, 2023). Det handler ikke om å være snill eller om å ha en mest mulig harmonisk tone i teamet, men om å skape en læringskultur hvor åpenhet står sentralt, og hvor feil blir identifisert og behandlet på en måte som kan forhindre at de oppstår igjen, og slik at de blir noe man kan lære av. Edmondson (2019) fremhever i denne sammenheng at det er forskjell på feil, hvor hun deler dem inn i tre typer feil: *Enkle (preventable)* feil er feil som kunne vært unngått, avvik fra system, for eksempel på grunn av konsentrasjonsmangel eller dårlig kommunikasjon. Disse feilene er unødvendige og kunne med økt oppmerksomhet vært unngått. *Komplekse (complex)* feil knyttes til kompliserte typer feil, hvor ulike faktorer eller hendelser krysser hverandre på en måte som ikke nødvendigvis har skjedd før, og som man i mindre grad kan være forberedt på. *Intelligente (intelligent)* feil handler om å prøve noe, eksempelvis kreativt eller ved å ta en risiko, men hvor forsøket slo feil ut eller mislyktes. Slike intelligente feil bør ifølge Edmondson (2019) berømmes og diskuteres, for disse kan innebære stort læringspotensial. I henhold til Edmondson må man kunne drøfte disse feilene uten frykt for straff eller avvisning. Brown og Arnold (2019) har også poengtert at fordi psykologisk trygghet handler om å lære av feil og om å kunne diskutere feilene åpent uten frykt for negative

konsekvenser, kan psykologisk trygghet være verdifullt for team i idretten, kanskje særlig om prestasjonene svinger i løpet av en sesong. Det har vist seg at psykologisk trygghet også er spesielt avgjørende i miljøer og kontekster som karakteriseres av raske endringer, uforutsigbarhet, høy grad av usikkerhet, kompleksitet og rom for ulike tolkninger (Edmondson, 2019). Dette er kjennetegn og karakteristika på teamarbeid i toppidrettskontekster (Hemmetstad, 2013; Ronglan, 2000, 2016). Når det gjelder komplekse og intelligente feil, vil disse kunne være avgjørende i arbeidet med å utvikle felles delte spillmodeller i lagidrett (Giske et al., 2022).

Selv om det finnes flere studier om betydningen av psykologisk trygghet innenfor idrettskonteksten, er man fortsatt i en tidlig fase hvor flere forskere etterspør en tydeligere og kontekstuell definisjon av psykologisk trygghet i idretten, samt hva som kan bidra til å utvikle denne tryggheten i et team, og mulige konsekvenser av den (Taylor et al., 2022; Vella et al., 2022). Det er derfor blitt uttrykt stort behov for forskning som studerer graden av psykologisk trygghet i ulike idrettsteam innen ulike idretter, samt studier som kan vise hvordan psykologisk trygghet beskrives og erfares av både utøvere og trenere (Saxe & Hardin, 2022). På denne bakgrunnen ønsker vi å formidle og fremheve behovet for økt oppmerksomhet på kunnskap om psykologisk trygghet innen toppidrettskontekstene. Formålet med studien er derfor å undersøke psykologisk trygghet i en eliteidrettskontekst. Vi tar sikte på å aktualisere begrepet i idrettslig kontekst, og på å starte videre diskusjoner om hvorvidt – og eventuelt derav hvordan – begrepet bør innlemmes og forstås i en slik idrettslig kontekst. I denne studien er kvalitative intervjuer benyttet til å undersøke kvinnelige utøvere og deres treneres beskrivelser av og refleksjoner over psykologisk trygghet i et eliteserielag i håndball.

Metode

Denne studien er vitenskapsteoretisk forankret i konstruktivismen, en tilnærming hvor kunnskap betraktes som en sosialt konstruert størrelse basert på interaksjoner og erfaringer (Patton, 2014). I tråd med et konstruktivistisk perspektiv forstås kunnskap ikke som en objektiv sannhet som kan avdekkes, men snarere som et produkt av menneskelig samhandling og erfaring. Virkeligheten anses dermed som subjektiv og flertydig, formet av individers opplevelser og den sosiale konteksten de befinner seg i. Kunnskap er dynamisk og kontekstavhengig, og mening skapes gjennom

prosesser som involverer språk, kultur og sosiale interaksjoner. Med dette utgangspunktet ble både semistrukturerte individuelle intervjuer og observasjon som supplement til intervjuene valgt som de mest hensiktsmessige metodene for å belyse studiens formål.

Deltakere og gjennomføring

Utvalget i denne kvalitative studien var 17 kvinnelige håndballspillere og hovedtreneren fra et eliteserielag i håndball (Hagen, 2023). Alder på deltakerne var mellom 18 og 30 år. For å sikre anonymiteten vil ikke informasjon om utvalget bli gitt. Alle informantene ble intervjuet gjennom individuelle semistrukturerte intervjuer, med gjennomsnittstid på 46 minutter. Spørsmålene i intervjuguiden ble inspirert av arbeidene til Edmondson (1999, 2019).

Intervjuene ble gjennomført etter avtale med den enkelte spiller og foregikk i uforstyrrede omgivelser. Førsteforfatter gjennomførte intervjuene, som startet med en kort redegjørelse for intensjonen med undersøkelsen og om tillatelse til å bruke lydbandopptaker, noe alle informantene stilte seg positive til. Informantene ble så informert om deres deltakelsesrettigheter (f.eks. anonymitet, konfidensialitet og mulighet til å trekke seg fra studien) før alle signerte samtykkeerklæringen. Studien er godkjent av SIKT- Norsk senter for forskningsdata (referansenr. 208396).

Analyse

For å analysere dataene ble det benyttet tematisk analyse, hvor målet var å identifisere gjentatte mønstre på tvers av intervjuer for å utvikle dypere forståelse av sentrale temaer (Braun & Clarke, 2021, 2024). Innledningsvis ble alle intervjuer transkribert (trinn 1), og tekstene ble grundig gjennomgått for koding (trinn 2 og 3). I trinn 4 og 5 ble temaene videre gjennomgått for å identifisere hvilke som best kunne bidra til å besvare problemstillingen. I denne fasen ble informasjonen kodet og organisert med inspirasjon fra Edmondson (1999, 2019) sine arbeider.

Resultat

Med utgangspunkt i analysen ble resultatene organisert i følgende to hovedkategorier: 1) muligheten til å eksperimentere og gjøre feil og 2) muligheten til å si sin mening og spørre om hjelp samt diskusjon av utfordringer.

Muligheten til å eksperimentere og gjøre feil

I utøvernes opplevelse av det å eksperimentere og gjøre feil skiller det mellom a) internt i utøvergruppen, b) utøvernes oppfatning når treneren er nærværende, og c) trenerens refleksjoner og betraktninger.

Internt i utøvergruppen

Generelt opplevde utøverne miljøet i utøvergruppen som støttende og preget av gjensidig oppmuntring og anerkjennelse. De beskriver at det var «rom» for å eksperimentere og gjøre feil. De opplevde også at når de gjorde feil, ble de ikke avvist eller straffet av medspillerne, men feil ble sett som en læringsmulighet, og som del av en utviklingsprosess. To av utøverne uttrykte det slik:

Jeg føler meg veldig trygg i gruppa. Jeg føler at de ønsker meg vel, og at de heier på meg, og jeg føler at det er en arena hvor jeg kan få lov å utvikle meg. Og det jeg mener med utvikle meg, er det at, egentlig mer det at det er lov å gjøre feil, og man er i en utvikling, og da er ikke ting perfekt. Og da er det rom for det, da. Og det synes jeg det er. (Luka)

Husker vi hadde en kontreøvelse, og så var det jo noen som drev og «tricka» litt og liksom prøvde på noe nytt, da [...]. Og folk var litt sånn: «Det er bra du prøver å tricke», liksom, «hvis ikke du klarer det nå, så klarer du hvert fall ikke i kamp». (Jannik)

Utøvernes oppfatning når treneren er nærværende

Flere av utøverne opplever trenerens respons på det å eksperimentere og det å gjøre feil som negativ. Flere poengterte at de opplevde at det ikke var toleranse for å eksperimentere og gjøre feil når trener og laget var samlet. De forklarte at trener ofte responderte negativt (dvs. med roping, kjeft, negativt og passivt kroppsspråk) når feil ble begått, eller hvis noen forsøkte noe nytt. Dette var tilbakemeldinger de opplevde som lite hensiktsmessige, og som flere av spillerne opplevde at bidro til en utrygg atmosfære.

Jeg vet ikke hva som skjer, men det bare virker som at alt er gærent. Selv om det egentlig ikke er det, så blir alt negativt. Og jeg vet ikke hvorfor, eller hva som skjer, men jeg merker veldig at vi blir påvirket av dem. Liksom, noen ganger, hvis det er jevnt da, så kan jeg se at hovedtrener bare sitter sånn med dårlig kroppsspråk og ... ser liksom ikke interessert ut. Ser ut som at vi har tapt, liksom, istedenfor å stå og klappe og oppmuntre oss [...]. Hvis man for eksempel kjører et bra trekk, da, eller hvis man har en dritbra finte, men dårlig skudd, så får man høre, liksom, «dritdårlig

skudd, du skyter midt på keeperen», istedenfor å høre «bra finte, neste gang skyter du der». (Jannik)

Når ting ikke funker, så får man ikke noe mer løsning på det. Det blir bare ting man ikke skal gjøre, istedenfor ting man skal gjøre. Det har vi jo gitt tilbakemelding om òg, og det er jo liksom noe som er [...]. Jeg tviler ikke på at de prøver å jobbe med det, men det har vært en gjenganger. At det er «ikke gjør det, ikke gjør det, ikke gjør det, ikke gjør». (Kim)

Noen utøvere opplevde også at det var lite rom for eksperimentering under trening, noe som av treneren ble oppfattet som mangel på konsentrasjon, som eksemplifiseres av Jannik sin opplevelse med å teste et «trick-skudd» på trening: «[...] Det var jo ikke lov, og man måtte ha 100 prosent, og hvis ikke man er det på trening, så er man ikke det i kamp, og..».

Flere utøvere opplevde også at trenerens reaksjoner på feil påvirket dem negativt. Det førte til at feil var noe de ønsket å unngå, fordi det å gjøre feil ble oppfattet som farlig, og som noe de kunne bli «straffet» for, for eksempel med redusert spilletid. Denne frykten beskrives i forskningslitteraturen som «fear of failure» (Taylor et al., 2023). Andre utøvere påpekte at de ikke kjente på frykt, men at de responderte med å bli passive, eller at det å få sine uttalelser ignorert eller avvist gjorde at de selv ignorerte trenerens tilbakemeldinger eller kommentarer:

Jeg føler at folk er redd for å gjøre feil, fordi jeg vet hvor mye som bor i alle dem som er utpå der, men i veldig mange kamper så virker det som om man bare ikke tør å gjøre noen ting. (Iben)

Så blir det sånn, da skal ikke jeg gjøre det samme igjen, selv om det kanskje var en bra ting, men om jeg bommet med målet, da. Så da blir det at man stopper å kanskje gjøre det. (Maris)

Jeg merker at jeg noen ganger, når [hovedtrener] holder på sånn, så blir jeg bare sånn tom i blikket, vet du? Jeg gidder ikke å prøve å høre det [hovedtrener] sier, og tar det ikke til meg. Så man mister litt den der respekten om at, liksom, kanskje du har noe godt å komme med en annen gang, da, men jeg er ikke interessert i å høre på, fordi jeg [...]. For min egen del og laget sin del så vil ikke jeg la det påvirke meg, og da velger jeg å blokke det ut. (Une)

Flere utøvere opplevde også at feil ble oppfattet ulikt av treneren og utøvere, og at det for utøverne ikke var tydelig hva som kan karakteriseres som enkle,

komplekse eller intelligente feil. Denne uenigheten, eller manglende felles forståelse, gjorde at utøverne ofte opplevde responsen fra trener som lite berettiget. Det innebærer for eksempel at en feil gjort av en utøver, av utøverne kunne oppleves som en handling gjort med «mening» i den aktuelle situasjonen (en intelligent feil), i et forsøk på å gjøre noe kreativt, men som man ikke lyktes med. Denne feilen kunne av trener bli tolket som en «enkel feil» basert på manglende konsentrasjon, eller som følge av at utøverne ikke fulgte kampplanen. Luka eksemplifiserer enkle og intelligente feil i følgende utsagn:

Så hvis jeg gjør feil, for eksempel hvis intensjonen min er god, og jeg prøver så godt jeg kan, så ønsker jeg å ikke bli møtt med kjeft. Da trenger jeg noe motiverende [...] Hvis jeg ikke følger med, så gjør jeg ikke jobben min. Da er det liksom, da er det lov å kjeft på meg, tenker jeg, da kjefter jeg på meg selv, på en måte. Det er jo irriterende, men ... Ja, jeg tror det ... Jeg tror man aldri skal kjeft på spillere når de gjør så godt de kan. Det ser jeg ingen hensikt med. (Luka)

Trenerens refleksjoner og betraktninger

Trenerens opplevelser av egen respons når utøvernes gjorde feil eller eksperimenterte, var betydelig annerledes enn utøvernes opplevelser. Treneren uttrykte stor forståelse for at feil var en del av spillet, som regel knyttet til komplekse eller intelligente feil, som ble omtalt som «akseptable feil». Feil som ifølge treneren i mindre grad var akseptable (enkle feil), ble omtalt som «dumme feil», og de var relatert til at man ikke fulgte den avtalte kampplanen.

[...] Det er helt greit at [...] Ja feil, det er en del av gamet, liksom, hvis ingen hadde gjort feil, så hadde det vært kjedelig, liksom. Men så, jeg synes at ... at det er helt greit at du gjør feil hvis du gjør alt annet riktig, hvis du skjønner hva jeg mener. Men spillere som gjør sånne dumme feil, bare for at de skal, liksom, de følger ikke planen som vi har lagt på kampen, og de går ut av systemet hele tiden og gjør sånne feil. Det blir veldig vanskelig. Men hvis vi har for eksempel sagt at vi skal kjøre med mye tempo, vi skal løpe hele tiden, da vet vi at det vil koste kanskje en til to pasningsfeil i hver omgang. Og det er helt greit. Hvis du skjønner hva jeg mener. For du kan dele feil i to grupper. Det er feil som vi må akseptere, hvor det er en del av gamet. Og så er det feil som folk gjør fordi de ikke følger planen. Og liksom plutselig, ja «nå skal jeg prøve dette her», eller «jeg skal finne på». (Hovedtrener)

Når treneren utdyper hva det innebærer å gå utenfor planen, ble det fremhevet at utøverne i lagidrett er avhengig av å kjenne systemer, og at valgene

utøverne tar, må ses i den sammenhengen. Når de går utenom planen, er det en *enkel feil* som kunne og burde vært unngått.

Ja, du går utenfor planen, skal prøve noe rart som ingen av de andre er klar over. Men hvis det er noe som vi har blitt enige om, «sånn skal vi gjøre det», ok, så koster det noen feil, da er det helt greit. Og det er sånn vi prøver å jobbe [...]. (Hovedtrener)

Når det gjaldt konsekvenser av at utøvere gjør *enkle feil*, var treneren tydelig på at trenerne de ikke straffet utøverne hvis de mislyktes på sjanser. Samtidig påpeker treneren at spillere som ikke fulgte kampplanen, kunne få redusert spilletid.

[...] Hvis du får en god sjanse og du bommer, eller du skyter i stanga eller whatever. Det er ikke feil, det er bare forsøk som du bommer på, så det ... Men det er kanskje litt av det samme. Ja, jeg straffer aldri folk for å gjøre feil, men ... men vi må jo bytte ut folk hvis folk ikke holder seg til planen. Og det koster altfor mange feil, da må vi bytte og gjøre noen endringer. Men [...] Og det er akkurat det samme at vi ikke reagerer på feil, hvis vi er klar over utfordringene med å gjennomføre planen: Ok, vi skal kjøre masse tempo, da vet vi at det kommer en og en pasningsfeil, og da er det en del av gamet, liksom. (Hovedtrener)

Muligheten til å si sin mening og spørre om hjelp samt diskusjon av utfordringer

I utøvernes og trenerens opplevelse av muligheten til å si sin mening, spørre om hjelp og diskutere utfordringer skiller det mellom a) ulike ambisjoner og behov og b) respons på deltakelse.

Ulike ambisjoner og behov

Utøverne beskrev at klimaet i spillergruppen var preget av støtte og positiv utvikling, hvor det opplevdes trygt å ta opp problemer, si sin mening og spørre om hjelp, noe som kan beskrives som at miljøet var kjennetegnet av «stor takhøyde». Dette illustreres av Mika og Une: «Det er sånn, jeg føler det er veldig åpent for å liksom si fra og ta opp ting» (Mika); «Når vi er i garderoben, føler jeg vi har rom for å spørre og snakke om det meste, egentlig. Der har jeg aldri følt meg sånn utrygg på det» (Une).

Utøverne uttrykte ulike ambisjoner og personlige mål, noe som påvirket deres behov og viktigheten av psykologisk trygghet. Mens enkelte av

utøverne fremhevet betydningen av relasjoner, samhold og psykologisk trygghet for å skape gode prestasjoner, var andre i mindre grad opptatt av samhold og psykologisk trygghet for egne individuelle prestasjoner. Likevel fremhevet de at gruppens kollektive følelser var viktig for lagets prestasjon, og dermed ble psykologisk trygghet i gruppen viktig også for dem. Aria beskriver det slik:

[...] Det er veldig forskjellige ambisjoner og forhold til det vi presterer her på banen, da. At for noen så er tryggheten og vennskap og samhold det absolutt viktigste. Men mens for andre så er det her en pitstop på en lang reise, liksom, så det er jo klart at, altså innad i laget, så vil man ville forskjellige ting. Og det er vanskelig å gjøre noe med. (Aria)

Trener-utøver-kommunikasjon

Både utøvergruppen og hovedtrener poengterte og tydeliggjorde at det å si sin mening og å ta opp ting var lov og noe som var ønskelig. Utøverne opplevde at treneren inviterte dem til deltakelse ved å utfordre dem til å stille spørsmål og involvere seg. Samtidig opplevde de å bli avvist når de «tok sjansen» ved å si sin mening.

For jeg føler at ofte står hovedtrener liksom og snakker, og så sitter vi der og sånn, ja og så stiller hovedtrener spørsmål, og så er det litt sånn [...]. Og så prøver man å kanskje svare. Og da blir det jo slått ned med en gang, liksom. (Mika)

Konsekvensen av trenerens manglende konstruktive imøtekommenhet på innspill bidro til at utøverne fikk en følelse av at de ikke ble lyttet til, noe som gjorde at deres motivasjon og vilje til å eksponere seg ble betydelig redusert:

Altså i starten, når hovedtrener var her, så var jo folk mye mer på i de samtalene og sånn. Men så gjør jo alle seg erfaringer, og at man, jeg tror det er mange som blir litt sånn giddeless til slutt, at man ikke gidder å komme med de innspillene eller forslagene. (Une)

Ja, det har jo kanskje vært rom for å si ifra, men det har ikke vært, det har ikke blitt tatt imot, da, og da gjør det jo vanskelig. Og når det foregår over tid, så gir man til slutt opp. (Sina)

Samtidig fremhevet hovedtreneren at han prøvde å legge til rette for at utøverne kunne diskutere problemer, si sin mening og spørre om hjelp,

men at han opplevde at utøverne ikke deltok aktivt i diskusjoner om strategi og spill, noe han relaterte til manglende kunnskap og utøvernes unge alder: «Jeg tror det går på kunnskap. De kan ikke, de vet ikke hvordan vi skal løse det, hvis du skjønner hva jeg mener. Jeg tror at det, de er jo unge, de har ikke erfaring.»

Behovet for toveiskommunikasjon med mulighet til å stille spørsmål til hverandre trakk også hovedtrener frem, og han opplevde det som utfordrende at utøverne ikke stilte spørsmål:

[...] Jeg vet at mange lurer på hvorfor vi trener sånn som vi gjør [...]. Men jeg vet at de tenker, de snakker om det internt, hvorfor gjør [hovedtrenerens navn] det sånn. Det er ingen som spør meg. Men så for eksempel spurte [utøver] meg. Så sier jeg: «Men du, hvis du lurer, hvorfor spør ikke du hva min filosofi som trener er? Da kan jeg fortelle deg hvorfor jeg gjør det. Fordi jeg vet hvorfor jeg gjør det sånn.» Ja så, og så brukte jeg sikkert et kvarter, liksom bare fortalte hen: «Jeg gjør det sånn for at jeg, det er det og det og det som jeg har fokus på.» «Ja, du mener sånn, ja nå skjønner jeg hva du tenker.» (Hovedtrener)

Diskusjon

Gjennomgående beskriver utøverne at et psykologisk trygt miljø innebærer at teammedlemmene er genuint interessert i hverandre, har positive interaksjoner og uttrykker gjensidig respekt for hverandres kompetanse, og at de har toleranse for feil. I et slikt miljø fremmet de også at det skal være lov å si fra, og det skal være «takhøyde». Utøvernes beskrivelse og refleksjoner gjenspeiler i stor grad det litteraturen definerer som psykologisk trygghet (Bean et al., 2018; Edmondson, 1999, 2023; Fransen et al., 2020; Newman et al., 2017; Vella et al., 2022).

Resultatene fra studien viste at utøvere og hovedtreneren har noe ulike oppfatninger av i hvilken grad og når de opplever miljøet som psykologisk trygt. Utøverne rapporterte at de innad i spillergruppen opplevde høy grad av psykologisk trygghet, hvor det å gjøre feil var akseptert og tolerert både på trening og i kamp. Det kommer imidlertid i liten grad frem et nyansert syn på ulike typer feil, hvor det ser ut som de ikke skiller mellom det Edmondson (2023) benevner som enkle, komplekse eller intelligente feil. De to siste kategoriene feil innebærer ifølge Edmondson (2023) stort læringspotensial for videre utvikling. I spillergruppen beskriver de at «feil er feil» og noe man forventer, og som må være tillatt. At utøverne opplevde seg imellom stor omforent toleranse for å gjøre feil, uten at det å bli

negativt korrigert kan knyttes til psykologisk trygghet. En slik oppfatning er også i tråd med litteratur som fremhever at et psykologisk trygt miljø innebærer å føle seg fri til å ta risiko uten frykt for gjengjeldelse (Silva et al., 2014; Strachan et al., 2011; Van der Veken et al., 2020). Imidlertid vil individuelle og kollektive feil i en toppidrettskontekst under konkurranse være avgjørende for resultat, og ikke å påpeke eller korrigere feil kan være et tveegget sverd.

Et annet forhold var at flere av utøverne opplevde at trenerens atferd og kommunikasjon under trening og i kamp bidro til å redusere den psykologiske tryggheten. Dette ble spesielt fremhevet i kampsituasjoner hvor de opplevde at treneren ga uhensiktsmessig feedback på feil. Dette eksempelet understreker tidligere forskning som løfter frem trenerens betydning for å fremme eller hemme utviklingen av et psykologisk trygt miljø (Brown & Arnold, 2019; Bean et al., 2020).

Treneren skiller ikke mellom Edmondsons (2019) kategoriseringer av feil, men deler feil inn i «akseptable feil» og «ikke akseptable feil». Akseptable feil er feil som tolereres og aksepteres, og som er noe som alltid vil forekomme i håndball, blant annet fordi idretten er kompleks, og feilfrihet er både umulig og urealistisk. Samtidig som treneren hevder at han utviser stor forståelse for at utøverne gjør «akseptable feil», poengterer han videre at hvis de forekommer relativt ofte og spesielt under kamp, vil disse feilene få konsekvenser. Konsekvensene kan være i form av korreksjoner, eller at utøveren blir satt på benken. I idrettslig kontekst og spesielt i en kampsituasjon vil ofte toleransen for feil være lav, fordi feil lett kan påvirke prestasjonene og resultatet negativt. Dette poenget gjenspeiler treneres dilemma i kamp: Hvis de i for stor grad aksepterer utøvernes feil uten å korrigere eller gi spillerne mindre spilletid, kan det på kort sikt bidra til dårligere resultater og tap. Flere studier har påpekt at blant annet feil som forplanter seg i laget, kan bidra til negativt momentum og i verste fall kollektiv kollaps (Schei et al., 2022).

Når det gjelder «ikke akseptable» feil, knyttes disse av treneren til at felles avtaler og kampplanen som ikke ble fulgt, fordi enkelt utøvere opererte «kreativt» på egen hånd og påvirket koordinasjonen og interaksjonen i laget negativt. Treneren var tydelig på at slike feil måtte korrigeres og få konsekvenser for blant annet spilletid, fordi disse ifølge hovedtrener var relativt lette å unngå. I hvilken grad disse er feil som Edmondson (2019) benevner som intelligente eller komplekse feil, med stort læringspotensial, eller de er enkle feil, kan vi ikke si med sikkerhet. Uansett vil igjen balansen mellom

å tillate for mye kreativitet (dvs. avvike fra etablerte avtaler) og samtidig gi spillerne rom for kreativitet, være en utfordring for trenere. Å legge til rette for at utøvere tør å prøve uten frykt for å feile, vil samtidig være viktig for å skape god prestasjonsutvikling, og det kan bidra til å utvikle mer effektive kampplaner på sikt (Giske et al., 2022). Feil som av utøverne kan oppfattes som det Edmondson (2019) beskriver som *intelligente feil*, kan av hovedtrener oppfattes som *enkle feil*, eller som at man ikke følger game-plan. Sentralt i utøvernes beskrivelser er som nevnt skillet mellomtreners og utøvers forståelse av feil, og av konsekvensene de får, men også hvordan treners tilstedeværelse og respons påvirket utøvernes opplevde psykologiske trygghet. Det siste er interessant fordi psykologisk trygghet i litteraturen ofte kan oppfattes eller forstås som en felles egenskap eller et trekk ved teamet. Samtidig understøtter resultatene en mer individuell forståelse, hvor utøverne kan ha ulike og individuelle oppfatninger av hvor psykologisk trygt et team er (Bean et al., 2018; Vella et al., 2022). En slik individuell forståelse gjenspeiles også i utøvernes oppfatninger og opplevelser av muligheten til å si sin mening, til å spørre om hjelp og til å diskutere problemer og vanskelige situasjoner. Det var enighet blant utøverne om at de opplevde det trygt å ta opp problemer, si sin mening og spørre om hjelp internt i spillergruppen. Når «alle» var til stede, var det flere som følte det utrygt å ta ordet og si sin mening, selv om de var innforstått med at treneren ønsket at utøverne var aktivt med i diskusjoner og kommunikasjonen, som Edmondson (2023) kaller invitasjon til deltakelse. Samtidig var det flere utøvere som hadde vært aktive bidragsyttere, men de uttrykte det som uproduktivt å si fra, da de enten ble avvist eller at det å si fra sjelden førte til endring. Ifølge Edmondson (2019) vil produktiv respons være viktig for å etablere og opprettholde psykologisk trygghet i en gruppe. Trenerens respons i denne sammenhengen kan betraktes som en type uproduktiv respons og som i liten grad bygger psykologisk trygghet. Trenerens respons førte til spillernes opplevelse av avvisning eller ignorering, som kan knyttes til destruktiv ledelse (Sigvartsen et al., under utgivelse). Destruktiv treneratferd er igjen knyttet til både uhelse og dårlig teamfungering (Høigaard, 2020). Utøverne i denne studien som opplevde å både ikke bli hørt og at deres forhold til treneren ofte var basert på negative reaksjoner, har bidratt til at de frykter å gjøre feil og prøve nye ting, samt at det har bidratt til passivitet, og til at de mistet noe av respekten for treneren. Dette poenget understøttes av litteratur som viser at dersom trenere unnlater å respondere på spørsmål eller behov fra utøvere, kan det føre til psykologisk tilbaketrekning, lavere forpliktelse og

lavere tilfredshet (Horn, 2008). Videre er det også godt dokumentert at god kommunikasjon er en avgjørende komponent i trener–utøver-relasjonen, og at støttende og involverende kommunikasjon er knyttet til tillit og trivsel (Jowett & Lavallee, 2007). Dårlig eller fraværende kommunikasjon fra trener kan også bidra til at utøvere devaluerer trenerens kompetanse (Horn, 2008). Gjennomgående ønsker utøverne bedre kommunikasjon med treneren fordi de opplever at forbedret kommunikasjon vil være viktig for å kunne utvikle seg som utøvere.

Treneren opplevde på sin side at det ble forsøkt å legge til rette for at utøvere kunne diskutere problemer, si sin mening og spørre om hjelp, men at utøverne ikke deltok aktivt i diskusjoner om strategi og spill. Forklaringen var at det skyldtes at utøverne var unge og i tillegg manglet taktisk og strategisk håndballkunnskap for å kunne delta i slike diskusjoner. Noe overraskende var det at treneren i liten grad reflekterte over om psykologisk trygghet var en medvirkende faktor som hindret utøverne i å bidra aktivt i diskusjoner. Et annet forhold som er viktig å fremheve når flere utøvere er relativt unge, er at konkurransesituasjonen i en toppidrettskontekst kan oppfattes som en utrygg arena, og det vil være nødvendig at utøvere og trenere diskuterer og utvikler en felles forståelse for hvordan de skal optimalisere sine prestasjoner sammen. En slik forståelse understøttes av Côté og Gilbert (2009, s. 316): «Effective coaches are those who demonstrate the ability to apply and align their coaching expertise to particular athletes and situations in order to maximize athlete learning outcomes.»

Konklusjon

Denne studien belyser hvordan begrepet psykologisk trygghet kan være mer kompleks og situasjonsavhengig i toppidrettsteam enn i andre typer høyprestasjonsteam. Resultatene viser at psykologisk trygghet kan være et flytende og varierende begrep i et prestasjonsrettet toppidrettsmiljø, som studien er gjennomført i. Utøverne opplevde samlet sett høy grad av psykologisk trygghet, hvor de opplevde at de kunne ta mellommenneskelig risiko uten frykt for represalier fra medspillere, og at de hadde en læringsatferd som gjenspeilet trygghet til å kunne eksperimentere, gjøre feil, si sin mening og ytre bekymringer. Det viste seg dermed at det var «stor takhøyde» blant medspillerne, hvor utøverne kunne dele sine perspektiver i et miljø preget av respekt og støtte. Samme grad av trygghet opplevde de fleste imidlertid ikke når treneren var til stede, og et sentralt funn var at

det var individuelle forskjeller i utøvernes behov og ambisjoner. Det ble også beskrevet at flere av utøverne opplevde avvisende og til tider uhen-siktsmessig respons. At utøverne og treneren også hadde ulike forståelser av ulike typer feil, og av hvordan man tolker bakgrunnen for feil begått av utøverne, bidrar til at trener–utøver-relasjonen blir dårligere. I lys av Edmondson (2019, 2023) sin beskrivelse av feil som enkle, komplekse eller intelligente vil alle disse typer feil oppstå i en toppidrettskontekst, hvor mye kan stå på spill, og hvor konsekvensene av feil kan være store. Det er derfor god grunn til å anta at felles forståelse, av Edmondson (2019) kalt «innramming», og felles tolkning av feil vil kunne øke forståelsen av hver-andres reaksjonsmønster, og av i hvilken grad tilbakemeldinger oppleves hensiktsmessige. Det er derfor avgjørende at man jobber med slike forhold for å utvikle psykologisk trygghet for alle i teamet.

Om forfatterne

Silje Caroline Ravneng Hagen er utdannet lektor i idrettsfag ved Universitetet i Sørøst-Norge (USN). Hun har arbeidet i mange år i skole-vesenet, og har lang erfaring med undervisning innenfor bl.a. trenings-ledelse og treningslære, i tillegg til rådgiving og veiledning av studenter. Hun har gjort nybrottsarbeid i masteroppgaven sin knyttet til psykologisk trygghet innen norsk toppidrett, og tar sikte på å aktualisere begrepet i idrettslig kontekst og arbeider med å se på hvordan psykologisk trygghet kan innlemmes og forstås i toppidretten.

Stig Arve Sæther er professor i idrettsvitenskap ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), og hans forskningsprofil er knyttet til ferdighets- og prestasjonsutvikling, og spesielt talentutvikling i idrett, hvor han har bidratt til forskningsfeltet med nærmere 60 vitenskapelige artikler og flere bøker. Sæther er leder for forskningsgruppen SPDSS og editor-in-chief i tidsskriftet *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Rune Høigaard er professor ved Universitet i Agder og Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU). Han er fagansvarlig i idrettspsyko-logi ved Olympiatoppen Sør. Høigaard har lang erfaring med undervisning innenfor veiledning, coaching, gruppedynamikk og idrettspsykologi. I tillegg har han mange års erfaring med veiledning, teamutvikling og organisasjons-utvikling innenfor toppidretten og næringsliv. Hans primære forskningsfelt

er gruppedynamikk, veiledning og ledelse i idrett. Han har publisert en rekke nasjonale og internasjonale vitenskapelige artikler og bøker.

Referanser

- Baker, J., Wilson, S., Johnston, K., Dehghansai, N., Koenigsberg, A., de Vegt, S. & Wattie, N. (2020). Talent research in sport 1990–2018: A scoping review. *Frontiers in Psychology, 11*, Artikkel 607710. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.607710>
- Braun, V. & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: A practical guide*. Sage.
- Braun, V. & Clarke, V. (2024). Supporting best practice in reflexive thematic analysis reporting in Palliative Medicine: A review of published research and introduction to the Reflexive Thematic Analysis Reporting Guidelines (RTARG). *Palliative Medicine, 38*(6), 608–616. <https://doi.org/10.1177/02692163241234800>
- Bean, C., Harlow, M., Mosher, A., Fraser-Thomas, J. & Forneris, T. (2018). Assessing differences in athlete-reported outcomes between high and low-quality youth sport programs. *Journal of Applied Sport Psychology, 30*(4), 456–472. <https://doi.org/10.1080/10413200.2017.1413019>
- Bean, C., Shaikh, M. & Forneris, T. (2020). Coaching strategies used to deliver quality youth sport programming. *International Sport Coaching Journal, 7*(1), 39–51. <https://doi.org/10.1123/iscj.2018-0044>
- Beauchamp, M. R. & Eys, M. A. (2014). *Group dynamics in exercise and sport psychology* (2. utg.). Routledge.
- Brown, D. J. & Arnold, R. (2019). Sports performers' perspectives on facilitating thriving in professional rugby contexts. *Psychology of Sport and Exercise, 40*, 71–81. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.09.008>
- Côté, J. & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science and Coaching, 4* (3), 307–323. <https://doi.org/10.1260/174795409789623892>
- Edmondson, A. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly, 44*(2), 350–383. <https://doi.org/10.2307/2666999>
- Edmondson, A. (2019). *The fearless organization: Creating psychological safety in the workplace for learning, innovation, and growth*. Wiley.
- Edmondson, A. (2023). *Right kind of wrong: How the best teams use failure to succeed*. Penguin.
- Fransen, K., McEwan, D. & Sarkar, M. (2020). The impact of identity leadership on team functioning and well-being in team sport: Is psychological safety the missing link? *Psychology of Sport and Exercise, 51*, Artikkel 101763. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101763>
- Giske, R., Gjerde, J., Høigaard, R. & Johansen, B. T. (2022). Shared mental models: National representative coaches' thinking on importance, characteristics, and development. *Journal of Expertise, 5*(1), 12–28. https://www.journalofexpertise.org/articles/volume5_issue1/JoE_5_1_Giske_etal.pdf
- Gosai, J., Jowett, S. & do Nascimento-Júnior, J. R. A. (2023). When leadership, relationships and psychological safety promote flourishing in sport and life. *Sports Coaching Review, 12*(2), 145–165. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1936960>
- Hagen, S. C. R. (2023). *Psykologisk trygghet i et toppidrettssteam* [Masteroppgave]. Universitetet i Sørøst-Norge. <https://hdl.handle.net/11250/3075154>
- Hemestad, L. (2013). *Balanskunst: ledelse, læring og makt i håndballandslaget for kvinner senior* [Doktorgradsavhandling]. Norges idrettshøgskole.
- Horn, T. S. (2008). Coaching effectiveness in the sport domain. I T. Horn (Red.). *Advances in sport psychology* (3. utg., s. 240–267). Human Kinetics.
- Høigaard, R. (2020). *Gruppedynamikk og ledelse i idrett*. Cappelen Damm Akademisk.

- Jowett, S. & Lavalley, D. (Red.). (2007). *Social psychology in sport*. Human Kinetics.
- Jowett, S., do Nascimento-Júnior, J. R. A., Zhao, C. & Gosai, J. (2023). Creating the conditions for psychological safety and its impact on quality coach-athlete relationships. *Psychology of Sport and Exercise*, 65, Artikkel 102363. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102363>
- Kahn, W. (1990). Psychological conditions of personal engagement and disengagement at work. *Academy of Management Journal*, 33(4), 692–724.
- Newman, A., Donohue, R. & Eva, N. (2017). Psychological safety: A systematic review of the literature. *Human resource management review*, 27(3), 521–535. <https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2017.01.001>
- Patton, M. Q. (2014). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice*. Sage publications.
- Ronglan, L. T. (2000). *Gjennom sesongen: En sosiologisk studie av det norske kvinnelandslaget i håndball på og utenfor banen* [Doktorgradsavhandling]. Norges idrettshøgskole.
- Ronglan, L. T. (2016). Sport teams as complex social entities: Tensions and potentials. I J. Bangsbo, P. Krstrup, P. R. Hansen, L. Ottesen, G. Pfister & A.-M. Elbe (Red.), *Science and football VIII: The proceedings of the Eighth World Congress on Science and Football*, (s. 188–197), Routledge.
- Sarkar, M. & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: A review of stressors and protective factors. *Journal of Sports Sciences*, 32(15), 1419–1434. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.901551>
- Saxe, K. & Hardin, R. (2022). Psychological safety in athletic team environments. *Journal of Sport Behavior*, 45(2), 203–216.
- Schei, G.S., Haugen, T., Jones, G. Sæther, S.A. & Høigaard, R. (2022). A qualitative exploration of collective collapse in a Norwegian qualifying Premier League soccer match: The successful team's perspective. *Frontiers in Psychology*, 12, doi: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.777597>
- Schein, E. H. & Bennis, W. G. (1965). *Personal and organizational change through group methods: The laboratory approach*. Wiley.
- Sigvartsen, K., Sæther S. A., Haugen, T., Erikstad, M., Peters, D. M. & Høigaard, R. (under utgivelse). Perceived destructive coach leadership behavior in elite team sports. *International Journal of Sport Psychology*.
- Silva, T., e Cunha, M. P., Clegg, S. R., Neves, P., Rego, A. & Rodrigues, R. A. (2014). Smells like team spirit: Opening a paradoxical black box. *Human Relations*, 67(3), 287–310. <https://doi.org/10.1177/0018726713492349>
- Strachan, L., Côté, J. & Deakin, J. (2011). A new view: Exploring positive youth development in elite sport contexts. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 3(1), 9–32. <https://doi.org/10.1080/19398441.2010.541483>
- Taylor, J., Collins, D. & Ashford, M. (2022). Psychological safety in high-performance sport: Contextually applicable? *Frontiers in Sports and Active Living*, 4, Artikkel 823488. <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.823488>
- Taylor, S., Eklund, R. & Arthur, C. (2023). Fear of failure in sport, exercise, and physical activity: A scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 500–528. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1901299>
- Van der Veken, K., Lauwrier, E. & Willems, S. J. (2020). How community sport programs may improve the health of vulnerable population groups: A program theory. *International Journal for Equity in Health*, 19, Artikkel 74. <https://doi.org/10.1186/s12939-020-01177-5>
- Vella, S. A., Mayland, E., Schweickle, M. J., Sutcliffe, J. T., McEwan, D. & Swann, C. (2022). Psychological safety in sport: A systematic review and concept analysis. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 516–539. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2028306>

KAPITTEL 18

Konnerud IL – en breddeklubb med et eliteteam i langrenn

Elsa Kristiansen Universitetet i Sørøst-Norge, Norge

Brage Kampenhuag Rødal Konnerud Idrettslag, Norge

Lage Sofienlund Konnerud Idrettslag, Norge

Rune Høigaard Universitetet i Agder, Norge

Abstract: In this chapter, the aim is to describe and provide insight into what characterises Konnerud IL, a local sports club that has established a high-performance cell in cross-country skiing. We have conducted two extended focus group interviews with coaches, leaders, volunteers, and athletes from the club, in addition to individual conversations. The team's culture was defined by training quality, togetherness, simplicity, joy, and love. 'Peer learning' and 'master learning' were key strategies for maintaining high training quality in the performance culture. It is a combination of various factors and stakeholders, both grassroots and elite level, that have been crucial in creating a performance culture at Konnerud. Over the years, Konnerud IL has accumulated a lot of leadership expertise and event management, especially through the annual hosting of the World Cup sprint in Drammen, which also generates financial benefits for the club professional operation. Many interviewees emphasized that it takes a lot of work to maintain this kind of performance culture. The training group exerted a lot of humbleness towards the results they have achieved and the requirements to maintain and preserve the culture obtained in the group.

Keywords: coach-athlete relationship, performance culture, cross-country skiing, talent development

Sitering: Kristiansen, E., Rødal, B. K., Sofienlund, L. & Høigaard, R. (2026). Konnerud IL – en breddeklubb med et eliteteam i langrenn. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 18, s. 405–422). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch18>

Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

Innledning

Norsk talentutvikling er en strukturert prosess som omfatter et helhetlig system fra grasrotnivå til toppidrett. Gjennom de lokale idrettslagene, ofte breddeidrettsklubber, får utøvere muligheten til å prøve ulike idretter og utvikle grunnleggende ferdigheter i en inkluderende og støttende atmosfære. Norge har en idrettsmodell hvor frivillighet, barneidrettsbestemmelsene og søkelys på breddeidretten står sterkt, slik at alle skal kunne delta (Meld. St. 26 (2011–2012)). Den frivillige innsatsen til trenere, ledere og andre støttespillere er en grunnpilar, og den bidrar til å styrke felleskapet og samholdet i idrettsklubbene. Barneidrettsbestemmelsene sikrer at barn skal ha det gøy og oppleve idrett som noe positivt (Norges idrettsforbund [NIF], u.å.). I norsk idrett vektlegges trivsel, mestring og glede fremfor tidlig spesialisering for barn og ungdommer.

Samtidig er nordmenn stolte av de beste utøverne. Når noen blir oppfattet som et talent, kan de bli invitert til å delta i regionale utviklingsprogrammer som de respektive særforbundene tilbyr. Gjennom disse tilbudene kan unge utøvere få tilgang på gode trenere, treningsfasiliteter og mer avanserte ressurser for å forbedre sine ferdigheter (Kristiansen et al., 2026, denne antologien). I Norge har vi også idrettsgymnas og videregående skoler hvor unge utøvere får mulighet til å kombinere utdanning og idrett. Disse skolene skal bidra til å skape en balansert utvikling av både utdanning og idrettslige ferdigheter, og de bidrar sterkt i utvikling av talenter grunnet mangel på andre og tilsvarende profesjonelle alternativer (Kristiansen & Houlihan, 2017). Dessverre mister Norge mange utøvere etter videregående skole ved at kombinasjonen idrett og utdanning blir stadig vanskeligere.

Etter videregående «forlater» mange utøvere breddeklubben. Noen får tilbud fra eliteklubber og/eller blir rekruttert til regionslag eller landslag. De som har etablert seg blant de beste i verden, blir tilknyttet Olympiatoppen og får støtte til å utvikle seg videre. Selv om Olympiatoppen er samlende når man har nådd et visst nivå (Kristiansen & Houlihan, 2017), er norsk idrett desentralisert i den forstand at det er klubbene i distriktene som legger grunnlaget for å utvikle morgendagens utøvere. Ofte blir det anbefalt å velge mer sentraliserte miljøer for fortsatt utvikling som seniorutøver. Mange utøvere velger slike miljøer, og noen landslag krever også at alle kommer til disse. Det er imidlertid unntak fra en slik karrierevei, hvor utøvere har hatt stor suksess ved å utvikle seg i moderklubben. Det gir de lokale utøverne mulighet for videre satsing og utvikling innenfor rammene

av egen klubb og i eget nærmiljø, og gode utøvere trekker flere i klubben med seg. Friidrett har flere slike små prestasjonsmiljøer eller celler, blant annet 400-metermiljøet med Ingvaldsen i Moelven IL.

Begrepet *prestasjonskultur* benyttes om miljøer eller kulturer hvor det er sterkt søkelys på å prestere, og hvor man kontinuerlig jobber med utvikling (Høigaard, 2020; Vik, 2007). Sentralt er optimalisering og maksimering av både utøvere og laget, noe som innebærer at man har en systematisk tilnærming til trening, mentale forberedelser, tekniske ferdigheter og strategier for å skape utvikling og oppnå gode resultater (Cruickshank & Collins, 2012). Vi velger å benytte begrepet *bærekraftige prestasjonskulturer*, som er en kultur hvor ønsket om prestasjoner og resultater balanseres med økonomisk satsing, og hvor man har stor oppmerksomhet på trivsel, helse og etisk oppførsel (Barker et al., 2014). Ser man mer spesifikt på faktorer i en slik kultur, vil engasjement, høye målsettinger og standarder, læring og utviklingsvilje dominere. I disse miljøene legges det vekt på læring både når man lykkes og når man gjør feil. Samhold, idretts glede og mestringsstro er også sentralt, og man jobber med å utvikle motstandsevne hos utøverne og laget når disse opplever tap eller motgang (Høigaard, 2020; Høigaard et al., 2026, denne antologien; Morgan et al., 2013). En annen viktig faktor i en bærekraftig prestasjonskultur er hensiktsmessige infrastrukturer, slik som et balansert og tilpasset støtteapparat (medisinsk personell, smørere, løypekjørere, banemannskap, ernæringsfysiologer), i tillegg til trenere og ledere som setter standarden for hva som kreves, på en måte som er styrt av idrettens verdier og prinsipper.

Det finnes få studier som har undersøkt hva som kjennetegner små prestasjonsceller eller «lokale» prestasjonskulturer i en breddeklubb; celler som kanskje først bygges opp rundt en utøver eller en god trener – for så å trekke til seg flere. Det ser ut til at en del av disse klubbene balanser topp og bredde, og de klarer å etablere et sportslig tilbud og en prestasjonskultur midt i det som kan karakteriseres som en «breddeklubb». Formålet med denne casestudien er derfor å forsøke å beskrive og gi et innblikk i hva som kjennetegner en lokal breddeklubb som har etablerte toppidrettsceller. Casen i denne studien er skigruppa i Konnerud IL.

Konnerud Idrettslag

Konnerud IL er først og fremst et breddeidrettslag med 3150 medlemmer (tall per 1. januar 2025). Idrettslaget ble stiftet i 1927, og foruten ski består det av idrettene sykkel, fotball, håndball, bandy, orientering, bryting,

allidrettspartier, diskolf og en løpegruppe for voksne. Skigruppa har et tilbud til alle barn fra førsteklasse og oppover, med to ukentlige fellestreninger. For de minste er treningen tilpasset slik at de kan drive med flere idretter så lenge som mulig. Onsdagsrennet foregår ukentlig i vintermånedene, og det kan samle opp mot 800 barn for lek på ski hver eneste uke. Det er gjennom dette arrangementet de frivillige får innføring i betydningen av dugnad, og mange barn får sitt første møte med startnummer og speaker. Klubbløperne i dagens elitegruppe startet her, hvor søkelyset ble rettet mot lek, samhold og skiglede, med onsdagsrenn, tirsdagskveldsmat på klubbhuset og tilskuere på worldcup-sirkuset, til de en dag selv kjempet om muligheten til å ende på den store scenen. Elitegruppa i Konnerud IL kalles «Team Konnerud», og den besto av 25 utøvere da intervjuer ble avholdt. I 2025–2026-sesongen består gruppa av 40 utøvere.

Skigruppa har også fantastiske skifasiliteter for trening. Frivillig innsats legger til rette for god skilek for barna, med store flater, et stort og godt preppet løyenet, egen snøproduksjon og et mye brukt klubbhus som sosialt hjerte i det hele. Snøproduksjonen gjør også at årets første renn i kalenderen for de fleste på Østlandet er Konnerudrennet.

Et forhold som skiller skigruppa fra de andre idrettene i Konnerud IL, er at den har hatt det tekniske ansvaret for den årlige World Cup-skisprinten i Drammen sentrum siden 2003. Det hadde ikke vært mulig å gjennomføre en slik byskisprint uten de frivillige. Det er mye logistikk med å lage og transportere snø, med løypekonstruksjon og med vakter, noe som sier mye om den ekstra innsatsen som frivillige i skigruppa legger ned (Kristiansen et al., 2025). Samtidig sier det noe om de menneskelige ressursene som finnes i bydelen Konnerud, hvor det er mye kompetanse, vilje og gjennomføringskraft samlet. Blant Konneruds ILs medlemmer og tidligere medlemmer er det politikere, ordførere og nasjonale ledere i idretten. Den (vanligvis) økonomiske oppsiden med å være med på å arrangere skisprinten har også gitt skigruppa økonomisk spillerom til å ansette trenere som ivaretar utvikling. I et intervju med en av toppidrettsutøverne fra Team Konnerud, Kristian Kollerud, trekker han frem de to trenerne Mads og Lage når han skal definere hvem som har vært viktige for hans egen utvikling. «De har tilrettelagt fra ung alder [...] Jeg er utrolig takknemlig for den gode reisen jeg har fått i Konnerud med det teamet vi har nå [...]. Vi har et verdensklasselag, men også en verdensklassetrener» (Konnerud Sport, 2024, s. 23–24).

Metodiske betraktninger

I denne kvalitative studien har vi snakket med ulike interessenter involvert i Konnerud IL, som trenere, ledere, frivillige og utøvere (N=10). Vi har hatt to lengre fokusgruppeintervjuer, ett med ledere og trenere og ett med utøvere i elitegruppa. Fokusgruppeintervjuer gjorde det mulig for deltakerne å diskutere og kollektivt reflektere over forskningsspørsmålene knyttet til utvikling av et prestasjonsmiljø i denne gruppa (Stewart & Shamdasani, 2014). Intervjuene varte i henholdsvis 95 og 55 minutter, og de ble transkribert og analysert. I tillegg har vi hatt mange uformelle samtaler og besøkt klubben flere ganger. Både trener og sportslig leder i Konnerud IL er medforfattere, dermed ble trener (se underkapittel «Trener Lage Sofienlund om 'hjørnesteinene i Konneruds prestasjonskultur'») og sportslig leder (se underkapittel «Ildsjeler og Team Snø») utfordret til å bidra med fortellinger om opplegget i skigruppa. Dermed har ulike tekster blitt satt sammen for vise hvordan utøvere og trenere jobber mot felles mål for å bli best mulig på ski. For å fortelle denne historien retter vi søkelys på ulike fortellerstemmer (*narrator's voice*, jf. Chase, 2005, s. 657). Disse ulike vinklingene gjør vi rede for i teksten.

Datainnsamling foregikk over en periode på fem måneder, og nye funn ble sammenliknet med eksisterende data for å bekrefte forståelse. Ved hjelp av deres fortellinger har trener og leder blitt aktive i forskningsprosessen (Elliott, 2005). Trener og leder har ikke vært del av analysen av intervjuer (se underkapittel «utøverstemmene»), men de har vært med på diskusjoner av utkast i forskningsgruppa (Kristiansen et al., 2024; Riessman, 2008). En slik nærhet kan også kritiseres, men forskningsgruppa har vært stor, og en distanse til historien har blitt opprettholdt av de andre forskerne (Patton, 2014). Sisteforfatter har eksempelvis i utgangspunktet hatt liten kjennskap til Konnerud-miljøet, og han har i analysearbeidet òg hatt rollen som kritisk venn for å redusere risikoen for bias (Repstad, 2007). Det er viktig å presisere at både trener og leder var innforstått med og godkjente at de ble identifisert i egne fortellinger.

Skigruppa som en liten celle

Basert på informantenes beskrivelser av sentrale komponenter eller faktorer i Konnerud ILs prestasjonskultur har vi konstruert en tannhjulmodell for å illustrere disse (se figur 1). Modellen er en forenkling av kompleksiteten som oppstår i samspillet mellom bredde- og toppidrett der ulike faktorer

og interesser har vært avgjørende for å skape en prestasjonskultur. Som en informant uttrykte det: «Vi har mange kompetente folk, mange grupper med høyt sportslig nivå. Og vi vil jo gjerne at de skal drive med ulike idretter. Vi prøver å ha en breddeidrettsbase, men det skal være lov å være god.» Et tannhjul er et system som overfører bevegelse ved at omdreiningen økes eller minskes ved hjelp av hjulenes innbyrdes størrelse, eller brukt på denne konteksten om en klubb: Hvis en av delene ikke fungerer optimalt, eller hvis det er sand i maskineriet (dvs. interne ødeleggende konflikter i klubben), vil det få konsekvenser for utviklingen av prestasjonskulturen.



Figur 1. Identifiserte faktorer knyttet til eliteteam ski i Konnerud IL.

Et økonomisk element

Ski er en vintersport som stiller mange krav til planlegging, organisering og logistikk, som er avgjørende for å kunne skape gode utviklingsmiljø. Skisprinten har betydd mye for dannelsen av prestasjonscellen gjennom

kompetanseheving hos ressurspersoner og frivillige, og for de påfølgende konsekvensene av satsing på langrenn:

I 2003 så kom World Cup til byen, og i 2000, 2001 og 2002 ble de født disse som er gode nå. WC ga oss penger i skigruppa, det var engasjement rundt idretten. I 2010 fikk vi asfaltert rulleskiløype her oppe, da var den gjengen vi snakker om [dagens elitegruppe] cirka ti år, tidlig fase, i 2011–12 ansatte skigruppa trenere som ikke var foreldre for de som var 15 år og oppover [...] Men det tok noen år før dette ble en fulltidsstilling. (Leder)

Det å få muligheten til å arrangere et slikt toppidrettsarrangement bidro til å rekruttere flere frivillige og til å skape et økonomisk fundament å bygge på, i tillegg til økt rekruttering til idretten lokalt. Topp påvirker bredde også. For alle de unge skiløperne på Konnerud betyr det mye å se de virkelige store profilene trene i nærmiljøet og også å få trene sammen med dem. I intervjuer sa også dagens eliteløpere at det for dem som yngre betydde mye å se de beste konkurrere.

Ildsjeler og Team Snø

For at en klubb skal kunne fungere best mulig og skape *idrettsglade* barn, er det mange ildsjeler som jobber hardt med tilrettelegging. For Konnerud er ildsjelene som sørger for løyper, viktige brikker, og disse går under navnet «Team Snø». Oppgavene til Team Snø handler om å produsere snø og legge til rette for god aktivitet gjennom vinteren. I tillegg tar teamet seg også av anlegg for skilek og prepper løyper. Teamet består av gjennom sesongen fra seks til ni aktive bidragsyttere. Men hvor omfattende er det egentlig å ha ansvar for snø og løyper for en klubb som arrangerer et worldcup-renn, skisprinten, nesten hvert eneste år?

To av Team Snøs medlemmer fortalte i intervju at de totalt legger ned ca. 1600 timer i snøproduksjon. Snøproduksjon handler om å kjøre lanser¹ og kanoner rundt, koble av og på vann, målinger, vedlikehold av snøanlegget og oversyn. De bidrar i arbeidet med løypekjøring, vedlikehold av ATV og utstyr, onsdagsrenn og skisprinten i byen. I tillegg gir de direkte hjelp til Team Konnerud, blant annet følgebil ved barmarkstrening og samlinger.

1 Lanser er en lang stang koblet til en vannpumpe, og disse lansene spytter ut vann som blir til snø. Denne måten er en av de to vanligste måtene å produsere snø på, hvor snøkanoner er den andre. Konnerud IL har begge.

De aner ikke selv hvor mange timer de legger ned i frivillig arbeid for klubben. Det anslås timeantall som nærmer seg halve stillinger i arbeidslivet.

Samholdet og at de bidrar med noe positivt for bydelen Konnerud, er det som driver dem. En av de frivillige fortalte oss at: «Jeg startet her under korona fordi jeg kjedet meg. Det baller på seg når man er dårlig til å si 'nei'.» En annen forklarte: «Jeg liker å ha kontakten med utøverne, og at det er så mange som legger ned så mye for å bli bedre, det er moro å være en del av det.» Videre understreket de frivillige hvor viktig breddeidretten er som motivasjonsfaktor for dugnadstimer: «Jeg blir motivert av å se gleden barna viser av å ha det gøy på trening, og at det er dyktige trenere og ledere her.»

Siden disse «superfrivillige» gjør en uunnværlig og tidkrevende jobb for klubben, får de naturlig nok mange positive tilbakemeldinger på jobben de gjør. Disse tilbakemeldingene ble understreket som motiverende: «Det er utelukkende positive tilbakemeldinger fra alle jeg møter når de får vite hva vi driver med. Aldri negativt.» Ekstra stas er det også å følge med på utøvere, men de frivillige uttrykte at de hadde en like god dialog med alle, fra barn og trenere til de aller beste skiløperne.

Det viser seg at de vi snakket med, mener livskvaliteten øker av å bidra i Team Snø og rundt skigruppa. De innrømmer at de blir slitne, men at de mener det er verdt det, og at det er et positivt element i livet. De kjenner tilhørighet til klubben, og de bryr seg om klubb og det som skjer på Konnerud. De brenner for frivillighet, men også for stedet. Da de ble spurt om de ville ha fortsatt som frivillige selv om de flyttet fra Konnerud, ble det poengtert: «Jeg vil fortsette å hjelpe til her selv om jeg flytter lenger unna. Innsatsen jeg legger, dikterer litt hvor jeg flytter.» Tilhørigheten til Konnerud (versus Drammen) er viktig for de involverte. Utsagnet viser på mange måter hvor viktig idrettslaget – og skigruppa, er for stedstilhørighet.

Trener Lage Sofienlund om «hjørnesteinene i Konneruds prestasjonskultur»

Å drive fram en idrettskultur tar tid. I Konnerud IL har det gjennom en snart 100 år lang historie vært en stor barne- og breddeidrettskultur. Aktivitetsnivået har vært veldig stort, arrangementene mange, og anleggene har blitt bedre. De tre fundamentale A-ene i idrettslagsvirksomhet, aktivitet, arrangement og anlegg (Konnerud IL, 2024), har over tid sementert idrettslaget og gjort Konnerud IL til et av Norges største og aller mest

pulserende idrettslag. Med en fungerende klubbadministrasjon og store mengder frivillig arbeid er det en solid plattform i idrettslaget som gjør at man føler Konnerud IL står stødig. På denne plattformen, og opp av denne underskogen av myldrende barn og ungdomsaktivitet, er det nå de siste årene blomstra opp et skikkelig toppidrettsmiljø i langrenn.

DNA-et i dette skilmiljøet er at det er et hverdagsbasert treningsmiljø der utøvere og trenere er i interaksjon mange ganger hver eneste uke. Fellestreninger, smågruppetreninger, individuelle økter, samtaler og møter rammer inn en treningshverdag som samler 20 utøvere i alderen 19 til 32 år i et dagtidsbasert treningsmiljø retta mot seniorløpere som ønsker å bli så gode de kan klare å bli.

Så hva er det som kjennetegner en prestasjonskultur som blomstra opp fra et klubbhus i et stort fleridrettslag i ei «bygd» rett utafor Drammen? I den solide fellesskapsmaskinen Konnerud IL består seniorlaget, som en egen celle i skigruppa, av to trenere og 20 utøvere. Fire hjørnesteiner preger denne cellas prestasjonskultur, det er *treningskvalitet*, *fellesskap*, en *systematisk treningsmodell* og stort *fokus på kontinuitet*.

Vi setter *treningskvalitet* høyt og er mer opptatt av å telle antall gode økter enn antall timer trent. Det å gå ut på trening for å bli bedre står sentralt. Hva skal vi øve på i dag? Hva skal vi bli bedre på? Evnen til sjøregulering i læringsprosessen er en kjerneferdighet vi jobber hardt med at skal være fremragende sterk. Tydelige fokuspunkter, dønn tilstedeværelse i gjennomføring, skarpe evalueringsrutiner. For å styrke gjennomføringsfasen bruker vi læringsarenaer svært aktivt. *Likemannslære* og *mesterlære* er hovedmotoren i treningshverdagen. Som trener prøver jeg å tilrettelegge for at disse læringsarenaene blir sterke. Hvem jobber i par med hvem? Hvem kompis-evaluerer med hvem? Hvem går bak hvem? Hvem er i samme smågrupper? Hvem er sammen i diskusjoner i møter og smågruppesamtaler? Det å treffe på bruken av gruppas medlemmer i relasjoner med hverandre ser jeg på som den kanskje viktigste jobben jeg gjør på gruppenivå.

Den andre hjørnesteinen i kulturen vår er *fellesskap*. Jeg prøver å skape hensiktsmessige trener–utøver-relasjoner med hver enkelt. Nærheten i relasjonen er for meg viktig. Det handler om kjærlighet, om trygghet, om tillit. Jeg bryr meg veldig om utøverne mine, er glad i dem, ønsker dem virkelig vel, og når utøverne kjenner på samme følelser overfor meg som trener, så oppstår det ofte en kjemi som gir grobunn for å kunne være ærlige, direkte, klare og tydelige med hverandre. Jeg opplever at en sterk trener–utøver-relasjon er et godt utgangspunkt for at utøverne

føler seg trygge og også klarer å bidra i fellesskapet. Jeg er opptatt av fellesskapet. Jeg spør ofte utøvere om: «Hva tilfører du oss? Hva er ditt bidrag inn i denne kulturen?» Jeg ønsker å bevisstgjøre utøverne om at de er ansvarlige for å bygge den kulturen man er en del av. Ulike utøvere kan lede opp kultur på hver sin måte. Du har sosiale ledere, kvalitetsledere, prestasjonsledere, verbale ledere, omsorgsledere, osv. Jeg ønsker å finne det i hver enkelt som kan være den enkeltes felt å lede opp kultur fra. Raushet, initiativ og humor er grunnverdiene i miljøet vårt, og alle utøverne i laget vårt har kvaliteter som kan speiles i disse verdiene. Det gjelder bare å få dem bevisstgjort, så de effektivt kan bruke seg sjøl inn i fellesskapet. Hvem er du i din kultur, og på hvilken måte kan du ta lederskap for å styrke den kulturen videre?

Den tredje hjørnesteinen er den *systematiske treningsmodellen* vår. Vi har utvikla en treningsmodell som utøverne i laget har omfavna. Det gir oss god kontroll, og en følelse av et felles rammeverk rundt treningsarbeidet som utøverne finner både forutsigbarhet og trygghet i. Som trener tror jeg på kontroll og en filosofi der «kjør safe» står sentralt. Vi forsøker å være skikkelig gode på det som er enkelt, på det som er gratis, på det som er hverdagslig. Det å ha en spartansk tilnærming til det vi driver med, er viktig for oss. Vi skal styre fokuset inn på de tingene som er kampavgjørende, på de tingene som virkelig gjør en forskjell. I treningsmodellen vår følger utøvernes belastning og framgang. Vi har oftere innslag av hviledager enn mange andre idrettskulturer. Vi tror på mental og fysisk hvile. Det å bli skikkelig restituert.

Den fjerde og siste hjørnesteinen i kulturen vår er *kontinuitet*. Vi har bygd opp hverdagen vår på en måte som skal sikre gode perioder. Gode økter gjør deg god, men det er de gode sammenhengende periodene som gjør deg best. Vi forsøker å være gode på å stå i utviklingsprosesser over tid, der man får jobba kontinuerlig med arbeidsoppgaver, enten det er tekniske, mentale, taktiske, fysiske eller kulturelle oppgaver. Utviklingsmål må ses igjen i treningsplanen, vi må sikre at vi får øvd nok på det vi velger å prioritere. Samtidig må vi alltid huske at god øving også har en kostnad. Det kan være slitsomt for både kropp og hode. Vi må derfor bruke på-av-knappen aktivt, og passe på at utøverne og trenerne også har fridager, og roligere treningsdager. Å sikre kontinuitet i utviklingsarbeidet er på mange måter den hjørnesteinen som skurrer opp og ned volumet i hverdagen vår.

Utøverfortellingene om prestasjonskulturen

I fokusgruppeintervjuet med utøverne ble trenerhistorien bekreftet og utdypet. Begrepet kultur var det første de tok tak i da vi spurte dem om treningshverdagen:

I vår kultur er det ingen forskjell på nivå, eller vi blir ikke prega av hvem som har gode resultater fra vinteren – og hvem som har mindre gode resultater. På en måte stiller alle på samme nivå på trening, vi er nysgjerrige, og alle kan bidra på noe. Tidligere resultater har mindre å si. Den som er best, er den som kommer best forberedt og gir mest. Du er på en måte god hvis du kommer godt forberedt og gir mest på treninga, ikke den som på papiret er best.

Slik definerte utøverne kulturen i skigruppa. Det er fokus og tilstedeværelse når man møter opp på trening, antall medaljer og verdenscupseire gjør deg ikke til den beste den dagen. Dette fokuset og bevisstheten kommer til syne blant annet gjennom den daglige samtalen om mål, før og etter trening. Oftest skjer denne samtalen på oppvarmingen, alle har ulike mål, men det er også overordnede rammer:

Vi har ofte overordna mål – i dag skal vi jobbe med dobbeldans i høy fart, men så har også den enkelte egne mål tilpasset dette overordna. Egne tekniske ting. Vi jobber ofte i par for å hjelpe hverandre, da må vi fortelle hva de individuelle målene er også.

Det er en plan for hvem som jobber sammen, og det er trener som setter utøverne sammen i situasjoner hvor de må jobbe med en annen. I Konnerudkulturen kalles dette *likemannslære*. Oppvarmingen brukes ofte til å jobbe i par, der utøverne går rolig og snakker med partneren. Da blir mål og arbeidsoppgaver klargjort, og etterpå jobbes det spesifikt med disse. Gruppa på tjue utøvere har én trener, og det sier seg selv at han ikke kan holde kontrollen på hva alle gjør i den spesifikke delen. «Men i par klarer vi å være veldig spesifikke med hverandre. Da er det også lettere for han.» Det sier seg selv at hvem som blir satt sammen for de ulike øktene, blir viktig. De som besitter spesifikke kunnskaper, må dele med de andre. Og stort sett er alle fornøyd med parene:

Det er ofte etter nivå [...] en dag kan jeg være mye på å gi, en annen dag får jeg når det er noe jeg er veldig dårlig på [...]. Trener sier ofte at vi skal være klar på hvem vi er de ulike dagene: «Hvem skal jeg være i dag?»

Unisont ble det trukket frem at alle som møter på trening, har et kollektivt ønske om å bli bedre; «[m]an møter ikke opp bare for å være sosial». Hvis noen har en dårlig dag og sutrer litt, «blir du fort dratt inn igjen. Det er en felles standard». Denne standarden var spesielt tydelig for utøvere utenfra, og som tilhører treningskollektivet Team Konnerud. «Standarden er klar, du vil ikke være den som kommer og ikke er forberedt». Og at opplegget virker, er blitt bevist gjennom fremgangen som alle har hatt:

Du ser at den jobben vi gjør, kan føre til toppen, uten det hadde det verre [...] selv om vi stiller likt på trening, så ønsker vi gjerne å nå toppen, det er fint å se at det går an, man observerer kanskje de beste litt ekstra [...]. Mestringstro, alle trener jo likt, og vi får mer troa på det vi gjør.

Selv om lagfølelsen er sterk i denne prestasjonskulturen, ble de individuelle tilpasningene også diskutert; langrenn er jo en individuell idrett.

Det unike her er at vi skal lære av hverandre, her er det nøkkelen til å bli bedre. Det er mange individuelle tilpasninger, men vi trener etter et felles mønster, et kriterium er jo at alle følger den samme syklusen, jeg tror nok at det er veldig viktig [...]. Det er en trygghet, og det gjør det lettere å sammenligne og dele erfaringer.

Laget har kvalitetsøktene sammen, mens mengdetrening blir gjennomført på forskjellige måter og ikke i samme grad sammen. Det er to av disse normalukene i hver fireukerssyklus, og det er i disse ukene de henter seg inn igjen. Det er ti stykker som er kjernen i gruppa – i tillegg til trener. «Trener er helt klart nummer én i grunnmuren, du merker det hvis han ikke er der.» Noen andre trenere har blitt trukket inn på teknikk og pacing, men hovedtreners rolle ble hele tiden understreket:

Alt kommer fra trener, at han har alt å si, vet alle. Vi må være *coachable*, vi får mer ut av trener hvis vi gir tilbake og gir av oss selv. Vi må ønske å bli trent også – og være ærlige [...]. Lage har jo også mål for seg selv om å være en god trener, hvis vi ikke hadde levert, så hadde ikke han vært her i det hele tatt [...]. Så lenge vi gir av oss selv, så er han er [...]. Han fordeler sin energi på de som vil og gir noe tilbake, han har ikke like mye innsats på alle utøverne.

Også i konkurranseperioden prøver utøverne å være der for hverandre, selv om de har mye mer individuell kontakt med hverandre og trener. Dog har de snakket mye om at det er viktig å opprettholde «følelsen av å

være et lag», og felles oppmøte før intervaller er en måte å oppnå det på. Samtidig har de snakket mye om «å ha respekt for hverandres planer [...]». Hvis en velger å gjøre noe som er viktig for at han eller henne skal prestere best mulig, må vi må også respektere at vi er forskjellige, og at det ikke er negativt om en fellestrening kuttes.»

Utøvere utenfra Konnerud, som får trene på lik linje med de lokale løperne i Team Konnerud, mener det er bra for regionens langrennsløpere at et slikt prestasjonsmiljø finnes. Anlegg for rulleskøyter om sommeren og skiløyper som vedlikeholdes av en kjernegruppe av frivillige, gjør at «det er naturlig at alle samles her. Det er løyper i verdensklasse». Det gjør også at de føler at det lokale miljøet er det rette for å utvikle seg til å bli verdens beste.

Diskusjon

Noe av det vi hørte ofte i våre mange møter med ulike interessenter knyttet til Konnerud IL, var: «Vi gjør det enkelt, og vi er flinke til å ha det morsomt.» Det ser ut som denne tankegangen er en grunnpilar i langrennsgruppa. De nærmest legemliggjør William av Ockhams (ca. 1287–1347) «barberkniv-lov» om at man ikke bør innføre flere begreper og størrelser enn nødvendig. Dette enkelhetsprinsippet i vitenskapsteoretisk metodologi er tydelig ved at ting blir gjort enkelt: De bruker det gamle treningsrommet de har, og mange lokale frivillige bidrar i prosessen. Trenerkompetanse er hentet inn, men i tillegg til elitegruppa trener hovedtrener også åtte-åringene. Samlet sett har klubben de avgjørende driverne for å utvikle et toppidrettsmiljø og toppidrettsutøvere (se figur 1). De har kort sagt rettet søkelys på «minutfaktorer», det som gir størst effekt, og har ikke gått seg vill i «sekundfaktorer» og forhold som har relativt beskjeden innflytelse (Høigaard & Jørgensen, 2000; Collins, 2001). I denne minutfaktororienteringen fremheves humor som viktig, noe som underbygges av forskningen som viser at humor spiller en viktig rolle i et team fordi den kan lette relasjonsbyggingen og øke trivselen, og man kan bli mer motivert for å gjøre en jobb i og for teamet (Høigaard, 2020; Martin, 2018). Humor og glede ble nevnt som viktige faktorer også blant de frivillige, noe som støtter tidligere funn om at frivillighet kan styrke en følelse av ansvar overfor lokalsamfunn og føre til høyere livskvalitet for den som bidrar (Kristiansen et al., 2023).

Lederskap på ulike nivåer fremstår som avgjørende for suksessen. Flere nåværende og tidligere toppledere i klubben har bred politisk erfaring og har tidligere vært tilknyttet ulike særforbund (Kristiansen et al., 2025).

Disse har hatt stor kompetanse og forståelse for idrett, og de har skapt organisatoriske og økonomiske betingelser for å utvikle toppsatsing, blant annet gjennom skisprinten. Lederskapet på trener- og utøversiden er også verdt å merke seg. Dagens prestasjonskultur har lokalt forankrede trenere – og det tenkes kontinuerlig kontinuitet. For eksempel var klubbens assistenttrener trener for hovedtrener da sistnevnte selv var ung utøver. Trenerlederskapet har, slik det omtales av de intervjuede, klare kontaktpunkter med det som omtales som *identitetslederskap* (Høigaard & Giske, 2019; Steffens et al., 2020). Sentralt i denne lederskapsteorien er prototypeatferd, som blant annet innebærer at den i gruppa som best representerer gruppas identitet (prototype), har mest innflytelse over medlemmene og vil være den mest effektive lederen. En prototype vil fremstå som en «ideell» person i en lederrolle ved at han eller hun er «identisk» med gruppa, og man forventer dermed at vedkommende vil beskytte gruppas interesser. Hvis en trener også er en prototype, vil vedkommende ha godt grunnlag for å utøve innflytelse på utøverne. Lederskap er dermed knyttet til trenerens evne til å representere, fremme og skape en felles følelse av sosial identitet i laget (Haslam et al., 2011; Steffens et al., 2020). Hovedtreneren Lage Sofienlund viser gjennom sin fortelling tilknytning til klubben Konnerud IL, og hvilken betydning klubben har for ham. På denne måten fremstår han som en prototype i klubben og i teamet. Ved å være en prototype har han bidratt med å fremme og skape felles identitet. Han blir en modell som representerer utøverne, laget og klubben, og ved å være teamets eller klubbens prototype legges grunnlaget for å kunne lede på en effektiv og god måte. Dette ble støttet i intervjuene med utøvere.

Et annet aspekt ved lederskapet er *utøverledere* (Fransen et al., 2014; Loughhead et al., 2006). Sentralt i treningsfilosofien er treners søkelys på at utøverne skal ta ansvar for egen utvikling gjennom likemannslære og mesterlære. Dette bidrar både til å styrke egen forståelse i tillegg til konstruktivt å bidra til utviklingen til de andre utøverne på laget. En slik tilnærming og organisering vil kunne skape større eierskap til både egen og andres utvikling, men også til teamet som helhet. På denne måten styrkes samholdet og forsterkes utviklingen av en «vi-følelse», som vil være katalysatorer for prestasjonsutvikling og utvikling av en prestasjonskultur. Utøverne var tydelige på forventningen om at man som medlem av gruppa bidrar med det man er god på. Det kan bidra til at de får bevissthet om egne styrker, men også økende bevissthet om hva man trenger å jobbe mer med. Funnene viser at Konnerud IL preges av et sterkt *mestringsklima*. Søkelyset er rettet

mot innsats og egen framgang – og trener er flink til å se alle utøvere i gruppa (Kristiansen & Berntsen, 2021; Roberts, 2012). Det er også viktig å poengtere at det å stimulere til å gi og motta feedback er i tråd med både Høigaard (2020) og Vik (2007), som begge fremhever at vilje og evne til å gi og motta feedback er en nøkkelfaktor i en prestasjonskultur.

Selv om klubbstrukturen er egalitær, blir noen av medlemmene i gruppa omtalt som spesielt viktige, med roller som kan benevnes kulturelle arkitekter. Ifølge Danielsen et al. (2019) er disse utøvere som ofte har sentrale posisjoner i laget, som har gode sportslige resultater, og som gjennom sin atferd og sine holdninger er pådrivere for å utvikle, forbedre og gjennomføre teamets og trenerens visjoner, strategier og mål. De er kort sagt viktige kulturutviklere og kulturbærere i et team. De er sannsynligvis avgjørende for å kunne utvikle en solid og bærekraftig prestasjonskultur ved at de bidrar til å opprettholde kontinuerlig høy kvalitet på fellestreninger. Derfor var det viktig for utøvere å være til stede på klubbtreninger, selv om det gikk på bekostning av trening med landslag. Dette temaet har media tidligere rettet søkelys på i sin dekning av skigruppa, men skigruppas motsvar har vært at man ikke endrer på noe som fungerer. I stedet har landslaget også i større grad måttet åpne for personlige avtaler hvor det «som fungerer», blir ivarettatt (Bekkestad & Richvoldsen, 2024). Denne åpningen kan man anse som en bekreftelse på at kvaliteten i treningsarbeidet er av så høy kvalitet at det fra forbundets side anses som at trening i eget miljø er hensiktsmessig for disse utøverne.

Ifølge treneren er fundamentet i treningsarbeidet kvalitet, systematikk og kontinuitet. En slik praksis ser ut til å være godt forankret i utøvergruppa. Som team har gruppa tydelige mål og klare retningslinjer og prinsipper for trening, men det konkrete treningsarbeidet er skreddersøm. Søkelys på og systematikk i kommunikasjonen, gjennom fellessamtaler, samtaler i smågrupper og individuelle samtaler, er en rød tråd i det utøverne forteller om kultur og treningsarbeid. I disse samtalene blir utfordringer og problemer tatt opp, og man justerer og tilpasser treningen til den enkelte. Dette er sannsynligvis en avgjørende faktor for den sportslige suksessen til utøverne (Cruickshank, 2019).

Flere praktikere og forskere har fremhevet betydningen av trener–utøverrelasjonen for å legge til rette for optimal individuell utvikling og gode prestasjoner (Høigaard & Jørgensen, 2000; Jowett & Lavallee, 2007; Kristiansen et al., 2024; Moen, 2013). Det er god grunn for å hevde at dette er en avgjørende suksessfaktor for kulturen og prestasjonene trener og ledere har skapt på

Konnerud. Selv om det er noen tydelige figurer i miljøet, også løftet frem i media, understreker utøverfortellingene betydningen av å være et team. Og i teamet er det et klart søkelys på utvikling, men alle blir ivaretatt, noe som også gir muligheter for vennskap ut over det å være klubbvenner. I tråd med teori vil nettopp en sterk teamidentitet og relasjonskvaliteter være karakteristisk for å skape utvikling over tid og etablere en prestasjonskultur (Coyle, 2018; Cruickshank, 2019; Høigaard, 2020; Vik, 2007). Prestasjonskulturer er imidlertid dynamiske, og selv i etablerte kulturer er det en sårbarhet som kan bidra at kulturen stagnerer, forvitrer eller råtner. For at den etablerte prestasjonskulturen i Konnerud skal vedvare, må kulturens innhold og uttrykk evalueres kontinuerlig. Det må være ønske om og vilje til å justere og endre, men like viktig for dette prestasjonsmiljøet er det å holde fast ved alt det gode arbeidet som er og blir gjort.

Om forfatterne

Elsa Kristiansen er professor i management ved Universitetet i Sørøst-Norge. Hun har publisert innenfor idrettspsykologi (motivasjon, stressmestring, mediastress, trener-utøverforhold) og eventledelse (frivillighet, ungdoms-OL, interessentsamspill knyttet til utvikling av utøvere og eventer). Kristiansen leder forskningsgruppen *Kulturopplevelser og interessentsamspill* ved USN Handelshøyskolen.

Brage Kampenhaus Rødal er leder for sport og samfunn i Konnerud Idrettslag med overordnet sportslig ansvar. I rollen er han blant annet delaktig i arrangementer som NM på ski 2020 på Konnerud og World cup sprinten i Drammen. Rødal har mastergrad i idretts- og treningspsykologi fra University of Roehampton og PPU fra Norges Idrettshøgskole.

Lage Sofienlund er sportslig leder i skigruppen i Konnerud Idrettslag. Han er også hovedtrener for elitesatsingen Team Konnerud hvor det er flere løpere på høyt internasjonalt nivå. Sofienlund har erfaring fra elitefotball i Strømsgodset toppfotball som utviklingsleder, og har en mastergrad i trenerrollen fra Norges Idrettshøgskole.

Rune Høigaard er professor ved Universitet i Agder og Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU). Han er fagansvarlig i

idrettspsykologi ved Olympiatoppen Sør. Høigaard har lang erfaring med undervisning innenfor veiledning, coaching, gruppedynamikk og idrettspsykologi. I tillegg har han mange års erfaring med veiledning, teamutvikling og organisasjonsutvikling innenfor toppidretten og næringsliv. Hans primære forskningsfelt er gruppedynamikk, veiledning og ledelse i idrett. Han har publisert en rekke nasjonale og internasjonale vitenskapelige artikler og bøker.

Referanser

- Barker, D., Barker-Ruchti, N., Wals, A. & Tinning, R. (2014). High performance sport and sustainability: A contradiction of terms? *Reflective Practice*, 15(1), 1–11. <https://doi.org/10.1080/14623943.2013.868799>
- Bekkestad, O. K. & Richvoldsen, A. (2024, 5. oktober). Kristine Stavås Skistad avslår tilbud: – Har hintet litt. *Nettavisen*. <https://www.nettavisen.no/5-95-2052893>
- Chase, S. E. (2005). Narrative inquiry: Multiple lenses, approaches, voices. I N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Red.), *The Sage handbook of qualitative research* (3. utg., s. 651–679). Sage.
- Collins, J. (2001). *Good to great: Why some companies make the leap ... and others don't*. Harper Business.
- Coyle, D. (2018). *The cultural code: The secrets of highly successful groups*. Bantam Books.
- Cruickshank, A. (2019). Culture, leadership, and management with elites. I D. Collins, A. Cruickshank & G. Jordet (Red.), *Routledge handbook of elite sport performance* (kap. 19). Routledge.
- Cruickshank, A. & Collins, D. (2012). Culture change in elite sport performance teams: Examining and advancing effectiveness in the new era. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(3), 338–355. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.650819>
- Elliott, J. (2005). *Using narrative in social research: Qualitative and quantitative approaches*. Sage.
- Fransen, K., Vanbeselaere, N., De Cuyper, B., Vande Broek, G. & Boen, F. (2014). The myth of the team captain as principal leader: Extending the athlete leadership classification within sport teams. *Journal of Sports Sciences*, 32(14), 1389–1397. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.891291>
- Haslam, S. A., Reicher, S. D. & Platow, M. J. (2011). *The new psychology of leadership. Identity, influence and power*. Psychology Press.
- Høigaard, R. (2020). *Gruppedynamikk og ledelse i idrett*. Cappelen Damm Akademisk.
- Høigaard, R. & Giske, R. (2019). Ledelse og lederteorier i en idrettslig kontekst. I S. A. Sæther (Red.), *Idrettsvitenskap: perspektiver og praksis* (s. 215–239). Universitetsforlaget.
- Høigaard, R., Hofseth, E. & Schei, G. (2026). Teampsykologi i eliteidrett: Teamoptimalisering – prestasjon og resiliens. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø*. Cappelen Damm Akademisk.
- Høigaard, R. & Jørgensen, A. (2000). *Veiledningssamtaler i idrett*. Høyskoleforlaget.
- Jowett, S. & Lavallee, D. (Red.). (2007). *Social psychology in sport*. Human Kinetics.
- Konnerud idrettslag. (2024). *Klubbhåndbok*. https://konnerud.no/storage/files/uploads/filer/Klubbha%CC%8Andbok%20KIL%2028%20april%202024_.pdf
- Konnerud Sport. (2024). Målet er å komme på landslaget! *Konnerud Sport*, 49(2), 22.
- Kristiansen, E. & Berntsen, H. (2021). *Idrettspsykologi: Motivasjon, ledelse, prestasjon*. Universitetsforlaget.

- Kristiansen, E., Broch, T. B. & Stensrud, T. (2024). Chasing an olympic dream: A holistic approach to how youth athletes narrate injuries, performance, and the value of being seen. *Sports Coaching Review*, 1–23. <https://doi.org/10.1080/21640629.2024.2343576>
- Kristiansen, E. & Houlihan, B. (2017). Developing young athletes: The role of the private sport schools in the Norwegian sport system. *International Review for the Sociology of Sport*, 52(4), 447–469. <https://doi.org/10.1177/1012690215607082>
- Kristiansen, E., Houlihan, B., Johnsen, K. Ø., Opstad, B. & Stubberud, H. A. (2025). Managing stakeholder tension in the hosting of a major ski sprint event in a Norwegian city. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/19406940.2025.2529197>
- Kristiansen, E., Prebensen, N. K. & Chen, J. S. (2023). Benefits of volunteerism and quality of life: A Norwegian perspective. I M. Uysal & M. J. Sirgy (Red.), *Handbook of tourism and quality-of-life research: Enhancing the lives of tourists, residents of host communities and service providers* (2. utg.). Springer.
- Kristiansen, E., Stensrud, T. & Holmeset, V. (2026). Utvikling av robuste kvinnelige håndballspillere: Mestring av overgangen til elitenivå. I S. A. Sæther & R. Høigaard, *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø*. Cappelen Damm Akademisk.
- Loughead, T. M., Hardy, J. & Eys, M. A. (2006). The nature of athlete leadership. *Journal of Sport Behavior*, 29(2), 142–158.
- Martin, R. A. (2018). *The psychology of humor. An integrative approach* (2. utg.). Academic Press.
- Meld. St. 26 (2011–2012). *Den norske idrettsmodellen*. Kulturdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld-st-26-20112012/id684356/>
- Moen, F. (2013). *Prestasjonsutvikling: Coaching og ledelse*. Fagbokforlaget.
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D. & Sarkar, M. (2013). Defining and characterizing team resilience in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(4), 549–559. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.01.004>
- Norges idrettsforbund. (u.å.). *Barneidrett*. <https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/>
- Patton, M. Q. (2014). *Qualitative research and evaluation methods* (4. utg.). Sage.
- Repstad, P. (2007). *Mellom nærhet og distanse. Kvalitative metoder i samfunnsfag* (4. utg.). Universitetsforlaget.
- Riessman, C. K. (2008). *Narrative methods for the human sciences*. Sage.
- Roberts, G. C. (2012). Motivation in sport and exercise for an achievement goal theory perspective: After 30 years, where are we? I G. C. Roberts & D. C. Treasure (Red.), *Advances in motivation in sport and exercise* (3. utg., s. 5–58). Human Kinetics.
- Steffens, N. K., Fransen, K. & Haslam, S. A. (2020). Leadership. I S. A. Haslam, K. Fransen & F. Boen (Red.), *The new psychology of sport and exercise: The social identity approach* (s. 41–58). Sage.
- Stewart, D. W. & Shamdasani, P. N. (2014). *Focus groups: Theory and practice* (3. utg.). Sage.
- Vik, S. (2007). *Prestasjonskultur og prestasjonsledelse*. Universitetsforlaget.

KAPITTEL 19

«Det er jo et sjokk å komme til seniornivået»: kvinnelige eliteutøveres opplevelser av utviklingsmuligheter i starten av seniorkarrieren i langrenn

Silje Storaas Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Max Bergström Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Guro Strøm Solli Nord universitet, Norge

Stig Arve Sæther Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Norge

Abstract: Previous research has identified the start of a senior career as the most challenging phase in a sports career, as the athlete from one season to the next usually must deal with a decline in performance and higher level of competition. The purpose of the study was to investigate how female elite athletes in cross-country skiing experience both the start and development of their senior careers, both in terms of sport (sports development) and non-sport (dual career) development. Fourteen active Norwegian female cross-country skiers were interviewed about the start of their senior careers, and thematic analysis was used as the method. The main finding, not revealed in previous research literature, was that a small number of female athletes in development environments had a direct negative impact on training quality and motivation. The athletes also expressed a clear reflection that they should have exercised a greater degree of patience at the start of their senior years, which can be related to previous studies where athletes in their late teens have expressed a normative understanding of development. The findings further showed that pursuing a dual career through higher education had a positive impact on their athletic development, future career opportunities and

Sitering: Storaas, S., Bergström, M., Solli, G. S. & Sæther, S. A. (2026). «Det er jo et sjokk å komme til seniornivået»: kvinnelige eliteutøveres opplevelser av utviklingsmuligheter i starten av seniorkarrieren i langrenn. I S. A. Sæther & R. Høigaard (Red.), *Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø* (Kap. 19, s. 423–442). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/cdf.282.ch19>
Lisens: CC BY-NC-ND 4.0

financial security, as well as a disconnect from their commitment to cross-country skiing. Further research should examine development environments with different gender distributions to better understand how this affects athletes' development and performance.

Keywords: patience, career transition, higher education, dual career

Introduksjon

Starten av en seniorkarriere fremheves som en av de mest utfordrende stadiene i ambisiøse idrettsutøveres karriere (Stambulova, 2009), noe som også har vist seg å være tilfellet for utøvere som satser på en langrennskarriere (Solli et al., 2017). Noe av forklaringen på at denne starten er utfordrende, er at overgangen fra juniorkarrieren medfører økte fysiske og mentale krav for ambisiøse utøvere som satser mot å bli profesjonelle toppidrettsutøvere. Mer spesifikt medfører disse kravene høyere forventninger, treningsmengder og konkurransenivåer (Drew et al., 2019; Hollings et al., 2014; Stambulova et al., 2012). Unge seniorutøvere må dermed starte å konkurrere mot etablerte utøvere i seniorklassen (Morris et al., 2017), og ofte må de bli del av nye treningsmiljøer etter at de har fullført videregående skole. Dette nye treningsmiljøet kan ha stor innflytelse på individets motivasjon, læring og sosiale utvikling (Henriksen, 2010). Eksempelvis kan mange utøvere oppleve økt trivsel og motivasjon når de blir støttet av lagkamerater, trenere og andre i støtteapparatet (Torvik et al., 2025). Samtidig viser forskning at det også kan oppstå konflikter, spesielt mellom individuelle og kollektive mål (Evans et al., 2013). Å være del av et slikt utviklingsmiljø kan likevel ha mange fordeler for den enkelte utøver, eksempelvis kontinuerlig læringsprosess og utveksling av erfaringer (Lave & Wenger, 1991; Wenger, 1998). Videre gir dette fellesskapet mulighet til å observere og lære av andre utøveres styrker, da hvert individ bidrar med unike ferdigheter (Kvale & Nielsen, 1999). Flere tidligere studier fremhever derfor et miljø sentrert rundt utviklingsmuligheter som en avgjørende suksessfaktor for idrettsutøvere (Evans et al., 2013; Franck & Stambulova, 2020).

Til tross for at utøvere kan være del av et godt utviklingsmiljø, tar det lang tid og flere år å utvikle seg til å bli en bedre utøver, noe som krever at de er tålmodige (Hochstetler & Hopsicker, 2012). Studier tyder på at langrennsløpere oppnår sitt høyeste prestasjonsnivå etter fylte 26 år, og studier

fra langdistanseløping indikerer at kvinnelige utøvere når sitt toppnivå senere enn menn (Haugen et al., 2018; Walther et al., 2023). Siden det er få som kan leve av idretten sin (Fahlström et al., 2015; Örencik et al., 2023), er de fleste utøverne nødt til å studere eller jobbe ved siden av satsingen i denne perioden (Aquilina & Hendry, 2013). For mange utøvere kan derfor også økonomiske aspekter som studielån være en motivasjon for å ta høyere utdanning (Franck & Stambulova, 2019). En slik dobbel karriere (med studier) kan bli for krevende for noen utøvere, noe som kan føre til at de prøver å finne alternative inntektskilder, for eksempel gjennom deltidsarbeid, ved siden av satsingen (Franck & Stambulova, 2019). Dette innebærer at de må balansere to hovedroller – som enten student eller arbeidstaker parallelt med rollen som toppidrettsutøver (dos Santos et al., 2020). På grunn av risikoene og utfordringene forbundet med toppidrett (f.eks. skader som gjør at utøveren må avslutte karrieren, eller at utøvere mister plass på landslag) blir utøverens utdanning sett på som et viktig ledd i den langsiktige utviklingsprosessen mot en toppidrettskarriere (Wylleman & Lavallee, 2004).

Stambulova et al. (2015) definerer den optimale balansen i en dobbel karriere som «en kombinasjon av idrett og studier som hjelper studenter som også er idrettsutøvere, til å oppnå sine pedagogiske og idrettslige mål, leve tilfredsstillende liv og opprettholde egen helse og velvære» (s. 12, oversatt av forfatterne). De argumenterer videre for at det å kombinere idretts-satsing med utdanning eller arbeid (dvs. en dobbel karriere) kan være en god løsning både kortsiktig og langsiktig. Kortsiktig ved at det skaper en balanse mellom satsing på idrett og andre deler av livet til utøveren, og langsiktig ved at det forbereder dem på livet etter idretten (Stambulova et al., 2015). Noen av de mest anerkjente fordelene er bredere identitet og sosialt nettverk, mens utfordringer er økt risiko for utbrenthet og mindre tid til privatliv og fritidsaktiviteter (se f.eks. Stambulova et al., 2015). Å gjennomføre en dobbel karriere krever dermed koordinering mellom de to karrierene, selv om forskning viser at satsende idrettsutøvere ofte prioriterer idretten fremfor utdanning (se Drew et al., 2019). Gjennomføringen av en dobbel karriere kan dermed oppfattes som en tilpasning til en av karrierene, hvor utdanningen tilpasses satsingen på idretten. Denne tilpasningen kan også ses i sammenheng med Wylleman og Lavallee (2004) sin *life-span model* (livsløpmodell) for karriereoverganger hos idrettsutøvere. Modellen beskriver at utøvere gjerne går gjennom overganger på fire ulike plan, i form av det idrettslige, det psykologiske, det psykososiale og det

akademiske eller yrkesmessige. Modellen tar et karrierelangt perspektiv, fra innvielse i sport i ung alder til avslutning av ens sportslige karriere. Videre påpeker de at overganger i idretten gjerne overlapper og påvirkes av andre overganger i utøverens liv. Eksempelvis vil overgangen mellom videregående og høyere utdanning (akademisk nivå) gjerne overlappe med overgangen til senioridrett (idrettslig nivå), hvor det stilles høyere krav til utøvernes læring og utvikling. Tidligere forskning har derfor også vist at mange utøvere ser på utdanning som en investering for fremtiden, og som et sikkerhetsnett for karrieren etter idretten, samt at utøverne får mulighet til å tenke på noe annet enn kun idretten (Aquilina & Hendry, 2013; Gavala-González et al., 2019; Henriksen et al., 2020; Tekavc et al., 2015). For eksempel fant Bergström et al. (2022) at kombinasjonen utdanning og toppidrett kan være fordelaktig for idrettsprestasjonene fordi man får noe annet å konsentrere seg om. Samtidig kan denne kombinasjonen være utfordrende på grunn av motstridende tidsplaner og manglende forståelse og støtte fra landslagsledelsen (Bergström et al., 2022; Bergström et al., 2025; Čaćija, 2007; De Knop et al., 1999), noe som gjør at utøverne må prioritere og strukturere tiden sin nøye (Aquilina & Hendry, 2013; Linnér et al., 2022; Stambulova et al., 2015). Studier har derfor vist at mange utøvere prioriterer studiene i eksamensperioden, mens idretten vil være det viktigste i konkurransesesongen (Stambulova & Wylleman, 2019). I enkelte tilfeller kan disse periodene overlapse, noe som tvinger utøverne til å ta krevende valg.

På tross av at tidligere forskning har vist at flere kvinnelige enn mannlige utøvere velger å følge en dobbel karriere (Bergström et al., 2026; Tekavc et al., 2015; Örencik et al., 2023), er det likevel mindre forskning på kvinnelige utøvere (Cowley et al., 2021). Videre er det også påvist mindre forskning på utviklingsmiljøer for kvinnelige utøvere (Sæther et al., 2025), noe som gjorde at vi ønsket å tette noe av kunnskapsgapet knyttet til kvinnelige utøvere. Studien hadde derfor følgende problemstilling: Hvordan opplever kvinnelige toppidrettsutøvere i langrenn starten på seniorkarrieren knyttet til a) sportslig utvikling, b) ikke-sportslig (dobbelt karriere) utvikling og c) utviklingsmiljøets betydning for individuell utvikling?

Metode

Ut fra hovedmålet med studien brukte vi en kvalitativ tilnærming basert på en sosial interaksjonistisk ontologi og adopterte en interpretivistisk

tilnærming (Markula & Silk, 2011). Dataene ble samlet inn ved hjelp av semistrukturerte intervjuer og analysert ved hjelp av tematisk analyse (Braun et al., 2021). Kriteriet for å delta i studien var at de var aktive kvinnelige toppidrettsutøvere. Begrepet «toppidrett» ble i denne studien definert i tråd med McKay et al. (2022) sine kriterier for *tier 3* (nasjonalt elitenivå), *tier 4* (internasjonalt nivå) og *tier 5* (verdensklasse). Ved bruk av forfatterens nettverk og deretter ved hjelp av snøballmetoden ble totalt 16 kvinnelige toppidrettsutøvere i langrenn invitert til å delta i studien. Tabell 1 gir oversikt over deltakerne. Utøverne ble kontaktet via e-post og Facebook, hvor de mottok et informasjonsskriv om prosjektet. Siden deltakerne var bosatt ulike steder i Norge, ble intervjuene gjennomført digitalt via Teams. For å lette analyseprosessen ble lydopptak av intervjuene gjort, og hvert intervju ble deretter transkribert. Prosjektet fikk godkjenning fra Sikt (referansenr. 261177). Utøverne ble informert om at prosjektet var frivillig, og om at de uten å oppgi grunn hadde mulighet til å trekke seg når som helst. For å beskytte identiteten til utøverne er navnene i tabell 1 pseudonymer.

Tabell 1. Informasjon om utøverne i studien

	Gruppe	Pseudonym	Alder	Nivå	Treningsmiljø		Hverdag
					1. års senior	NÅ	
Gruppe 1		Linnea	26–30	<i>Tier 5</i>	Rekrutt	Elitelag	Studier og satsing
		Charlotte	20–25	<i>Tier 5</i>	Rekrutt	Klubblag	Fulltidssatsende
		Ina	20–25	<i>Tier 4</i>	Team Elon	Team Elon	Studier og satsing
		Ella	26–30	<i>Tier 4</i>	Team Elon	Satser utenfor lag*	Studier og satsing
		Oda	20–25	<i>Tier 4</i>	Kretslag	Team Elon	Studier og satsing
		Marianne	20–25	<i>Tier 4</i>	Kretslag	Team Elon	Studier og satsing
		Lea	20–25	<i>Tier 4</i>	Rekrutt	Rekrutt	Fulltidssatsende
		Randi	20–25	<i>Tier 4</i>	Privatlag	Privatlag	Studier og satsing
		Sara	20–25	<i>Tier 4</i>	Team Elon	Rekrutt	Studier og satsing
		Mia	20–25	<i>Tier 4</i>	Team Elon	Rekrutt	Studier og satsing
Gruppe 2		Marie	20–25	<i>Tier 3</i>	Ingen lag	Kretslag	Studier og satsing
		Anne	20–25	<i>Tier 3</i>	Klubblag	Klubblag	Studier og satsing
		Tora	20–25	<i>Tier 3</i>	Privatlag	Satser utenfor lag*	Studier og satsing
		Marit	20–25	<i>Tier 3</i>	Satser utenfor lag*	Satser utenfor lag*	Jobb og satsing

Klassifiseringsnivåene: *tier 3* = nasjonalt elitenivå; *tier 4* = internasjonalt elitenivå; *tier 5* = verdensklassenivå. * Konkurrerer for egen klubb, men er ikke del av et satsingsmiljø i egen klubb.

Analyseprosess

Vi benyttet oss av tematisk analyse for å analysere intervjuene (Braun & Clarke, 2021, 2024), og analysen består av seks trinn: 1) bli kjent med dataene, 2) koding, 3) søke etter temaer knyttet til utviklingsmiljøet og dobbel karriere, 4) gjennomgå temaer, 5) definere og navngi temaer og 6) skrive rapporten. Målet med tematisk analyse er å identifisere gjentatte mønstre på tvers av intervjuer for å utvikle dypere forståelse av sentrale temaer (Braun & Clarke, 2021, 2024). Først ble alle intervjuer transkribert, og tekstene ble grundig gjennomgått av førsteforfatter før koding (trinn 2 og 3). I denne fasen ble det som var mest relevant, kodet og organisert via deduktiv analyse i forhåndsdefinerte temaer basert på hovedtemaene i intervjuguiden: *motivasjon, utdanning og lagmiljøet*. Etter denne fasen ble sisteforfatter inkludert i analysene og brukt som kritisk venn i denne analysedelen. I trinn 4 og 5 deltok alle forfatterne for å identifisere hvilke temaer som best kunne bidra til å besvare problemstillingen. Analyseprosessen resulterte i to hovedtemaer: 1) *starten*, med undertemaene a) resultatmessig kalddusj og b) flytte eller bli; 2) *utviklingen*, med undertemaene a) et tveegget sverd, b) like barn leker best og c) balansen mellom idrett og utdanning. Til slutt, i trinn 6, startet skriveprosessen.

Resultater

I resultatdelen vil vi beskrive de to hovedtemaene 1) *starten*, med undertemaene «resultatmessig kalddusj» og «flytte eller bli» og 2) *utviklingen*, med undertemaene «et tveegget sverd», «like barn leker best» og «balansen mellom idrett og utdanning».

Starten

Resultatmessig kalddusj

En tydelig utfordring i starten av seniorkarrieren var utøvernes oppnåelse av svakere plasseringer enn de var vant til som junior. Noen utøvere opplevde det som et sjokk å møte den harde konkurransen. Oda beskrev kontrasten fra å konkurrere på juniornivået:

Plutselig, på dårlige dager, så kunne du på en måte bli ... ja lett bli topp 20 i Norgescup for junior og kanskje topp 10, men du raser nedover på resultatlistene, og jeg gjør jo fortsatt det hvis jeg går dårlig løp i dag som senior.

Det var også eksempler på utøvere som var bedre forberedt enn andre på overgangen til seniornivået, hvor de beskrev en fordel av at de hadde fått lov til å prøve seg i noen få seniorkonkurranser allerede som junior. Mia beskrev hvordan denne utprøvingen gjorde henne bedre rustet i starten av seniorkarrieren:

Sånn for min egen del så tror jeg det var veldig bra at vi liksom fikk prøvd oss litt i senior fra junioralder, da vet man ikke hva man skal forvente å være [...]. Det er ikke noe press på deg når du er junior og ikke skal gå i seniorklassen enda. Så det tror jeg egentlig hjalp til på at det ble en ganske *smooth* overgang, egentlig.

Jo lenger inn i seniorkarrieren utøverne kom, desto tydeligere ble behovet for tålmodighet. Over halvparten av utøverne fortalte at de som unge trodde de hadde dårlig tid, særlig fordi de så at enkelte av de beste utøverne lyktes umiddelbart i overgangen til seniornivå. I ettertid innså de at det gjelder ikke å stresse, og studier ble beskrevet som at de gjorde idrettskarrieren mer bærekraftig, blant annet ved at de forberedte dem på livet etter toppidretten. Tålmodighet ble sett på som en dyd, som Linnea beskriver:

Hadde jeg vært junior og skulle bli senior igjen, så tror jeg at jeg hadde tenkt enda mer at jeg skulle være tålmodig, da. Jeg tenkte nok som mange andre juniorer at overgangen [...] Jeg hadde hørt at den var tøff, men tenkte at den ikke skulle være tøff for meg, da.

Flytte eller bli

En tredjedel av utøverne flyttet hjemmefra allerede som 15–16-åringer for å gå på toppidrettsgymnas for å utvikle seg som langrennsløpere. Etter fullført videregående skole og starten på seniorkarrieren vurderte omtrent en tredjedel å flytte hjemmefra for å studere og/eller for å være nærmere utviklingsmiljøet sitt eller et område med større langrennsmiljøer. De gjenværende utøverne valgte å bli boende i trygge omgivelser på hjemstedet sitt og/eller i nærområdet på grunn av et godt langrennsmiljø, som Oda beskriver:

Jeg sto veldig sånn når jeg skulle bli senior, om jeg skulle flytte til Trondheim for å studere der, fordi de har toppidrettsstatus der oppe. Men jeg skjønte på meg selv at det blir litt for mye utfordring oppi det hele å skulle bli senior, så skulle du få et helt nytt treningsmiljø, starte på et nytt studium og så være helt uten, på en måte, noen ressurser og hjelp hjemmefra.

Tora var blant de utøverne som valgte å flytte hjemmefra for å begynne å studere. Hun opplevde det som utfordrende å flytte bort fra utviklingsmiljøets «hovedbase» på grunn av hyppige reiser til samlinger, noe som førte til lite tid til å være på ett fast sted:

Til tider blir det litt for mye, og den balansegangen å finne den riktige belastningen på skole [...]. Det er krevende å bo i Trondheim og være på et lag i Oslo, for du mister veldig mye av opplegget, men så vil du bo der på grunn av studiet [...]. Det er såpass mye samlinger at du blir på reisefot hele tiden, og så blir det negativt for satsingen, da.

Av utøverne som flyttet hjemmefra i en alder av 15–16 for å starte på toppidrettsgymnas, valgte Randi å fortsette å bo på samme sted etter at hun hadde fullført videregående skole, for å opprettholde det støttende miljøet rundt seg. Dette valget førte til et klubbskifte for at hun skulle kunne ta del i et organisert treningsopplegg. Fire av utøverne valgte å bo hjemme hos foreldrene, primært av økonomiske årsaker, med færre bekymringer, men de beskrev også at det var et godt utviklingsmiljø der de bodde, med et sterkt fellesskap i hverdagen. Randi beskrev sin nåværende situasjon slik:

Når jeg bor hjemme, så er nok den økonomiske situasjonen veldig fin, da har jeg penger til det meste, på en måte, og da har jeg råd til mat og sånt, men hvis jeg ikke hadde bodd hjemme, så hadde det vært trangt og litt stress.

Utviklingen

Et tveegget sverd

Alle utøverne som var del av et utviklingsmiljø i starten av seniorkarrieren, erfarte at lagtilhørighet og et støttende treningsmiljø var avgjørende for motivasjonen og skapte trygghet i satsingen. Et støttende miljø ble fremhevet som særlig viktig når de individuelle resultatene uteble. Marie beskrev hvordan dette miljøet styrket hennes motivasjon, også via andres engasjement:

Jeg er jo litt eldre enn mange av de på teamet, men jeg føler at miljøet har vært veldig bra, egentlig. En ivrig motiverende gjeng og engasjert og lærevillige og lystne til å bli god. Og det smitter jo på meg igjen også, hvis jeg har tenkt at, ja jeg er ikke helt sikker på om jeg skal fortsette, og så kommer jeg inn i et miljø der på en måte alle er supergira, så gjør jo det noe med meg.

Samtidig opplevde flere utøvere at utviklingsmiljøet ga liten grad av tilpasning i treningsopplegget. For eksempel opplevde et par utøvere at aldersforskjellene og det at mange utøvere på laget befant seg i ulike faser i utviklingsløpet, påvirket treningskvaliteten negativt. Disse forskjellene førte for enkelte til redusert motivasjon, som for Charlotte, som opplevde det nødvendig å bytte utviklingsmiljø for å opprettholde satsingen og kunne justere sitt eget opplegg:

Problemet kan være at man gjør [de samme] ting fordi man er på et bra lag. Det er litt sånn, jeg ser det er gjenganger i flere steder, at det blir litt sånn, da gjør man kanskje litt mer enn man burde, for miljøet og treningsgruppen har vært bra. Jeg gikk jo fra på en måte å bare miste helt, til og med, nesten litt motivasjonen. Men så kom den sakte, men sikkert tilbake sånn på ordentlig på et annet lag, der man får gjort det som fungerer for seg selv, samtidig være en del av flere, da.

Omtrent en tredjedel av utøvere hadde vært og var fortsatt utenfor et utviklingsmiljø. For noen fungerte klubben som miljø, men variasjon i målsettinger blant utøverne i klubben ble beskrevet som utfordrende. Utøvere uten deltakelse i et miljø opplevde det imidlertid som håndterbart så lenge de hadde noen å trene med, men de beskriver perioder med ensomhet, særlig i konkurransesesongen, og de savner fellesskapet som et utviklingsmiljø gir. Utøverne som hadde vært del av et utviklingsmiljø hele seniorkarrieren, opplevde også at andre bekjente og venner hadde beskrevet utfordringer med ikke å være del av et slikt etablert utviklingsmiljø. De uttrykte derfor takknemlighet for at de hadde vært del av et utviklingsmiljø og følt seg «tatt vare på». Mens Linnea hadde utelukkende gode erfaringer med å være del av et utviklingsmiljø, syntes Tora det var bedre å drive egen satsing i opptreningsperioden: «Det er lettere å satse alene i treningssesongen, synes jeg, enn i rennsesongen, for da blir det så tydelig at alle har hver sitt.»

På spørsmål om hva som kunne vært bedre i starten av seniorkarrieren, ble betydningen av å være del av et utviklingsmiljø fremhevet. Randi, som var i et utviklingsmiljø med få kvinner, og Tora, som ikke var det, foreslo tiltak for å styrke miljøene i langrenn. Randi uttrykte derfor et ønske om regionale treningsgrupper:

Det hadde vært bra om det hadde vært regionale treningsgrupper hvor alle ble invitert, og alle som hadde lyst, kunne komme på de treningene i det området [...] både de beste landslagsutøverne og alle andre som ville komme. Da hadde det vært skikkelig bra nivå og forskjellig nivå på treningene.

Utøverne hadde generelt et ambivalent forhold til å være del av et utviklingsmiljø, da det både kunne være en fordel og en utfordring for deres egen satsing. Denne opplevelsen var i stor grad avhengig av hvilke andre utøvere som var del av laget.

Like barn leker best

Et fellestrekk ved de fleste utviklingsmiljøene utøverne var del av, var at treningsgruppene besto av flere menn enn kvinner. Mange av deltakerne fremhevet viktigheten av å ha flere kvinnelige utøvere i miljøet, da det kunne bidra til at de kunne utnytte hverandres styrker og svakheter, fremme individuell utvikling og styrke treningsmiljøet. Få kvinnelige utøvere i utviklingsmiljøet ble opplevd som sårbart, og enkeltes sykdom eller skade førte til at de kvinnelige utøverne manglet «matching» på treningsøktene. Dette poenget ble særlig fremhevet av Ella, som tidligere hadde vært del av et utviklingsmiljø:

Jeg tror det er viktig for jenter at det er litt jentemiljø, at det ikke bare er liksom to jenter på et lag, for det gjør det så sykt sårbart da, hvis en er syk, ja da er du alene, da [...]. Sånn at jeg tror det å skape et ordentlig jentemiljø, ut ifra mitt perspektiv, da, det tror jeg hadde gjort underverker i forhold til både det med motivasjon og det og det å kunne liksom prestere, da.

Ina, som hadde vært del av et utviklingsmiljø både som junior og i tidlig senioralder, var imidlertid veldig fornøyd med treningsmiljøet sitt på tidspunktet for intervjuet, særlig fordi det nå inkluderte flere kvinner. Samtidig beskrev hun tidligere erfaringer fra et treningsmiljø med få kvinnelige utøvere som noe negativt for satsingen, både når det gjaldt sparring og med tanke på det sosiale aspektet. Randi, som var i et utviklingsmiljø med kun to andre kvinner, utdypet utfordringene ved å være få:

Jeg har jo på en måte blitt vant til det å være få jenter, siden jeg har vært så mange år på det laget nå, så det går jo greit, men det er litt mer sånn givende hvis man er mange jenter, og som har høyt nivå da, så blir man jo, ja [...]. Det hadde jo vært mer trøkk på trening da, for å si det sånn, fordi vi går jo ikke med guttene på hardøker og sånt, da blir man litt mer gående alene.

Flere utøvere delte liknende erfaringer som Randi og uttrykte et ønske om å samle flere kvinner i treningsmiljøet. De mente at et større antall kvinnelige utøvere ville bidra til bedre matching på øktene og et mer utviklende treningsmiljø.

Balansen mellom idrett og utdanning

På tidspunktet for intervjuene kombinerte elleve av de fjorten utøverne sin satsing med universitetsstudier. Imidlertid hadde åtte av disse valgt ikke å begynne å studere rett etter videregående. Mange opplevde behov for en pause etter videregående skole, eller de var usikre på hva de skulle studere. Marie var en av de tre utøverne som startet studier umiddelbart etter videregående. Etter ett år valgte hun imidlertid å ta en pause fra universitetet for å jobbe i stedet. For de fleste av de åtte som utsatte studiene, gikk behovet for et friår raskt over. Ina, for eksempel, opplevde at hun var lei av skole etter videregående, men at denne følelsen endret seg etter et år med full satsing på idretten. Likevel kunne kombinasjonen av studier være utfordrende til tider, noe Lea beskriver i det følgende sitatet:

Det er litt vanskeligere å kombinere, da det er en del flere skirenn som senior. Hvis man går skirenn hver helg, så er det en del studier, da, som ikke kanskje er så lett å kombinere med satsingen [...]. Noen av det jeg kunne tenkt meg kanskje, er ikke så lett da, å kombinere med at det er litt praksis og en del oppmøte, så derfor har jeg lagt studiene litt på vent.

Lea beskrev at hun, på grunn av obligatorisk oppmøte på studiet, ikke studerte det hun egentlig ønsket. Likevel ønsket hun å studere noe. Andre utøvere, for eksempel Marie, opplevde overgangen til å bli voksen som vanskelig, der valget av studieretning ble sett på som en stor avgjørelse for fremtidig jobbkarriere. For å finne en god balanse i hverdagen varierte også studieprogresjonen mellom utøverne, der omtrent en tredjedel studerte fulltid, mens andre studere deltid, og noen tok enkeltemner. Å ha noe annet enn idrettssatsingen å konsentrere seg om ble av de fleste utøverne sett som positivt, noe Ina beskriver:

Jeg synes bare det er liksom en fordel å ha noe annet å tenke på, at du kan koble av og bruke hodet på litt annet, for hvis ikke, blir det fort at du sitter og overtenker på ski, og så blir man nervøs, og så har du kun det. Så hvis det går dårlig på ski, så har du ikke noe annet, hvert fall sånn som jeg fungerer, da [...], jeg tenker jo litt mye.

Til tross for mange fordeler med det å studere ble mangelen på tilrettelegging trukket frem som en utfordring. Sammenliknet med tiden på videregående opplevde mange utøvere at de måtte ta større ansvar for å få studier og idrettssatsing til å fungere sammen. Denne opplevelsen gjorde også valg av studier vanskelig for flere av utøverne, som Randi beskriver:

Det er jo ikke tilrettelagt for å studere kombinert med ski, så det er jo veldig på eget initiativ at man studerer. Man må gjøre det på egen hånd og ha mye motivasjon for å kombinere det, og så må man på en måte styre det helt selv, da.

Mangel på tilrettelegging for en dobbel karriere gjorde at mange utøvere følte på en indre konflikt der de ønsket å kombinere to ambisjoner som ikke alltid lot seg forene, men de endte som regel opp med å prioritere idrettsatsingen. Til tross for utfordringene mente flere at dobbel karriere kunne være en fordel på sikt, noe Oda beskriver:

Jeg føler at jeg gjør satsingen 100 prosent, og kanskje studier litt mer sånn på 50 prosent, men det gjør det litt lettere å rettferdiggjøre for seg selv og kanskje tørre å være litt tålmodig, og det å tenke at ok, men ja, går det litt dritt på de rennene her, så er det altså en del av utviklingen, liksom. Ja ja, vi skal komme litt nærmere på utdanning også [...] «Trust the process», det er jo klisjé, men det føles liksom faktisk sånn at jo eldre man blir, så skjønner man faktisk.

Av utøverne som jobbet, var det delte meninger om hvordan de opplevde det å jobbe samtidig med satsing. For noen var belastningen for stor, for andre var det mindre belastning og mer fleksible jobbtider. Ella, som hadde en fysisk jobb, syntes totalbelastningen med skisatsing og jobb var tøff:

Jeg trente ofte på morgenen, og så jobbet jeg i åtte timer, og så trente jeg etterpå. På jobben har du ikke lov til å sitte, så du må gå rundt i åtte timer på betonggulv. Da jeg skulle på andre økt, hadde jeg hovnet opp i føttene slik at jeg ikke fikk på meg skiskoene, det var det minst optimale jeg har vært borti. Da tar jeg det å studere «any day». Det er ikke krevende for hodet, men det [fysisk jobb] er krevende for beina og kroppen.

Avkobling var en av hovedårsakene til at flere av utøverne valgte å studere. Studiene ga dem noe annet å konsentrere seg om, noe som kunne være spesielt verdifullt ved sykdom eller skade. Samtidig beskriver enkelte at studier fikk høyere prioritet i eksamensperioder, mens langrenn sto i sentrum i konkurransperioden. Linnea, som kombinerte satsingen med studier, opplevde denne kombinasjonen som positiv, da den bidro til en bedre helhetlig livsbalanse:

Jeg tror det viktigste er å klare å koble av og på, og at man ikke bruker energi på det. Hvis man har tid til studiene også, tror jeg at det har en positiv effekt på satsingen. Det at man faktisk har litt annet ved siden av. Sett i år som sesongen min har vært

litt trå, så vet jeg at jeg gjør noe fornuftig, hvert fall, at det ikke bare blir et år som havner i vasken.

Studiene bidro også økonomisk ved at hun fikk studielån som hun kunne bruke til å finansiere satsingen. Å kombinere idrettssatsingen med enten jobb eller studier ble sett på som nødvendig for å skape en bærekraftig karriere over tid. Samtidig opplevde utøverne det som utfordrende å finne god balanse mellom de ulike forpliktelsene.

Diskusjon

Hensikten med denne studien har vært å undersøke hvordan kvinnelige toppidrettsutøvere i langrenn opplevde starten på seniorkarrieren knyttet til sportslig og ikke-sportslig utvikling, og utviklingsmiljøets betydning for individuell utvikling.

Funnene i denne studien viser at utøverne opplever at starten på en seniorkarriere er den mest utfordrende fasen i en idrettsutøvers karriere, da de må håndtere nedgang i resultater som følge av høyere konkurransenivå. Utøvernes forberedelser til starten på seniorkarrieren hadde stor innvirkning på deres opplevelse av denne perioden. De som allerede hadde konkurrert på seniornivå i junioralder, erfarte det som mindre utfordrende å bli seniorutøver, noe som er i tråd med tidligere forskning (Alfermann & Stambulova, 2007). En tydelig refleksjon blant utøverne i denne studien var at de selv burde ha utøvd større tålmodighet i sin satsing på en profesjonell langrennskarriere. Dette funnet kan ses i sammenheng med at langrenn er en utholdenhetsidrett som krever langsiktig og gradvis progresjon opp til et treningsvolum på 850–1050 timer i året for å oppnå toppresultater (Sandbakk & Holmberg, 2017; Solli et al., 2017; Walther et al., 2023). Utøvernes beskrivelser av hvordan deres utålmodighet påvirket deres karrierevalg, samsvarer imidlertid med tidligere forskning som har pekt på motsetningen mellom presset om å prestere i ung alder og behovet for tålmodighet i utviklingen av ferdighetene som kreves for å oppnå slike prestasjoner (Hochstetler & Hopsicker, 2012).

Betydningen av et godt utviklingsmiljø er grundig dokumentert i forskningslitteraturen på tvers av idretter (Hauser et al., 2024; Henriksen et al., 2020). For langrennsløpere tidlig i seniorkarrieren er det mange faktorer som påvirker valg av utviklingsmiljø og konsekvensene av disse valgene.

Utøverne i denne studien beskrev den sosiale støtten og treningsmiljøet som de viktigste verdiene ved å være del av et utviklingsmiljø, da det økte deres motivasjon, prestasjon og trivsel. I tråd med Evans og kollegaer (2013) viste funnene også at manglende tilrettelegging av treningsopplegg samt store aldersforskjeller i treningsgruppen kunne utfordre utøvernes muligheter for god treningskvalitet og progresjon. Samtidig fremhevet utøverne at store aldersforskjeller i treningsgruppen kunne ha positiv effekt, da yngre uredde utøvere som kom inn i laget, kunne inspirere og motivere eldre utøvere til å forlenge satsingen. I tillegg skapte aldersforskjeller et miljø der utøverne lærte av og utfordret hverandre. Annen forskning har vist at muligheten til trening og sparring med mannlige (sterkere og raskere) utøvere kan gi en fordel for kvinnelige utøvers prestasjonsutvikling (Gledwill & Harwood, 2014; Güllich, 2019).

Selv om bytte av utviklingsmiljø og treningsgrupper er en naturlig del av utøvers sportslige utvikling, var de vanligste årsakene til slike bytter høyere utdanning eller økonomiske forhold. Flere av utøverne beskrev økonomi som en underliggende utfordring, ettersom det var praktisk utfordrende å kombinere vanlig arbeidstid med toppidrettssatsing. Tidligere studier har vist at usikkerhet rundt fast inntekt påvirker utøvers valg om å fortsette en toppidrettskarriere (Bergström et al., 2025; Hollings et al., 2014), og at økonomisk støtte er avgjørende for å finansiere en skisatsing (Drew et al., 2019). Økonomi var derfor en viktig forklaring på at de fleste utøverne valgte å studere, i tillegg til at studier ga mental avkobling fra langrennsatsingen og en følelse av fremdrift i livet. I tråd med tidligere studier av langrenn (Bergström et al., 2022) beskrev utøverne i denne studien at de selv tok initiativ til å gjennomføre en dobbel karriere. Dette funnet skiller seg imidlertid noe fra andre idretter (f.eks. kanopadling), hvor treneren ble beskrevet som den største bidragsyteren til at utøverne startet på en dobbel karriere (Gavala-González et al., 2019).

Flere utøvere i denne studien påpeker utfordringer ved å gjennomføre en dobbel karriere, spesielt på grunn av mye trening, reising til skirenn og obligatorisk oppmøte på studiene. Dette funnet bekreftes også av tidligere studier, hvor en dobbel karriere beskrives som utfordrende, og den krever nøye planlegging og prioritering av tiden (Aquilina & Hendry, 2013; Čačija, 2007; De Knop et al., 1999; Linnér et al. 2022; Stambulova et al., 2015). Denne krevende kombinasjonen kan også være en forklaring på at mange av utøverne valgte et «friår» etter videregående skole. Som i tidligere studier periodiserte utøverne det doble karriereløpet med større oppmerksomhet

på det sportslige i konkurransesesongen og mer oppmerksomhet på studier i eksamensperioden (Stambulova & Wylleman, 2019), men de fleste var likevel tydelige på at studiene ikke skulle gå ut over satsingen. Tidligere forskning viser likevel at måten utøvere prioriterer mellom satsing og utdanning, kan variere i løpet av karrieren (Bergström et al., 2022), men at det også er kulturelle forskjeller mellom land (f.eks. Danmark, Sveits og Polen) (Küttel et al., 2020).

Et annet tydelig funn i denne studien var at kvinnelige utøvere opplevde det som sårbart å være i et utviklingsmiljø med få andre kvinnelige utøvere, spesielt når noen var syke eller skadet. Hovedutfordringen var mangelfull idrettslig matching og utviklingsmuligheter samt påvirkningen av dette på det sosiale miljøet. Studier fra ishockey har avdekket tydelige kjønnsforskjeller i utøveres opplevelse av utviklingsmuligheter (Bergström et al., 2025). Bergström et al. (2025) undersøkte utviklingsmiljøer med både kvinnelige og mannlige utøvere, og fant at forskjeller i antall utøvere som utøver idrettene, skaper betydelige kontraster i utviklingsmuligheter til fordel for de mannlige utøverne. I vår studie var en medvirkende årsak til at enkelte utøvere valgte ikke å være tilknyttet en etablert treningsgruppe, at det ga større frihet til å ta egne valg i treningsarbeidet. Imidlertid ble det også beskrevet utfordringer med å stå utenfor et utviklingsmiljø fordi man måtte navigere treningsopplegget og øktene helt selv. Den største utfordringen for utøverne var følelsen av å stå utenfor et fellesskap og opplevelsen av ensomhet, særlig i konkurransesesongen. Dette utenforskapet var spesielt merkbart i perioder med motgang, når behovet for sosial støtte var størst.

Styrker og svakheter ved studien

En av styrkene ved denne studien er bredden i utviklingsmiljø som de ulike utøverne representerer, noe vi mener bidrar til å gi dypere innsikt i problemstillingen enn tidligere forskning. I tillegg er forfatternes varierte bakgrunn en styrke ved studien: Noen har omfattende erfaring fra langrennssporten og kjenner godt til utfordringene utøverne opplever i denne fasen. I tillegg har flere av forfatterne lang erfaring med å undersøke overgangen fra junior- til senior- og eliteidrett. En utfordring ved denne studien er, som ved tidligere forskning, at søkelyset hovedsakelig er rettet mot den idrettslige delen av en dobbel karriere og i mindre grad mot problemstillinger knyttet til utdanning eller jobb.

Konklusjon

Denne studien undersøkte hvordan kvinnelige toppidrettsutøvere i langrenn opplever både starten av og utviklingen på seniorkarrieren, knyttet til både det sportslige (sportslig utvikling) og det ikke-sportslige (dobbel karriere), og videre hvordan utøverne opplevde at deres utvikling ble påvirket av det nye utviklingsmiljøet de var del av. Et av kjernefunnene, som ikke tidligere er avdekket i litteraturen, er hvordan et lavt antall kvinnelige utøvere i utviklingsmiljøene hadde direkte negativ innvirkning på både treningskvalitet og motivasjon. Funnene indikerer behovet for bevissthet rundt kjønnsbalansen i satsende lag på ulike nivåer i langrenn. Utøverne uttrykte også tydelig anger eller selvrefleksjon over at de burde utøvd større grad av tålmodighet i starten av senioralderen. Dette funnet kan indikere et behov for tydelige avklaringer om sportslig utvikling for langrennsløpere i tenårene, med vekt på både de forutsigbare og de mer uforutsigbare aspektene ved utviklingsprosessen. Slik kan utøverne føle seg tryggere i sin egen utvikling. Funnene viste videre at gjennomføringen av en dobbel karriere, spesielt høyere utdanning, hadde positiv innvirkning på utøvernes sportslige utvikling, fremtidige karrieremuligheter og økonomiske trygghet. En dobbel karriere fungerte dermed som en viktig avkobling fra satsingen på langrenn, noe som samsvarer med tidligere studier av langrennsløpere (Bergström et al., 2022). Videre forskning bør undersøke utviklingsmiljøer med ulike kjønnsfordelinger for å få en dypere forståelse av hvordan disse påvirker utøveres utvikling og prestasjon.

Om forfatterne

Silje Stora har en mastergrad i idrettsvitenskap fra Norges teknisk- naturvitenskapelige universitet (NTNU). Hun har gått på Norges Toppidrettsgymnas (NTG) i Lillehammer og tatt en bachelor i idrettsvitenskap ved Nord Universitet avdeling Meråker. Hennes masteroppgave omhandlet hvordan kvinnelige toppidrettsutøvere i norsk langrenn opplevde overgangen fra junior til senior. Hun har også studert organisasjon og idrettsledelse ved NIH. Stora er daglig leder for Reistadløpet AS og har tidligere vært aktiv skiløper.

Max Bergström er stipendiat i idrettsvitenskap ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU). Hans forskningsprofil er rettet mot

ferdighets- og prestasjonsutvikling, med særlig fokus på kritiske karriereoverganger blant toppidrettsutøvere. De siste årene har han bidratt til flere vitenskapelige publikasjoner.

Guro Strøm Solli er førsteamanuensis i idrettsvitenskap ved Nord universitet og tidligere landslagsløper i langrenn. Hennes forskningsprofil er særlig knyttet til den langsiktige treningsprosessen hos kvinnelige utholdenhetsutøvere, og hun har bidratt med over 50 vitenskapelige publikasjoner, bokkapitler og bøker. Solli leder forskningsgruppen PULS (Prestasjonsutvikling i langrenn og skiskyting) og er fagkonsulent ved Olympiatoppen.

Stig Arve Sæther er professor i idrettsvitenskap ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), og hans forskningsprofil er knyttet til ferdighets- og prestasjonsutvikling, og spesielt talentutvikling i idrett, hvor han har bidratt til forskningsfeltet med nærmere 60 vitenskapelige artikler og flere bøker. Sæther er leder for forskningsgruppen SPDSS og editor-in-chief i tidsskriftet *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Referanser

- Alfermann, D. & Stambulova, N. (2007). Career transitions and career termination. I G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Red.), *Handbook of sport psychology* (3. utg., s. 712–733). Wiley.
- Aquilina, D. & Henry, I. (2013). Promoting student–athlete interests in European elite sport systems. I *Routledge handbook of sport policy* (s. 225–240). Routledge.
- Baxter, P. & Jack, S. (2008). Qualitative case study methodology: Study design and implementation for novice researchers. *The Qualitative Report*, 13(4), 544–559. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2008.1573>
- Bergström, M., Solli, G. S., Sandbakk, Ø. & Sæther, S. A. (2022). «Mission impossible»? How a successful female cross-country skier managed a dual career as a professional athlete and medical student. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 13, 57–83. <https://sportstudies.org/wp-content/uploads/2022/03/ssf-vol-13-2022-p57-83-bergstrometal.pdf>
- Bergström, M., Okkenhaug, I., Høigaard, R. & Sæther, S. A. (2024). Aldersbestemte landslagsspillere i håndball sin opplevelse av eget utviklingsmiljø. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 15, 131–152. <https://doi.org/10.24834/ssf.15.131>
- Bergström, M., Mehus, I., Aspvik, N. P., Høigaard, R. & Sæther, S. A. (2025). «Same sport, different game»: Male and female junior Norwegian national ice hockey players' perceptions of their talent development environments. *Sport in Society*, 29(2), 292–309. <https://doi.org/10.1080/17430437.2025.2450798>
- Bergström, M., Høigaard, R., Aspvik, N. P. & Sæther, S. A. (2025). «It's unrealistic»: Experiences of Swedish elite female ice hockey players considering parenthood. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, Artikkel 1548261. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1548261>
- Braun, V. & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: A practical guide*. Sage.
- Braun, V. & Clarke, V. (2024). Supporting best practice in reflexive thematic analysis reporting in palliative medicine: A review of published research and introduction to the reflexive

- thematic analysis reporting guidelines (RTARG). *Palliative Medicine*, 38(6), 608–616. <https://doi.org/10.1177/02692163241234800>
- Čačija, G. (2007). *Kvalitativ studie av övergången mellan junior- och senioridrott inom svensk basket* [Bacheloroppgave]. Högskolan i Halmstad.
- Cowley, E. S., Olenick, A. A., McNulty, K. L. & Ross, E. Z. (2021). «Invisible sportswomen»: The sex data gap in sport and exercise science research. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 29(2), 146–151. <https://doi.org/10.1123/wspaj.2021-0028>
- Creswell, J. W. & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5. utg.). Sage.
- Creswell, J. W. & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4. utg.). Sage.
- De Knop, P., Wylleman, P., Van Hoecke, J., De Martalaer, K. & Bollaert, L. (1999). A European approach to the management of the combination of academics and elite-level sport. I S. Bailey (Red.), *Perspectives: The multidisciplinary series of physical education and sport science: Bd. 1: School sport and competition* (s. 49–62). Meyer & Meyer Sport.
- Denzin, N. K. & Lincoln, Y. S. (Red.). (2011). *The Sage handbook of qualitative research* (4. utg.). Sage.
- dos Santos, M. L., Uftring, M., Stahl, C. A., Lockie, R. G., Alvar, B., Mann, J. B. & Dawes, J. J. (2020). Stress in academic and athletic performance in collegiate athletes: A narrative review of sources and monitoring strategies. *Frontiers in Sports and Active Living*, 2, 42. <https://doi.org/10.3389/fspor.2020.00042>
- Drew, K., Morris, R., Tod, D. & Eubank, M. (2019). A meta-study of qualitative research on the junior-to-senior transition in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 45, Artikkel 101556. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101556>
- Evans, M. B., Eys, M. A. & Bruner, M. W. (2012). Seeing the «we» in «me» sports: The need to consider individual sport team environments. *Canadian Psychology*, 53(4), 301–308. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0030202>
- Evans, B., Eys, M. & Wolf, S. (2013). Exploring the nature of interpersonal influence in elite individual sport teams. *Journal of Applied Sport Psychology*, 25(4), 448–462. <https://doi.org/10.1080/10413200.2012.752769>
- Fahlström, P. G., Gerrevall, P., Glemne, M. & Linnér, S. (2015). *Vägarna till landslaget: Om svenska elitidrottarens idrottsval och specialisering* (Rapport). Riksidrottsförbundet.
- Franck, A. & Stambulova, N.B. (2019). The junior to senior transition: A narrative analysis of the pathways of two Swedish athletes. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 11(3), 284–298. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2018.1479979>
- Franck, A. & Stambulova, N. B. (2020). Individual pathways through the junior-to-senior transition: Narratives of two Swedish team sport athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(2), 168–185. <https://doi.org/10.1080/10413200.2018.1525625>
- Gavala-González, J., Castillo-Rodríguez, A. & Fernández-García, J. C. (2019). Dual career of the U-23 Spanish canoeing team. *Frontiers in Psychology*, 10, Artikkel 1783. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01783>
- Gledhill, A. & Harwood, C. (2014). Developmental experiences of elite female youth soccer players. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(2), 150–165. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2014.880259>
- Güllich, A. (2019). «Macro-structure» of developmental participation histories and «micro structure of practice of German female world-class and national-class football players. *Journal of Sports Sciences*, 37(12), 1347–1355. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1558744>
- Haugen, T. A., Solberg, P. A., Foster, C., Morán-Navarro, R., Breitschädel, F. & Hopkins, W. G. (2018). Peak age and performance progression in world-class track-and-field athletes. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 13(9), 1122–1129. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2017-0682>

- Hauser, L.-L., Harwood, C.G., Höner, O., O'Connor, D. & Wachsmuth, S. (2024). Talent development environments within sports: A scoping review examining functional and dysfunctional environmental features. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(2), 1105–1131. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2129423>
- Henriksen, K. (2010). *The ecology of talent development in sport: A multiple case study of successful athletic talent development environments in Scandinavia* [Doktorgradsavhandling]. Syddansk Universitet.
- Henriksen, K., Storm, L. K., Kuettel, A., Linnér, L. & Stambulova, N. (2020). A holistic ecological approach to sport and study: The case of an athlete friendly university in Denmark. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, Artikkel 101637. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101637>
- Hochstetler, D. & Hopsicker, P. M. (2012). The heights of humanity: Endurance sport and the strenuous mood. *Journal of the Philosophy of Sport*, 39(1), 117–135. <https://doi.org/10.1080/00948705.2012.675067>
- Hollings, S. C., Mallett, C. J. & Hume, P. A. (2014). The transition from elite junior track- and field athlete to successful senior athlete: Why some do, why others don't. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 9(3), 457–471. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.9.3.457>
- Küttel, A., Christensen, M. K., Zysko, J. & Hansen, J. (2020). A cross-cultural comparison of dual career environments for elite athletes in Switzerland, Denmark, and Poland. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(4), 454–471. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2018.1553889>
- Kvale, S. & Nielsen, K. (1999). Mesterlære som aktuell læringsform. I K. Nielsen, K. & S. Kvale (Red.), *Mesterlære: Læring som sosial praksis* (G. Bureid, Overs., s. 17–35). Gyldendal.
- Lave, J. & Wenger, E. (1991). *Situated learning: Legitimate peripheral participation*. Cambridge University Press.
- Linnér, L., Stambulova, N. & Henriksen, K. (2022). Facilitating student-athletes' dual career transition: A Scandinavian university case study. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 11(2), 107–123. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/spy0000275>
- Markula, P. & Silk, M. L. (2011). *Qualitative research for physical culture*. Palgrave MacMillan.
- McKay, A. K. A., Stellingwerff, T., Smith, E. S., Martin, D. T., Mujika, I., Goosey-Tolfrey, V. L., Sheppard, J. & Burke, L. M. (2022). Defining training and performance caliber: A participant classification framework. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 17(2), 317–331. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2021-0451>
- Morris, R., Tod, D. & Eubank, M. (2017). From youth team to first team: An investigation into the transition experiences of young professional athletes in soccer. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(5), 523–539. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2016.1152992>
- Patton, M. Q. (2014). *Qualitative research and evaluation methods: Integrating theory and practice* (4. utg.). Sage.
- Pummell, B., Harwood, C. & Lavallee, D. (2008). Jumping to the next level: A qualitative examination of within-career transition in adolescent event riders. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(4), 427–447. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.psychsport.2007.07.004>
- Sandbakk, Ø. & Holmberg, H.-C. (2017). Physiological capacity and training routines of elite cross-country skiers: Approaching the upper limits of human endurance. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 12(8), 1003–1011. <http://doi.org/10.1123/ijsp.2016-0749>
- Sandbakk, Ø., Nymoen, P. & Rise, P. (2017). *Utviklingstrappa i langrenn*. Akilles.
- Solli, G. S., Tønnessen, E. & Sandbakk, Ø. (2017). The training characteristics of the world's most successful female cross-country skier. *Frontiers in Physiology*, 8, Artikkel 1069. <http://doi.org/10.3389/fphys.2017.01069>

- Stambulova, N. (2009). Talent development in sport: A career transitions perspective. I E. T.-M. Hung, R. Lidor & D. Hackfort (Red.), *Psychology of sport excellence* (s. 63–74). Fitness Information Technology.
- Stambulova, N., Franck, A. & Weibull, F. (2012). Assessment of the transition from junior-to-senior sports in Swedish athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(2), 79–95. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2012.645136>
- Stambulova, N. B., Engström, C., Franck, A., Linnér, L. & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 4–14. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.009>
- Sæther, S. A., Banne, H. B., Larsen, C. H., Storm, L. K., Schlawe, A. & Henriksen, K. (2025). Features of successful talent-development environments in Norwegian professional women's football. *Case Studies in Sport and Exercise Psychology*, 9(1), 39–49. <https://doi.org/10.1123/cssep.2022-0026>
- Sääksi, P., Saarinen, M., Aunola, K., Korpela, M. & Ryba, T. V. (2024). The future-oriented hopes and goals of adolescent student-athletes in Finnish sport high schools. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(9), 2216–2233. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2255610>
- Tekavc, J., Wylleman, P. & Erpič, S. C. (2015). Perceptions of dual career development among elite level swimmers and basketball players. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 27–41. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.03.002>
- Torvik, L. M. J., Aspvik, N. P., Sæther, S. A. & Høigaard, R. (2025). Perceived social support in the rehabilitation process among elite female handball players. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7, 10–18. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v7i.149077>
- Tracy, S. J. (2010). Qualitative quality: Eight «big-tent» criteria for excellent qualitative research. *Qualitative Inquiry*, 16(10), 837–851. <https://doi.org/10.1177/1077800410383121>
- Walther, J., Haugen, T., Solli, G. S., Tønnesen, E. & Sandbakk, Ø. (2023). From juniors to seniors: Changes in training characteristics and aerobic power in 17 world-class cross-country skiers. *Frontiers in Physiology*, 14, Artikkel 1288606. <http://doi.org/10.3389/fphys.2023.1288606>
- Wenger, E. (1998). *Communities of practice: Learning, meaning, and identity*. Cambridge University Press.
- Widmeyer, W. N. & Williams, J. M. (1991). Predicting cohesion in a coaching sport. *Small Group Research*, 22(4), 548–570. <https://doi.org/10.1177/1046496491224007>
- Wylleman, P. & Lavalley, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. I M. Weiss (Red.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (s. 507–527). Fitness Information Technology.
- Wylleman, P. (2019). An organizational perspective on applied sport psychology in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 89–99. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.01.008>
- Örencik, M., Schmid, M. J., Schmid, J. & Conzelmann, A. (2023). The differentiation of single and dual career athletes falls short: A person-oriented approach to characterize typical objective life situations of elite athletes. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 18(3), 717–727. <https://doi.org/10.1177/17479541221090941>

Hva kjennetegner velfungerende toppidrettsmiljø i en skandinavisk kontekst? Basert på 19 forskningsbaserte kapitler fra Norge, Sverige og Danmark gir denne boken innsikt i individuelle og kollektiv utvikling, teamprosesser, verdier, og organisatoriske forhold i Skandinavisk toppidrett.

Toppidrett i Skandinavia: En samfunnsvitenskapelig forskningsantologi om utviklings- og prestasjonsmiljø belyser de mange utfordringene både unge og eldre idrettsutøvere står ovenfor i overgangen til og i eliteidretten. På lik linje med internasjonal talentutvikling og eliteidrettsmiljøer blir Skandinavisk toppidrett stadig mer profesjonalisert med økt ressursbruk både i form av økonomi, ramme-faktorer og ekspertise. Likevel er Skandinavisk talentutvikling og toppidrett også kjennetegnet av høy grad av frivillighetsarbeid, og tuftet på en mer verdibasert tilnærming til å utvikle utøvere, trenere, lag og bygging av prestasjonskulturer.

Sentrale tema i denne forskningsantologien er innhold, organisering og ramme-faktorer for eliteidrett, talentutvikling og utviklingsmiljøer. Tema som omhandles er:

- Utdanningsystemer
- Organisasjonsutvikling
- Utviklingsmiljø
- Teamutvikling
- Trenerutvikling
- Talentutvikling

Boken gir sentrale aktører innenfor idretten som ledere, trenere, lærere, og foreldre økt innsikt i hvordan individuelle faktorer, miljø faktorer og system faktorer påvirker aktør-ene i toppidrettsmiljø i den skandinaviske konteksten. Boken vil også kunne være nyttig for aktører utenfor idretten som politiske beslutningstakere, næringsliv og sponsorer.

Redaktørene for boken er Stig Arve Sæther, professor i idrettsvitenskap ved NTNU – Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, og Rune Høigaard, professor i idrettsvitenskap ved Universitet i Agder og NTNU.

