

**Julie Kirstine Madsen &  
Sofie Pedersen**

# **HÅNDBOLDPIGER I EN PRÆSTATIONSKULTUR**

**- En undersøgelse af pigers  
motivation og fastholdelse i sporten**



Speciale

10. semester

Aalborg Universitet

Læring og forandringsprocesser

Vejleder: Jens Aagaard-Hansen

Anslag: 187.567

2023

# INDHOLDSFORTEGNELSE

<b>1. INDLEDNING .....</b>	<b>7</b>
1.1 FORENINGSIDRÆTTENS BETYDNING FOR UNGES TRIVSEL .....	7
1.2 PROBLEMSTILLING .....	8
1.3 PROBLEMFOMULERING .....	10
1.3.1 Forskningssspørgsmål: .....	10
1.4 KONTEKSTUALISERING .....	10
1.5 BEGREBSAFKLARING.....	11
1.5.1 Trivsel og mistrivsel .....	11
1.5.2 Fællesskab .....	12
1.5.3 Kategorier .....	13
<b>2. STATE OF THE ART .....</b>	<b>14</b>
2.1 TRIVSEL OG DELTAGELSE I IDRÆTSFÆLLESSKABER .....	14
2.2 DEN PERFEKTIONISTISKE PIGE .....	15
2.3 UNGE PIGERS IDRÆTSDELTAGELSE .....	16
2.4 NÅR DE UNGE FALDER FRA .....	18
<b>3. TEORI .....</b>	<b>20</b>
3.1 PRÆSTATIONSSAMFUND.....	20
3.1.1 Præstationskultur .....	20
3.1.2 Selvfølelse .....	22
3.1.3 Typer af præstationsmennesker .....	24
3.2 SELVBESTEMMELSESTEORI .....	25
3.3 ACHIEVEMENT GOAL THEORY .....	26
3.4 TRÆNEREN SOM KULTUREL LEDER .....	27
<b>4. VIDENSKABSTEORI .....</b>	<b>29</b>
4.1 FÆNOMENOLOGI .....	29
4.2 HERMENEUTIK.....	30
4.3 DEN ANALYTISKE LINSE – ET REFLEKSIVT FOKUS PÅ EGNE FORFORSTÅELSER .....	32
<b>5. METODOLOGI .....</b>	<b>35</b>

5.1	UNDERSØGELSESMETODE .....	35
5.2	METODISKE VALG .....	37
5.3	INDSAMLING AF EMPIRI .....	38
5.3.1	Observationer.....	38
5.3.2	Semistrukturerede interviews med træneransvarlig .....	39
5.3.3	Participatoriske workshops.....	40
5.3.4	Fokusgruppeinterviews med pigerne.....	42
5.3.5	Interview med repræsentant fra Dansk Håndbold Forbund.....	43
5.4	VALIDITET OG RELIABILITET.....	44
5.5	FORSKNINGSETIK .....	44
5.6	ANALYSESTRATEGI OG DATAHÅNDTERING .....	46
<b>6.</b>	<b>EMPIRI OG ANALYSE.....</b>	<b>49</b>
6.1	PRÆSENTATION AF INFORMANTER OG ANDRE EMPIRISKE KILDER .....	49
6.1.1	De 14-16 årige håndboldpiger .....	49
6.1.2	Træneransvarlige fra de tre klubber.....	50
6.1.3	Dansk Håndbold Forbund.....	50
6.2	HÅNDBOLDPIGERNES PERSPEKTIV .....	51
6.2.1	Fællesskab .....	51
6.2.2	Konkurrence .....	54
6.2.3	Præstation .....	57
6.2.4	Udvikling .....	59
6.2.5	Opsummering af håndboldpigernes perspektiv .....	61
6.3	TRÆNERNE .....	62
6.3.1	Fællesskab .....	62
6.3.2	Den gode oplevelse.....	64
6.3.3	Initiativer til fastholdelse .....	66
6.3.4	Opsummering af trænerens perspektiv .....	67
6.4	DANSK HÅNDBOLD FORBUND .....	68
6.4.1	Udvikling og kompetence.....	68
6.4.2	Præstations- og resultatorientering .....	69
6.4.3	Trænerens betydning for motivation og fastholdelse .....	70
6.4.4	Initiativer til fastholdelse .....	72
6.4.5	Opsummering på Dansk Håndbold Forbund.....	73
<b>7.</b>	<b>DISKUSSION .....</b>	<b>75</b>
7.1	TVÆRGÅENDE TEMAER .....	75
7.1.1	Fællesskab .....	75

7.1.2	Udvikling .....	76
7.1.3	Præstationskulturen .....	78
7.2	SPECIALETS STYRKER OG BEGRÆNSNINGER .....	81
7.3	IMPLIKATIONER FOR PRAKSIS OG FORSKNING .....	82
7.4	EN NY FORSTÅELSE .....	83
<b>8.</b>	<b>KONKLUSION .....</b>	<b>84</b>
<b>9.</b>	<b>LITTERATURLISTE.....</b>	<b>86</b>
	BØGER .....	86
	ARTIKLER OG RAPPORTER.....	88
	WEBSIDER .....	90
<b>10.</b>	<b>BILAG .....</b>	<b>92</b>
	BILAG 1: OBSERVATIONSNOTER .....	92
	BILAG 2: INTERVIEWGUIDES .....	92
	Bilag 2.A Fokusgruppeinterview med 14-16 årige håndboldpiger .....	92
	Bilag 2.B Interview med træneransvarlige .....	92
	Bilag 2.C Interview med repræsentant fra Dansk Håndbold Forbund .....	92
	BILAG 3: INTERVIEW MED TRÆNERANSVARLIGE .....	92
	Bilag 3.A Interview med Lone & Hanne.....	92
	Bilag 3.B Interview med Mads.....	92
	Bilag 3.C Interview med Nikolaj.....	92
	BILAG 4: MATERIALE FRA PARTICIPATORISK WORKSHOP .....	92
	BILAG 5: FOKUSGRUPPEINTERVIEW MED 14-16 ÅRIGE PIGER .....	92
	Bilag 5.A Interview med Agnes, Isabella, Liva og Marie .....	92
	Bilag 5.B Interview med Emma, Josephine, Katrine, Louise, Mille og Naja .....	92
	Bilag 5.C Interview med Alberte, Frederikke, Iben, Lærke, Maiken og Tea .....	92
	BILAG 6: INTERVIEW MED DANSK HÅNDBOLD FORBUND.....	92
	<b>ARTIKEL .....</b>	<b>93</b>

# SUMMARY

This thesis examines the social phenomenon of 14-16-years old female handball players' motivation to practice handball from three perspectives: female handball players, coach managers, and the Danish Handball Federation. The empirical data of the thesis has been collected in three handball clubs. It consists of three semi-structured interviews with coaches, three participatory workshops, three focus group interviews with 14-16-year-old female handball players, and an interview with a representative from the Danish Handball Federation. It is supplemented by observations made in connection with visits in the clubs.

The empirical data is analyzed based on motivation theory: *self-determination theory (SDT)*, and *achievement goal theory (AGT)*, as well as theory of *the achievement society* and the concept of *the coach as a cultural leader*. The analysis is divided into three perspectives and shows three overall themes across the board: *community*, *development*, and *achievement culture*. Based on the analysis and discussion of the thesis, we can conclude that the achievement culture is the framework for many factors that promotes and limits motivation of female handball players. It adds an element of competition and anticipation, which increases the presence of extrinsic motivations and decreases intrinsic motivation.

The analysis shows a need to create a practice where several forms of participation are accepted to meet the female handball players' individual needs. Furthermore, we can conclude that there is a need to create a more mastery-oriented environment in the clubs, which is conducive to the female handball players' motivation. In order to accommodate this kind of environment, we conclude that there is a need to change the structure and culture of Danish handball. A final point from the study is that the coaches are of great importance to the female handball players' motivation and continued participation in the sport because they are in a position in which they are creators of the culture and the training environment. The Danish Handball Federation must therefore be aware of whether the structure in handball supports a mastery-oriented environment. Based on the thesis conclusions, we derive several points of attention that could contribute to creating a more inclusive handball practice which can retain more females in the sport. Our research suggests that the points of attention should be offering additional forms of participation, reducing the focus on selection, and creating space for achievement release.

# **DEL 1**

## **INTRODUKTION**

### **SPECIALETS AFSÆT**

# 1. INDLEDNING

## 1.1 Foreningsidrættens betydning for unges trivsel

I Danmark har stigende mistrivsel blandt børn og unge i en årrække været en af samfundets største udfordringer. Ifølge Børns Vilkår er det næsten hver tredje pige, og hver ottende dreng, der har lav livstilfredshed (Thastum & Bach Svendsen, Børns Vilkår, 2022). Tallene vidner om, at piger er mere udsatte i forhold til mistrivsel end drenge, hvilket også bekræftes i Sundhedsprofilen, hvor særligt piger i alderen 16-24 år scorer lavt i mentalt helbred (Rosendahl Jensen et al., 2022). Foreningsidrætten bliver i den forbindelse ofte italesat som en af flere mulige løsninger på mistrivselsproblematikken (Lund, 2022).

Den nationale undersøgelse af Danskernes motions- og sportsvaner viste i 2020, at idrætsdeltagelsen blandt børn og unge mellem 7-15 år lå på 80 % (Rask, et al., 2022). Denne relativt høje idrætsdeltagelse skal ses i forhold til foreningsidrættens status i at fremme fysisk og mental sundhed i befolkningen (Sundhedsstyrelsen, 2018). Flere studier viser en stærk evidens for sammenhængen mellem idrætsdeltagelse og trivsel, fordi foreningsidrætten gør det muligt at gøre noget (Act), at gøre noget sammen (Belong) og at gøre noget meningsfuldt (Commit) (Breistøl et al., 2017). Foreningslivet får her sin betydning, fordi børn og unge gennem deres deltagelse får mulighed for at høre til i et meningsfuldt fællesskab og samtidig opleve, at de kan give igen til fællesskabet (Sejr, 2022). Denne sammenhæng bliver bekræftet af forskere, på Aalborg Universitet, som konkluderer, at de børn og unge der går til en idrætsaktivitet giver udtryk for bedre trivsel, sammenlignet med dem som ikke går til en idræt (Roersen, Nielsen, & Clement, 2022).

Der ses dog en tendens til, at de unge vælger fritidsaktiviteterne fra, når de bliver ældre. Selv om den nationale undersøgelse viste høje tal for de 7-15 åriges idrætsdeltagelse i 2020, viste samme undersøgelse, at deltagelsen faldt for de 16-19 årige, hvor tallet lå på 55 % (Rask, et al., 2022). Lignende tendens blev fundet i 2007, 2011 og 2016 (Rask, 2016). Ser vi på de nyeste medlemstal fra Danmarks Idrætsforbund (DIF), synliggør de, at frafaldet er størst hos pigerne. De viser, at frafald hos pigerne i alderen 13-18 år er på 37 %, mens det er på 17,5 % for drengene i samme aldersgruppe (Hoffgaard & Baagø-Rasmussen, 2022).

Vi har udvalgt håndbold som konkret kontekst for undersøgelsen, fordi der her ses et stort frafald blandt piger i ungdomsårene. På pigesiden er medlemstallet faldet med 11.063 piger svarende til 46,6 % mellem aldersgrupperne 0-12 år og 13-18 år (Dansk Håndbold Forbund, 2023).

Håndboldsporten ligger derfor over gennemsnittet, i andelen af medlemmer som falder fra i overgangen mellem de to aldersgrupper. Men, hvorfor falder de unge piger fra? Og hvordan kan man blive bedre til at fastholde dem i foreningerne?

## 1.2 Problemstilling

Dette speciale er vokset ud af en interesse for at forstå, hvorfor unge piger stopper med at dyrke foreningsidræt i teenagealderen. Vi er begge selv vokset op med håndbold som en stor del af vores hverdag og har på egen krop og sind mærket, hvad foreningsidrætten kan tilbyde. Vores engagement i projektet skal derfor forstås, som et ønske om at bidrage til foreningsidrættens fortsatte udvikling, ved at producere viden om unges motivation og fastholdelse i idrætsforeningerne.

Viden og debat om frafald og fastholdelse i idrætslivet er ikke ny i det danske samfundet. Gennem de seneste par år ser vi dog øget fokus herpå, fordi man endnu ikke har fundet svaret på, hvorfor piger dropper foreningsidrætten i teenageårene. Redaktør på Idrætsmonitor, Jeanette Linder, og tidligere direktør i Team Danmark, Michael Andersen, bidrager i to forskellige artikler med perspektiver på debatten og fremhæver, at selvom der ses en generel medlemsfremgang i idræts- og foreningslivet, kan disse tal ikke overføres til foreningsaktive piger. Linder beskriver bl.a., at medlemstal fra Danmarks Idrætsforbund (DIF) og Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger (DGI) vidner om, at det kan være svært for pigerne at få hverdagen til at hænge sammen, når de når en alder, hvor folkeskolen skiftes ud med en gymnasial uddannelse. Tiden bliver her en faktor, hvor det kan forekomme uoverskueligt at skulle pleje relationer, lave lektier, feste og imødekomme et træningspas tre gange om ugen i håndboldklubben (Linder, 2022). Derudover påpeger Andersen, at en del unge er meget målrettede og ambitiøse, og at denne gruppering ofte oplever opbakning fra ressourcestærke forældre og kompetente trænere. Han mener i forlængelse heraf, at frafald skal imødekommes ved at gøre det attraktivt at spille på klubbernes 2. hold, samt give mulighed for at pigerne kan prioritere håndbold lavere i ungdomslivet. Håndboldkulturen skal ikke kun orientere sig mod 1. holdet og præstationer, det skal også være attraktivt for de unge som har håndbold som et socialt frirum (Andersen, Michael Andersen om håndboldens medlemskrise: "Det skal også være



attraktivt at spille på 2. holdet", 2022). Det vil muligvis kræve større ændringer i landets mange klubber, fordi deltagerne heri har internaliseret bestemte 'logikker' om håndbold, der forbindes med præstationer og sejr og knytter sig til et generelt karaktertræk for sportslige aktiviteter.

Sportens verden er kendetegnet af en præstationskultur, som er tæt forbundet med det olympiske motto: *hurtigere, højere og stærkere*. I denne kultur fejres sejr og store bedrifter, og det anses som normen, at vinderne tildeles medaljer og trofæer, hvormed der følger anerkendelse og social status (Petersen, 2016, s. 60-61). For at indgå i præstationskulturen er det en grundlæggende præmis at være dedikeret og ambitiøs, hvilket er forbundet med at ofre eller nedprioritere andre aspekter af hverdagslivet, som fester og sociale aktiviteter med venner (Ibid.). Med afsæt i egne erfaringer og viden fra deltagelse i håndboldmiljøet som både spillere, træner og bestyrelsesmedlem ved vi, at ophøjelsen af præstationer er en kulturel præmis, hvilket sandsynligvis også hænger sammen med de strukturelle betingelser i sporten. Som forskere finder vi det dermed relevant at inddrage viden om henholdsvis præstationssamfund og præstationskultur, eftersom det ikke er utænkeligt, at elementer herfra influerer pigernes motivation og deltagelsesmuligheder.

For første gang i 25 år har Kulturministeriet udgivet en redegørelse med et samlet overblik over, hvordan det står til med det danske kultur-, kunst-, forenings- og idrætsliv (Bøgelund, 2023). Det fremgår af redegørelsen, at kultur kan have en positiv indvirkning på børn og unges mentale trivsel og sundhed, og at idræt derfor kan anskues som en motor for bedre trivsel. I forbindelse med redegørelsen har DGI belyst både udfordringer og potentialer i idrætsforeningerne, hvor det fremhæves at: *"[...] idrætsforeningerne er et vigtigt frirum fra en perfektionskultur, som specielt unge mødes med mange steder i samfundet. I foreningen er fokus nemlig på fællesskab, positive udfordringer og trivsel, fremfor på resultater."* (Ibid.). Ifølge DGI er idrætsforeningerne skabere af præstationsfrie rum, hvilket kan siges at være i uoverensstemmelse med den kulturelle præstationspræmis, der eksisterer i håndbold.

Endvidere er der videnskabelig evidens for, at trænere har en særlig funktion og indflydelse på, hvilke regler og normer der skabes og opretholdes i en træningsgruppe – hvad vi i dette speciale anskuer som 'holdkultur'. Trænere befinder sig i en unik position, hvorfra de kan præge det sociale liv og den fælles læring på holdet og eller i klubben (Henriksen, 2015). Det er derfor interessant for os at belyse trænerens forståelse af pigernes motivation, og undersøge hvorvidt denne er i overensstemmelse med det, pigerne selv fremhæver.

Ovenstående har ledt os til følgende problemformulering og forskningsspørgsmål:

## 1.3 Problemformulering

*Hvad motiverer 14-16 årige piger til at spille håndbold, og hvilke forståelser af pigernes motivation og initiativer til fastholdelse har trænerne og Dansk Håndbold Forbund?*

### 1.3.1 Forskningsspørgsmål:

- 1) Hvad motiverer 14-16 årige piger til at spille håndbold?
- 2) Hvad oplever pigerne som værende befordrende og begrænsende for deres deltagelse i håndboldklubberne?
- 3) Hvilken forståelse har trænerne af pigernes motivation, og hvad gør de for at fastholde dem i håndboldklubberne?
- 4) Hvilke initiativer findes og planlægges i Dansk Håndbold Forbund for at sikre fastholdelse af 14-16 årige pigespillere i håndboldklubberne?

## 1.4 Kontekstualisering

Specialet befinder sig i et felt, hvori en række sociale logikker og selvfølgeligheder knytter sig til foreningslivet, men også til konkrete kontekstuelle sammenhæng i håndboldens verden. Vi giver her en kort introduktion for læsere, som ikke er bekendte med denne. Håndbolden er i Danmark organiseret af Dansk Håndbold Forbund (DHF), samt de regionale forbund Fyns Håndbold Forbund (FHF), Jysk Håndbold Forbund (JHF) og Håndbold Region Øst (HRØ). De regionale forbund står for afvikling af turneringen, mens DHF organiserer træneruddannelse samt de nationale ungdoms- og A-landshold. Vi vil kort skitsere disse tre områder.

**Turnering:** Håndboldturneringen afvikles i børne- og ungdomshåndbolden i de regionale forbund, hvor en aldersgruppe består af to årgange, fx U15 som er de 14-16 årige. Der spilles i niveauopdelte rækker, A-, B-, C-række, som har fri tilmelding op til 14-årsalderen, hvor der tilføjes kvalifikationsstævner til de to højeste rækker, 1.- og 2. Division. En sæson er inddelt i to halv sæsoner, og derfor bryder rækkerne til jul, hvor de højst rangerede hold rykker op i en højere række og modsat for de lavest rangerede hold.

**Uddannelse:** DHF tilbyder en række træneruddannelser på forskellige niveauer, hvor trænerne får viden om håndboldfaglige såvel som pædagogiske og læringsteoretiske områder. Der er ingen krav om relevant træneruddannelse for at blive frivillige håndboldtræner. Vi ser en tendens til, at mange klubber gør brug af forældretrænere på børne- og ungdomshold, fordi der er mangel på frivillige ressourcer.

**Ungdoms-og A-landshold:** Første del af DHF's udviklings- og talentstrategi starter med udviklingscenter for de 13-14 årige piger, som er et tilbud om ekstra træning på tværs af klubber med udvalgte trænere fra de regionale forbund. Den næste del er talentcenter, som er udtagelsestræninger for de 14-15 årige piger, som også foregår i de regionale forbund. Til træningerne i talentcenteret foregår en løbende selektion frem mod udtagelsen til det første ungdomslandshold i DHF-regi.

## 1.5 Begrebsafklaring

I dette afsnit vil vi definere de begreber, som er centrale for vores speciale.

### 1.5.1 Trivsel og mistrivsel

Begreberne trivsel og mistrivsel er i høj grad en del af vores hverdagsprog og bliver i forskningsmæssige sammenhæng anvendt til at beskrive, måle og diskutere, hvordan børn og unge har det, og hvilke udfordringer de oplever (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022, s. 34). Dette speciale henter sin forståelse af trivsel fra forskere ved Center For Ungdomsforskning (CEFU), Noemi Katznelson, Mette Pless og Anne Görlich, der beskriver trivsel som "*en tilstand af overvejende glæde, positivitet og tilfredshed.*" (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022, s. 35). Det vil sige, at trivsel ikke udelukkende er forbundet med glæde, positivitet og tilfredshed, men at et individ der trives, også oplever følelser af nedtrykthed og tristhed. Det er almenmenneskeligt at opleve kærestesorger, ensomhed og tristhed og en del af et ungdomsliv i trivsel (Ibid. s. 35).

Vi supplerer denne forståelse af trivsel med forståelsen af *social trivsel*, som er den del af trivselsforskningen, der beskæftiger sig med relationen mellem trivsel og fællesskaber. Professor emerita, Bente Jensen, beskriver, hvordan trivsel blandt elever i folkeskolen opstår, "*når det dynamiske samspil mellem individet og det sociale lykkes.*" (Jensen, 2002, s. 65). Vi anskuer dermed trivsel som betinget af sociale interaktioner, og hvorvidt de er lykkedes. Trivsel skal derfor

forstås som noget kontinuerligt foranderligt, og som noget der gøres og skabes i de sociale interaktioner. I forlængelse heraf forstår vi ligeledes trivsel, som betinget af, at den enkelte har adgang til sociale aktiviteter, som findes meningsfulde og eftertragtede i den sociale og kulturelle kontekst (Weisner, 2014). Når den enkelte gentagende gange lykkes i de sociale relationer, vil det ligeledes styrke de sociale kompetencer og troen på egen formåen, hvilket udmønter sig i fastholdelse over tid (Ibid.).

## **1.5.2 Fællesskab**

Specialet tager afsæt i den post-traditionelle forståelse af fællesskab som noget, der ikke blot er et spørgsmål om at være sammen med andre mennesker, men om de foranderlige forestillinger, der knytter sig dertil. Et fællesskab bliver derfor først til, når man oplever og identificerer sig med noget fælles. Det kræver gentagende bekræftelse, hvor fælles erfaringer bliver til gennem samtaler og fortællinger. Derfor bliver 'det fælles' – og hvordan det italesættes og organiseres – styrende for deltagerens muligheder (Bruselius-Jensen & Sørensen, 2017, s. 13-14). Når vi anvender begrebet fællesskab, skal det forstås som bevægeligt og foranderligt. Det viser sig i forskellige former og veksler både situationelt og kontekstuel (Bruselius-Jensen, Sørensen, & Katznelson, 2023, s. 35). Vi forbinder ofte fællesskaber med inklusion og mulighederne for at skabe rum for ligeværd blandt unge. 'Det gode fællesskab', skal derfor gerne bidrage til samhørighed og inklusion, således at ingen står uden for fællesskabet. Når vi anvender fællesskab som analytisk begreb, er det ikke desto mindre væsentligt at fremhæve de nuancer, der ligger indlejret i ordet, og som ofte overses i vores tids positive billede af fællesskaber (Ibid., s. 73). Fællesskaber rummer også skyggesider, hvor deltagelse kræver hårdt arbejde, fordi foranderligheden kræver, at man er 'på' og holder sig til ilden (Ibid., s. 247). Deltagelse i et fællesskab kræver derfor mere af de unge i dag, og selvom unge måske har flere fællesskabsmuligheder end nogensinde før, stiger risikoen for, at det går galt. Fællesskab skal derfor ikke anskues som et begreb, der rummer en universalløsning på social trivsel, men at de kan gøre godt, når de rammesættes i et samspil mellem unge og voksne (Ibid., s. 253-254).

### 1.5.3 Kategorier

Ordet *kategori* er som oftest ikke noget vi anvender i vores hverdagsprog – i hvert fald ikke bevidst. Ifølge lektor og forfatter til bogen: *Grundbog i kulturforståelse*, Iben Jensen, skal man ikke forstå begrebet, som noget man *er*, men noget man *gør* ved at udføre bestemte handlinger. Ifølge Jensen er det en vigtig interkulturel kompetence at kende til kategoriseringer som eksempelvis: 'lykkelige danskere', 'stille piger' eller 'larmende drenge' (Jensen, 2018, s. 57). Her står kategorierne: 'danskere', 'piger' og 'drenge' ikke alene, men knyttes til underkategorier som kan være begrænsende for menneskers handlinger, fordi disse skal være i overensstemmelse med normerne (Ibid.) At pigerne i dette speciale kan kategoriseres som 'håndboldspiller', kræver at deres handlinger er i overensstemmelse med det, der i sociale sammenhænge anses som acceptabelt og passende for netop denne kategori. I forlængelse heraf formulerer Jensen det således:

*"Vi har alle sammen lært at gøre vores sociale kategorier. Det betyder ikke, at vi går rundt og opfører os kunstigt eller overfladisk, men blot at vi alle retter ind (eller går imod normerne) efter de sociale grupper, vi indgår i."* (Jensen, 2018, s. 57-58).

I interaktionen med andre gør vi vores kategori, men med denne følger en position, som vi enten kan acceptere eller afvise og forsøge at omdefinere. Eksempelvis kan kategorien 'håndboldspiller' gøres på forskellige måder, afhængigt af den sociale sammenhæng man indgår i. Individet vil i nogle tilfælde forsøge at bryde med den forståelse eller de normer, der knytter sig til kategorien, hvis det der defineres som passende i én social kontekst ikke er den samme som i en anden. Det der afgør og betragtes som 'håndboldspiller' afhænger af lokale normer og er derfor kontekstbestemte (Ibid.).

## 2. STATE OF THE ART

Vi vil i dette kapitel præsentere udvalgte forskningsbidrag. Disse har været med til at indramme specialets problemformulering, og vil blive inddraget i diskussionen for at indskrive analysens resultater i det eksisterende forskningsfelt.

### 2.1 Trivsel og deltagelse i idrætsfællesskaber

I relation til specialets problemstilling vil vi her fremhæve eksisterende forskning, som beskæftiger sig med sammenhængen mellem trivsel og deltagelse i idrætsfællesskaber. Indenfor forskningsfeltet om trivsel igangsatte CEFU i 2018 en større undersøgelse af de samfundsmæssige tendensers betydning for mistrivsel blandt unge og kommer med anbefalinger til forebyggelse (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022). Studiet er baseret på en kvantitativ del med 2.080 unge i alderen 16-25 år, og et kvalitativt studie der har fulgt 37 unge i en periode over tre år. Forfatterne præsenterer i bogen, *Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering*, de aktuelle samfundstendenser som præger det senmoderne samfund, kulturelt og strukturelt, og åbner gennem et unge perspektiv op for disse tendensers betydning for unges trivsel. I forlængelse heraf argumenterer forfatterne for, at der er en sammenhæng mellem mistrivsel hos unge og den neoliberale drejning i uddannelsessystemet, der har betydet et øget fokus på evaluering og monitorering samt individualisering og ansvarliggørelse for egen læring. Forfatterne fremhæver desuden, at det stigende præstationskrav og -pres afspejles i både eksplicite og implicite præstationslogikker, hvilket får betydning for, hvornår man selv vurderer at have gjort det 'godt nok'.

Præstationskravene bliver ifølge forfatterne indoptaget i de forestillinger, som de unger knytter til forskellige kategorier eksempelvis 'håndboldpige', som giver adgang til sociale fællesskaber og positioner, hvis de performes og derved gøres 'rigtigt' (Ibid., s. 134-136). Disse pointer bidrager med et blik på, hvorfor det kan være svært at være ung i dag, hvilket skærper vores opmærksomhed på den præstationskultur, som pigerne navigerer i. Forfatterne bidrager desuden med en klar anbefaling om, at blikket både bør rettes mod de brede strukturelle forhold, men også de nære institutionelle kontekster og sammenhænge, som de unge færdes i (Ibid., s. 184). Det pointeres yderligere, at deltagelse i ungefællesskaber som tilbyder frirum og støtte kan bidrage til at af-

individualisere og af-stigmatisere nogle af de udfordringer og problematikker, som de unge kæmper med (Ibid., s. 192). Ovenstående forskning om trivsel bidrager med et blik på, hvad der kan være svært ved at være ung i dag, og gør os opmærksomme på at have blik for de samfundstendenser, som de 14-16 årige piger indgår i. Vi ønsker derfor at tage afsæt i et bredt samfundsdiagnostisk perspektiv, og forholder os teoretisk til nogle af de samme udviklingstendenser.

Rapporten: *Karakteristika af det mentale sundhedsfremmende fritidsfællesskab for unge*, der er udarbejdet af, Statens Institut for Folkesundhed ved Syddansk Universitet, tydeliggør, fællesskabets betydning for unges trivsel og nuancerer forståelsen af de muligheder, som foreningsidrætten rummer (Kusier, Ubbesen & Folker, 2023). Undersøgelsen har til formål at belyse de 'ingredienser', som hvis de er til stede i fritidsfællesskabet, kan være med til at styrke unges trivsel og mentale sundhed. Forfatterne identificerer i et litteraturreview fem 'ingredienser': *social forbundethed, udvikling af kompetence, udvikling af selvtillid, lystbetonet deltagelse samt tryghed og tillid i fællesskabet* (Ibid., s. 7). Det er derfor en vigtig pointe, at fællesskabet i sig selv ikke nødvendigvis har en positiv betydning for mental sundhed og trivsel.

## 2.2 Den perfektionistiske pige

Hvilken betydning har samfundsudviklingen for ungdommen? Dette spørgsmål stiller to forskere, Stephanie Y.M Jensen og Søren Østergaard fra Center for Ungdomsstudier (CFU), skarpt på. På baggrund heraf har forfatterne udarbejdet projektet *Gode idrætsmiljøer for piger* (Østergaard & Jensen, 2018a). Projektets undersøgelsesarbejde baserer sig på et kvantitativt spørgeskema udsendt til 80 idrætsmiljøer i 2016. Herudover indeholder projektet interviews med 25 piger, som er henholdsvis 'elite- eller breddeudøvere' samt en komparativ analyse af piger og drenge i svømning og fodbold. Afslutningsvis har CFU, i samarbejde med DIF, udgivet projektet som en bog under samme navn. I bogen fremhæver Østergaard og Jensen, at konkurrencestatens reformer særligt rammer de unge i vores samfund. Krav om konstant optimering gør sig ikke kun gældende på få afgrænsede arenaer af livet men bliver allestedsværende, hvor udvikling og optimering bliver afgørende faktorer for at lykkes (Ibid.).

Som et led i konkurrencestatens indtog kendetegnes det samfund vi lever i som et 'præstationssamfund'. Som ordet indikerer, bliver præstation en naturlig del af vores livsverden, men de krav der følger med, kan af nogle opleves som et præstationspres, der bliver hæmmende for

både trivsel og velbefindende. Blandt drenge og piger ses der en væsentlig forskel på, hvordan disse to grupper håndterer de krav, som præstationssamfundet rummer. Hvor drenge skal ses repræsentative i forhold til anvendelse af selektiv strategi, der afgrænser prioritering af præstationer til specifikke arenaer, er piger i højere grad tilbøjelige til at forfølge det perfekte på alle livets arenaer. Østergaard og Jensen beskriver at disse tendenser kan have negative konsekvenser, hvilket eksempelvis kommer til udtryk i studier som belyser, at pigernes generelle trivsel er lavere end drengenes (Østergaard & Jensen, 2018b; Jensen Rosendahl, et al., 2022).

I samarbejde mellem de fem regioner, Statens Institut for Folkesundhed, SDU og Sundhedsstyrelsen blev sundhedsprofilen i 2022 udgivet for fjerde gang (Jensen Rosendahl, et al., 2022). Den Nationale Sundhedsprofil indeholder, med afsæt i data, viden om borgernes sundhed.

Dataindsamlingen tager sit udgangspunkt i et kvantitativt spørgeskema, som blev udsendt til 324.000 personer med en minimumsalder på 16 år eller derover – alle med bopæl i Danmark. Af de adspurgte har 183.646 personer deltaget, hvilket svarer til 56,7 % af de adspurgte (Ibid.). Rapporten fremlægger, at 19,9 % af kvinder, i alderen 16-24 år, har en lav score på den mentale helbredsskala, hvorimod procentsatsen for mænd i samme alder ligger på 14,9 % (Ibid.). Vi kan med afsæt i rapporten ikke fremvise at samme procenttal gør sig gældende for piger og drenge under 16 år.

Til slut vil vi inddrage Østergaard og Jensens rapport: *Hverdag, sport og alle de andre ting: piger og drenge – er der forskel?* Rapporten tager afsæt i både kvalitative interviews og kvantitative data i form af spørgeskemaer, og viser, at drenge i alderen 14-21 år trives bedre generelt og i sport end pigerne (Østergaard & Jensen, 2018b). Ved måling af generel trivsel scorer drengene en procentsats på 72,9 % hvorimod pigernes ligger på 53,3 %. Ved måling af trivsel i sport viser tabellen 75,4 % for drenge og 61,8 % for piger (Ibid.). Med afsæt heri, kan vi derfor argumentere for en kønsmæssige adskillelse, hvor det mandlige køn har en bedre trivsel og derfor et bedre mentalt helbred, hvilket er i overensstemmelse med de tal, der formidles i Sundhedsprofilen.

## 2.3 Unge pigers idrætsdeltagelse

Studier viser, at unge dyrker sport i foreninger på grund af venskaber, glæde ved deltagelse og det at føle sig sund. I Sverige dyrker mange børn og unge foreningsidræt i deres barndoms- eller ungdomsår, men mange dropper sporten i slutningen af teenageårene, hvilket er sammenligneligt med resultater fra andre danske undersøgelser (Jakobsson, 2014; Grube & Østergaard, 2010;



Pilgaard, 2012). For at imødegå denne frafaldsproblematik, har man i Sverige lavet en undersøgelse blandt ikke-elite sportsudøvere, med det formål at belyse, hvad der gør, at teenagere fortsætter med at deltage i klubidræt. Undersøgelsens resultater baserer sig på 18 semistrukturerede interviews med teenagere i alderen 15-19 år. Forskeren bag undersøgelsen, Britta Thedin Jakobsson undersøger, hvad teenagere oplever som meningsfuldt, og vigtigt når de deltager. Hun finder i undersøgelsen frem til, at de unge oplever sport som værende sjovt, når der indgår elementer af læring og udvikling, når konkurrencen er udfordrende og når de opnår muligheden for at være involveret og engageret med andre (Jakobsson, 2014). Hertil konkluderes det, at hvis samfundet og idrætsforeningerne i særdeleshed ønsker, at så mange som muligt er fysisk aktive og opbygger en livslang interesse for sport, må idrætsforeningerne tilbyde aktiviteter der tiltrækker mennesker med forskellige evner og ambitioner (Ibid.). Idræt må derfor være organiseret, så det giver alle unge mulighed for at lære fysisk aktivitet med forskellige muligheder for motorisk og social læring i fokus. I undersøgelsen fremhæver Jakobsson, at brug af kvalitativ metode er anvendt for at give en mere dybdegående indsigt i individers erfaringer og opfattelser af klubidræt (Ibid.). Med afsæt heri har vi ladet os inspirere af denne metodologiske tanke, hvormed hensigten i nærværende speciale er at give de unge håndboldpiger en stemme.

I håndboldsporen er det træneren der rammesætter træningsmiljøet, hvilket kan have indvirkning på udøvernes motivation. Et internationalt studie påpeger denne sammenhæng i en undersøgelse med 479 elite håndboldspillere i alderen 16-17 år (Alesi, et al., 2019). Studiet tager sit afsæt i en teoretisk funderet ramme, herunder selvbestemmelsesteori (SDT) og achievement goal theory (AGT), hvormed det konkluderes at en tilfredsstillende af de psykologiske behov vil fremme engagement og forhindre frafald i ungdomsidræt (Ibid.). Undersøgelsen understøtter anvendeligheden af teori om selvbestemmelse (SDT) som en ramme til at forstå determinanterne for frafaldsintentioner i sport blandt unge. Herudover konkluderes der, med afsæt i undersøgelsens resultater for, at et udviklingsorienteret miljø er den vigtigste kilde til succes (Ibid.). Med denne bevidsthed ønsker vi i vores undersøgelse at belyse, de træningsmiljøer håndboldpigerne er en del af, fordi de med ovenstående som referenceramme kan argumenteres for at være determinerende for pigernes motivation.

## 2.4 Når de unge falder fra

CFU foretog i 2010 en landsdækkende spørgeskemaundersøgelse med 7.- 9. klasser, hvortil de fik 1122 besvarelser. Disse blev suppleret af 33 interviews med de unge. Studiet sætter fokus på unges trivsel, brug af medier, forbrug og værdier særligt i relation til fritidsliv. Forfatterne rejser i undersøgelsen to spørgsmål, som er særdeles relevante i relation til dette speciale: 1) ”Hvad er 7.-9. klasse-elevs motiver for henholdsvis at vælge fritidsaktiviteter til og fra? 2) Hvad er deres forventninger til de voksne de møder i forbindelse med aktiviteterne?” (Grube & Østergaard, 2010, s. 12). Deres resultater viser, at de unge falder fra i foreningsidrætten, jo ældre de bliver. I 7. klasse angiver 67 % at gå til idræt i en forening, hvilket falder til 54 % i 9. klasse (Ibid., s. 26).

Undersøgelsen af Danskernes motions- og sportsvaner viser et tilsvarende frafald af unge i foreningsidrætten (Rask, et al., 2022). Chefanalytiker hos Idrættens Analyseinstitut, Maja Pilgaard, har i forbindelse med undersøgelsen fra 2013 udgivet artiklen: *Teenagers idrætsdeltagelse i moderne hverdagsliv*. Artiklen har til formål at give en karakteristik af deltagelsesmønstre i sport og motion blandt teenagere i Danmark, og derigennem undersøge årsagerne til at en stigende andel af unge stopper med at dyrke idræt i foreningsregi (Pilgaard, 2012). Heri belyser Pilgaard, sammenlignelige resultater med dem som Grube og Østergaard fremviser, omhandlende faldende idrætsdeltagelse i teenageårene (Grube & Østergaard, 2010). Pilgaards analyse tager et samfundsperspektiv med udgangspunkt i forståelsen af det moderne hverdagslivs, hvor individualisering og frigørelse er kendetegnende ved teenagers livsfase, hvilket afspejler sig i undersøgelsens resultater, som antyder at unge i højere grad vælger mere fleksible og uforpligtigende idrætstilbud og skifter mere mellem idrætter end tidligere (Pilgaard, 2012).

Undersøgelsen er med til at understrege, at de unge ikke nødvendigvis fravælger foreningsidrætten, fordi de ønsker at dyrke idræt alene, men at det derimod er et udtryk for en nødvendighed i en hverdag, der kræver fleksibilitet. Pilgaard påpeger med udgangspunkt i Tomas Petersons (2008) forskning vigtigheden af, at foreningerne tilpasser deres tilbud til de unges hverdagsliv og giver mulighed for en kombination af frihed og tryghed (Ibid.). Hun pointerer yderligere, at årsagerne til idrætsdeltagelse og frafald skal ses i et komplekst samspil mellem individuelle forudsætninger, erfaringer og ønsker, samt mulighedsstrukturer i det omkringværende miljø. Med udgangspunkt heri finder vi det, som før nævnt, værdifuldt at bidrage med forskning, der tager udgangspunkt i unge pigers oplevelser og udsagn, således at foreningslivet bliver oplyst om, hvad der beforder og begrænser pigernes deltagelse.

Frafaldsproblematikken i foreningsidræt er undersøgt i en lang række forskningsprojekter, hvilket også afspejler sig i ovenstående. Ikke desto mindre mener en række forskere fra henholdsvis Academy for Health and Welfare Halmstad Universitet (HU), Sundhedsfremmeforskning (SF) og Steno Diabetes Center Copenhagen (SDCC), at der er behov for yderligere forskning, for at identificere de faktorer der bestemmer fortsættelse (versus frafald) i klubbaseret idræt (Elsborg, et al., 2022). På baggrund heraf vil vi med afsæt i en kvalitativ tilgang bidrage til forskningsfeltet og påpege opmærksomhedspunkter som fremskrives i afsnit 7.4: Implikationer for praksis og forskning.

# 3. TEORI

Dette kapitel præsenterer specialets teoretiske ramme. Vi har valgt at anvende teori om *præstationssamfundet* med det formål at belyse, hvordan samfundet influerer pigernes motivation. Endvidere inddrager vi *selvbestemmelsesteori* til at belyse, hvad der motiverer de 14-16 årige piger og supplerer denne med målorienteringsteorien, *achievement goal theory*. Afslutningsvis vil vi redegøre for betegnelsen *træneren som kulturel leder*, da det giver mulighed for at fremanalysere trænerens betydning for den holdkultur, som skabes, og har indflydelse på pigernes motivation.

## 3.1 Præstationssamfund

Denne teori tager udgangspunkt i sociolog, Anders Petersens, samtidsdiagnose som han betegner *præstationssamfundet*. Teorien bidrager med et perspektiv på, hvorfor nogle unge oplever et stort pres til at skulle præstere, og hvordan det kan være årsagen til mistrivsel. Til nærmere beskrivelse anvender vi i dette afsnit begreberne *præstationskultur*, *selvfølelse* og *præstationsmennesker*, som alle udspringer af det samfund vi lever i – præstationssamfundet (Petersen, 2016).

### 3.1.1 Præstationskultur

I begyndelsen af 1970'erne kritiserede sociolog, Zygmunt Bauman, forståelsen af begrebet 'kultur'. Han mente at denne forståelse var for ensidig og "[...] at kultur alt for ofte og fejlagtigt blev betragtet som noget, folk fik trukket ned over hovedet, noget, der kom oppefra og blev os påduttet." (Petersen & Krogh, 2021, s. 13). Ifølge Bauman skaber en sådan forståelse af begrebet kultur, en forenkling som overser at kultur, også udfolder sig i menneskelige handlinger. Kultur er noget vi gør, når vi interagerer med vores omgivelser, eksempelvis når 14-16 årige piger bliver en del af en 'holdkultur' i en håndboldklub. Bauman mener, at kulturbegrebet rummer en større alsidighed, og at kultur udspiller sig i en vekselvirkning mellem at være skabt og at blive skabt i et menneskeligt samspil (Ibid., s. 13). At se kulturbegrebet gennem Baumans øje vil derfor forklare, hvorfor præstationskulturens tank forbliver fyldt (Ibid., s. 13).

Kulturen er ikke påduttet eller presset ned over hovedet på mennesker. Gennem interaktion og handling bliver vi selv medskabere af kulturen, og derfor vil oplevelsen af kultur som noget udefrakommende forsvinde. Børn og unge udøver også præstationskulturen ”[...] ved at gøre dens sociale logik til deres egen og bruge dens motorer til personlig fremdrift.” (Petersen & Krogh, 2021, s. 13). Med børns og unges udøvelse af kulturen vil tanken blive påfyldt med brændstof, fordi de unge mennesker reproducerer kulturen i deres hverdagsliv.

Hvis vi fastholder det sproglige billede med præstationskulturens tank, vil det mest potente brændstof et menneske kan påfylde være konkurrence. Konkurrence ses i nogle tilfælde som et selvfølgeligt, hvor det særligt i sportens verden ses som et uundgåeligt element. Her vil vi i nogle sammenhænge opleve konkurrencen som værende ligefrem sund, hvis præmisserne for konkurrencen bygger på et ligeværdigt grundlag. Væsentligt at fremhæve er konkurrencens skyggesider, hvor et fair og sundt konkurrencemiljø bliver glemt eller overset i takt med præstationskulturens vilde fremdrift. Konkurrence bliver en allestedsværende del af vores tilværelse, hvilket stiller store krav til mennesket, som er nødsaget til at bruge energi på opretholdelse og finjustering af evnen til at konkurrere. Følelsen af at være i konstant konkurrence med sig selv og sine omgivelser gør at vi muligvis mister evnen til at opretholde gode kammeratskaber. Vennerne anses som værende konkurrenter, og vi bliver i højere grad tilbøjelige til at holde frustrationer og pres for os selv, fordi det potentielt kolliderer med de forventninger omgivelserne har til os (Petersen & Krogh, 2021, s. 15).

Ifølge sociolog, Alain Ehrenberg, afhænger menneskets mulighed for at præstere af tilegnede evner og færdigheder. At præstere vil i den forståelse være et individuelt anliggende, hvortil det er op til det enkelte menneske at mestre og håndtere konsekvenser af diverse præstationer. Det bliver et individuelt men nødvendigt anliggende at vi regulerer vores konkurrenceevne således, at den tilpasses de sociale sammenhænge vi indgår i. Præstationspresset vil derfor blive et indvendigt pres, som for nogle kan opleves som tvang. Tvangspræstation kan særligt opleves af børn og unge, fordi materialiteter som eksempelvis tøj eller teknologi kan influere på deres konkurrencedygtighed i sociale sammenhæng. Børn og unge vil derfor opleve at det konstante pres til at skulle forbedre deres konkurrenceevne, accelererer i et højt tempo (Petersen & Krogh, 2021, s. 15).

Forklaring på denne trang til forbedring kan findes i sociolog, Hart Rosas, beskrivelse af det vi vælger at kalde *vaklende positioner*. Børn og unge kan grundet samfundets stigende tempo ikke positionere sig på et sikkert sted – i hvert fald ikke i længere tid ad gangen. Samfundet og verden

udvikles og forandres hurtigere end nogensinde før, hvilket medfører, at man er nødsaget til konstant præstation for bibeholdelse af en god position. I relation til vores undersøgelse, vil kategorien som 'den dygtige håndboldspiller' potentielt være til låns, og man må derfor kæmpe for positionen ved gentagne præstationer. Positionen som 'den dygtige håndboldspiller' vil sandsynligvis vakle, hvis spilleren eksempelvis får en skade (Petersen & Krogh, 2021, s. 16). Netop dette eksempel er væsentligt at fremhæve, fordi ordet *skade* eller *skader* gentager sig i vores empiriske indsamling – både i workshops og fokusgruppeinterviews (Bilag 4 og 5.A-C).

At se på børn og unge i lyset af præstationskulturen afskriver ikke, at kulturen også kan have negativ betydning for voksne. Ikke desto mindre er det sandsynligt, at børn og unge oplever et pres for at skulle præstere på de forskellige arenaer, de er del af i tilværelsen. Anders Petersen, og forsker i sociologi, Søren Christian Krogh, hævder, at det pres unge oplever kan være anderledes, og potentielt også hårdere end det voksne oplever at være udsat for. Forskellen på presset mellem børn og unge på den side og de voksne på den anden, begrundes af Petersen og Krogh med, at identitet og personlighed ikke er færdigudviklet hos børn og unge, hvilket gør dem mere sårbare og eksponerede for mistro og mangel på mental sundhed, som er nogle af præstationskulturens konsekvenser (Petersen & Krogh, 2021, s. 17).

Ydermere er det i dag næsten uundgåeligt at bevæge sig udenom præstationskulturen, fordi man med afsæt i sociolog, Jürgen Habermas, begreb *kolonisering* ser, hvordan præstationskulturen koloniserer de arenaer vi er en del af, og den verden vi lever i. At kulturen er bevægelig, får yderligere betydning for børn og unges normalitetsforståelse, fordi denne vil blive væsentligt indskrænket, hvilket også medfører, at det desværre bliver lettere at træde ved siden af. *"Der skal ikke mange afvigelser til, før vi oplever mennesker som 'skæve eksistenser' eller lidt 'ved siden af'. Præstationskulturen har medført, at autenticitet, perfektion og personlig succes bliver markører for normalitet."* (Petersen & Krogh, 2021, s. 19-20). Den middelmådige eller gennemsnitlige præstation er derfor ikke god nok, hvortil børn og unge vil anskue præstationen som en falliterklæring, uagtet om præstationen er tilfredsstillende i andres øjne.

### **3.1.2 Selvfølelse**

Selvfølelse handler om, hvordan vi som mennesker vurderer os selv. Hvis det menneskelige selvværd er præget af tilfredshed, vil det være medskabende til en indre kraft, der bærer individet hele livet igennem på et stabilt grundlag. Mangel på fast grund vil derimod få det indre til at vakle.

Som kompensation herfor søger individet strategiske muligheder, som kan styrke selvfølelsen. *”Det at være dygtig kan være en af disse ubevidste strategier for at styrke en såret selvfølelse – et forsøg på at opretholde ens værdi alligevel.”* (Rose & Perski, 2010, s. 48). Selvfølelse drager muligvis associationer til ord som selvbillede, selvtillid og selvsikkerhed, som alle tilsammen kan beskrives som forhold, der danner mennesket. De tre nævnte egenskaber er mulige at træne, men en ændring af selvfølelsen kræver et indblik i et dybere lag, hvor det væsentlige er menneskets respektive tilblivelseshistorier.

Vores aktive deltagelse i eget liv har ifølge filosof og professor i psykologi, William James, betydning for vores personlige identitet. *”Den former os med hensyn til alt det vi synes om og værdsætter. Ellers ville vi ikke være dem vi er. For vi er dét, vi selv elsker.”* (Rose & Perski, 2010, s. 50). I forlængelse af dette citat argumenterer han for, at det vi derimod ikke elsker, regner vi ikke for noget. En følelse af tilfredshed kræver derfor ikke, at vi lykkes med alt hvad vi foretager os. De områder af livet som vi identificerer os med, vil vi gerne have succes inden for, og ifølge James er det nok. Som opsummering herpå skal selvfølelse ses som et relativt og kontekstafhængigt begreb, hvilket også er pointen i James’ beskrivelse: *”Selvfølelsen er et relativt begreb, der skifter afhængigt af område og af, hvor stor fremgang du har. Men om du er tilfreds eller ej, hænger sammen med, hvad du gerne vil opnå, dine egne ambitioner.”* (Ibid., s. 50). Til visualisering heraf mener James, at selvfølelsen danner følgende ligning:

$$\text{selvfølelse} = \frac{\text{formåen}}{\text{ambition}}$$

Hvis man med udgangspunkt i denne ligning tolker selvfølelsen, kan den beskrive forholdet mellem, hvad du er, og hvad du vil. Hvordan du kan øge din selvfølelse, vil afhænge af en af følgende måder: præstere mere eller ville mindre. Som oftest vælger vi at præstere mere, hvor argumentet muligvis kan findes i, at vi interagerer med et samfund, der værdsætter og belønner konstant vækst. Grænserne for, hvad vi kan opnå, er udefinerbare – der findes ingen øvre grænse, og vi sætter vores ambitionsniveau herefter (Rose & Perski, 2010, s. 50). Rose og Perski mener, at det er en fejltagelse at blæse selvfølelsen op gennem manipulerende fortællinger, der vidner om at alt er muligt, hvis blot man har vilje nok (Ibid., s. 50).

Flere aspekter gør sig gældende for selvfølelsen, men det er en grundlæggende nødvendighed at besidde en indre accept og kærlighed til sig selv. Omgivelserne bliver hertil en vigtig medspiller, fordi vi som individer formes i en spejling med disse. *”Det er et dybt menneskeligt behov at blive*

set, at blive bekræftet af andre mennesker for at være den, man er, og for at gøre det, man gør.” (Ibid., s. 50). At opnå en høj grad af selvfølelse kan derfor siges at omhandle et både indre og ydre aspekt. I dette speciale anvender vi begrebet til at beskrive, hvilken betydning kompetencer og omgivelser har for pigernes selvfølelse.

### 3.1.3 Typer af præstationsmennesker

Med reference til ovenstående beskrivelse af begrebet selvfølelse følger to typer af præstationsmennesker: *glade præstationsmennesker* og *tvangspræstationsmennesker*. Ved kombinationen af en god indre og ydre selvfølelse udspringer individet som et glad præstationsmenneske (Rose & Perski, 2010, s. 63). Hvis individet derimod har en lav indre selvfølelse og en høj ydre, vil det komme til udtryk gennem et præstationsfokus, der tager overhånd, og et stort behov for anerkendelse og bekræftelse. Dette resulterer i et forsøg på at nærme sig det uopnåelige, og skaber det, der betegnes som et tvangspræstationsmenneske. Målet bliver i dette tilfælde en illusion, da denne drivkraft vil lede individet på afveje – længere væk fra målet om en bedre indre selvfølelse (Ibid., s. 63).

En måde at håndtere fraværet af god indre selvfølelse på er at fornægte manglen herpå. Det vil muligvis medvirke til idéen om, at problemet er løst, men en sådan tanke er irrationel og vil afsløres i individets handlinger, som oftest vil være præget af tilfældighed eller forvirring (Rose & Perski, 2010, s. 64). Et eksempel på sammenligningen mellem et glad præstationsmenneske og et tvangspræstationsmenneske kan findes i opgaveløsning. Mennesker med høj selvfølelse vil som udgangspunkt bruge opgaven som pejlemærke for ambitionsniveauet, som ligningen for selvfølelse beskriver på s. 23 jf. afsnit om selvfølelse. Modsat vil mennesker med lav selvfølelse sætte barren for højt, og som følge heraf opstille urealistiske ambitioner. Opgaveløsningen har ingen indflydelse på ambitionsniveauet forstået på den måde, at tvangspræstationsmennesket altid vil tilvælge sværere opgaver, uagtet opgavens udfald i tidligere løste opgaver. Disse mennesker bliver både draget men også truet af udfordringer, hvilket skaber en indre konflikt, fordi udfordringer eller opgaveløsning ikke ses som en mulighed for læring og stimuli, men som en lejlighed til at øge deres selvfølelse. Disse mennesker er uvidende om, at den gode indre selvfølelse i dette tilfælde vil være midlertidig, fordi den kun opretholdes ved fravær af fejl, som gør at opgaven eller udfordringen ikke kan løses. Opsummerende peger god indre selvfølelse tilbage til James' ligning med sammenspillet mellem formåen og ambition. Det er måske værd at overveje om ambitionsniveauet bør sænkes på nogle af



livets områder, for selvom man er dygtig til noget, er det ikke ensbetydende med, at man skal være dygtig til alt og slet ikke på én gang (Ibid., s. 82).

## 3.2 Selvbestemmelsesteori

*Selvbestemmelsesteori* også kendt som Self-determination theory (SDT) er grundlagt af professorer i psykologi, Edward L. Deci og Richard M. Ryan. Vi tager i præsentationen af SDT udgangspunkt i, videnskabsteoretiker, Ib Ravn's, danske oversættelse. Teorien er motivationspsykologisk og bidrager med en forklaringsramme til at forstå mennesker, og hvad der motiverer dem, og hvordan man kan handle og skabe vilkår der fremmer trivsel og generel livsudfoldelse (Ravn, 2021, s. 34). Motivation opstår når et menneske oplever, at 'sidde på førersædet i eget liv', og derved opnår en følelse af selvbestemmelse (Ibid. s. 123). Hvis et individ ikke oplever selvbestemmelse, vil det medføre amotivation, der kommer til udtryk som en følelse af ikke at gide eller orke en aktivitet. Denne følelse kan opstå ved aktiviteter, hvor individet oplever et fravær af værdi og manglende kompetence (Ibid. s.103). Demotivation vil i dette speciale anvendes som synonym for amotivation, da vi finder denne betegnelse mere relaterbar.

Deci og Ryan er kendt for deres skelnen mellem 'indre' og 'ydre' motivation, mere konkret går disse under betegnelserne *intrinsisk* og *ekstrinsisk*, når man taler om faktorer for motivation. Indre eller intrinsisk motivation opstår når motivet udspringer af egen vilje, og derfor vil følelsen af tilfredshed ligge i selve handlingen (Ravn, 2021, s. 38) Kendetegnet for den ydre eller ekstrinsiske motivation er derimod de ydre belønningsmekanismer, også betegnet *ekstrinsiske motivationsfaktorer*, som eksempelvis ydre resultater, pres og kontrol (Ibid., s. 38).

SDT-forskere hævder, at disse straf- og belønningsmekanismer muligvis fungerer på kort sigt, men på længere sigt vil de have en negativ effekt. At motivere gennem straf og belønning vil svække individets interesse, fordi det fornemmer en vis form for adfærdskontrol fra omgivelserne side. Forklaringen herpå skal findes i det grundlæggende psykologiske behov for at afvige fra pres og kontrol og i stedet besidde en følelse af autonomi. "*Trangen til selvbestemmelse, til selv at træffe beslutninger og foretage egne valg ligger dybt i ethvert menneske, og hvis den trang ikke tilgodeses, mistrives mennesker i det lange løb.*" (Ravn, 2021, s. 18-19). Følelsen af autonomi kan ikke kun tilgodeses ved retten til at vælge selv. Autonomi omhandler ejerskab – at mennesket oplever at være

i stand til vælge selv og at det valg der træffes, er i overensstemmelse med indre præferencer og værdier. Hvis det er tilfældet, vil mennesket opleve intrinsisk motivation (Ibid., s. 19).

Autonomi eller selvbestemmelse er det første af tre psykologiske behov i SDT. Hernæst kan kompetence fremhæves som yderligere et af de tre. De valg mennesket træffer forudsættes af kompetence eller mestring. Dette behov er subjektivt og handler om en indre følelse af, at kunne handle i forhold til trufne beslutninger og udrette det, man har til hensigt at gøre. Det tredje af de sidste psykologiske behov omhandler, at mennesket skal besidde en følelse af samhørighed. En følelse der ifølge Deci og Ryan udspringer af, at mennesket fra fødslen danner tilknytning til familie, samfund og kultur. Forpligtelser til fællesskab kan let virke modsatrettet det menneskelige behov for følelsen af autonomi, men disse skal forstås som komplementære. Ravn giver et eksempel herpå, og beskriver at, de parter der formår at understøtte autonomien hos hinanden, har den længste levetid og det er positivt for begge parter trivsel (Ravn, 2021, s. 19). Ydermere fremhæver Deci og Ryan at opfyldelse af de psykologiske behov bidrager til forøget indre motivation og modsat, hvor de ikke tilgodeses, vil det få negativ betydning for den indre motivation, fordi interesse og engagement udebliver. Ravn konkluderer derfor, at: *”skal man ”motivere” andre, handler det om at give dem omgivelser og vilkår, der bedst muligt støtter dem i at få deres behov opfyldt – så vil deres intrinsiske motivation for de relevante aktiviteter også øges.”* (Ibid., s. 19-20). Som håndboldtræner er det derfor nytteløst at presse spillerne for, på den måde, at fremprovokere motivation og eventuel adfærdsændring, da dette sædvanligvis vil give den modsatte effekt, ikke mindst på længere sigt.

### **3.3 Achievement goal theory**

Achievement goal theory (AGT) er en motivationsteori, der baserer sig på mål og motiver i et situeret perspektiv. Den bidrager, i forlængelse af SDT, med et udvidet perspektiv på motivation ved at tage disse i betragtning i forhold til at vurdere motivation. AGT bygger på det oprindelige arbejde af psykologerne, Carol Dweck og John G. Nicholls, hvori de afgrænsende to forskellige typer af målorientering ud fra deres definition af kompetence. Vi vil hertil beskæftige os med begrebsliggørelse af de to orienteringer; performance goal (oversat: *præstationsmål*) og mastery goal (oversat: *mestringsmål*) (Elliot, 1999, s. 169).

Det præstationsorienterede individ definerer kompetence ud fra en normativ standard ved at sammenligne sig selv og konkurrere med andre individer. Det mestringsorienterede individ

sammenligner derimod sig selv med egne tidligere præstationer, hvorfor kompetence her defineres ud fra en intrapersonel standard (Elliot, 1999, s. 169). Ved opgaveløsning vil det mestringsorienterede individ anskue indsatsen som nødvendig og positiv for udvikling. At lave fejl opfattes som en naturlighed, og i læreprocessen er individet optaget af, hvordan opgaveløsningen kan forbedres. Modsat vil det præstationsorienterede individ opfatte opgaveløsningen og præstationen som et resultat af evner. Følelsen af kompetence vil her være afhængig af andres præstationer – om man har gjort det bedre end dem. For det præstationsorienterede individ betyder det at lykkes, at man opnår bedre resultater end andre. Fejl opleves for dette individ ikke som en naturlig del af læreprocessen, og opgaver vil derfor kunne opfattes som truende, hvis de ikke er passende for denne persons kompetenceniveau (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s. 31). Det er vigtigt at understrege trænerens betydning for pigernes målorientering, fordi træneren kan hjælpe pigerne med at opsætte konkrete, kortsigtede og realistiske mål, hvilket vil øge deres oplevelse af mestring og progression. Men træneren vil også kunne bevirke det modsatte, hvis anerkendelse udelukkende udløses ved præstationer og sejr (Ibid., 32).

### **3.4 Træneren som kulturel leder**

Vi supplerer desuden specialets teori med professor i sportspsykologi, Kristoffer Henriksens, formidling af *træneren som kulturel leder*. Træneren har, som nævnt i specialets problemformulering og state of the art, betydning for pigernes motivation og fortsatte deltagelse. Vi finder det derfor relevant at inddrage begrebet til at forklare denne sammenhæng i den analytiske del.

Henriksen henviser i sin forklaring af træneren som kulturel leder til teoretiker og psykolog, Edgar Henry Schein og hans teori om organisationskultur. Med inspiration herfra beskriver Henriksen kultur som: ”[...] de koder, forestillinger og værdier, som en gruppe mennesker deler mere eller mindre bevidst eller ubevidst, og som de kommunikerer og bearbejder (forhandler) i social handling.” (Henriksen, 2015, s. 26). Han påpeger at kulturens karaktertræk internaliseres af udøveren, og gøres i det fællesskab individet er en del af. Kultur kan derfor ledes, og her får træneren stor betydning for, hvordan kulturen formes i organisationen, i håndboldklubben (Ibid., s. 26). Det er derfor væsentligt, at trænere er bevidste om deres betydning, fordi der kan være en tendens til at reproducere den håndboldpraksis, som man selv er vokset op i, uden at forholde sig kritisk til, hvorvidt den er hensigtsmæssig i den nuværende kontekst (Cushion, 2007).

Henriksen præsenterer en række kulturelle indlejningsmekanismer som gennem anerkendelse af en bestemt adfærd, påvirker de sociale logikker, normer og værdier i en gruppe af udøvere. Det kan være, hvem der udpeges som rollemodeller, hvad lægges mærke til og belønnes med. Eksempelvis spilletid, opmærksomhed og ros (Henriksen, 2015, s. 27).

Henriksen argumenterer for, at et godt udviklingsmiljø er kendetegnet ved at have et breddesigte, altså fokus på en større træningsgruppe, fremfor et forsnævret sigte der udelukkende fokuserer på de bedste. Derudover kræver et succesfuldt og godt miljø yderligere følgende elementer: langsigtet udviklingsperspektiv, en kombination af specialiseret og legende selvorganiseret træning og sidstnævnt, at der i kulturen hersker en tydelig overensstemmelse mellem sprog og handlinger. (Henriksen, 2015, s. 26).

# 4. VIDENSKABSTEORI

De fænomenologiske og hermeneutiske erkendelsesrammer er knyttet til forståelsen af den menneskelige erfaring og handling, men adskiller sig ved, at fænomenologien forsøger at beskrive og forstå fænomener og praksisser, hvor hermeneutikken søger at beskrive og forstå fortolkninger (Egholm, 2014). Begge retninger har fokus på den subjektive forståelse og tager dermed afstand til objektivt eksisterende fænomener (Ibid.). Med udgangspunkt i de to paradigmer kan man afvise, at der eksisterer en objektiv sandhed, da verden bliver anskuet ud fra en subjektiv forståelsesramme. Både fænomenologien og hermeneutikken hævder at fænomener er kontekstuelle, hvorfor vi med afsæt heri forsøger at forstå og fortolke de forskellige respondenters udtalelse i relation til, den kontekst de navigerer og interagerer i (Ibid.).

## 4.1 Fænomenologi

Filosof, Martin Heidegger anvender begrebet *væren i verden* i sin forståelse af fænomenologien. Han beskriver: ”*at forudsætningen for erfaring af mening er vores tilstedeværelse i en verden som fortolkende og meningsskabende væsener, en konkret eksistens, der går langt forud for den traditionelle filosofis skel mellem subjekt og objekt.*” (Fuglsang, Olsen, & Rasborg, 2013, s. 281). Vi er bevidste om, at menneskets erkendelse bygger på dets erfaringer, og at disse er betydningsfulde for adfærd og relationer. Ud fra en fænomenologisk position er vi derfor interesserede i at studere de forskellige erfaringsstrukturer – tanker, erindringer, opfattelser, forestillinger, følelser og kropslige sansninger, for at kunne beskrive og forstå de unikke situationer og den livsverden, som udfolder sig for informanterne (Egholm, 2014, s. 107). Livsverdenen rummer både menneskers hverdagsliv og praktikker, men også relationer og erfaringer, hvor alle disse elementer har betydning for, hvordan fænomener fremtræder. Det centrale omdrejningspunkt er derfor at indfange første personperspektivet og derigennem forstå, hvordan mennesker producerer viden om deres sociale virkelighed. Ifølge filosof, Edmund Husserl, kræver det derfor, at forskeren sætter parentes om sin teoretiske viden og hverken bedømmer eller udtrykker mening om subjektet. Det kalder han *den fænomenologiske reduktion* (Ibid., s. 108).

Vi har i undersøgelsen rettet fokus mod aktørernes oplevelser af motivation og fastholdelse og sat egne interesser og standpunkter i baggrunden. Vi har derigennem søgt at leve op til den fænomenologiske reduktion, i det omfang det var muligt. Vi erkender dog, at det er krævende at interviewe og lytte uden at bringe egne forforståelser og forståelser i spil. Det vil uundgåeligt påvirke informantens svar, når vi eksempelvis erklærer os enige og anerkender deres udsagn. Vi har derfor forsøgt at øge neutraliteten ved ikke at kommentere eller reagere på informanternes udtalelser, men der kan ikke desto mindre ses eksempler, hvor vi i interviewsituationen inddrager os selv i spørgsmålsformuleringen.

Professor i almenpsykologi, Svend Brinkmann og professor i pædagogisk psykologi, Lene Tanggaard, fremskriver, fænomenologiens betydning for det kvalitative metodearsenal. Kvaliteten i den videnskabsteoretiske retning består i en oprigtig spørgelyst, interesse og undren (Brinkmann & Tanggaard, 2020, s. 281). Med afsæt heri ønsker vi at belyse fænomener, som de er i sig selv. Vi forsøger derfor at se bort fra de antagelser, teorier og refleksioner vi har om det emne, som undersøges. En sådan tilgang er ifølge Husserl vigtig i forhold til at forstå fænomeners fremtræden og må derfor siges at være udpræget induktiv (Egholm, 2014, s. 108) Vi har forsøgt ikke at inddrage teori fra starten, og har i stedet anvendt det empiriske materiale til at tegne et teoretisk landskab.

*Intentionalitet* er et væsentligt begreb i forståelsen af det fænomenologiske menneskesyn. Det beskriver forholdet mellem bevidsthed og verden, og bygger på en forståelse af, at mennesket danner mening ud fra erfaringer. Individets fri vilje og egen refleksion bliver dermed udgangspunktet for, hvordan deres oplevelser og erfaringer formes, fordi den enkeltes adfærd er et produkt af personens fortolkning og forståelse af verden. Det er en central del af vores forskningsproces at forstå håndboldpigernes subjektive mening, der er skabt gennem deres oplevelser og erfaringer. Vi må derfor forsøge at forstå deres oplevelser, uafhængigt af vores egne forforståelser (Egholm, 2014, s. 109).

## 4.2 Hermeneutik

Forståelse og fortolkning er et grundvilkår for vores tilgang til og væren i verden. Som mennesker indgår vi i forskellige sociale relationer, men i disse relationer er det ikke altid, at udsagn og handlinger fremgår klart og tydeligt (Fuglsang, Olsen, & Rasborg, 2013). Hermeneutik handler i korte træk om forståelse og fortolkning. Vi tænker ikke over det, men vi fortolker hele tiden, den

verden vi omgiver os med. Gennem brugen af hermeneutikken, kan vi i analysen forsøge at få greb om disse fortolkninger.

Når vi forsøger at forstå noget er risikoen for misforståelse også til stede. Vi bruger derfor fortolkning til at skabe mening om og forståelse af udsagn eller handlinger (Fuglsang, Olsen, & Rasborg, 2013, s. 290). Vores forståelse udgøres af ordene 'forforståelse' og 'fordomme', hvor førstnævnte betyder, at en tidligere forståelse altid er forudgående for den nuværende. Når vi forsøger at undersøge og forstå et socialt fænomen, vil vi være ude af stand til at tilgå fænomenet med et forudsætningsløst forskerapparat. Vores forståelse og meningsfortolkning vil således møde genstanden med en allerede given forståelse af verden (Ibid., s. 301).

Med flere forskellige strukturelle identiteter er vi opmærksomme på, at vi er i besiddelse af forforståelser, som unægteligt har betydning for vores forståelsesproces af verden (Hasse, 2012, s. 111-116). En social kategori som eksempelvis 'træner' giver os en strukturel identitet, hvor identiteten, 'dem vi er', bliver synonymt med forventninger til, hvad vi gør i den sociale rolle, som kategorien betegner. Vi har derfor en forståelse af, hvilke handlinger der er forventelige i rollen, som træner. At vi som forskere bag denne undersøgelse besidder forskellige strukturelle identiteter som 'træner', 'håndboldspiller' og 'bestyrelsesmedlem' gør, at vi herigennem har opbygget en forforståelse om, hvordan den sociale kategori gøres eller bør gøres (Ibid. s. 115). Ved afvigelse fra det forventelige vil vi begynde at fortolke det uventede, for at finde frem til en menings-sammenhæng og forståelse af et udsagn eller en handling. Hertil er det ifølge filosof, Hans-Georg Gadamer, forforståelsen der udgør vores horisont (Fuglsang, Olsen, & Rasborg, 2013, s. 302). Denne former sig i interviews, observationer, transskribering og den analytiske linse, som vi ser deltagerne igennem.

Den hermeneutiske spiral illustrerer, at vi som forskere aldrig er uvidende, når vi skal forsøge at forstå et nyt fænomen (Egholm, 2014, s. 101-102). Den viden vi har internaliseret bringes i spil i form af forforståelser om fænomenet og anvendes til nyfortolkning, hvorigennem det bliver muligt at opnå en ny forståelse. Lignende bevægelse bliver udtryksgivende i vores interviews, hvor vi som forskere, gennem vores strukturelle identiteter, har nogle forforståelser om, hvad der motiverer 14-16 årige piger til at spille håndbold. Herudover bygger vores forforståelser også på en diskrepans mellem pigernes motivation og træneres forståelse af denne, samt at der i håndboldkulturen mangler viden og initiativer til fastholdelse af piger i sporten. Vores forforståelser spiller en central rolle for udformningen af nærværende speciale og dets metodiske tilgang.

## 4.3 Den analytiske linse – et refleksivt fokus på egne forforståelser

Følgende afsnit er en kort beskrivelse af specialets forfattere og vores eksisterende kendskab til emnet.

Sofie er 25 år og har en bachelor i idræt og sundhed. Hun arbejder som instruktør i DGI og er håndboldtræner for 14-16 årige piger i DHG Håndbold, hvor hun også selv spiller på damesenior. Julie er 27 år og har en bachelor som folkeskolelærer med hovedfagene idræt, dansk og samfundsfag. Hun arbejder som instruktør i DGI og sidder i bestyrelsen i AG Håndbold, hvor hun selv spiller på damesenior.

Ud fra overstående, vil beskrivelsen af os på nogle områder virke overlappende og indikerer, at vi særligt har en ting til fælles – håndbold. Hertil har vi ved indledende samtaler om indholdet og udformningen af dette speciale fundet endnu en fællesnævner i vores teoretiske trajectory, som også spiller en rolle, for det blik vi ser felten med. Vi har begge beskæftiget os med motivationsteori, særligt SDT og AGT (Ravn, 2021; Skaalvik & Skaalvik, 2015; Elliot, 1999).

Forinden mødet med felten havde vi indledende samtaler med, forsker fra Aalborg Universitet, Sanne Lund Clement, om hvad der for os kunne være særligt interessant at undersøge. Sanne involverede os i sit eget forskningsprojekt, som indledningsvis var medvirkende til skærpe vores fokus. Samtidig delte hun viden med os, om blandt andet mulig diskrepans mellem motivation hos trænere og spillere, hvilket også har haft en indvirkning på vores møde med felten. Uagtet at vi gennem fænomenologien forsøgte at forholde os åbent og fordomsfrit til både pigernes og træneres subjektive meninger, vil vi, set ud fra et hermeneutisk perspektiv, altid præge det empiriske arbejde med egne forforståelser, og dermed vil det aldrig kunne fremstå objektivt og neutralt.

Ifølge professor i kulturel antropologi, Cathrine Hasse, er den indledende position, der giver adgang til felten, afgørende for forskerens læreproces, fordi position betinger deltagelse og dermed læring i det empiriske felt (Hasse, 2012, s. 114). Positionen som 'forsker' medvirker, at man som udgangspunkt befinder sig i en situation der betragtes som nyankommen, og derfor sjældent har naturlig adgang til felten. I vores tilfælde imødekommer vi denne problematik, fordi vi begge har kendskab til foreningslivet, og et bredt netværk heri. Vi kunne have valgt at lave vores empiriske indsamling i en af de klubber, hvori vi har et eksisterende tilhørsforhold, men for at imødegå nogle



af de etiske problematikker der knytter an til en sådan undersøgelse, valgte vi at besøge tre klubber, som vi ikke havde et forudgående kendskab til. Ved første møde med trænerne og pigerne kombinerede vi vores forskerrolle med andre sociale kategorier, med den hensigt at skabe større adgang og dermed indsigt i felten (Ibid., s. 114). Vi tilkendegav bevidst disse kategorier for pigerne i introduktionen af os selv, for at give dem kendskab til, at vi udover rollen som forsker også gør andre kategorier, når vi ikke er på feltarbejde. Vi oplevede, at denne strategi gav os større mulighed for at interagere med feltens deltagere. Grundet kategorier som 'træner' eller 'spiller' blev vi anset som værende accepterede legitime deltagere, hvilket resulterede i, at spillere og trænere talte med en større indforståethed og delte viden med os, som sidenhen har vist sig brugbar i vores analytiske arbejde.

**DEL 2**

**EMPIRISK  
PRODUKTION**

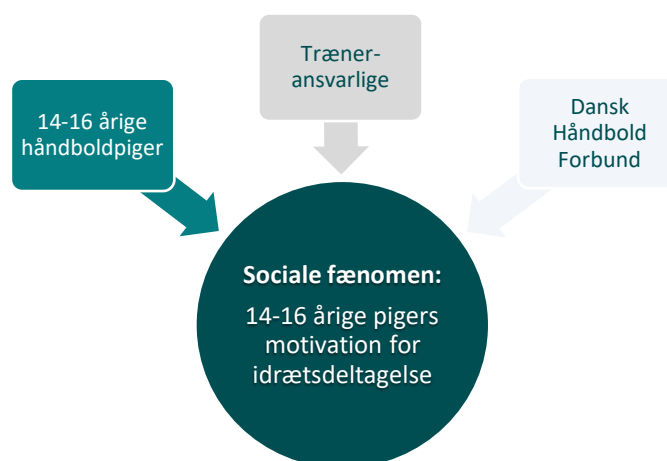
# 5. METODOLOGI

I dette kapitel præsenterer vi det undersøgelsesdesign, som danner grundlag for specialets empiriske og analytiske fund. Kapitlet er inddelt i seks afsnit (1) *Undersøgelsesmetode*, (2) *Metodiske valg*, (3) *Indsamling af empiri*, (4) *Validitet og reliabilitet*, (5) *Forskningsetik* og (6) *Analysestrategi og datahåndtering*.

## 5.1 Undersøgelsesmetode

Med afsæt i specialets fænomenologiske og hermeneutiske erkendelsesramme er der anvendt en kvalitativ forskningstilgang til besvarelsen af problemformuleringen: *Hvad motiverer 14-16 årige piger til at spille håndbold, og hvilke forståelser af pigernes motivation og initiativer til fastholdelse har trænerne og Dansk Håndbold Forbund?*

Den kvalitative forskningstilgang er valgt, da denne gør det muligt at opnå viden om menneskers livsverden, samt deres oplevelser og forståelser af sociale fænomener. Vi er med specialets problemformulering interesserede i at opnå viden om det sociale fænomen, *14-16 årige pigers motivation for idrætsdeltagelse* ud fra de tre forskellige perspektiver, *håndboldpigerne, trænerne og Dansk Håndbold Forbund*, som skitseret i nedenstående figur 1.



Figur 1: Skitsering af det sociale fænomen og de perspektiver hvorfra det ansues.

Specialets undersøgelsesmetode har været kendetegnet ved en åbenhed og opmærksomhed over for andre og nye empiriske fund, der rækker ud over de empiriske resultater, som optræder i den eksisterende forskningslitteratur. Det afspejler en ambition om en induktiv tilgang til empiriindsamlingen, hvor vi bevæger os fra empiriske tilfælde til almene love og relationer (Olsen, 2003). Vi er dog bevidste om, at denne ambition ud fra en idealistisk ontologi og epistemologi, kan anses for at være utopisk. Sandhed skal forstås som et relativt begreb, der kan tilnærmes gennem fortolkning, og som forskere skaber vi vores forståelse og meningsfortolkning som et produkt af en allerede givne forståelse af verden (Ingemann, et al., s. 44). Det er dog netop disse forforståelser, som gør indlevelse muligt og derved åbner for muligheden for at fortolke og forstå fænomenet.

I relation til specialets videnskabssteoretiske afsæt argumenterer vi for, at empiriindsamlingen afspejler en vekselvirkning mellem den fænomenologiske og hermeneutiske erkendelsesramme. Den hermeneutiske ambition om at lade eksisterende forforståelser og fordomme konfrontere empirien kan skimtes i interviewsituationen, hvor spørgsmål er udarbejdet på baggrund af egne tidligere erfaringer, samt eksisterende forskning omhandlende motivation og frafald. Desuden trækker specialets empiriindsamling på elementer fra den fænomenologiske ambition ved at sætte parentes om disse forforståelser og fordomme og møde verden forudsætningsløst (Fuglsang, Olsen, & Rasborg, 2013, s. 301). Et ideal vi har søgt at efterstræbe ved at være bevidste om vores forforståelser om pigernes motivation og den praksis vi forventede at møde i foreningerne, hvorfor vi var særligt opmærksomme på observationer og udtalelser, der ikke matchede disse.

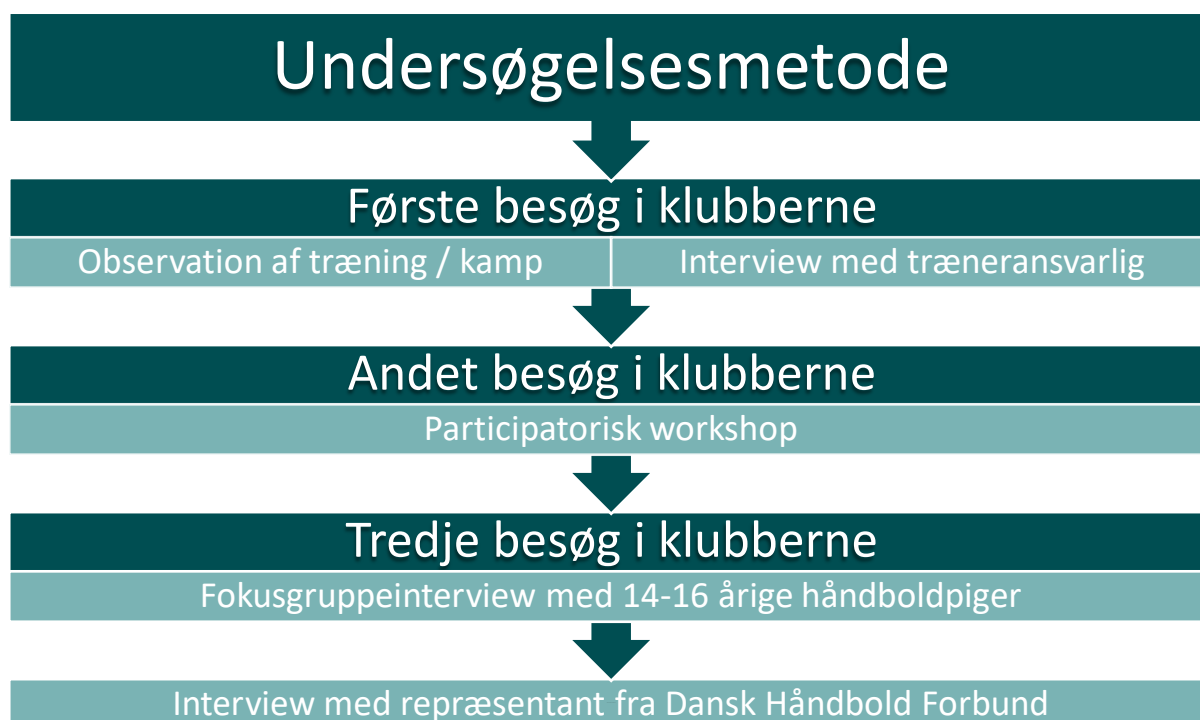
Vi har desuden gjort brug af komplementaritet som en tilgang til metodetriangulering, hvor resultaterne fra de enkelte metoder: interview, den partcipatorisk workshop og observation, anvendes som et analytiske supplement, der giver en mere uddybende forståelse af forskningsgenstanden (Brinkmann & Tanggaard, 2020, s. 262). Vi vælger at triangulere metoderne for at afdække flere aspekter af pigernes motivation, og fordi vi ved sammenligning af observationer, workshops og interviews kan styrke validiteten af undersøgelsen. Lektor, Lise Justesen, og professor, Nanna Mik-Meyer, formulerer, at kombinationen af observationer og interviews giver forskeren en unik mulighed for at sammenholde menneskers handlinger og holdninger med konteksten. I forlængelse heraf vil det med brugen af deltagerobservation være muligt at blive bevidstgjort om det, man i organisationsteori benævner 'tavs viden'. Med positionen som forsker kan man få øje på de indlejningsmekanismer, der eksisterer og som sandsynligvis bliver taget for givet, fordi de er ubevidste, og derfor vil det ikke blive italesat i et interview (Mik-Meyer & Justesen, 2010, s. 101).

De håndboldklubber, som optræder i specialets empiri, er udvalgt ud fra en intention om at bidrage med viden, som går på tværs af 'elite og bredde', og ikke udelukkende relaterer sig til den ene eller anden kategori. Vi udvalgte derfor klubber som havde minimum tre hold for de 14-16 årige piger, hvor et hold skulle være placeret i henholdsvis den højeste række (elite) og den laveste række (bredde). I alt syv håndboldklubber på Sjælland opfyldte dette kriterie. Vi kontaktede indledningsvis alle syv klubber, hvor i alt tre klubber var interesserede i at indgå et samarbejde. Korrespondance med håndboldklubberne foregik pr. mail med foreningernes formænd, der fungerede som adgangsgivere ind i håndboldklubberne og skabte kontakt til den/de trænere, som var ansvarlige for de 14-16 årige piger.

Vi har samarbejdet med de tre københavnske klubber: Roskilde Håndbold, TMS Ringsted og HIK Håndbold. Derudover har repræsentant og fagansvarlig fra DHF, Laura Schmidt Challe, medvirket til at belyse konkrete initiativer til fastholdelse af pigerne i sporten.

## **5.2 Metodiske valg**

Specialets empiri er indsamlet i håndboldklubberne, som vi besøgte tre gange i forbindelse med deres håndboldtræning, i løbet af to til tre uger. Ved første besøg i håndboldklubberne observerede vi deres almindelige aktiviteter og foretog efterfølgende et kvalitativt interview med en træneransvarlig. Andet besøg bestod af en partcipatorisk workshop med de 14-16 årige piger, hvortil vi supplerede med observationer. Ved det tredje og sidste besøg gennemførte vi et fokusgruppeinterview med seks piger, hvor to spillere fra hver af klubbens tre hold var repræsenteret. Udover empiri indsamlet i håndboldklubberne har vi foretaget et semistruktureret interview med Laura Schmidt Challe fra DHF. I nedenstående figur 2 ses en oversigt over undersøgelsesmetoden.



Figur 2: Oversigt over undersøgelsesmetode

## 5.3 Indsamling af empiri

I følgende afsnit beskriver vi indsamlingen af empiri ud fra ovenstående oversigt af undersøgelsesmetoden, figur 2.

### 5.3.1 Observationer

Første og indledende besøg bestod af observation og interview med den træneransvarlige. I følgende afsnit vil vi beskrive brugen af observation som metodisk tilgang. Observationsnoterne er vedhæftet i bilag 1.

Observationsseancerne udspillede sig i, hvad der for pigerne og trænerne, var en helt almindelig træning. Med det formål at opnå indsigt i pigernes motivation og den sociale kontekst der knytter sig til deres håndboldtagelse, fandt vi observationsmetoden relevant, idet vi med denne tilgang fik mulighed for at komme tæt på felten (Kristiansen & Krogstrup, 2015, s. 46).

At observation som metode ikke kan simplificeres til en bestemt måde at iagttage felten på, gør ikke, at man ikke kan lave en overordnet opdeling af observationstyper. Vi kan her skelne imellem *eksperimentelle observationer* som oftest foregår i et laboratorium eller i et afgrænset miljø, hvor

forskeren har mulighed for at minimere risikoen for at uønskede hændelser og påvirkninger af observationerne og *deltagerobservation* (Brinkmann & Tanggaard, 2020, s. 99). Som navnet måske afslører, indgår forskeren her som deltager i praksis, forstået på den måde at observationerne foretages under mere naturlige forhold, hvor de mennesker der observeres, interagerer og begår sig i deres vanlige omgivelser. Vores observationsform vil være sammenlignelig med sidstnævnte af de to typer, fordi vi har foretaget observationerne af både spillere og trænere i hallen og i klub- eller mødelokaler. Man kan derfor også argumentere for brugen af *naturalistiske observationer*, hvor "[...]forskeren foretager observationer af menneskers hverdagsliv i deres egne omgivelser. Hermed er der med deltagerobservation også tale om, at den observerede kontekst eksisterede, før forskeren begyndte sine observationer af den." (Ibid. s. 100). Justesen og Mik-Meyer definerer forskellige former for deltagerobservatører. Vi argumenterer for at have indgået i rollen: *observatøren som deltager*, fordi vores tilstedeværelse i felten har været tidsmæssigt begrænset, hvilket har gjort vores kendskab og relation til felten lettere overfladisk (Justesen & Mik-Meyer, 2010, s. 105).

Herudover formulerer Justesen og Mik-Meyer, at observationsmetoden kan frembringe en øget stimulus i undersøgelsesarbejdet, når kreativiteten får lov at blomstre i både empiriindsamling og efterbehandling (Mik-Meyer & Justesen, 2010, s. 101). Det 'kreative' vil her opstå, når man som forsker opdager nye og overraskende ting i felten, hvilket yderligere taler ind i Hasses begreb 'forbløffelser' (Hasse, 2012, s. 176). Gennem kulturel internalisering antager vi, at der er overensstemmelse mellem vores og andres forventninger til, hvordan vi skal gøre en bestemt kultur, eksempelvis 'holdkulturen' på et håndboldhold eller kategorier der knytter sig hertil, eksempelvis 'håndboldspiller' eller 'håndboldtræner'. Da vi indgik som observatører i klubberne, oplevede vi 'forbløffelser', som vi først havde svært ved at beskrive, men som med afsæt i Hasses begreb blev forklarlige for os. Når vi indgår i en ny institutionel praksis, trækker vi på vores forforståelser, hvorigennem genstands-, handlings-, og ordartefakter tilknyttes bestemte betydninger. Når vi 'forbløffes' i praksis, kan det derfor bedst beskrives med, at 'vi ventede os noget andet' (Ibid. s. 181).

### **5.3.2 Semistrukturerede interviews med træneransvarlig**

Når man i projektarbejde vælger at anvende semistrukturerede interviews, som en del af metoden er det en fordel at stille sig selv hvad-spørgsmål forinden arbejdet med den konkrete fremgangsmåde.

Mere konkret vil man, som forsker, klargøre den ønskede viden for derefter at overveje og planlægge, hvordan denne viden opnås på bedst mulig vis (Brinkmann & Tanggaard, 2020). Som et led heri udarbejdede vi en interviewguide, som er vedhæftet i bilag 2.A. Interviewene blev afholdt i klubberne.

Vores allerede eksisterende kendskab til genstandsområdet gjorde det nemmere at spore os ind på den overordnet teoretisk ramme, som vores forskningsspørgsmål og tematikker tager udgangspunkt i. Brinkmann og Tanggaard påpeger vigtigheden af dette og fremhæver, at genstanden bør gå forud for metoden, og at forståelse af genstanden ofte vil indebære et kendskab til relevante teorier. Derfor bør interview som metodisk tilgang gå hånd i hånd med en teoretisk forståelse af genstandsområdet (Brinkmann & Tanggaard, 2020, s. 42). At lave opdelingen mellem forsknings- og interviewspørgsmål viser en bevidsthed om, at de spørgsmål der stilles til informanten, bør være mundrette og livsverdensnære. Gennem disse spørgsmål blev det også lettere for os at gøre det abstrakte (forskningsspørgsmål) mere konkret (interviewspørgsmål).

Som forsker kan man med fordel tilgå interviewsituationen med et åbent sind og en 'bevidst naivitet', da en sådan indstilling potentielt kan frembringe viden, som er produceret gennem informantens egne ord (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 43). Ikke desto mindre er det vigtigt at fremhæve, at vi som forskere tilgår felten og interviewsituationen med et åbent sind, hvilket ikke er det samme som uvidenhed.

*"Som hermeneutikken har godtgjort, kan vi kun forstå verden på baggrund af forforståelse, og i praksis viser erfaringen, at de bedste interviews laves af interviewere, der har stor viden om det emne, de interviewer om, idet de kan stille de bedste og mest relevante spørgsmål."*  
(Brinkmann & Tanggaard, 2020, s. 43).

At vi som forskere agerede i en form for dobbeltrolle i form af kategorier (Jensen, 2018) som 'håndboldspiller', 'bestyrelsesmedlem' og 'træner' kan med ovenstående citat argumenteres for at have forstærket vores undersøgelsesarbejde, grundet et allerede eksisterende kendskab til felten og specialets overordnede emne.

### **5.3.3 Participatoriske workshops**

Som et led i empiriindsamlingen afviklede vi en participatorisk workshop i hver af de tre klubber. I afviklingen af disse foretog vi observationer under de forskellige aktiviteter og noterede udtalelser



fra de opsamlinger, der blev foretaget undervejs (Bilag 1, s. 7-9). Workshopen foregik i klubbernes haller med de 14-16 årige piger, svarende til 20-35 deltagere pr. gang. Indledningsvis lagde vi en række dialogkort på håndboldbanen. Pigerne skulle gå sammen to og to og tale om de spørgsmål der fremgik af kortene (Bilag 4.A). Vi valgte at starte med denne øvelse for at igangsætte pigernes refleksioner forud for næste øvelse. Herefter blev pigerne inddelt i grupper på tværs af hold og skulle enkeltvis løbe frem og tilbage til plancher, hvorpå de skulle skrive motiverende og demotiverende faktorer ved at være en del af et håndboldhold. Afslutningsvis skulle pigerne forblive i deres grupper og på baggrund af den forudgående øvelse skrive, hvad der kunne øge deres lyst til deltagelse i håndboldklubberne.

De afviklede workshops var inspireret af fremtidsværksted, som er en metodisk tilgang, der tager afsæt i en dialogisk tankegang, hvor deltagerne genererer idéer og sætter deres erfaringer i spil (Jungk & Müllert, 1984). Deltagernes viden omsættes her til ønsker for fremtiden, og med udgangspunkt heri bliver det muligt at planlægge mulige forandringstiltag. Det oprindelige fremtidsværkstedarbejde kan inddeles i følgende faser: kritik-, fantasi- og virkeliggørelsesfasen (Ibid., s. 56). Vi valgte at afvikle workshopen med pigerne i klubbernes haller, hvor pigerne normalvis træner håndbold. Ved gennemførelse af et værksted stilles der ikke krav om særlige tekniske og organisatoriske foranstaltninger, hvilket også gjorde det nemmere og mere attraktivt for os eftersom workshopen ikke stod alene i vores dataindsamling. Det forudsættes at man med værkstedsmetoden har mulighed for at afholde øvelsen i indbydende omgivelser, og at der er mulighed for kreativ udfoldelse (Ibid., s. 56). Vi anså derfor muligheden for at afvikle workshopen i hallen som en fordel, fordi omgivelserne var velkendte og muligvis rammesættende for de følelser og tanker, som pigerne associerede med både positive og mindre positive elementer ved at være deltagere i en holdsport. Hallernes indretning og størrelse gav os yderligere mulighed for stor kreativ bevægelsesfrihed til udfoldelse af værkstedets forskellige faser, hvortil vi inddrog brug af diverse arbejdsmaterialer så som plancher, dialogkort og tuscher.

En overvejelse vi gjorde os ved udarbejdelsen af workshopen, var at den skulle understøtte pigernes refleksions- og vidensdeling gennem brug af visualiseringsteknikker. ”I fremtidsværkstedet udvider vi den traditionelle mund-øre-kommunikation til også at omfatte hånd og øje. Alt, hvad der bliver sagt, bliver visualiseret, altså fastholdt i en skriftlig eller billedlig form.” (Jungk & Müllert, 1984 s. 73). Dette danner sammenhæng til begrebet *håndens epistemologi*, som er et perspektiv på den menneskelige erkendelse. Brinkmann og Tanggaard argumenterer med afsæt i en pragmatisk forståelse for, at viden er kropslig og tidslig, og derfor må erkendes gennem

handlinger (Brinkmann & Tanggaard, 2013, s. 149). Viden omhandler forholdet mellem handlinger og konsekvenser, og er derfor en tidlig proces, som indeholder en gøren. Håndens epistemologi trækker yderligere på et fænomenologisk afsæt, som refererer til at det er kroppen der bevæger tanken (Ibid. s. 143).

Ved brug af plancher fik pigerne mulighed for at se, hvad de andre i gruppen skrev som henholdsvis motiverende og demotiverende. Vi kunne have valgt at lave øvelsen individuelt, men dette ville med reference til teorien om håndens epistemologi skabe begrænsninger, fordi pigerne herved ikke ville have haft mulighed for at se hvad hinanden lavede. Inspirationen ville dermed forsvinde, hvor vi med vores valg af grupperinger i øvelsen argumenterer for, at pigerne øgede deres refleksionsniveau, når de hentede inspiration i de ord som andre havde skrevet og visualiseret på plancherne.

### **5.3.4 Fokusgruppeinterviews med pigerne**

I forbindelse med det tredje og sidste besøg i håndboldklubberne foretog vi tre fokusgruppeinterviews med seks af klubbens 14-16 årige håndboldpiger, to spillere fra hver af klubbens i alt tre hold. I den ene af de tre klubber var det kun muligt at interviewe pigerne fra klubbens 2.- og 3. hold, hvorfor der i dette interview kun var fire respondenter. Som udgangspunkt blev pigerne valgt ud fra hvilket hold de spillede på, for at rumme både 'elite og bredde' perspektiver. Efter workshoppen udvalgte vi pigerne i samarbejde med trænerne.

Vi forsøgte med brugen af fokusgruppeinterview at få en mere dybdegående indsigt i de 14-16 årige håndboldpigernes deltagelse og motivation herfor. Det skal forstås i relation til speialets ambition om at give pigerne en stemme, ud fra den optik at deres motivation for idrætsdeltagelse bedst kan besvares af dem selv. Hertil begrundes vi vores overvejelser omkring inddragelse af 14-16-årige piger i, at vi i højere grad formår at få indsigt i deres verden gennem social interaktion, fordi brugen af fokusgrupper gør det muligt at producere viden om sociale grupperes fortolkninger, interaktioner og normer (Brinkmann & Tanggaard, 2020, s. 137). Vi fik med fokusgruppeinterviewene mulighed for at spørge pigerne om, hvad der befordrede og begrænsede deres deltagelse, og derved et indblik i de normer og fortolkninger, som eksisterede i gruppen. I fokusgruppeinterviewene var det samtidig muligt for de deltagende at stille spørgsmål og kommentere på hinandens erfaringer ud fra egne kontekstuelle forforståelser, hvilket var med til at synliggøre modstridende forståelser (Ibid., s. 139).

Interviewguiden for fokusgruppeinterviewene var kendetegnet ved dens dynamiske karakter, da vi undervejs stillede uddybende spørgsmål. Interviewguiden er vedhæftet i bilag 2.B.

Fokusgruppeinterviewene blev udført som en iterativ proces, hvor det empiriske materiale fra tidligere besøg i håndboldklubberne gav os nye forforståelser og gjorde os opmærksomme på mulige mønstre eller situationer, som var relevante at inddrage. Interviewene blev afholdt i håndboldklubberne, hvorfor der kan argumenteres for, at de foregik på informanternes 'hjemmebane'. Denne interview-setting kan have været medvirkende til, at den i udgangspunktet asymmetriske magtrelation mellem interviewer og informanterne blev nedtonet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 55).

Der blev som nævnt udvalgt to spillere fra hver af klubbens tre hold, hvilket gav os mulighed for at se både nuancer og mønstre mellem holdene. Det at vælge to spillere fra hvert hold, havde desuden til formål at skabe en tryk situation for pigerne, men vi erfarede undervejs at der også var faldgruber ved valget om, at lave fokusgruppeinterviews på tværs af hold. Det blev især tydeligt i det ene interview, at der var et hierarki blandt pigerne, som var betinget af hvilket hold man spillede på, da høj social status var tildelt spillerne på 1. holdet. Det eksisterende hierarki kan derfor have haft indflydelse på den viden, som vi fik i interviewene.

### **5.3.5 Interview med repræsentant fra Dansk Håndbold Forbund**

I forbindelse med specialets opstart havde vi et ønske om at undersøge det sociale fænomen fra mere end et perspektiv. Udover inddragelse af trænere valgte vi derfor at kontakte Dansk Håndbold Forbund. Vi kom i kontakt med fagansvarlig, Laura Schmidt Challe, som sagde ja til at indgå i et interview. Interviewet tog udgangspunkt i DHF's videns- og holdningsgrundlag *Rigtig, sjov håndbold* (Dansk Håndbold Forbund, 2022), hvor vi med afsæt heri udarbejdede en interviewguide (Bilag, 2.C). Efter aftale med Laura sendte vi eksempler fra denne for at sikre, at hun var den rigtige repræsentant fra DHF til besvarelsen af vores spørgsmål. Interviewet blev afholdt på DHF's hovedkontor i Brøndby. Vi foretog interviewet på samme måde som med trænerne fra de forskellige klubber og gjorde brug af den semistrukturerede ramme, for at få en mere dybdegående viden om DHF's forståelse af pigernes motivation og initiativer til fastholdelse. I interviewet spurgte vi derfor ind til de overvejelser som var gået forud for udarbejdelsen af grundlaget og til DHF's arbejde med implementering af dette.

## 5.4 Validitet og reliabilitet

Ordene reliabilitet og validitet er generelt vigtige i relation til undersøgelsesprocessen, fordi de er udtryk for de kriterier, som er medvirkende til at sikre den videnskabelige kvalitet.

Reliabilitet relaterer sig i den kvalitative forskning til undersøgelsens konsistens og troværdighed (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 318). Kriteriet kan opfyldes ved en transparent fremlægning, som gør det muligt for andre at 'kigge os i kortene' og derved kunne stille kritiske spørgsmål til undersøgelsesprocessen og de analytiske fund (Ingemann, et al., 2022, s. 65). Vi indgik som tidligere nævnt i felten med egne strukturelle identiteter, hvilket unægteligt fik betydning for vores tolkninger og forståelser af det empiriske materiale. Med henblik på at sikre transparens synliggør vi vores strukturelle identiteter for læseren, og fremlægger de præmisser og 'mellemregninger', som leder til de endelige analytiske fund.

Validiteten refererer til, om der er overensstemmelse mellem: den opstillede problemformulering, de metodiske valg, analysen og den endelig konklusion (Ingemann, et al., 2022, s. 61). Der må derfor være sammenhæng mellem det, som ønskes undersøgt, og det som faktisk undersøges, for at dette kan vurderes som validt og dermed gyldigt. Da nærværende tager afsæt i kvalitative metoder, knytter validiteten sig til information af sproglige karakter, som vi udsætter for fortolkning med henblik på at søge mening og forståelse. Validiteten bliver styrket, når forskerens fortolkning og forståelse meningsfuldt afspejler informanternes ytringer (Ibid. s. 63). Et kriterie der blev opfyldt ved brugen af meningsafklarende spørgsmål i både interviewene og de partcipatoriske workshops, hvor vi løbende stillede pigerne uddybende spørgsmål, eksempelvis: "*hvad mener I, når I skriver, at det er vigtigt at have en god træner? Og hvorfor mener I det vigtigt?*"

Ovenstående er karakteriseret som *intern validitet*, og kan ligeledes skabes gennem kritisk refleksion over egne resultater. En refleksion som er foretaget i specialets afsnit 7.3, styrker og begrænsninger. Vi har desuden reflekteret over undersøgelsens *eksterne validitet*, der skal forstås som generaliserbarheden af de analytiske resultater i afsnit 7.4, implikationer for praksis og forskning.

## 5.5 Forskningsetik

I dette speciale har vi forholdt os til en række forskningsetiske overvejelser, som vi vil synliggøre og uddybe for læseren.

I følgende afsnit er vi inspireret af Brinkmanns beskrivelse af det etiske problemfelt i kvalitativ forskning. I kvantitative dataindsamlingsmetoder, eksempelvis statistisk metodologi, kan private, subjektive og intime aspekter af menneskers liv skjules bag tal og gennemsnit. Samme muligheder gør sig ikke gældende i den kvalitative forskningsmetode og giver derfor anledning til besværlige etiske spørgsmål. Ikke desto mindre fremhæver Brinkmann, at: *"vi skal se, at der i kvalitativ forskning generelt er et komplekst forhold mellem etiske problemer og potentialer."* (Brinkmann & Tanggaard, 2020, s. 581).

Gennem empiriindsamlingen blev vi opmærksomme på, at der kunne være en etisk problematik forbundet med gruppesammensætningen i fokusgruppinterviewene med pigerne. Grundet et begrænset kendskab til pigernes interne relationer har vi reflekteret over, hvorvidt nogle piger kan have opfattet interviewsituationen som utryk, fordi vi oplevede at nogle piger havde større udsigelseskraft end andre.

Vi forsøgte desuden at imødekomme etiske problemer ved anonymisering af piger og trænere, for herigennem at kunne gøre brug af deres stemmer i det offentlige rum til nuancering af problemstillingen. Det fremgår derfor ikke i specialet hvilke klubber respondenterne er tilknyttet, og der er anvendt pseudonymer i transskriptioner og analyse. Forud for både interviews og workshops indhentede vi informeret samtykke fra alle respondenter. Eftersom pigernes alder spænder fra 14-16 år, indhentede vi mundtligt samtykke fra deres forældre for at imødekomme eventuelle besværligheder i forhold til GDPR. Ydermere valgte vi ikke at anonymisere repræsentanten fra DHF, fordi denne transparens er med til at styrke specialet reliabilitet. Vi har både skriftligt og mundtligt samtykke til, at vi må gøre brug af hendes navn og stillingsbetegnelse.

Vi fandt det særligt vigtigt at gøre det tydeligt for pigerne, at det de fortalte os, var fortroligt, og at vi ikke ville dele det med deres trænere, samt at de ligeledes havde tavshedspligt overfor hinanden. En anden etisk overvejelse var, at vi ville sikre en god og naturlig samtale i interviewene, eftersom der kan opstå en form for formalitet og professionalisme, som kan gøre interviewsituationen unaturlig (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 91). Vi var derfor opmærksomme på at skabe en relation til informanterne, som ville fordre en så naturlig og ærlig samtale som muligt, og anvendte derfor en interviewform, som tillod at afvige fra interviewguiden. En ulempe ved denne tilgang kan være, kan der undervejs i interviewet kan opstå mere ledende spørgsmål, som kan virke til at søge efter 'det rigtige svar' (Ibid., s. 231). Vi gjorde derfor informanterne opmærksomme på, at der ikke var rigtige eller forkerte svar, men at vi ønskede at høre om deres oplevelser, holdninger og forståelser.

## 5.6 Analysestrategi og datahåndtering

Alle interviews er fuldt transskriberede, og vedhæftede i bilag 3.A-C, 5.A-C og 6. Interviewene blev transskriberede så de gengav informanternes svar så præcist som muligt, dog uden notation af talepauser. Der blev i nogle af de citater, som indgår i analysen foretaget små justeringer, eksempelvis ved at fjerne gentagelser, med henblik på at øge læselighed, dog med forbehold for ikke at fjerne væsentlige nuancer i udtalelserne.

Vores håndtering af data tog afsæt i *interpretative phenomenological analysis* (IPA), som er en hermeneutisk-fænomenologisk analysetilgang (Langdridge, 2007). Vi fandt analysemetoden relevant, fordi den tager udgangspunkt i aktørernes livsverden, hvilket også gjorde sig gældende i vores tilfælde, da vi primært fokuserede på pigerne erfaringer og oplevelser med verden. *"The focus of IPA studies is on how people perceive an experience, or rather what any particular experience means for them: a focus on the lifeworld."* (Langdridge, 2007, s. 107). Selvfølgelig er analysemodellen opdelt i fire faser: 1) Reading and re-reading, 2) Initial noting, 3) Developing emergent themes og 4) Searching for connection across emergent themes (Ibid., s. 111). Med inspiration fra modellens første fase valgte vi at læse og genlæse de transskriberede fokusgruppeinterviews med pigerne. Dernæst lavede vi en kort redegørelse for hvert afsnit i transskriptionerne, hvilket bliver betegnet som initial noting i IPA. Vi oplevede, at denne fase gjorde det nemmere at overskueliggøre et ellers komplekst datasæt, fordi indholdet i redegørelserne gav os mulighed for at lave det første udkast til undertematikker. Vi fulgte ikke IPA analysemodellen minutiøst, eftersom vi kombinerede fase tre og fire i vores databehandling, fordi den tematiske opdeling gjorde det muligt at få øje på mønstre på tværs af de tre klubber.

Kodningsprocessen var kendetegnet ved primært at være induktiv, da empirien var styrende for de tematikker som opstod (Brinkmann & Tanggaard, 2020, s. 56). Dekonstruktionen af empirien i tematikker blev som nævnt gjort ved at lave en kort redegørelse, hvilket kan betegnes som meningskondensering og er en begyndende fortolkning af interviewsekvenserne (Ibid., s. 56). Et eksempel på meningskondenseringen er illustreret i nedenstående figur 3.

## Redegørelse

Hårdt med præstationspres.  
Man skal både præstere i skolen og til håndbold

Håndbold som frirum fra skolen.

## Transkription

E: Nogle gange bliver man bare lidt presset, hvis man har meget i skolen. Og så skal man også til håndbold lige bagefter, og præstere der også. Nogle gange er det også hårdt.

J: Jeg føler også, det er meget dejligt. Når man sidder oppe i skolen, og man keder sig, ligesom Mille siger, at man har noget at se frem til. Skolen er jo ikke altid så sjov, så man har noget, man glæder sig til, når man kommer hjem.

Figur 3: Eksempel på meningskondensering i interviews.

Vi valgte ovenstående tilgang til kodningsprocessen, da vi ønskede at afdække empiriens mangfoldighed, og ikke lade den begrænse af teori. Da vi efterfølgende gentog fase tre og fire, var vi styret af specialet problemstilling, hvorfor denne kodningsproces i højere grad var deduktiv (Olsen, 2003, s. 77). Ved genlæsning blev nogle tematikker udsorterede på grund af manglende relevans i relation til problemstillingen, mens der opstod nuancer i forhold til andre tematikker. Kodningen ledte til følgende undertematikker: *anerkendelse, præstation, forventninger, relationer, omsorgsperson, fællesskab, konkurrence, udvikling og frirum*. Disse tematikker danner udgangspunkt for specialet analyse og fremgår enten som selvstændige afsnit eller indgår som delelementer i andre tematikker. Vi sorterede efterfølgende tematikkerne i tværgående temaer, som indfangende de væsentlige pointer på tværs af ovennævnte tematikker. De tværgående tematikker bliver inddraget i diskussion, hvor vi kobler de tre perspektiver det sociale fænomen anskues fra (se figur 1). De tre tværgående tematikker er: *præstationskultur, fællesskab og medbestemmelse*. Undertematikkernes sammenhæng til disse er illustreret i nedenstående figur 4.



Figur 4: Illustration af sammenhæng mellem tværgående- og undertematikker

# **DEL 3**

## **ANALYSE**

### **TEORETISKE OG EMPIRISKE PERSPEKTIVER**



# 6. EMPIRI OG ANALYSE

I følgende kapitel vil vi præsentere specialets empiriske og analyse fund med inddragelse af den udvalgte teori. Vi starter med en kort præsentation af informanter og empiriske kilder. Herefter er analysen inddelt i de tre perspektiver: *håndboldpigerne*, *trænerne* og *Dansk Håndbold Forbund*.

## 6.1 Præsentation af informanter og andre empiriske kilder

Vi vil kort præsentere de 14-16 årige piger, de træneransvarlige og repræsentanten fra DHF samt videns- og holdningsgrundlag *Rigtig, sjov håndbold*, der indgår som sekundær kilde i analysen.

### 6.1.1 De 14-16 årige håndboldpiger

Navn	Hold
Naja	Hold 1
Josephine	Hold 1
Alberte	Hold 1
Frederikke	Hold 1
Mille	Hold 2
Agnes	Hold 2
Emma	Hold 2
Majse	Hold 2
Lærke	Hold 2
Isabella	Hold 2
Katrine	Hold 3
Louise	Hold 3
Marie	Hold 3
Iben	Hold 3
Tea	Hold 3
Liva	Hold 3

Table 1: Oversigt over 14-16 årige piger og deres holdniveau.

## 6.1.2 Træneransvarlige fra de tre klubber

Navn	Træneransvarlig for:
Mads	Hold 1
Nikolaj	Hold 1
Lone og Hanne	Hold 3

Tabel 2: Oversigt over trænere og hvilket hold de er ansvarlige for.

Ovenstående tabel 2 viser et overblik over de træneransvarlige for de tre klubber. I interviewet med Lone er der også en anden deltager ved navn Hanne. Hun træner 3. holdet sammen med Lone, og selv om det var meningen, at vi kun skulle interviewe den ene af de to kvinder – den træneransvarlige, havde begge et ønske om at indgå i interviewet, hvilket vi valgte at imødekomme.

## 6.1.3 Dansk Håndbold Forbund

Vi præsenterer her de to empiriske kilder, som bliver inddraget i analysen til at belyse DHF forståelse af motivation og deres initiativer til fastholdelse.

### 6.1.3.1 Videns- og holdningsgrundlag

DHF lancerede i 2022 videns- og holdningsgrundlaget, *Rigtig, sjov håndbold*, med henblik på at skabe et ensrettet fundament i træningen af børn og unge. Grundlaget giver et samlet indblik i, hvordan det gode trænings- og kampmiljø skal se ud, så alle håndboldinteresserede kan tage afsæt heri, når produkter og indsatser forelægges for medlemmer i Danmark (Dansk Håndbold Forbund, 2022). De skriver:

*”Formålet med hæftet er, at vi sammen kan skabe et håndboldmiljø rundt om i de danske klubber, der styrker alle udøvernes motivation for at spille i øjeblikket – og som samtidig giver dem lyst til et langt og aktivt liv med idræt og håndbold.”* (Dansk Håndbold Forbund, 2022, s. 4).

Videns- og holdningsgrundlaget anses derfor for at være et relevant dokument at inddrage i besvarelsen af Dansk Håndbold Forbunds forståelse af pigernes motivation og initiativer til fastholdelse.

### 6.1.3.2 Repræsentant fra Dansk Håndbold Forbund

Laura Schmidt Challe er fagansvarlig for foreningsudvikling, håndboldfitness, five-a-side håndbold og seniorhåndbold samt Dansk Håndbold Forbunds videns- og holdningsgrundlag. Hun er uddannet sygeplejerske og har en kandidat i sundhedsfremme og psykologi. Hun har været ansat i DHF siden august 2022 og har særlig interesse i rekruttering og fastholdelse (Bilag 6, s. 1, l. 20-25).

## 6.2 Håndboldpigernes perspektiv

Som specialets problemformulering afspejler, har vi til hensigt at undersøge, hvad der motiverer 14-16 årige piger til at spille håndbold. Med afsæt i empirisk materiale fra de participatoriske workshops, observationer og fokusgruppeinterviews med pigerne kan vi tydeliggøre, hvad der knytter sig til pigernes motivation, og hvilke faktorer, som befordrer eller begrænser deres lyst til at spille håndbold. Vi forstår hertil de befordrende faktorer som determinerende for intrinsisk motivation samt understøttende for fastholdelse og modsat, at de begrænsende faktorer er forbundet med ekstrinsiske motivationsfaktorer og demotivation, hvilket på sigt kan medføre frafald (Bilag 4 og 5.A-C).

### 6.2.1 Fællesskab

I forbindelse med kodningen af det empiriske materiale ser vi eksempler på, at ordet *fællesskab* kan være en både befordrende- og begrænsende faktor for pigernes motivation. I nedenstående tydeliggøres det, hvordan det kommer til udtryk.

#### 6.2.1.1 Fællesskab som en befordrende faktor for deltagelse

Når vi i workshoppen spørger pigerne, hvad der motiverer og befordrer deres deltagelse, skriver størstedelen af pigerne *fællesskab*, *venner* og *sammenholdet* som de første ord på deres plancher (Bilag 4). Vi genfinder denne forståelse i interviewene da vi spørger pigerne ind til, hvorfor de går til håndbold, hvor fællesskab et gennemgående tema. Emma fortæller: ”*Ja, det er jo meget venner og fællesskabet.*” (Bilag 5.B, s. 19, l. 631). Frederikke fra en anden klub siger: ”*Jeg har nogle virkelig gode venner, der spiller håndbold.*” (Bilag 5.C, s. 2, l. 51). At pigerne italesætter vigtigheden af fællesskab, kan forklares med reference til SDT’s begreb samhørighed, der kan sidestilles med fællesskab. Ravn beskriver, at behovet for samhørighed er et vigtigt element i

opretholdelsen af intrinsisk motivation, og at dette kræver tilstedeværelse af "[...]varme, støtte og gensidig omsorg i samværet med andre mennesker, fx i parforhold, familier, venskaber og større fællesskaber." (Ravn, 2021, s. 65). Følelsen af samhørighed fremmes, når deltagerne i fællesskabet respekterer og anerkender hinanden på deres individuelle betingelser. Det er derfor væsentligt at påpege, at deltagelse i et fællesskab ikke frembringer følelsen af samhørighed ved deltagernes blotte tilstedeværelse. Samhørighed som befordrende for intrinsisk motivation skal ses i kombinationen med autonomi, selv om dette kan opfattes som to modsatrettede behov. Med afsæt i SDT er det derfor en grundlæggende præmis for intrinsisk motivation, at pigerne ikke er nødsagede til at opgive noget af deres autonomi for at træde ind i 'håndboldfællesskabet'.

I pigernes tilfælde vil der muligvis være forskel på følelsen af samhørighed i, hvad vi definerer som det 'det store fællesskab' og 'det lille fællesskab'. Det store fællesskab skal forstås, som det der går på tværs i klubber og involverer hele årgangen. Modsat skal det lille fællesskab forstås som det pigerne indgår i, alt efter hvilket hold de spiller på. Her udtrykker pigerne, at traditioner som onsdagssnacks, tirsdagsspisning og stævner har stor værdi for deres lyst til deltagelse. Dette er aktiviteter, som ofte foregår i det store fællesskab, og som vil kunne styrke samhørighedsfølelsen på tværs af holdene. Vi udleder, at pigerne søger denne følelse, når de efterspørger flere arrangementer på tværs af hold, som eksempelvis fællesspisninger eller at se landskampe sammen (Bilag 5.B, s. 25, l. 834-839). Det vidner om, at oplevelser uden for håndboldbanen kan bidrage til at styrke det store fællesskab blandt pigerne. Dette kan forklares med, at de herigennem får muligheden for at lære hinanden at kende, i andre sociale sammenhæng, og derved kan de få en bedre forståelse for, hvem hinanden er. Kendskabet gør, at de kan have lettere ved at respektere og anerkende hinanden, hvilket kan øge følelsen af samhørighed (Ravn, 2021).

### **6.2.1.2 Fællesskab som en begrænsende faktor for deltagelse**

Forståelsen af fællesskabets betydning for deltagelse kan i nogle tilfælde også være begrænsende for pigernes lyst til deltagelse. I de afviklende workshops noterede pigerne, at et *dårligt fællesskab* eller *hvis man ikke føler sig som en del af fællesskabet* er demotiverende og hæmmende for deres lyst til deltagelse (Bilag 4). I interviewene med pigerne blev det tydeligt for os, at der er en opdeling af holdene i de tre klubber, som kan være medvirkende til, at relationerne blandt pigerne begrænses. Både fordi følelsen af samhørighed i højere grad knyttes til det lille fællesskab, hvor pigernes kender hinanden bedre, men også fordi holdkulturen er forudgående for de selvfølgeligheder, der er tilknyttet det enkelte hold, og som kan være medvirkende til en ufrivillig kategorisering. En

kategorisering som muligvis begrænser pigernes deltagelsesmuligheder i det store fællesskab, og som pigerne derfor forsøger at omdefinere. Isabella italesætter dette: *"Også så man ikke bare bliver puttet i en boks. Det her er 1. holdet, det er 2. holdet, det er 3. holdet, fordi man kan jo sagtens være venner, selvom man ikke spiller på samme hold."* (Bilag 5.A, s. 15, l. 525-526). Vi underbygger Isabellas eksempel med, at deltagere i håndboldkulturen internaliserer en viden, som medfører kollektive selvfølgeligheder, hvori kategorien som '1. holdsspiller' bliver ophøjet og skaber en distance til 2.- og 3. holdet. Opdelingen kan resultere i at kategorien som '1. holdsspiller' tillægges større værdi og status, der udløser anerkendelse, hvilket kan gøre at pigerne på de tre hold, ikke oplever samme følelse af selvbestemmelse i fællesskabet.

Dette kan yderligere eksemplificeres gennem et spørgsmål vi stiller pigerne, omhandlende opdeling af holdene. Alberte, som spiller på årgangens 1. hold, svarer følgende: *"[...] Ja, nu har vi jo mest kun været 1. holdet sammen, og kun få ting, hvor vi alle sammen har været sammen."* (Bilag 5. C, s. 8, l. 272-273). Vi får i interviewet indtryk af, at pigerne på 1. holdet ikke oplever opdelingen som problematik eller af betydning for deres motivation. Modsat gør pigerne fra klubbens 2. hold opmærksomme på, at opdelingen bevirker, at de føler sig nedprioriteret og overset. Maiken udtaler: *"Ja, fordi vi laver ikke noget på 2. holdet og 3. holdet."*, hvortil Lærke supplerer: *"Nogle gange kan man godt føle sig overset."* (Bilag 5. C, s. 9, l. 275-276). I samtalen uddyber Lærke, at det er til træningerne, hun føler sig overset, fordi hun oplever, at 1. holdet bliver prioriteret højere end 2. holdet (Bilag 5. C, s. 9, l. 282-290). Det kan samtidig være forklaringen på, hvorfor pigerne på 1. holdet ikke oplever opdelingen som problematisk, fordi de sandsynligvis bliver prioriteret højere af trænerne i både det lille- og det store fællesskab. Når Lærke italesætter, at hun føler sig overset, er det fordi hun oplever en forskelsbehandling, hvor ikke alle tildeles samme opmærksomhed fra trænerne i det store fællesskab, hvilket kan mindske følelsen af samhørighed heri. Lærkes oplevelse er i overensstemmelse med de observationer, vi har gjort os i klubberne. Til en af træningerne bliver det tydeligt for os, at trænerens opmærksomhed er rettet mod pigerne på 1. holdet (Bilag 1, d. 03.03.23). En opmærksomhed der skal ses i lyset af kulturens kollektive selvfølgeligheder, som både kan være befordrende og begrænsende for pigernes motivation og deltagelse i fællesskabet.

Det er med afsæt i ovenstående væsentligt at synliggøre trænerens position i forhold til at understøtte pigernes følelse af samhørighed. En central pointe i SDT er, at omsorgspersoner har mulighed for at yde behovsstøtte og derved, gennem bestemte handlinger, støtte til opfyldelse af de psykologiske behov (Ravn, 2021). Når der foregår opdeling i hold, kan vi argumentere for, at det er medvirkende til at understøtte konkurrencen mellem pigerne, fordi de kæmper om den bedste mulige

position. Denne konkurrence betegner SDT som en ekstrinsisk motivationsfaktor, der underminerer oplevelsen af, at en aktivitet gøres for sjov og tilføjer et element af konkurrence og forventningspres. Tilstedeværelsen af ekstrinsiske motivationsfaktorer kan begrænse samhørighedsfølelsen i det store fællesskab, fordi pigerne bliver gjort til konkurrenter fremfor veninder eller holdkammerater (Ravn, 2021). Vi reflekterer hertil over, om deltagelse i det lille fællesskab i højere grad understøtter samhørighedsfølelsen, fordi pigernes status heri er den samme og derfor bliver den ikke undermineret af de kollektive selvfølgeligheder, der eksisterer i det store fællesskab.

## 6.2.2 Konkurrence

Kodningen af ordet *konkurrence* viser, som flere af de andre ord, at dette kan være både befordrende og begrænsende for pigernes motivation. I nedenstående viser vi eksempler på begge former for konkurrence.

### 6.2.2.1 Konkurrence som en befordrende faktor for deltagelse

At *vinde* er et ord som går igen blandt pigerne i de tre klubber (Bilag 4). I interviewene med pigerne spørger vi ind til, om det har stor betydning for dem at vinde. Flere af pigerne svarer, at det har det. Isabella er en af pigerne, der udtrykker, at det har stor betydning: ”*Når vi så har vundet nogle kampe, så bliver vi mere motiveret til at spille de næste kampe, og så er man mere glad på banen, og det smitter bare af på hinanden. Det er meget godt.*” (Bilag 5.A, s. 8, l. 268-269). Ud fra dette og lignende citater kan vi analysere os frem til at pigernes motivationen for at vinde, sandsynligvis hænger sammen med, den følelse pigerne oplever, når det sker. Glæden ved at vinde giver en tilfredshed og følelse af at kunne noget, hvilket sandsynligvis vil forøge pigernes selvfølelse (Rose & Perski, 2010). Pigernes udsagn i de tre interviews indikerer, at konkurrencen er der hvor pigerne får mulighed for at afprøve deres kompetencer, og derved øge deres indre selvfølelse. Udover Isabella, fortæller en af de andre piger også, at det at vinde er med til at styrke selvtilliden og troen på, at de kan vinde næste kamp. Alberte: ”*Ja, vi havde momentum på en eller anden måde, fordi nu har vi lige vundet, så hvorfor kunne vi ikke gøre igen?*” (Bilag 5.C, s. 5, l. 137-138). Det tyder på, at pigernes ambitionsniveau forøges, når de vinder kampe. Ifølge Rose og Perski kan selvfølelsen øges på to måder, enten ved at præstere mere eller ville mindre. Når pigerne øger deres ambitionsniveau efter en vunden kamp, lægger det op til, at de skal præstere mere for at opretholde den gode selvfølelse (Rose og Perski, 2010). Vi argumenterer for, at piger med god indre selvfølelse vil bruge

konkurrencen som et pejlemærke for deres fremtidige ambitionsniveau, hvor det at vinde øger deres ambitionsniveau, og modsat vil nederlag sænke niveauet.

Når pigerne oplever overensstemmelse mellem deres formåen og ambitioner, vil det kunne lede til det glade præstationsmenneske. Det glade præstationsmenneske er ønskværdigt, fordi pigerne i denne orientering vil være bedre til at tilpasse deres ambitioner i forhold til deres formåen. Det er let at forestille sig, at de piger, der gentagende gange sætter deres ambitionsniveau højere end deres formåen har større risiko for, at blive skuffede og opleve nederlag. Evnen til at opstille en realistisk ligning mellem formåen og ambitioner vil derfor give pigerne bedre forudsætninger for at opnå følelsen af kompetence, og derved på sigt intrinsisk motivation (Rose & Perski, 2010).

### **6.2.2.2 Konkurrence som en begrænsende faktor for deltagelse**

Som vist ovenfor kan det at vinde og konkurrere være motiverende og befordrende for pigernes deltagelse, men omvendt kan det også være begrænsende og potentielt demotiverende. Med en øget motivation for konkurrence følger også, en risiko for, frygten for at fejle samt et fravær af engagement og glæde (Skaalvik & Skaalvik, 2015). Dette kan sættes i relation til begrebet præstationskultur hvor evnen til mestring bliver individbaseret (Petersen & Krogh, 2021). Bagsiden heraf vil være at de præstationsorienterede piger bliver selvbebrejdende når de laver fejl.

*Agnes: "[...]Jeg plejer ikke at være i så godt humør, selvom vi vinder. Fordi når jeg laver fejl i en kamp, så er det dét jeg fokuserer på, alle de negative ting. Og det er sådan det jeg er i gang med at arbejde på, at jeg ligesom skal være mere positiv. Det var også positivt at vi vandt, men der er et eller andet der irriterer mig"* (Bilag 5.A, s. 8, l. 264-267).

Selv om holdet vinder, giver Agnes udtryk for, at hun ikke altid er i godt humør, hvilket kan forklares med udgangspunkt i AGT. Agnes' udtalelse viser, at hun orienterer sig mod præstation, hvor hun spejler sig i og konkurrerer med andre. Når hun laver fejl, bliver det et intrapersonelt anliggende, selv om det lige så vel kan være omgivelserne, der er medvirkende til, at Agnes laver fejl. I stedet for at vende problemet udad vendes det indad, hvor målestokken sandsynligvis bliver de der ikke har lavet fejl. Forståelse for hvorfor Agnes oplever et fravær af glæde, når holdet vinder kampe, kan yderligere underbygges med mangel på god indre selvfølelse. Vi argumenterer for, at Agnes som følge af sin målorientering opsætter en urealistisk ligning for sig selv, hvilket resulterer i skuffelse og manglende glæde.

Gennem et præstationsmiljø er det sandsynligt at pigerne ubevidst orienterer sig mere mod præstation end udvikling. Med afsæt i AGT, vil konsekvenserne heraf være manglende tilfredshed som fører til mangelfuld god indre selvfølelse. Det kommer især til udtryk i situationer hvor pigerne konkurrerer med andre, hvilket italesættes, når vi spørger ind til, hvorfor der kan komme dårlig stemning til kampe.

*Alberte: ”Jeg tænker, at det er fordi vi går op i det, og forventer noget af hinanden, [...]. Vi vil godt vinde, og når det ikke lige går, som vi har lyst, så føler man, at man skal gøre det bedre. Så bliver man måske nogle gange overivrig, og så begynder man at vrisse lidt af hinanden.”* (Bilag 5.C, s. 4, l. 119-122).

Det er væsentligt, at Alberte italesætter at pigernes forventninger til hinanden. Forventninger kan i sig selv ikke siges at være negative, men hvis disse forventninger ikke harmonerer med pigernes individuelle formåen, risikerer vi at se en gruppe piger, hvor ambitionsniveauet ikke understøtter udviklingsprocessen. Det bliver i stedet en barriere, fordi forventningerne ikke kan efterleves. Albertes beskrivelse af stemningen i kampe er ikke et enkeltstående tilfælde, da vi genfinder et lignende eksempel i en af vores observationer:

*En af vores observationer tager udgangspunkt i en kampsituation, hvor to af de tre involverede klubber spiller mod hinanden. Her lægger vi mærke til, at stemningen ændres blandt piger og træner på det ene hold når de møder modstand. Trænerens adfærd ændres fra at være rolig og rosende til at være højtråbende og udskældende. Man kan generelt mærke en trykket stemning på holdet og efter kampen ser vi at flere af pigerne er skuffede eller kede af det. Holdet har ellers indtil nu vundet alle deres kampe i sæsonen* (Bilag 1. d. 21.03.23).

Med afsæt i observationer og interviews analyserer os frem til, at pigernes har en lav indre og en høj ydre selvfølelse, hvor denne kombination bevirker at præstationsfokusset tager overhånd. I et sådan tilfælde vil selvfølelsen være midlertidig, hvilket også kommer til udtryk i kampen, fordi den ydre selvfølelse kun bevares, så længe pigerne ikke møder modstand. Vi ser yderligere, at det øgede fokus på præstation udfolder sig i form af forvirring og tilfældigheder i kampsituationen, fordi pigerne ikke kan bruge velkendte strategier til at kompensere for den lave indre selvfølelse. De kan i situationen hverken kompensere ved at udvise kompetence eller opleve følelsen af succes.

Træneren kan heller ikke medvirke til at kompensere, fordi anerkendelse fra træneren er betinget af



præstation. Forklaringen på den dårlige stemning kan derfor findes i pigernes mangel på god indre selvfølelse.

### 6.2.3 Præstation

I vores kodningsproces bliver vi opmærksomme på at ordet *præstation* udelukkende er begrænsende for pigernes motivation. Vi forsøger hermed ikke at underminere fænomenet *at præstere*, men forholder os til det, empirien fortæller os. Et befordrende element i præstation kan være det Petersen og Krogh definerer som *præstationsfrigørelse* og *præstationsfrie rum* (Petersen & Krogh, 2021).

#### 6.2.3.1 Præstation som en begrænsende faktor for deltagelse

Andre ord som går igen i de tre workshops er *at spille dårligt* og *forventningspres*. Ord som bliver noteret under demotiverende og hæmmende for deltagelse. Vi argumenterer for, at ordene knytter sig til det præstationspres pigerne, skal navigere i. Dette kommer eksempelvis til udtryk når Mille fortæller om konsekvenserne ved ikke at præstere. Mille: "[...] Hvis du ikke præstere, så kan jeg love dig for, så får du det i hvert fald at vide, ellers så ved du det ved, at du rykker ned." (Bilag 5.B, s. 8, l. 264-265). Når vi taler om motivation understreger SDT vigtigheden af intrinsisk motivation (Ravn, 2021). I eksemplet med Mille bliver det tydeligt, at motivationspresset bliver skabt af ekstrinsiske faktorer, så som belønning og straf. Det fremgår, at pigerne sanktioneres ved potentielt at blive frataget deres plads på holdet, hvis deres præstationer ikke er i overensstemmelse med trænerens forventninger. I forlængelse heraf fortæller Mille yderligere, at træneren ud fra samme overbevisning om ekstrinsisk motivation, belønner pigerne, hvis deres præstationer, i en længere periode, er i overensstemmelse med trænerens forventninger. "[...] Hvis man har haft en god periode, så kan man lige komme op og vise, hvad man selv er god for." (Bilag 5.B, s. 8, l. 254-255). Gennem denne ydre belønningsmekanisme påvirkes pigerne til at tilstræbe det perfekte og den bedst mulige præstation, fordi det udløser anerkendelse fra træneren.

Vi kan ud fra ovenstående argumentere for, at sanktioner kan have en negativ indvirkning på både god indre selvfølelse og intrinsisk motivation, fordi den ydre selvfølelse bliver vejviseren for individets ageren. Konsekvenserne heraf vil være et fravær af god indre selvfølelse, og at fokus på præstation blive altoverskyggende, fordi pigerne oplever, at træneren responderer positivt på 'den gode præstation' med opmuntring og bekræftelse (Rose & Perski, 2010). Træneren kan i dette

tilfælde, bevidst eller ubevidst, påvirke den type af præstationsmenneske som pigerne udvikles til at blive, fordi udfoldelsen af den indre selvfølelse, undertrykkes af den ydre.

Eftersom præstation anskues som et individuelt anliggende, hvor det kun er os selv, der kan øge vores evne til at konkurrere bedst muligt i de mange præstationsarenaer, vil dette indvendige pres for nogle opleves som tvang. Fastholdelse heri kan være medvirkende til at individet formes til et tvangspræstationsmenneske (Rose & Perski, 2010). Oplevelsen af tvang kan også have den betydning, at pigerne føler sig mindre motiverede for at spille håndbold, fordi omgivelserne, mere specifikt trænerne, ikke anerkender og understøtter pigernes autonomi. Eftersom tvangspræstationsmenneskets drivkraft er anerkendelse, er det sandsynligt, at pigerne i langt højere grad er tilbøjelige til at vælge andre aftaler fra fremfor håndbolden, fordi fastholdelse af 'den gode position' er nødvendig for at opnå den eftertragtede anerkendelse. Det er i høj grad træneren der definerer, hvad der skal til for at fastholde den gode position, fordi træneren gennem udtalte koder definerer, hvordan 'den gode position' opnås og fastholdes.

Ovenstående indikerer, at den kultur pigerne er en del af, i håndboldklubberne, tilgodeser præstationskulturens karakteristika. Vi vil her fremhæve et eksempel med Emma, som fortæller at hun oplever at skulle præstere både i skolen og til håndbold. Emma: *"Nogle gange bliver man bare lidt presset, hvis man har meget i skolen. Og så skal man også til håndbold lige bagefter og så præstere der også. Nogle gange er det også hårdt."* (Bilag 5.B, s. 3, l. 82-83). Citatet taler ind i Petersen og Kroghs begreb, *præstationsarenaer*, som beskriver, at børn og unges hverdagsliv er gennemsyret af præstationskulturen (Petersen & Krogh, 2021). I Emmas tilfælde får præstationskulturen derfor den betydning, at den fortættede normalitetsforståelse ikke kun knytter sig til behov for perfektion i skolen, men at denne også breder sig til foreningslivet. Hun oplever derfor ikke en opdeling mellem skole og foreningsliv, hvor vi med udgangspunkt i dele af vores empiri ellers kunne forledes til at tro, at foreningslivet tilbyder et frirum.

Oplevelsen af at håndbold er et frirum italesættes af to piger i forskellige klubber. Pigerne fortæller her, at deltagelse i en fritidsaktivitet, som håndbold, kan betragtes som en mulighed for at imødegå de forventninger og krav fra omgivelserne, som vi argumenterer for, er forbundet med det præstationssamfund pigerne er en del af. Om håndbold som et frirum fortæller Alberte følgende: *"Jeg synes, det er rart med sådan et frirum, hvor man kan slippe alt andet. At være sammen med sine veninder og spille noget bold, det er rigtig rart."* (Bilag 5.C, s. 2, l. 48-50).

Hendes udtalelse kan suppleres med det, som en pige fra de andre klubber fortæller.

Mille: ”Jeg føler også, at det er et frirum, hvis nu, at det har været en lortedag i skolen. Og så, når man kommer til håndbold, hvor for det første er træneren meget mere åben, så er der plads til at lave fejl her, hvor det har en lidt anden betydning, hvis man får en karakter ovre i skolen [...]” (Bilag 5.B, s. 3, l. 71-74).

Vi kan heraf udlede, at nogle af pigerne anser deltagelse i håndboldklub som et frirum, fordi der her opstår en mulighed for at afvige fra nogle af de samfundsmæssige forhold der forårsager stress, pres og mistrivsel. Mille oplever eksempelvis, at håndboldsporten tilbyder et rum for deltagelse, hvor det at lave fejl er mindre konsekvensfyldt end i skolen. Vi kan med afsæt heri argumentere for, at nogle af pigerne oplever deltagelse i en håndboldklub som et frirum, fordi de oplever, at håndbolden tilgodeser den intrinsiske motivation modsat skolen, hvor ekstrinsiske motivationsfaktorer, eksempelvis karakterer ignorerer de psykologiske behov (Ravn, 2021). For at imødegå at håndbold bliver endnu en præstationskultur, som pigerne skal navigere i, bør man i højere grad have det *præstationsfrigørende rum* for øje, fordi det med udgangspunkt i pigernes udtalelser kan bidrage til at deres motivation befordres fremfor begrænses (Petersen & Krogh, 2021).

## 6.2.4 Udvikling

I det empiriske materiale fremtræder ordet *udvikling* som en både befordrende og begrænsende faktor for pigernes motivation. Nedenfor fremvises eksempler på, hvordan dette kommer til udtryk.

### 6.2.4.1 Udvikling som en befordrende faktor for deltagelse

Pigerne italesætter udvikling som motiverende, hvilket afspejler sig i interviewene, men også i workshops hvor ordet gentog sig på flere af plancherne (Bilag 4). Ordet *udvikling* indgår ifølge Ravn, som et vigtigt element i følelsen af kompetence, der står centralt i SDT. ”*Behovet for kompetence (competence) er et psykologisk behov for at opleve, at ens handlinger frembringer de ønskede virkninger, dvs. at man kan udrette det, man sætter sig for.*” (Ravn, 2021, s. 62). Det drejer sig her ikke om et objektivt færdighedsniveau, men i højere grad subjektivitet hvor individet har en fornemmelse af, at igangsatte handlinger vil medføre tilfredshed, fordi der er overensstemmelse mellem evner og målsætning. I forbindelse med udvikling opsætter vi ofte nogle mål for os selv, for netop at kunne afstemme, hvorvidt de anstrengelser vi gør os, fører til det tilsigtede resultat. I interviewene spørger vi pigerne, hvad der kendetegner en god træning, og her kommer udviklingens betydning for deres motivation til udtryk.

Isabella: ”[...]at man på en eller anden måde opnår sit mål. Hvis man har et eller andet man gerne vil blive bedre til.” (Bilag 5.A, s. 6, l. 216-217). Med afsæt i Isabellas udtalelse kan vi udlede, at hun forbinder en god træning med at udvikle sig. Man kan således argumentere for, at når Isabella føler sig kompetent til træning, vil det medføre en følelse af glæde, fordi hun formår at gøre tingene på det niveau hun er på (Ravn, 2021). For at pigerne i de tre håndboldklubber kan få opfyldt behovet for kompetence, er det ifølge SDT et grundlæggende princip, at udfordringerne pigerne står overfor skal have en tilpas størrelse.

#### **6.2.4.2 Udvikling som en begrænsende faktor for deltagelse**

Vi udleder med afsæt i ovenstående, at udvikling kan være befordrende for pigernes motivation. Ikke desto mindre kan et fravær af udvikling og kompetence bevirke det modsatte og potentielt være demotiverende. Det italesættes af Maiken, da vi spørger pigerne, om de har overvejet at stoppe.

Maiken: ”Altså, der hvor vi havde de her lidt dårlige trænere, så havde jeg jo ikke lyst, for jeg vidste, at det var det samme, og jeg blev ikke bedre, og jeg rykkede mig ikke noget som helst, så var jeg sådan... Altså, jeg kan lige så godt bare stoppe.” (Bilag 5.C, s. 15, l. 499-501).

En manglende oplevelse af kompetence medfører, at Maiken får en følelse af, at hun ikke gider. En følelse der kan betegnes som demotivation, og som ifølge Ravn er kendetegnet ved en aktivitet uden intention, et fravær af værdi og oplevelsen af kompetence (Ravn, 2021). Maiken påpeger, at træneren havde betydning for, at hun ikke blev bedre og udviklede sig grundet mangel på progression og variation i træningen. Trænerne har jf. deres position som planlæggere og afviklere af træning mulighed for at opstille udfordringer, der er i overensstemmelse med pigernes kompetenceniveau. Dette understøttes af Ravns forståelse af, at andre har mulighed for at yde støtte til behovsopfyldelse. Det kan træneren gøre ved at se tingene fra pigernes perspektiv, respektere deres følelser, give valgmuligheder, anerkende deres færdigheder og støtte til eget initiativ (Ravn, 2021).

Gennem dialog med pigerne kan træneren tilegne sig viden om pigernes egen kompetenceforståelse. I interviewene med pigerne snakker vi om spillersamtaler og forventningsafstemning med trænerne. Her fortæller en af pigerne, at hun har haft flere samtaler med træneren og sætter ord på, hvad der bliver talt om.

Alberte: *"Det er både med, hvad der motiverer os, og hvad vi synes, vi er gode til på banen, og hvad vi bidrager med. Men også, hvad vi synes, vi kan udvikle os på. Og hvad vi synes, at trænerne kunne gøre bedre. Ja, lidt af det helt, hvordan vi kan udvikle os, og hvordan de kan gøre det bedst for, at vi kan udvikle os."* (Bilag 5.C, s. 10-11, l. 340-343).

Dette citat viser, at de individuelle samtaler giver træneren mulighed for at understøtte Albertes udvikling og herigennem hendes intrinsiske motivation. Flere af pigerne fortæller, at de ikke har haft spillersamtaler. Mangel på samtale skyldes ikke, at pigerne har takket nej til disse samtaler. De udtrykker derimod, at det er noget de gerne vil.

Maiken fortæller: *"Det kunne være ret rart, fordi så ved trænerne, hvad de skal fokusere på ved de individuelle spillere. Hvad de gerne vil blive bedre til, og hvad de skal styrke."* (Bilag 5.C, s. 11, l. 350-351). Med afsæt i dette citat udleder vi, at pigerne efterspørger samtaler, fordi træneren herigennem får mulighed for at tilegne sig viden om, hvad pigerne lægger vægt på i deres individuelle udviklingsproces. Hvis træneren derimod ikke indgår i en form for dialog med pigerne, er der en risiko for, at træneren kan have sværere ved at tilegne sig viden om, hvordan udviklingen hos disse piger understøttes og fremmes bedst muligt, hvilket kan befordre deres intrinsiske motivation.

### **6.2.5 Opsummering af håndboldpigernes perspektiv**

Ovenstående analyse viser, at flere forskellige faktorer befordre og begrænser pigernes deltagelsesmuligheder og dermed deres intrinsiske motivation. Vi kan med afsæt i eksempler argumentere for, at følelsen af autonomi i højere grad bliver tilgodeset i det lille fællesskab, fordi pigernes kendskab til hinanden er større her. Når fællesskabet tilgodeser individuelle betingelser, vil det øge samhørighedsfølelsen hos den enkelte og derved befordre intrinsisk motivation. For at pigerne oplever, at udvikling og kompetence bliver befordrende for deres deltagelse, kræver det, at træneren formår at skabe et trænings- og kampmiljø, der omfavner deres individuelle formåen. Gennem spillersamtaler har trænerne mulighed for at tilegne sig viden om pigernes kompetenceforståelse og målsætning, hvor de i et sammenspil kan opstille passende udfordringer og målsætninger. Derudover udleder vi, at præstationskulturen har indflydelse på pigernes motivation hvorved et øget fokus på resultater fremmer ekstrinsiske motivationsfaktorer og den ydre selvfølelse, fordi formåen og ambitioner ofte vil være i uoverensstemmelse.

## 6.3 Trænerne

Med udgangspunkt i problemformuleringen søger vi desuden at undersøge trænerens forståelse af pigernes motivation, og hvad de gør for at fastholde dem. Vi tager her udgangspunkt i de tre semistrukturerede interviews med trænerne. Analysen er inddelt i afsnit, som afspejler det, trænerne forbinder med pigernes motivation, og afslutningsvis hvilke konkrete initiativer der er iværksat for at fastholde pigerne i klubberne.

### 6.3.1 Fællesskab

Med henblik på besvarelse af problemformuleringen spørger vi trænerne indtil, hvorfor de tror, at pigerne går til håndbold. Hanne svarer følgende til spørgsmålet: *"Socialt. Det er deres sociale relationer hernede, de hygger sig meget sammen."* (Bilag 3.A, s. 6, l. 252-253). Det er gennemgående for interviewene med trænerne, at de fremhæver det sociale som afgørende for pigernes motivation. Vi kan hertil argumentere for, at de sociale relationer er med til at skabe en følelse af samhørighed, fordi tilknytningen til andre kan gøre deltagelsen meningsfuld. SDT påpeger sammenhængen mellem følelsen af samhørighed og intrinsisk motivation (Ravn, 2021). Mads italesætter ligeledes vigtigheden af det sociale, og uddyber, at der formentlig er forskel på, hvad der motiverer pigerne på de enkelte hold.

Mads: *"Jeg tror, at der er flere piger omkring hold 1, som også har det der med at vinde som en faktor, hvis de selv skal sætte ord på det. Jeg tror i større grad, med hold 3, er der flere piger, der er her fordi de har det megafedt med deres venner [...]."* (Bilag 3. B, s. 7, l. 256-258).

Med udgangspunkt i denne udtalelse bliver det tydeligt for os, at det hold pigerne spiller på, ifølge Mads, hænger sammen med, hvorfor de går til håndbold. Mads opstiller et narrativ, hvor 1. holdet muligvis motiveres mere af at vinde, mens 3. holdet i højere grad er motiveret af det sociale. En fortælling som for os er genkendelig i håndboldkulturen, og som Nikolaj også taler ind i. Han præsenterer en forståelse, hvor det at være sammen med ligesindede har betydning for pigernes motivation.

Nikolaj: *"Jeg tror først og fremmest, at det motiverer dem at være sammen med ligesindede. [...]. Vi har spillere, der er meget motiveret af at vinde... Og så er der jo også dem, der ikke*

*er... Nogle gange vi kan have et clash mellem, okay, spiller de for at vinde, eller spiller de for noget andet?"* (Bilag 3.C, s. 7, l. 242-248).

Han taler ligeledes ind i en forståelse af, at pigerne er motiveret af noget forskelligt, og at sammensætningen af hold har betydning for værdien i det sociale fællesskab. Han fremhæver, at nogle af pigerne er mere motiverede af at vinde end andre, hvorfor denne gruppe formentlig vil træffe valg, som umiddelbart vil øge chancerne for at vinde. Med afsæt i Mads' udtalelse og forudgående viden om håndboldkulturen, ser vi en tendens til at klubbernes 1. hold oftest positioneres som personer med vindermentalitet. Hvis denne gruppe begrænses i deres beslutningstagen og handlinger, vil det ifølge SDT medføre en svækket følelse af autonomi. Nikolaj er af den overbevisning, at pigerne skal være motiverede af det samme, for at undgå det han betegner som 'et clash', som er forudsat af modstridende motiver.

Der bliver derfor skabt en forståelse, hvor forskellige motiver bliver knyttet til de enkelte hold, og hvor pigernes håndboldmæssige niveau bliver bestemmende for trænerne forståelse af pigernes motiver og ambitioner. En sådan forståelse kan dog opfattes som unuanceret og forsimplet, hvilket Hanne synliggør i forlængelse af spørgsmålet om pigerne motivation. Hanne udtaler: *"Man skal faktisk ikke forklejne, at de (3. holdet) også har ambitioner, for det har de også [...] det betyder også noget for dem at vinde."* (Bilag 3.A, s. 7, l. 254). Hun italesætter her en nuance, hvor både sociale og mere præstationsorienterede motiver sameksisterer. Med udgangspunkt i ovenstående citat vil den forståelse, som Mads og Nikolaj italesætter, kolliderer med den forståelse, som Hanne har om pigerne på 3. holdet. Lone og Hanne italesætter desuden, at de finder det vigtigt at møde pigerne, der hvor de er. Lone: *"Jeg tror bare, vi er som vi er, altså. Og møde dem der hvor de er, og være tydelige, men samtidig, vi er jo mødre ikke?"* (Bilag 3.A, s. 9, l. 340-341). Lone beskriver her, at trænerrollen også indebærer at være omsorgsperson. En rolle som bliver synlig i kommunikationen med pigerne, hvor de kontakter dem, hvis de eksempelvis har været fraværende til flere træninger. Lone og Hanne har erfaring med, at denne dialog kan være medvirkende til, at nogle piger kommer tilbage eller bliver fastholdt i håndboldklubben (Bilag 3.A, s. 9, l. 343-347). Det er et udtryk for, at Hanne og Lone ved at møde pigerne hvor de er får adgang til viden om deres motiver og tanker, hvilket gør dem i stand til at handle herudfra. Det er sandsynligt, at Hanne og Lones relation til pigerne kan føre til en øget følelse af samhørighed, fordi pigerne oplever en anerkendelse og respekt, som imødekommer egne motiver og tanker (Ravn, 2021).

### 6.3.2 Den gode oplevelse

I interviewene med trænerne gør de brug af betegnelsen *den gode oplevelse*. Ifølge trænerne opstår den gode oplevelse, når piger oplever udvikling, og dermed en følelse af kompetence, der fremmer deres engagement for deltagelse og intrinsisk motivation. Vi vil som følge heraf forsøge at udfolde, hvad trænerne forbinder med den gode oplevelse, da det medvirker til at synliggøre, hvordan de forstår pigernes motivation. Nikolaj italesætter den gode oplevelse i forbindelse med kampsituationer.

Nikolaj: *"Så vil vi hellere have at de spiller på et hold hvor de får mere spilletid, og får en større rolle. [...] og hvis vi kan se, at en spiller bliver mast, og får en dårlig oplevelse af at være inde på banen, så træffer vi selvfølgelig den beslutning og siger okay, det var ikke i dag."* (Bilag 3.C, s. 6, l. 215-222).

Nikolaj knytter her den gode oplevelse til fair konkurrence, hvilket indebærer, at pigerne bliver udfordret på et passende niveau, og derved bliver tildelt mere spilletid. Dette giver anledning til at inddrage begrebet kompetence. At blive udfordret på et tilsvarende niveau, vil formentlig bidrage til at understøtte pigernes oplevelse af kompetence, hvorimod det at blive udfordret på et for højt niveau kan bevirke det modsatte. Oplevelsen af kompetence bliver derved forbundet til den gode oplevelse. En anden træner Mads italesætter ligeledes den gode oplevelse. Han siger: *"[...] det skal være en god oplevelse. [...] man skal kunne bidrage og man skal synes, man har gjort en forskel, når man tager hjem."* (Bilag 3.B, s. 6, l. 204-209). Han knytter her kompetencen til et intrapersonelt anliggende, altså en indre følelse, hvor det at bidrage og derved føle kompetence afhænger af pigerne egne forventninger. En forståelse som er i overensstemmelse med SDT (Ravn, 2021).

Trænerne anser kompetence som en vigtig faktor for pigernes motivation, og som trænerne beskriver, kan de gennem deres position støtte pigerne til at få opfyldt deres behov for kompetence (Ravn, 2021). At opleve kompetence kan samtidig være medvirkende til at styrke pigernes selvfølelse, og som Rose og Perski forklarer, er det særlig vigtigt at lykkes inden for områder af livet, der er betydningsfulde. Det er derfor vigtigt for pigerne at lykkes i håndbold. Det er dog væsentligt at nævne, at selvfølelsen ikke udelukkende hænger sammen med kompetence, men også afhænger af pigerne egne ambitioner (Rose & Perski, 2010).

Mads forstår udvikling, og det at lykkes, som en vigtig faktor for pigernes motivation: *"Jeg tror de går til håndbold, fordi det er fedt at blive god."* (Bilag 3.B, s. 6, l. 229). Mads skaber i sin udtalelse



en forbindelse mellem motivation og følelsen af at blive god. I denne sammenhæng er det derfor relevant at rejse spørgsmål ved, hvordan pigerne vurderer, det at blive 'god'. Denne egenvurdering skal forstås i en præstationskultur, hvor det at blive god til noget er defineret ud fra en normalitetsmarkør, hvor pigerne stræber efter perfektion og personlig succes (Petersen & Krogh, 2021). Pigerne vil derfor være styret af deres præstationen, og egenvurdering af om denne er 'god nok', hvormed pigerne først vil opnå tilfredshed ved den perfekte præstation. Dette er en væsentlige nuance i forståelsen af udvikling, som motivationsfaktor, da et øget præstationsfokus kan have u hensigtsmæssige virkninger, som på sigt kan medføre et frafald, hvis pigerne aldrig opnår en følelse af at blive god. En pointe som Lone underbygger, når hun fortæller om årsagen til, at to piger fra 2. holdet er stoppet til håndbold.

Lone: "*[...] der havde de måske ikke sans for, altså selvfølelse. Ja altså, og så gider man ikke, og det er jo fair nok altså. [...] Og det er typisk de der på kanten spillere, der bliver tabt ikke? Om det så er imellem første, anden eller tredje holdet. Det er i hvert fald dem, som jeg oplever stopper.*" (Bilag 3.A, s. 11, l. 435-440).

Lones forklaring på frafaldet er i tråd med Rose og Perskis begreb om selvfølelse. Vi kan med afsæt i Lones udtalelse, argumentere for, at pigerne muligvis er stoppet, fordi det øgede præstationsfokus påvirker pigerne evne til at opstille en realistisk ligning mellem formåen og ambitioner. Vi kan hertil udlede, at når pigerne stilles en plads på et 'bedre' hold i udsigt, kan det medvirke til at deres ambitionsniveau øges. Det vil naturligt have indflydelse på deres tilfredshedsfølelse, og kan bevirke at de i højere grad vil stræbe efter, at blive en del af det 'bedre hold'. Desuden bliver det vanskeligt for pigerne at navigere i forholdet mellem formåen og ambitioner, når de ligger 'på kanten' af to hold. Nogle af pigerne vil derfor i højere grad have brug for støtte til at tilpasse egne ambitioner, så de er i overensstemmelse med deres formåen, og derved kan opnå en god selvfølelse.

Det at blive god kan ligeledes forstås i relation SDT's kompetencebegreb, hvor det at klare en opgave man har sat sig for, kan give oplevelsen af kompetence og derved en følelse af tilfredshed. Vurderingen af kompetence er et individuelt anliggende, hvortil pigerne oplevelse af autonomi, særlig hvorvidt de føler ejerskab over aktiviteten, har indflydelse på deres oplevelse af kompetence (Ravn, 2021). Nikolaj pointerer, at trænerne har mulighed for at skabe et udviklingsmiljø, som understøtter pigerne kompetencefølelse.

Nikolaj: ”Jeg tror meget mere udvikling. Alt vores træning er... altså skabt ud fra det perspektiv, at vi skal gøre dem til bedre håndboldspillere. Så al vores træning er planlagt ud fra, at de skal blive bedre til et eller andet.” (Bilag, 3.C, s. 7, l. 259-261).

En forståelse der er i tråd med Henriksens perspektiv på gode idrætsmiljøer, som er kendetegnet ved langsigtede udviklingsmål fremfor et resultatfokus (Henriksen, 2015). Udvikling skal derfor ses i et bæredygtigt sportspsykologisk perspektiv, hvor det bliver en del af den håndboldkultur, som pigerne lærer i og forhandler igennem deres deltagelse. Henriksen beskriver kultur som: ”[...] de koder, forestillinger og værdier, som en gruppe mennesker deler mere eller mindre bevidst eller ubevidst, og som de kommunikerer og bearbejder (forhandler) i social handling.” (Henriksen, 2015). Det træneren vælger at fokusere på, og rette sin opmærksomhed mod i træninger og kampe, vil derfor have en indvirkning på de normer, værdier og sociale logikker, som pigerne internaliserer. Når en træner fokuserer på udvikling fremfor resultater, vil det øjensynligt blive internaliseret hos pigerne og fremstå som en del af deres egne værdier.

### 6.3.3 Initiativer til fastholdelse

I interviewene med trænerne spørger vi om de i klubberne har konkrete initiativer til at sikre fastholdelse af pigerne, og hvilke tanker de gør sig om dette. Til det svarer Nikolaj: ”Det er i højere grad på det enkelte hold.” (Bilag 3. C, s. 13, l. 471). En tendens vi genfinder i de to andre klubber, som heller ikke har konkrete initiativer målrettet fastholdelse på klubniveau. Det trænerne forbinder med fastholdelse, er særligt stævner og sociale aktiviteter uden for håndbold. Nikolaj italesætter stævner, som en vigtig del af fastholdelse, fordi det giver pigerne oplevelser.

Nikolaj: ”Jeg tror helt klart oplevelserne og fundamentet skabes ved stævner. Det vil sige alle holdene har lige muligheder for at tage til stævner. Vi ser gerne at alle tager til stævner, og alle er med på lige vilkår” (Bilag 3.C, s. 12, l. 483-484).

Vi udleder af ovenstående citat, at Nikolaj forstår det at få fælles oplevelser, som medvirkende til at styrke de sociale relationer blandt pigerne, hvilket i hans optik vil lede til fastholdelse. Mads præsenterer en lignende forståelse, da han fortæller, at de forud for sæsonen har brug meget tid på at ryste pigerne sammen (Bilag 3.B, s. 10, l. 399-309). Nikolaj og Mads beskriver i deres udtalelser et fællesskab, som inkluderer klubbens 14-16 årige piger. Hanne præsenterer derimod en forståelse der også inkluderer andre hold i klubben og mener, at dette vil have en positiv betydning for fastholdelse på sigt.

Hanne udtaler: *"Jeg ved i hvert fald i børnerégi, der forsøgte man at få op at køre, at man trænede drenge og piger sammen. Så de også fik noget socialt på tværs af, altså af drenge- og pigeholdet. [...] Og jeg tror, at hvis man kan skabe, at de også får en interesse for hinanden, så tror jeg det er rigtig godt."* (Bilag 3.A, s. 13, l. 512-515).

Hanne fremhæver, at relationer på tværs af køn vil give pigernes mulighed for at føle sig som en del af flere fællesskaber, hvilket kan være medvirkende til at sikre fastholdelse. Vi gør os lignende refleksioner om med relationer på tværs af hold kan sikre fastholdelse, fordi man herved undgår en situation, hvor pigerne muligvis stopper, fordi fællesskabet blandt de 14-16 årige piger er i en mere udsat position. Et eksempel kan være, når spillere tager på efterskole. Det kan skabe et opbrud i fællesskabet, som kan medføre at andre spillere også vælger at stoppe, fordi de sociale relationer heri er determinerende for deres fastholdelse. Det vil derfor kunne øge sandsynligheden for pigernes fastholdelse, hvis de også oplever at være en del af et større fællesskab i klubben.

### **6.3.4 Opsummering af trænerens perspektiv**

Ud fra ovenstående analyse udleder vi, at trænerne tildeler fællesskabet en stor betydning for pigernes motivation. Derudover kan vi argumentere for, at trænerne har forskellige forståelser når det kommer til andre motivationsfaktorer blandt pigerne. Med udgangspunkt i eksempler ser vi, at to af de adspurgte trænere har en snæver normalitetsforståelse om pigernes motiver, som vi argumenterer for, er knyttet an til pigernes kategorier afhængigt af om de er 1.-, 2.-, eller 3. holdspillere. Grundet positionen som kulturel leder, kan trænerens forståelse kan have indflydelse på, hvorvidt pigerne orienterer sig mod præstation fremfor mestring. Trænerne forstår udvikling som determinerende for pigernes motivation og udtrykker en bevidsthed om, at de har mulighed for at understøtte denne gennem opretholdelse af 'den gode oplevelse'. Derudover bliver vi opmærksomme på, at der i klubberne ikke er konkrete initiativer til fastholdelse af de 14-16 årige piger, men at fællesskabet, ifølge trænerne, er en befordrende faktor for deltagelse.

## 6.4 Dansk Håndbold Forbund

Det tredje afsnit i analysen har til formål at besvare den sidste del problemformuleringen, som omhandler Dansk Håndbold Forbunds forståelse af pigernes motivation, og hvilke initiativer de har til fastholdelse. Vi tager i besvarelsen udgangspunkt i DHF's videns- og holdningsgrundlag, *Rigtig, sjov håndbold*, samt et semistruktureret interview med fagansvarlig i DHF, Laura Schmidt Challe.

### 6.4.1 Udvikling og kompetence

Videns- og holdningsgrundlaget, *Rigtig, sjov håndbold*, henvender til børne- og ungdomshåndbolden i Danmark og søger at kvalificere træningsmiljøerne ved at bidrage med forskning indenfor området. Hertil præsenterer DHF et helhedssyn, som foreskriver, hvad de forbinder med *Rigtig, sjov håndbold*: ”God børne- og ungdomshåndbold foregår på de unges præmisser [...] og sikre et trænings- og kampmiljø, som giver alle spillere lige muligheder for at udvikle sig.” (Dansk Håndbold Forbund, 2022, s. 8).

Vi bliver i læsningen af ovenstående opmærksomme på, at to væsentlige pointer er fremtrædende i helhedssynet. Det første knytter sig til, at håndbolden skal foregå på de unges præmisser, hvilket tilgodeser forståelse af autonomi (Ravn, 2021). Den næste pointe handler om, at alle skal have lige muligheder for at udvikle sig. En af anbefalingerne i *Rigtig, sjov håndbold* er, at alle skal spille minimum halvdelen af en kamp, samt at man skal have mulighed for at spille flere forskellige positioner på banen. DHF påpeger, at ovenstående er vigtige pointer i forhold til at skabe et motiverende og fastholdende håndboldtilbud.

I et afsnit der omhandler, hvorfor de unge går til håndbold, skriver organisationen: ”*Progression er afgørende for motivation. [...] Man skal opleve at man udvikler sig der hvor man er*” (Dansk Håndbold Forbund, 2022, s. 11). Vi kan med afsæt i SDT argumentere for, at udvikling er en del af kompetencebegrebet, hvortil vi udleder at DHF's motivationsforståelse taler ind i faktorer for intrinsisk motivation (Ravn, 2021).

I grundlaget gør DHF ligeledes brug af betegnelsen progression, når de refererer til en håndboldfaglig udvikling, hvortil vi argumenterer for at DHF sidestiller progression og udvikling. Ifølge DHF handler progression om ”*menneskelig udvikling i en holdsport og i et fællesskab - og om individuel og kollektiv spilmæssig udvikling.*” (Dansk Håndbold Forbund, 2022, s. 11). DHF's forståelse af udviklingsbegrebet rummer derfor et todimensionelt perspektiv, hvor både

menneskelig og spilmæssig udvikling bliver inkluderet. Vi kan som følge heraf argumentere for, at progression og udvikling er et vigtigt element i DHF's forståelse af pigernes motivation. Det bekræfter Laura i interviewet, da hun forklarer hvad *Rigtig, sjov håndbold* er: *"Det er et forslag til, at man kan skabe nogle værdier i sin forening, som kan strømlines, og som måske kan skifte fokus fra at være meget resultatorienteret til at være mere udviklingsorienteret."* (Bilag 6, s. 5, l. 166-168). Hun uddyber her, at DHF med videns- og holdningsgrundlaget, ønsker at starte en bevægelse mod en mere udviklingsorienteret praksis, men italesætter desuden en bevidsthed om, at der i håndboldmiljøet har været en tendens til at være mere resultatorienteret.

#### **6.4.2 Præstations- og resultatorientering**

Som ovenstående viser, italesætter Laura, at der generelt har været et stort fokus på resultatorientering i dansk håndbold, hvilket udfordrer DHF's ønske om en mere udviklingsorienteret praksis. Det uddyber hun også senere i interviewet, hvor hun udtaler: *"Det er jo bare sådan en overordnet kultur, at det er det, der er vigtigt, hvem er har vundet."* (Bilag 6, s. 7, l. 280-281). At resultatorientering har gennemsyret håndboldmiljøet, og til dels fortsat gør det, genkender vi fra vores egne erfaringer og engagement i håndboldmiljøet.

I videns- og holdningsgrundlaget fremhæver DHF et ønske om at udbyde alternativer, som imødegår præstationskulturens indflydelse på kampe. Disse spilformer, kampprodukter og turneringer skal understøtte udviklingen af børn og unges håndboldspil og i forlængelse heraf give mulighed for at opbygge et træningsmiljø i foreningerne, som er hensigtsmæssigt for udøverne. Der bliver eksempelvis ikke talt mål i kampe for 6-8 årige, hvilket gør, at alle ofte går derfra med følelsen af at vinde. Man kan hertil argumentere for, at udøvere i denne aldersgruppe i højere grad vil have mulighed for at orientere sig mod mestring, fordi fokuset på resultater bliver taget ud af ligningen, hvorfor behovet for at præstere bedre end andre forsvinder (Skaalvik & Skaalvik, 2015).

DHF forholder sig ligeledes til specialisering og niveauinddeling af børn, hvortil de skriver, at inddeling af børn ikke udelukkende bør ske på baggrund af deres nuværende niveau (Dansk Håndbold Forbund, 2022, s. 23). Det kan have en utilsigtet effekt, hvor nogle spillere får mere opmærksomhed, og samtidig er det medvirkende til at understøtte den præstationskultur, som eksisterer i håndbolden. De anbefaler i forlængelse heraf, at trænerne tilstræber en nogenlunde lige fordeling af spilletid i kampsituationer, fordi det er mest motiverende og udviklende for udøverne (Ibid., s. 23). Ydermere kan dette samtidig være medvirkende til at skabe en 'håndboldkultur' i

klubberne, som i mindre grad værdsætter og orienterer sig mod præstationer, men i stedet giver alle mulighed for at udvikle sig. Med et øget fokus på udvikling fremfor præstation bliver det muligt at imødegå det præstationspres, der udspringer af præstationskulturens kolonisering. Sporten bliver italesat som et alternativ til en hverdag med mange præstationskrav, som pigerne møder både i skolen og andre sociale sammenhæng. Det er derfor et problem, hvis pigerne ikke bliver fastholdt i håndboldsporten, fordi det er vigtigt for deres trivsel og livskvalitet, samt et frirum fra en hverdag som ellers er præget af et stort præstationsfokus (Dansk Håndbold Forbund, 2022, s. 15). Laura italesætter samme pointe, hvor hun påpeger vigtigheden af, at håndbolden skal opleves som et frirum.

*Laura: ”Men jeg tror også bare, det her med, at man skal stadigvæk kunne se håndbold og fritidsaktiviteter generelt som et frirum, og det er okay at fejle. Og man ser bare så meget præstationskultur i samfundet generelt, også i skolerne, at det er bare et meget stort pres at lægge på børn og unge, at de faktisk også skal præstere til håndbold og ikke nødvendigvis bare skal hygge sig og have det sjovt og lære at spille.” (Bilag 6, s. 7, l. 274-278).*

Når Laura italesætter håndbolden som frirum, uddyber hun at det handler om, at fjerne fokus på præstation og i højere grad orientere sig mod udvikling og fællesskab, som er motivationsfaktorer, der tilgodeser forståelsen af motivation i både SDT og AGT. I AGT bliver de positive elementer ved mestringsorientering fremhævet, hvortil følelsen af kompetence og samhørig er understøttende faktor for intrinsisk motivation (Skaalvik & Skaalvik, 2015; Ravn, 2021).

### **6.4.3 Trænerens betydning for motivation og fastholdelse**

DHF tydeliggør flere gange i videns- og holdningsgrundlaget, at de anser træneren som betydningsfuld for pigernes motivation og fortsatte deltagelse. De skriver eksempelvis at: *”det er trænerens afgørende rolle at sikre progression i træningen, men også at spilleren oplever både udfordring og succes uden for banen.”* (Dansk Håndbold Forbund, 2022, s. 11). De formulerer i forlængelse heraf konkrete anbefalinger til hensigtsmæssig træneradfærd. Træneren bør, anerkende indsats og udvikling, betragte de unge som eksperter, skabe opmærksomhed om de unges styrker samt adskille læring og udvikling fra præstation og resultat (Ibid. s. 16). Denne forståelse af trænerens betydning, afspejler sig i AGT- og SDT’s motivationsforståelser. Skaalvik og Skaalvik understreger at træneren har betydning for pigernes målorientering, fordi de gennem anerkendelse

og opsætning af realistiske mål kan øge pigernes oplevelse af mestring og kompetence (Skaalvik & Skaalvik, 2015). Ligeledes bliver omgivelserne tildelt betydning for den intrinsiske motivation i SDT, da det pointeres at andre – trænerne, kan skabe vilkår der bedst muligt understøtter behovsopfyldelsen (Ravn, 2021).

Denne bevidsthed om trænerens betydning for pigerne motivation og fastholdelse taler ind i Henriksens begreb, træneren som kulturel leder (Henriksen, 2015). Vi argumenterer for, at DHF gennem deres anbefalinger til træneradfærd forsøger at præge den kultur, som eksisterer i håndboldhallerne. Argumentet gør sig ikke udelukkende gældende i forhold til anbefalingerne, men er gældende for hele grundlaget, som har til hensigt at kommunikere en overordnet forestilling om, hvad god børne- og ungdomshåndbold bør indeholde. Med afsæt i Henriksens kulturforståelse vil træneren og andre læsere i mødet med grundlagets kommunikation, indgå i en forhandling om den kultur som skabes i håndboldforeninger. Her kan kommunikation enten afvises eller accepteres, hvor den ved sidstnævnte bliver internaliseret og gjort til en del af trænerens håndboldpraksis (Ibid.). Træneren er derfor et vigtigt led i DHF's bevægelse mod en mere udviklingsorienteret håndboldpraksis, da træneren har mulighed for at lede kulturen i foreningerne i den ønskede retning.

I interviewet fortæller Laura derudover, at trænerne grundet deres position som omsorgsperson og rollemodel har betydning for fastholdelse.

*Laura: "Jeg var også træner for den aldersgruppe, og der sker rigtig mange ting ved siden af banen. Jeg tror, at det er ret vigtigt, at man er i stand til at imødekomme, at der sker ting udenfor banen også, eksempelvis på skolefronten eller venindefronten [...]. Så de føler sig velkomne og har en social rolle i fællesskabet, hvad den så end er."* (Bilag 6, s. 9, l. 359-370).

Lauras udtalelse er med til at synliggøre, at pigernes motivation og fastholdelse i høj grad handler om, at være en del af et socialt fællesskab. Hun pointerer vigtigheden af, at trænerne skaber et inkluderende fællesskab, hvor pigerne får mulighed for at indgå med flere forskellige kategorier og ikke udelukkende som 'håndboldspiller'. Det at skabe et inkluderende fællesskab indebærer, at pigerne har mulighed for at deltage på egne præmisser, som også tilgodeser skole, familie, veninder og andet rundt om håndbolden. Denne forståelse genfinder vi i grundlaget, hvor DHF pointerer, at særligt unge i 14-16 års alderen har behov for at blive mødt af voksne, der er forstående og indstillede på at finde individuelle løsninger (Dansk Håndbold Forbund, 2022, s. 14). Et behov der opstår grundet det øgede tidspres, som de unge bliver udsat for, da skiftet fra folkeskole til

ungdomsuddannelse ofte indebærer et øget tidsforbrug på skolearbejde. Dertil påpeger DHF, at der i denne alder også kommer et øget krav til tidsforbruget på træninger og konkurrence, fordi idrætten bliver mere seriøs (Ibid., s. 13). Det kan ifølge DHF medføre, at der opstår en alt eller intet kultur, som ekskluderer de næstbedste og desuden gør det svært at være ny i idrætten, fordi det kræver et kendskab til og færdigheder at falde ind og blive accepteret (Ibid., s. 13).

#### 6.4.4 Initiativer til fastholdelse

I interviewet med Laura spørger vi, om DHF har nogle konkrete initiativer målrettet fastholdelse, hvortil hun svarer: *"Ikke sådan, hvor det er det udelukkende fokus, [...] men at det er et sekundært fokus i andre initiativer, som Rigtig, sjov håndbold, og træneruddannelse."* (Bilag 6, s. 9, l. 399-406). Organisationen har ikke et primært fokus på fastholdelse, men argumenterer for, at initiativer til fastholdelse ligger indlejret i eksempelvis videns- og holdningsgrundlaget.

I grundlaget præsterer DHF's deres forståelse af, hvad et fundamentet for god børne- og ungdomshåndbold skal bygge på og hvad hensigten er, *"[...] at vi sammen kan skabe et håndboldmiljø rundt omkring i de danske klubber, der styrker alle udøveres motivation for at spille i øjeblikket – og samtidig giver dem lyst til et langt og aktivt liv med idræt og håndbold."* (Dansk Håndbold Forbund, 2022, s. 4). Når man læser dette citat og resten af grundlaget, vil det være svært at erklære sig uenig i DHF's pointer og intentioner, da vi må gå ud fra, at langt de fleste ønsker at skabe de bedst mulige rammer for generationen af børn og unge, hvad enten det er i skolen, på fritidshjemmet eller i foreningslivet.

Laura fortæller også, at hun mener fastholdelse kræver, at man arbejder med miljøet omkring spillerne, en forståelse som vi genkender fra videns- og holdningsgrundlaget.

*Laura: "Rent fastholdelsesmæssigt, så tror jeg på, at hvis man arbejder lidt mere med miljøet og også hele det aldersrelaterede aspekt, at det vil hjælpe til at kunne fastholde spillerne. Det her med, at man sætter sig i den enkelte spillers sted, at man ikke kun er fokuseret på, at det er vigtigt at 1. holdet klarer det [...]."* (Bilag 6, s. 9, s. 334-337).

Vi genfinder her en intention om at håndbolden generelt bliver mere udviklingsorienteret fremfor resultatorienteret, og at pigerne i højere grad får selvbestemmelse, fordi håndboldproduktet bliver tilpasset den enkelte spiller. Dette for at imødekomme overbevisningen om, at et udviklingsorienteret miljø er mere motiverende. Ikke desto mindre



fremhæver Laura, at videns- og holdningsgrundlaget ikke skal ses som en endegyldig løsningen på, hvordan man bliver bedre til at fastholde pigerne i sporten, da problemstillingen rummer stor kompleksitet. Det handler derimod om at imødekomme problemstillingens facetter ved at øge bevidstheden hos trænere og foreningsansvarlige.

*Laura: "Jeg tror ikke man har knækket den endnu, og jeg tror heller ikke, at man kan sige det er det her, der gør det. Men jeg tror, at man er godt på vej, hvis man er bevidst om, at ikke alle spillere er ens og det er ikke er nok bare at sætte en strategi, som passer på alle."*  
(Bilag 6, s. 9, l. 351-354).

En overbevisning der taler ind i, at man i håndboldkulturen i højere grad bør orientere sig mod mestring og udvikling fremfor præstation (Skaalvik & Skaalvik, 2015).

I forlængelse af hele ovenstående afsnit 7.4, har vi reflekteret over, hvorvidt disse pointer og intentioner bliver overført og implementeret i danske håndboldklubber. En refleksion som udspringer af interviewet med Laura, hvor hun gør opmærksom på, at der ikke bliver stillet krav til klubberne.

*Laura: "Men det er vigtigt for os, at vi ikke kommer ud med noget, som er et krav om noget, som man skal gøre. Fordi så er der en del der vil stejle på det. Så det er jo egentlig bare et forsøg på hele tiden at gøre opmærksom på, at det er der."* (Bilag 6, s. 4, l. 168-171).

Lauras udtalelse udfordrer vores forståelse af, hvordan man sikrer implementering af nye tiltag og strategier i klubberne, hvilket skal ses i lyset af de forforståelser vi bringer med ind i felten.

#### **6.4.5 Opsummering på Dansk Håndbold Forbund**

Med afsæt i de analytiske fund ser vi, at DHF tillægger udvikling stor betydning for pigernes motivation, hvorfor de med videns- og holdningsgrundet forsøger at gøre op med den eksisterende resultatorienterede kultur. De fremhæver vigtigheden af, at håndbolden skal være et frirum, der ikke understøtter konkurrenceprægede præstationer, men hvor pigerne får mulighed for at indgå i et inkluderende fællesskab, der tilgodeser den enkeltes behov. DHF tillægger trænerne stor betydning og påpeger vigtigheden af, at træneren som kulturel leder skaber en holdkultur, hvori der eksisterer en bredere normalitetsforståelse af kategorien 'håndboldspiller', så pigerne i højere grad får mulighed for at deltage på egne præmisser.

# **DEL 4**

## **DISKUSSION OG AFRUNDING AF SPECIALET**

# 7. DISKUSSION

Vi vil i dette kapitel diskutere de analytiske fund med inddragelse af eksisterende forskning fra afsnit 2, state of the art, og de teorier som er brugt i analysen. Efterfølgende reflekterer vi over specialets styrker og svagheder i forhold til de metodiske valg, og hvilke implikationer det kan medføre for praksis og forskning.

## 7.1 Tværgående temaer

De empiriske og analytiske fund vil blive diskuteret ud fra de tre overordnede tematikker, figur 5, som blev identificeret i kodningsprocessen og er gennemgående for alle tre perspektiver.

### 7.1.1 Fællesskab

Det er i analysen tydeligt, at fællesskab bliver italesat som afgørende for pigernes motivation fra alle tre perspektiver. Fællesskab bliver ofte forbundet med inklusion og en følelse af samhørighed, men som vi fremhæver i specialets afsnit 2.1, rummer fællesskaber også skyggesider, hvor deltagelse kræver hårdt arbejde for fastholdelse af ens position og plads heri (Bruselius-Jensen, Sørensen, & Katznelson, 2023). Vi finder det derfor relevant at diskutere, hvorvidt håndboldpigerne oplever fællesskabet som inkluderende, og hvilke skyggesider der kan være forbundet med at indgå i et 'håndboldfællesskab'. I forlængelse heraf vil vi diskutere, hvad der skal til for at skabe en mere inkluderende håndboldpraksis.

I analysens afsnit 6.2.1 ser vi eksempler på, at fællesskabet både befordrer og begrænser pigernes motivation og lyst til deltagelse. Vi kan på baggrund af denne del argumentere for, at det i høj grad afhænger af, hvorvidt pigernes individuelle betingelser bliver tilgodeset og anerkendt i fællesskabet. Hertil italesætter flere af pigerne en forskelsbehandling og ulige fordeling af opmærksomhed, hvilket kan have en negativ indflydelse på nogle af pigernes følelse af samhørighed, da de bliver ekskluderet fra deltagelse i dele af fællesskabet (Ravn, 2021). Vi ser, at det særligt kommer til udtryk ved, at nogle piger føler sig mindre værdsat i fællesskabet, fordi forskelsbehandlingen og fordelingen af opmærksomhed er forbundet med en anerkendelse, som tildeles ud fra måden hvorpå

man gør kategorien 'håndboldspiller'. Hertil har trænerne udsigelseskraften i forhold til at definere kategorien og derved bestemme, hvad der bliver anerkendt og tildelt opmærksomhed (Hasse, 2012). Derfor får trænerens definition af kategorien stor betydning for fællesskabets inklusionsgrad.

Vi blev i analysen opmærksomme på, at to af trænerne har en mere snæver forståelse af pigernes motiver, end de to andre trænere som i højere grad italesætter, at flere motiver kan sameksistere på de enkelte hold. En forståelse vi også genfinder i interviewene med pigerne, hvor de, uanset hvilket hold de spiller på, italesætter både sociale og præstationsorienterede motiver. En snæver forståelse af pigernes motivation vil derfor medføre en uhensigtsmæssig kategorisering, fordi den ikke afspejler pigernes faktiske motiver. Det vil begrænse pigernes deltagelsesmuligheder i fællesskabet, og gøre det sværere for dem at opnå en ønskværdig position, fordi nogle piger vil have lettere ved at performe den prædefinerede kategori 'rigtigt' og derved opleve inklusion og anerkendelse i fællesskabet. Modsat vil piger der oplever uoverensstemmelse mellem individuelle betingelser og måden hvorpå kategorien gøres, risikere at blive ekskluderet fra fællesskabet.

Det er vigtigt at tilføje, at trænerens kategorisering af pigerne er indlejret i de institutionelle og samfundsmæssige forhold, som er koloniseret af præstationskulturen (Petersen & Krogh, 2021). Derfor ser vi at implicite og eksplicite præstationslogikker bliver adgangsgivende til det sociale fællesskab. Det kan derfor diskuteres, hvorvidt trænerne har mulighed for at foretage en objektiv kategorisering af pigerne, fordi de selv internaliserer præstationskulturens logikker (Ibid., 2021).

DHF udtrykker i videns- og holdningsgrundlaget en bevidsthed om nogle af de problematikker, der knytter sig til den eksisterende håndboldpraksis. Forbundet beskriver, at der i håndboldkulturen fra 16-årsalderen ses en tendens til, at sporten ekskluderer de næstbedste og ikke længere kan rumme nystartere (Dansk Håndbold Forbund, 2023). Vi mener, at denne tendens er et udtryk for en praksis, der i høj grad indoptager præstationskulturens logikker, hvilket skaber et øget fokus på resultat og konkurrence (Petersen & Krogh, 2021). Det øgede resultatfokus er ifølge vores empiriske fund demotiverende for pigerne, fordi det er forbundet med ekstrinsiske motivationsfaktorer som mindsker den intrinsiske motivation på sigt (Ravn, 2021). Denne tendens skal ses som værende modstridende DHF's ønske om at øge fokus på udvikling og fastholde flere i sporten.

### **7.1.2 Udvikling**

I analysen kan vi se, at udvikling som motivationsfaktor går på tværs af de tre perspektiver. I interviewene med pigerne italesætter de blandet andet vigtigheden af at nå de mål, man opstiller. Vi

finder det relevant at diskutere, om det er muligt for pigerne at opnå deres mål indenfor rammerne af en præstationskultur, hvor håndbold som præstationsarena får betydning for pigernes ambitionsniveau. Vi reflekterer desuden over, om trænerne formår at opstille udfordringer, der er tilpasset pigernes individuelle kompetenceniveau eller om udfordringerne primært er tilpasset, så de tilgodeser de bedste spillere. Med afsæt i observationer gør vi os ligeledes overvejelser om, hvorvidt trænerne primært har fokus på udvikling hos spillerne på 1. holdet. I fokusgruppeinterviewene fortæller pigerne, at det kun er pigerne på 1. holdet, der har haft spillersamtaler, hvilket for os indikerer, at trænerne særligt er interesseret i udviklingsprocessen blandt de piger, der spiller på årgangens bedste hold.

Ovenstående gør sig ikke gældende for alle tre klubber, hvilket vi sandsynligvis kan forklare med, at de to kvindelige trænere er ansvarlige for 3. holdet i den klub, de er en del af.

I denne klub gør de to trænere en dyd ud af, at sikre lige fordeling af spilletid blandt pigerne når de er til kampe, fordi kampsituationer også kan være medvirkende til oplevelsen af udvikling og kompetence. Denne pointe fremhæver DHF også i videns- og holdningsgrundlaget, hvor de opfordrer til, at alle skal spille minimum halvdelen af en kamp (Dansk Håndbold Forbund, 2022). Man kan desuden diskutere, hvorvidt pigerne har samme mulighed for udvikling, hvis spilletiden ikke er ligeligt fordelt iblandt dem. Noget som trænerne i alle tre klubber udtrykker en bevidsthed om, men som muligvis ikke stemmer overens med praksis. Det er i forlængelse heraf interessant at fremhæve, at ordet *lidt spilletid* går igen på plancherne fra de afviklede workshops og står skrevet under det demotiverende håndboldhold (Bilag 4). Trænerne fremhæver desuden vigtigheden af, at pigerne bliver udfordret på et passende niveau, hvilket er overførbart til kompetencebegrebet i SDT (Ravn, 2021). Vi tillægger os samme forståelse, hvilket samtidig omfavner vigtigheden af konsensus mellem formåen og ambitionsniveau (Rose & Perski, 2010).

Derudover finder vi det relevant at diskutere, hvorvidt trænerne som kulturelle ledere begrænser pigerne i at opnå en god indre selvfølelse, når de opstiller normalitetsmarkører, der tilgodeser præstationskulturens sociale logikker. Det vil sandsynligvis påvirke pigernes evne til at opstille mål, som er tilpasset individuel formåen. Hvis trænerne retter deres fokus mod elementer, som knytter sig til præstation, vil disse blive internaliseret af pigerne, og derfor vil de først opleve at være 'gode nok', når deres evner sidestilles med perfektion (Petersen & Krogh, 2021). Vi finder det hertil relevant at diskutere, om pigerne gennem deltagelse i holdkulturen får en fortættet normalitetsforståelse af 'det at være god', som både er medvirkende til at de formes til tvangspræstationsmennesker, og ligeledes opstiller ambitioner, som rækker langt ud over deres

formåen (Rose & Perski, 2010). Som følge heraf vil pigerne ikke opleve udvikling og kompetence, som er psykologiske behov, der skal opfyldes for at de er motiverede (Ravn, 2021).

Ifølge DHF bør det være det fundament trænerne står på – at alle børn og unge skal have lige muligheder for at udvikle sig. Laura fra DHF fremhæver, at videns- og holdningsgrundlaget er et afsæt i et ambition om at gå fra resultatorientering til mestringsorientering – en ambition i vores optik kræver en større forandring end som så. Eftersom vi med udgangspunkt i vores empiriske materiale udleder, at klubberne i højere grad orienterer sig mod resultater og præstationer, argumenterer vi for, at et udviklingsfokus kræver øget opmærksomhed og strukturelle ændringer i klubberne.

### **7.1.3 Præstationskulturen**

I analysens tre dele argumenterer vi for, at håndboldmiljøet tilgodeser præstationskulturens karakteristika. Trænerne italesætter vigtigheden af 'den gode oplevelse', og at udvikling går forud for præstation. Med afsæt i trænerens udtalelser kan man forledes til at tro, at pigerne er deltagere i et mestringsorienteret miljø, som beforder deres intrinsiske motivation. Denne antagelse er i uoverensstemmelse med det pigerne giver udtryk for. Pigerne italesætter et miljø, der i langt højere grad afspejler en præstations- og resultatorientering, hvor nogle trænere benytter straf og belønningsmekanismer for at opnå det ønskede resultat (Skaalvik & Skaalvik, 2015). Gennem den trænerskabte kultur internaliserer pigerne normer, som kan være medvirkende til skabe en præstationsorientering og bevirker, at nogle stræber imod det uopnåelige (Henriksen, 2015). Hvis trænerne belønner piger for præstation fremfor udvikling, sætter vi spørgsmålstegn ved, hvorvidt trænerne skaber det miljø, som ellers så fint italesættes af dem selv. Med afsæt i pigernes udsagn ser vi, at der er større sandsynlighed for, at pigerne udvikles til tvangspræstationsmennesker, fordi de gennem deltagelse i holdkulturen sætter ambitionsniveauet for højt, hvilket får betydning for den gode indre selvfølelse (Rose & Perski, 2010). Det skal ses i lyset af den perfektionskultur, som er præsenteret i specialets afsnit 2.2. Østergaard og Jensen argumentere for, at konkurrencestaten har medført en perfektionskultur, særligt blandt pigerne, som bliver internaliseret og derved følger med ind de forskellige sociale arenaer de begår sig i (Østergaard & Jensen, 2018). Gennem deltagelse heri er der risiko for, at pigerne opstiller en ligning der ikke matcher formåen og ambitioner, fordi de tilstræber det der anses for at være 'normalen' – det perfekte.

At pigerne identificerer sig som håndboldspillere medfører ønsket om at lykkes på netop dét område af livet, men udfordrende bliver det, når ambitionsniveauet spænder ben for pigernes formåen, fordi det ofte vil resultere i en følelse af at mislykkes (Rose & Perski, 2010, s. 50). God indre selvfølelse kræver grundlæggende tilfredshed, hvilket ikke er i overensstemmelse med det, som pigerne sandsynligvis vil opleve, når en øvre grænse ikke bliver italesat, og de i stedet oplever belønning og værdsættelse fra omgivelserne, når de går den ekstra mil for at præstere bedre (Ibid.). Her argumenterer vi for, at træneren har en vigtig rolle i forhold til skabelsen af en kultur og et miljø, der i højere grad fokuserer på udvikling og mestring. En pointe som er sammenlignelig med eksisterende forskning, hvor det i specialets afsnit 2.3, fremskrives at træneren bør generere et mestringsklima fordi det modsatte – et konkurrenceorienteret klima, øger risikoen for præstationsangst og mangel på både engagement og tilfredshed (Alesi, et al., 2019).

Hertil er det vigtigt at fremhæve, at vi i en af de tre klubber, ser eksempler på trænere som formår at skabe et mestringsklima. Vi argumenterer for, at deltagelse her i højere grad kan være medvirkende til at skabe et præstationsfrigørende rum, hvor der ikke måles ud fra eksisterende kultur- og holdlogikker (Petersen & Krogh, 2021). Trænerne italesætter vigtigheden af, at møde pigerne der hvor de er, en pointe vi genfinder hos Laura fra DHF, hvor hun italesætter, at pigerne skal have mulighed for at indgå i holdkulturen med flere forskellige kategorier. Derudover tilgodeser trænerens udtalelse også videns- og holdningsgrundlagets beskrivelse af, at piger i alderen 14-16 år har behov for voksne omsorgspersoner, der imødekommer individuelle behov (Dansk Håndbold Forbund, 2022).

Derudover kan man diskutere, om trænerne i de tre klubber er bevidste om, hvorvidt de beforder et mestrings- eller præstationsmiljø. Det er væsentligt at fremhæve at præstationskulturen ikke kun influerer håndboldkulturen, men også mange andre arenaer som både trænere og spillere er en del af (Petersen & Krogh, 2021). Trænerne fortæller os i interviewene, at de har fokus på udvikling, og vi konkluderer på baggrund samtalerne at trænerne generelt har gode intentioner for de 14-16 årige håndboldpiger. Vi har hertil reflekteret over, hvad der ligger til grund for, at vi ser eksempler på det modsatte, når vi observerer træning og kampe og taler med pigerne. Et argument er, at trænerne også er indlejret i en præstationskultur, som går på tværs af arenaer og vi kan derfor diskutere, hvorvidt træneren har et frit valg i måden, de gør deres håndboldpraksis på. Gennem internalisering af præstationskulturens fortættede normalitetsforståelse ser vi i højere grad, at trænerne udøver en praksis, der tilgodeser præstationskulturen logikker, selvom de måske i virkeligheden har et ønske om at bryde med denne.

Vi kan ydermere diskutere, om der er overensstemmelse mellem det udviklingsfokus, der bliver forelagt af Laura og i DHF's videns- og holdningsgrundlag, og den turneringsstruktur der eksisterer i dansk håndbold. Interviewet med Laura og læsning af grundlaget afspejler vigtigheden af differentiering for fastholdelse, hvor Laura blandt andet italesætter et fokus på alder og niveau, og at man herigennem forsøger at fjerne fokus på præstation. DHF tilgodeser dette ved at begrænse resultatformidling blandt de 6-11 årige. Ikke desto mindre kan man diskutere, om det kun er den aldersgruppe, der har behov for et begrænset fokus på resultater, eftersom ældre aldersgruppers fokus på præstation og resultater kan have negativ indvirkning på deres motivation (Skaalvik & Skaalvik, 2015). I forlængelse heraf argumenterer vi for, at der er nogle modsætningsforhold i måden DHF afvikler turneringen, og den forståelse af fastholdelse som er præsenteret i videns- og holdningsgrundlaget, og som bliver uddybet af Laura.

Desuden ønsker vi at diskutere, om turneringsstrukturen tilgodeser et mestringsmiljø eller i højere grad et præstationsmiljø (Skaalvik & Skaalvik, 2015). Vi argumenterer for, at strukturen medfører tidlig sektion i klubberne i form af et 1.-, 2.-, og 3. hold, hvor spillerne bliver inddelt efter niveau. Den selektion kan muligvis bidrage til at skabe øget fokus på resultatet, fordi pigerne opnår succes og anerkendelse, i et strukturelt perspektiv, ved at vinde kampe og derved få mulighed for at rykke et niveau op eller vinde titler og pokaler. Med afsæt i SDT forstår vi dette som ekstrinsiske faktorer, fordi pigerne bliver tilbudt belønning, som er betinget af en bestemt præstation (Ravn, 2021). Vi stiller det derfor til diskussion, om DHF's turneringsstruktur kan være medvirkende til at forstærke de ekstrinsiske faktorer i håndboldkulturen. Ifølge Ryan og Deci kan et fokus på præstation underminere den intrinsiske motivation (Ibid.). Denne forståelse underbygger vi med Rose og Perskis begreb som selvfølelse, hvor de strukturelle forhold vil påvirke pigernes ydre selvfølelse, alt efter om de opnår ydre succes eller ej (Rose & Perski, 2010). Den ydre succes opnår pigerne, når de vinder kampe eller rykker op i rækkerne, hvilket vil give en god ydre selvfølelse. En person med god ydre selvfølelse, vil søge nye udfordringer, stille høje krav til sig selv og have tendens til at være perfektionistisk (Ibid.). Med afsæt i begreberne argumenterer vi for, at Lauras forståelse af fastholdelse, kan være modstridende med den turneringsstruktur, som bliver fremhævet i ovenstående.



## 7.2 Specialets styrker og begrænsninger

Med afsæt i dette speciale ser vi det som en styrke, at vi begge har haft et forudgående kendskab til felten. Jf. afsnit 4.3, den analytiske linse, kan vi argumentere for, at vores supplerende kategorier har haft betydning for vores forskerapparat's adgang til læreprocesser. Gennem vores kategorier har vi haft mulighed for at indgå i felten med en større accepteret legitim position. Et forskerapparat's positionen er afgørende for det der læres (Hasse, 2012) og gennem allerede eksisterende kategorier der knytter sig til håndboldmiljøet, oplevede vi en stor åbenhed og anerkendelse fra deltagerne i felten. Ikke desto mindre, er vi opmærksomme på, at vi med et eksisterende kendskab også risikere at have 'blinde pletter', som kan have haft indflydelse på vores indsamling af empiri og efterbehandlingen af denne.

I forbindelse med brugen af fokusgruppeinterview har vi reflekteret over, hvorvidt dette har været en styrke eller begrænsning for vores undersøgelse. Justesen og Mik-Meyer påpeger en sjældenhed i at anvende fokusgruppeinterviews i studier, som arbejder direkte med et fænomenologisk perspektiv (Mik-Meyer & Justesen, 2010, s. 90). De fremhæver hertil, at formen og antallet af deltagere kan gøre det vanskeligt for forskeren, at få viden om den enkelte deltagers livsverden. Ikke desto mindre, ser vi en styrke i brugen af interviewformen, hvor vi i højere grad har haft fokus på det intersubjektive i disse (Ibid., s. 90). Vi ønsker yderligere at fremskrive en bevidsthed om, at vores valg med brug af fokusgruppeinterviews og dertilhørende respondenter, potentielt har haft indflydelse på den empiri vi har indsamlet. Eftersom respondenterne spiller på forskellige hold i klubberne, ser vi en risiko for, at deres kategorier samt den værdi og status der knytter sig hertil, kan have haft indflydelse på dynamikken i fokusgruppen. Vi har derfor reflekteret over, om individuelle interviews kunne have styrket vores viden om den enkeltes livsviden og fænomenets betydning i relation hertil.

Med reference til vores datasæt har vi reflekteret over mængden af dette. Grundet en tidsperiode på fire måneder har vi været nødsaget til at afgrænse indsamlingen af empiri. I forlængelse heraf ser vi det som styrke, at vi har formået at samarbejde med tre forskellige håndboldklubber, fordi det skaber et mere nuanceret billede end hvis vores feltarbejde kun havde fundet sted i en enkelt klub. Vi er bevidste om, at vi er begrænsende i at kunne sige noget generelt om pigers motivation og fastholdelse, men mener at vores undersøgelse bidrager med viden til eksisterende og fremtidig forskning.

## 7.3 Implikationer for praksis og forskning

Set i lyset af ovenstående analyse og diskussion finder vi det relevant at rette opmærksomheden mod en række implikationer for praksis og forskning.

Vi vil med afsæt i de analytiske fund argumentere for, at der er behov for at ændre på den nuværende forståelse af kategorien 'håndboldspiller', så den kan gøres på flere forskellige måder. Det vil åbne op for flere forskellige deltagelsesformer og skabe en mere inkluderende praksis, som kan rumme og tilpasses den enkeltes præmisser. Sportens aktører, trænere og DHF må derfor arbejde mod en praksis, hvor flere forskellige deltagelsesformer bliver anerkendt og prioriteret. Og hvor kategorien 'håndboldspiller' ikke prædefineres ud fra samfundets præstationslogik, men skaber rum for præstationsfrigørelse (Petersen & Krogh, 2021). Herudover afspejler specialets empiriske fund, at nogle piger bliver forfordelt, hvor særligt 1. holdsspillere får en øget opmærksomhed fra trænerne. Vi argumenterer for, at der er behov for mindre selektion i ungdomsholdbold, fordi et stort fokus på selektion vil være begrænsende for nogle af pigernes fortsatte motivation og deltagelse i sporten. Dette behov har trænerne mulighed for at imødekomme i klubberne, ved eksempelvis at planlægge træninger, som er organiseret ud fra position på banen i stedet for niveau. Vi er desuden blevet bevidste om, at der er et behov for at Dansk Håndbold Forbund eksplicit arbejder med at omsætte viden- og holdningsgrundlaget, *Rigtig, sjov håndbold* (Dansk Håndbold Forbund, 2022). Specialet empiriske fund bekræfter grundlagets gode intentioner, men viser manglende implementering i praksis.

I forhold til fremtidig forskning, forestiller vi os, at et lignende undersøgelsesarbejde i en anden holdsport og med piger i samme aldersgruppe, vil kunne bidrage til at kaste lys over muligheden for, at generalisere specialets analytiske fund. Det kunne desuden være interessant at undersøge hvorvidt de samme tendenser gør sig gældende i individuelle idrætter og eventuelt på tværs af køn. Vi bliver desuden bevidste om trænerens afgørende og nærmest determinerende betydning for pigernes motivation og fastholdelse, hvorfor vi finder det relevant, at fremtidig forskning undersøger træneruddannelsernes indhold og deres overførbarhed til praksis. Det vil kunne bidrage med viden om, hvordan trænerne bliver klædt på, til at stå på det fundament, som DHF's videns- og holdningsgrundlag udfolder i *Rigtig, sjov håndbold* (Dansk Håndbold Forbund, 2022). Vi argumenterer for, at viden om brug af ressourcer på træneruddannelser i klubberne kan bidrage til at nuancere trænerens muligheder for udvikling. Trænererfaring er godt, men selvom man har

erfaring, er viden om børn og unge er foranderlig, og derfor bør træneruddannelserne udvikle sig i tråd med det omkringliggende samfund.

## 7.4 En ny forståelse

Da vi indledte vores specialeproces, havde vi begge en forståelse af, at vi med motivationsteorier kunne besvare specialets problemformulering og de fire forskningsspørgsmål. I indsamlingen af vores empiriske materiale stod det dog klart for os, at vi måtte inddrage andet teori til at indfange det, vi blev opmærksomme på gennem observationer, interviews og workshops. Gennem nye teoretiske briller ser vi, at pigernes motivation er influeret af en samfundstendens, der normaliserer perfektion og succes. Vi er blevet bevidste om, at ord som: *fællesskab, udvikling og konkurrence* både kan have positiv og negativ betydning for pigernes deltagelse, og at præstationskulturens logikker er rammesættende herfor. Desuden var vi inden udarbejdelsen af specialet ikke opmærksomme på, hvor stor en betydning fællesskabet har for pigernes motivation – både på godt og ondt. Med afsæt i både eksisterende og egen forskning er vi nu bevidste om, at fællesskabet skal tilgodese følelsen af autonomi blandt deltagerne, og man kan derfor ikke antage, at fællesskab i sig selv er befordrende for pigernes motivation og trivsel.

Vi er yderligere blevet bevidste om, at emnet rummer stor kompleksitet, og at det derfor kan være vanskeligt at påpege konkrete løsningsmuligheder. Ikke desto mindre, er vi med dette speciale kommet frem til nogle opmærksomhedspunkter, som vi mener kan bidrage til eksisterende forskning og viden om, hvordan man fastholder pigerne i håndboldsporten.

## 8. KONKLUSION

Dette speciale tog udgangspunkt i den overordnede problemformulering: *Hvad motiverer 14-16 årige piger til at spille håndbold, og hvilke forståelser af pigernes motivation og initiativer til fastholdelse har trænerne og Dansk Håndbold Forbund?* Til besvarelse af denne udarbejdede vi fire forskningsspørgsmål, som fokuserede på det sociale fænomen anskuet ud fra: *håndboldpigerne, trænerne og Dansk Håndbold Forbund.*

Analysen viste, at *fællesskab, udvikling og præstationskultur* udgjorde tre overordnede tematikker på tværs af de tre perspektiver.

Teori om præstationssamfund og dertilhørende begreber (Petersen, 2016; Petersen & Krogh, 2021) viste sig at være essentielt for analysen, idet det rammesatte mange af de faktorer som både befordrede og begrænsede pigernes motivation. Vi kan konkludere, at præstationskulturens sociale logikker er internaliseret i håndboldkulturen, hvilket medfører kollektive selvfølgheder der værdisætter og anerkender 'den gode præstation'. I analysen blev disse identificeret, som begrænsende for pigerne motivation, fordi et øget fokus på perfektion og succes påvirker pigernes ambitioner og egenvurdering af færdigheder, så disse tilgodeser præstationkulturens indsnæverede normalitetsforståelse.

Desuden bidrog motivationsteorien SDT til synliggørelse af de ekstrinsiske faktorer betydning for håndboldpigernes opfyldelse af de psykologiske behov: *autonomi, samhørighed og kompetence* (Ravn, 2021). Internalisering af præstationskulturen tilføjer et element af konkurrence og forventning, der øger tilstedeværelse af ekstrinsiske motivationsfaktorer og mindsker følelsen af intrinsisk motivation. Analysen viste et behov for, at flere deltagelsesformer bør tilgodeses, for at pigerne får mulighed for at deltage på egne præmisser, og derved opnår en følelse af selvbestemmelse. Derudover blev AGT inddraget til yderligere udfoldelse af pigernes motivation (Skaalvik & Skaalvik, 2015; Elliot, 1999), da den bidrog med et blik på målorienteringens betydning. Med afsæt heri kan det konkluderes, at der behov for at skabe et mere mestringsorienteret miljø i klubberne.

Til trods for specialets tidsmæssige begrænsning, ser vi på baggrund af de empiriske og analytiske fund, at der tegner sig en række opmærksomhedspunkter. Vi mener, at klubberne i højere grad bør

skabe en mere inkluderende praksis, der tilbyder flere forskellige deltagelsesformer. Man kan imødekomme muligheden for dette, ved at mindske fokus på selektion blandt pigerne og rette fokus mod præstationsfrigørende rum, som frakobler sig prædefinerende målsætninger.

Afslutningsvis indikerer specialet et behov for, at DHF bør arbejde med implementering videns- og holdningsgrundlaget, *Rigtig, sjov håndbold*, gennem konkrete initiativer, der kan omsættes til praksis. Ligeledes er der behov for løbende evaluering af nye tiltag, samt mere viden om træneruddannelsernes aktualitet og om disse forholder sig til eksisterende samfundstendenser.

# 9. LITTERATURLISTE

## Bøger

- Brinkmann, S. (2014). *Det kvalitative interview*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Brinkmann, S., & Tanggaard, L. (2013). *An Epistemology of the Hand: Putting Pragmatism to Work*. I Gibbs, P., *Learning, Work and Practice* (s. 147-164). London: Springer.
- Brinkmann, S., & Tanggaard, L. (2020). *Kvalitative metoder - En grundbog*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Bruselius-Jensen, M., & Sørensen, N. U. (2017). *Unges fællesskaber - mellem selvfølgelighed og vedligeholdelse*. Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Bruselius-Jensen, M., Sørensen, N. U., & Katznelson, N. (2023). *Fællesskaber i ungdomslivet: Når de gør godt, og når de gør ondt*. Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Egholm, L. (2014). *Videnskabsteori - Perspektiver på organisationer og samfund*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Fuglsang, L., Olsen, P. B., & Rasborg, K. (2014). *Videnskabsteori i samfundsvidensskaberne*. København: Samfundslitteratur.
- Grube, K., & Østergaard, S. (2010). *Aktiviteter tiltrækker, relationer fastholder - måske*. Frederiksberg: Ungdomsanalyse.nu.
- Hasse, C. (2012). *Kulturanalyse i organisationer*. København: Samfundslitteratur.
- Henriksen, K. (2015). *Træneren som kulturel leder: Bæredygtig sportspsykologi for unge talenter*. I N. N. Rossing, K. Ryom, & K. Henriksen, *Talentudvikling i sport: reflekterede organisationer, gode teams og stærke atleter* (s. 22-35). Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Ingemann, J. H., Kjeldsen, L., Nørup, I., & Rasmussen, S. (2022). *Kvalitative undersøgelser i praksis*. København: Samfundslitteratur.

- Jensen, B. (2002). *Sundhed og sårbarhed: - store børns beretninger om sundhed og hverdagsliv*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Jensen, I. (2018). *Grundbog i kulturforståelse*. København: Samfundslitteratur.
- Jungk, R., & Müllert, N. R. (1984). *Håndbog i fremtidsværksteder*. København: Politisk Revy.
- Juul, K. G., & Østergaard, S. (2016). *Ung i en præstationskultur - Jagten på kontrol, tryghed og frikvarter*. Frederiksberg: Ungdomsanalyse.nu.
- Kampmann, J., Rasmussen, K., & Warming, H. (2017). *Interview med børn*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Katznelson, N., Pless, M., & Görlich, A. (2022). *Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering*. Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Kristiansen, S., & Krogstrup, H. (2015). *Deltagende observation*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Interview - Det kvalitative forskningsinterview som håndværk*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Langdridge, D. (2007). *Phenomenological Psychology - Theory, Research and Method*. Essex: Pearson Education Limited.
- Mik-Meyer, N., & Justesen, L. (2010). *Kvalitative metoder: I organisations- og ledelsesstudier*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Petersen, A. (2016). *Præstationssamfundet*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Petersen, A., & Krogh, S. C. (2021). *Præstationskultur*. Aarhus: Aarhus Universitetsforlag.
- Ravn, I. (2021). *Selvbestemmelsesteorien: motivation, psykologiske behov og sociale kontekster*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Rose, J., & Perski, A. (2010). *Præstationsfælden: overlevelsesguide for præstationsprinsesser*. København: Dansk Psykologisk Forlag.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2015). *Motivation for læring: Teori og praksis*. Frederikshavn: Dafolo.

Weisner, T. S. (2014). The Socialization of Social Trust: Cultural Pluralism in Understanding Attachment and Trust in Children. I H. Otto, & H. Keller, *Different faces of attachment: Cultural variations on a universal human need* (s. 263-277). New York: Cambridge University Press.

Østergaard, S., & Jensen, S. Y. (2018a). *Gode idrætsmiljøer for piger*. Brøndby: Danmarks Idrætsforbund.

## Artikler og rapporter

Alesi, M., Gómez-López, M., Borrego, C. C., Monteiro, D., & Granro-Gallegos, A. (26. Juli 2019). Effects of a Motivational Climate on Psychological Need Satisfaction, Motivation and Commitment in Teen Handball Players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15):2702.

Bramming, P., Hansen, B. G., & Olesen, K. G. (2009). SnapLog - en performativ forskningsteknologi, eller hvad grævlingelorten fortæller om lærertrivsel. *Tidsskrift for Arbejdsliv*, 11(4), s. 24-37.

Breistøl, S., Clench-Aas, J., Roy, B. V., & Raanaas, R. K. (2017). Association Between Participating in Noncompetitive or Competitive Sports and Mental Health among Adolescents - a Norwegian Population-based Cross-sectional Study. *Scandinavian Journal of Child and Adolescent Psychiatry and Psychology*, 5(1), s. 28-38.

Cushion, C. (2007). Modelling the Complexity of the Coaching Process. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 2(4), s. 395-401.

Elliot, A. J. (1999). Approach and Avoidance Motivation and Achievement Goals. *Educational Psychologist*, 34(3), s. 169-189.

Elsborg, P., Appleton, P., Wikman, J. M., & Nielsen, G. (18. April 2022). The associations between motivational climate, basic psychological needs and dropout in volleyball - A comparison across competitive levels. *European Journal of Sport Science*, 23(3), s. 393-403.

Henningsen, M., & Østergaard, S. (2010). *"Der er jo ingen, der har lyst til at ligne en kegle"*. Frederiksberg: Center for Ungdomsstudier og Religionspædagogik.



- Jacobsen, B. T. (21. December 2014). What makes teenagers continue? A salutogenic approach to understanding youth participation in Swedish club sports. *Physical Education and Sport Pedagogy*, s. 239-252.
- Johnsén, L., & Vester, P. (2018). *Motivation hos juniorhandbollsspelare: En jämförande tvärsnittsstudie mellan Stockholm och Eskilstuna*. Department of Sport and Health Science.
- Kusier, A. Ø., Ubbesen, T. R., & Folker, A. P. (2023). *Karakteristika af det mentale sundhedsfremmende fritidsfællesskab for unge*. København: Sundhedsstyrelsen.
- Olsen, H. (2003). Kvalitative analyser og kvalitetssikring: Tendenser i engelsksproget og skandinavisk metodelitteratur. *Sociologisk forskning*, 40(1), s. 68-103.
- Pilgaard, M. (2012). Teenageres idrætsdeltagelse i moderne hverdagsliv. *Scandinavian sport studies forum* (3), s. 71-95.
- Quested, E., Ntoumanis, N., Viladrich, C., Haug, E., Ommundsen, Y., Høye, A. V., . . . Duda, J. L. (10. Oktober 2013). Intentions to drop-out of youth soccer: A test of the basic need theory among European youth from five countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), s. 395-407.
- Rask, S. (2016). *Teenagers idrætsvaner*. Aarhus: Idrættens Analyseinstitut.
- Rask, S., Petersen, F., Hansen, K., & Eske, M. (2022). *Danskernes motions- og sportsvaner 2020*. Aarhus: Idrættens Analyseinstitut.
- Roersen, A. B., Nielsen, A. E., & Clement, S. L. (2022). *Trivsel og idræt - blandt børn i Brønderslev Kommune*. Aalborg: Aalborg Universitet.
- Rosendahl Jensen, H. A., Møller, S. R., Kragelund, K., Christensen, A. I., & Ekholm, O. (2022). *Danskernes sundhed - Den Nationale Sundhedsprofil 2021*. København: Sundhedsstyrelsen.
- Sarrazin, P. G., Vallerand, R. J., Guillet, E. d., & Pelletier, L. (Maj 2002). Motivation and Dropout in Female Handballers: A 21-month Prospective Study. *European Journal of Social Psychology*, s. 395-418.
- Sundhedsstyrelsen. (2018). *Forebyggelsespakke: Fysisk aktivitet*. København: Sundhedsstyrelsen.
- Østergaard, S., & Jensen, S. Y. (2018b). *Hverdag, sport og alle de andre ting: piger og drenge - er der forskel?* Frederiksberg: Center for ungdomsstudier.

## Websider

- Andersen, M. (22. April 2022). *Michael Andersen om håndboldens medlemskrise: "Det skal også være attraktivt at spille på 2. holdet"*. Besøgt d. 23. april 2023 fra Idrætsmonitor : <https://idraetsmonitor.dk/debat/art8732200/%C2%BBDet-skal-ogs%C3%A5-v%C3%A6re-attraktivt-at-spille-p%C3%A5-2.-holdet%C2%AB>
- Bøgelund, K. (11. Maj 2023). *Idræts- og foreningsfællesskaber står stærkt i ny kulturpolitisk redegørelse*. Besøgt d. 13. maj 2023 fra dgi.dk: <https://www.dgi.dk/om/presse/presserum/seneste-nyt/idraets-og-foreningsfaellesskaber-staar-staerkt-i-ny-kulturpolitisk-redegoerelse?fbclid=IwAR3n0wd8jhx2bc2Yisw2BOoZbnmSjQcevf5gKpr7xqT9-MsFeh9IWFpK8>
- Dansk Håndbold Forbund (23. Maj 2022). *Rigtig, sjov håndbold*. Besøgt d. 02. marts 2023 fra DHF.dk: [https://www.dhf.dk/media/20317/rigtig-sjov-ha-ndbold\\_-dansk-haandbold-vidensgrundlag-2-udgave-maj-22.pdf](https://www.dhf.dk/media/20317/rigtig-sjov-ha-ndbold_-dansk-haandbold-vidensgrundlag-2-udgave-maj-22.pdf)
- Dansk Håndbold Forbund (Marts. 2023). *Medlemstal*. Besøgt d. 10. april 2023 fra DHF.dk: <https://www.dhf.dk/om-dhf/medlemstal/>
- Hoffgaard, C. C., & Baagø-Rasmussen, T. (2022). *Idrætten i tal 2022 - Status på foreningsidrætten i Danmark*. Besøgt d. 10. maj 2023 fra Medlemstal for DIF, DGI OG Dansk Firmaidræt 2022: <https://www.dif.dk/idraetten-i-tal/medlemstal-for-dif-dgi-dansk-firmaidraet>
- Linder, J. (21. April 2022). *Ekspertter om unge pigers foreningsfrafald: Det kræver nye aktiviteter, mere fleksibilitet og en større samhørighed at vende bøtten*. Besøgt d. 25. april 2023 fra Idrætsmonitor: <https://idraetsmonitor.dk/nyheder/art8723696/Det-kr%C3%A6ver-nye-aktiviteter-mere-fleksibilitet-og-en-st%C3%B8rre-samh%C3%B8righed-at-vende-b%C3%B8tten?shareToken=0mWWUvAA9ffA>
- Lund, R. C. (20. Juli 2022). *Foreninger og fællesskaber er et af de bedste midler mod ungdommens mistrivsel*. Besøgt d. 05. maj 2023 fra Information.dk: <https://www.information.dk/debat/2022/07/foreninger-faellesskaber-bedste-midler-ungdommens-mistrivsel>

Sejr, K. (4. November 2022). *Foreningslivet kan give unge piger et frirum men lad dem nu selv.*

Besøgt d. 11. marts 2023 fra idraetsmonitor.dk:

<https://idraetsmonitor.dk/debat/art9031224/Foreningslivet-kan-give-unge-piger-et-frirum-men-lad-dem-nu-selv-v%C3%A6re-med-til-at-skabe-det>

Thastum, R., & Bach Svendsen, A. M. (2022). *Børns Vilkår*. Besøgt d. 11. marts 2023 fra

bornsvilkar.dk: <https://bornsvilkar.dk/100born/>

# 10. BILAG

## **Bilag 1: Observationsnoter**

## **Bilag 2: Interviewguides**

Bilag 2.A Fokusgruppeinterview med 14-16 årige håndboldpiger

Bilag 2.B Interview med træneransvarlige

Bilag 2.C Interview med repræsentant fra Dansk Håndbold Forbund

## **Bilag 3: Interview med træneransvarlige**

Bilag 3.A Interview med Lone & Hanne

Bilag 3.B Interview med Mads

Bilag 3.C Interview med Nikolaj

## **Bilag 4: Materiale fra participatorisk workshop**

Bilag 4.A Dialogkort

## **Bilag 5: Fokusgruppeinterview med 14-16 årige piger**

Bilag 5.A Interview med Agnes, Isabella, Liva og Marie

Bilag 5.B Interview med Emma, Josephine, Katrine, Louise, Mille og Naja

Bilag 5.C Interview med Alberte, Frederikke, Iben, Lærke, Maiken og Tea

## **Bilag 6: Interview med Dansk Håndbold Forbund**

# ARTIKEL

Denne formidlingsartikel er skrevet med udgangspunkt i specialet: *Håndboldpiger i en præstationskultur – en undersøgelse af pigers motivation og fastholdelse i sporten*.

Artiklen er baseret på specialets empiriske fund og konklusioner, og søger på baggrund heraf at bidrage med konkrete opmærksomhedspunkter. Artiklen er målrettet mediet *Idrætsmonitor*, der er et nyhedsmedie, som fokuserer på idrættens udvikling og samfunds betydning.

URL til Idrætsmonitor: <https://idraetsmonitor.dk/> senest besøgt d. 26.05.23

## **Debat: Hvad skal der til for at fastholde flere unge piger i håndboldsporten?**

*Af Julie Kirstine Madsen og Sofie Pedersen*

Dansk Håndbold har siden 2002 været igennem det, tidligere direktør i Team Danmark, Michael Andersen, betegner som en regulær medlemskrise. Men i 2018 oplevede dansk håndbold en medlemsfremgang, hvilket ifølge direktør i Dansk Håndbold Forbund, Morten Stig Christensen, tyder på at 'kurven blev knækket'. En udtalelse der refererer til et projekt igangsat af DHF og DIF med henblik på at vende medlemsnedgangen.

Men er kurven knækket? Og kan man stille sig tilfreds med en generelle stigning, mens bestemte grupper fortsat bløder medlemsfrafald?

De nyeste tal fra DIF viser, at det særligt er i overgangen fra barn til ungdom, at foreningsidrættens har svært ved at fastholde udøverne.

Når vi sammenligner antallet af foreningsaktive piger i alderen 0-12 år med de 13-18 årige, ses der en nedgang på 37 % i antallet af medlemmer. Det tal skal ses i forhold til et fald på kun 17,5 % blandet drengene (Hoffgaard & Baagø-Rasmussen, 2022).

Tallene fortæller os derfor, at det især er en udfordring at fastholde de unge piger i foreningsidrætter.

En lignende tendens viser sig i håndbolden, hvor der ses et fald på 11.063 piger svarende til 46,6 % mellem aldersgrupperne 0-12 år og 13-18 år (Dansk Håndbold Forbund, 2022).

Som aktive deltagere i håndboldmiljøet ønsker vi at engagere os i debatten og udnytte det potentiale, der ligger i at fastholde denne store gruppe af unge piger.

Forskning viser, at der er sammenhæng mellem deltagelse i idrætsforeninger og mental sund og trivsel (Kusier, Ubbesen & Folker, 2023).

Vi tror derfor på, at foreningsidrætten er en mulig løsning på den stigende mistrivsel blandt unge piger. Det vil kræve, at den eksisterende håndboldpraksis bliver mere inkluderende, så den er attraktiv både for spillere der har landsholdsambitioner, og dem der i højere grad dyrker sporten som en fritidsinteresse. For at imødekomme dette, har vi undersøgt, hvad der motiverer 14-16 årige piger til at gå til håndbold. Det har ledt os til en række opmærksomhedspunkter:

### **En mere inkluderende håndboldpraksis skal:**

- 🏆 **foregå på de unges præmisser**
- 🏆 **være præstationsfrigørende**
- 🏆 **fokusere på udvikling**
- 🏆 **undgå fokus på selektion**

Ved opmærksomhed på disse kan håndboldmiljøet blive mere inkluderende og attraktivt for en bred vifte af spillere med forskellige mål og interesser.

### **Håndbold på de unges præmisser**

Det er en forudsætning for fastholdelse, at trænerne forholder sig til pigernes individuelle prioriteter og behov og tilpasser træningstilbuddet herefter.

I specialet finder vi frem til vigtigheden af medbestemmelse. Denne bør både være *situationsbestemt*- og *generel*. Den situationsbestemte handler om at have indflydelse på eksempelvis, hvilken position man spiller. Den generelle medbestemmelse handler om at have indflydelse på ens egne deltagelsesmuligheder, så de tilgodeser indre værdier og præferencer. Det må derfor være en ambition, at trænerne inddrager pigerne i mere generelle dele af træningsmiljøet med henblik på at fastholde pigerne på sigt.

### **Skab rum for præstationsfrigørelse**

Præstationskulturen er blevet en udbredt tendens i menneskers hverdagsliv – og særligt blandt de unge piger. Det resulterer i at flere føler sig pressede, og at de skal leve op til forventninger som ikke stemmer overens med deres kunnen.

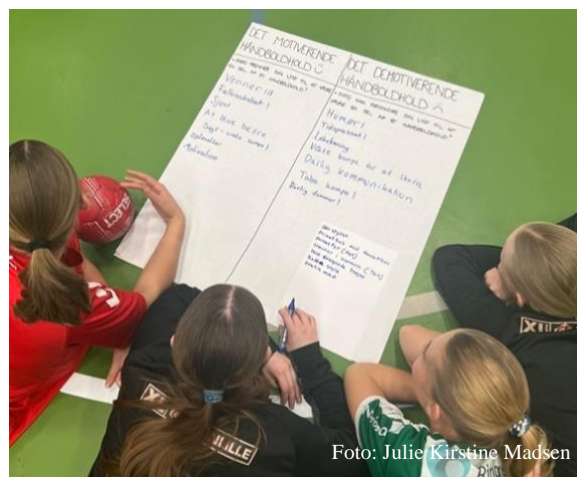
At præstationskulturen i dag er en del af alt man foretager sig, gør det svært ikke at lade sig forføre af dens medfølgende fokus på resultater, og derfor ser vi også at håndboldsporten anerkender præstationer med medaljer og pokaler.

Kun det bedste er godt nok, men hvis vi opretholder denne forståelse, vil tallene for mistrivsel kun gå en vej, og det er opad. Vi mener derfor, at det er vigtigt, at man i håndboldmiljøerne rundt omkring i Danmark har fokus på et opgør med det eksisterende fokus på resultater og præstationer, og i stedet går forrest på vejen mod et præstations-frigørende idræts- og foreningsliv.

Håndbold skal være et frirum – et åndehul – for de unge piger, men det kræver, at præstationer ikke måles ud fra en standard der tilgodeser perfektion.

### **Fokuser på udvikling fremfor resultat**

Med afsæt i vores undersøgelse mener vi, at træneren har en afgørende og betydningsfuld rolle for pigernes udvikling og følelse af kompetence. I håndboldklubber er det ikke usædvanligt at have individuelle samtaler med spillerne, og disse kan være understøttende for trænerens viden om pigernes egen kompetenceforståelse og udviklingsproces. Det kræver dog, at trænerne er konsekvente, hvis de vælger at benytte sig af spiller-samtaler, så det er alle der bliver tilbudt samtale, uanset om man spiller på klubbens 1.-, 2.-, eller 3. hold. På den måde kan trænerne tilpasse træningen så den støtter den enkelte spiller.



Professor i sportspsykologi, Kristoffer Henriksen, beskriver træneren *som kulturel leder*, og at træneren med sin position har et ansvar i at sikre et miljø, der tilgodeser udvikling fremfor resultater. En pointe som er værdifuld for håndboldklubberne, hvis de skal orientere sig mod et mere inkluderende og udviklende miljø.

### **Undgå for meget fokus på selektion**

I 2022 udgav DHF et nyt videns- og holdningsgrundlag *Rigtig, sjov håndbold* (Dansk Håndbold Forbund, 2022). Grundlaget har til hensigt at skabe et fundament der kan ensrette forståelsen om børne og ungdomshåndbold i de danske håndboldklubber. En pointe i grundlaget er, at man med fokus på udvikling bør sikre at alle får lige meget spilletid.

Det giver god mening at tilstræbe lige fordeling af spilletid blandt deltagerne på holdet, men spørgsmålet er om det også er sådan det foregår i praksis?

Da vi, i vores undersøgelse, spurgte pigerne indtil, hvad der kendetegner et demotiverende håndboldhold, optrådte ordet: *lidt spilletid* flere gange. Vi må derfor konkludere, at klubberne og DHF bør påtage sig en mere aktiv rolle i at få omsat de gode intentioner i grundlaget til praksis. Med et udviklingsfokus bør man omfavne alle spillerne og ikke kun fokusere på 1. holdet, fordi de skal levere resultater i weekendens kampe. Det kan godt være, at man som træner har en ambition om at lave landsholdsspillere, men det er ikke forskningsmæssigt bevist, at selektion før 17 års alderen sikrer eliten. Nogle trænere vil sandsynligvis være uenige i dette, men måske er det fordi det primære fokus er på 1. holdsspillerne?

Det vil formentlig ikke være en overraskelse for nogen, at de spillere som tilbydes de bedste træningsforhold og får mest opmærksomhed af trænerne, også er dem der har de bedste forudsætninger for at udvikle sig? Det er vigtigt at huske på, at børne og ungdomshåndbold fremfor alt skal være sjovt, lærerigt og udviklende for alle, så vi skaber et inkluderende og bæredygtigt håndboldmiljø.

Husk på, Mathias Gidsel spillede ikke på 1. holdet, da han var 15 år.

### **Gør det attraktivt at træne 2. og 3. holdet**

Ud fra disse opmærksomhedspunkter vil man nemt kunne tro, at løsningen alene ligger hos trænerne. Men trænerne er ligesom pigerne en del af præstationskulturen og stræber også efter den bedst mulige præstation. Derfor ser vi også, at de fleste klubber har lettest ved at finde trænere til klubbernes 1. hold, mens de har svært ved at finde trænere til de andre hold.

Michael Andersen skriver i et indlæg, at det skal være attraktivt at spille på 2.- og 3. holdet – en opfattelse vi er enige i, men som kræver en kulturændring i Dansk Håndbold.

Alle trænerfunktioner er lige vigtige for at skabe gode håndboldmiljøer for børn- og unge. Det handler derfor om at, vi italesætter værdien i at være træner for 2. og 3. holdet, så det også bliver en attraktiv rolle at indgå i.

## **Litteraturliste**

Andersen, M. (22. April 2022).

*Michael Andersen om håndboldens medlemskrise: "Det skal også være attraktivt at spille på 2. holdet"*. Hentet fra

Idrætsmonitor:

<https://idraetsmonitor.dk/debat/art8732200/%C2%BDet-skal-ogs%C3%A5-v%C3%A6re->



[attraktivt-at-spille-p%C3%A5-2.-holdet%C2%AB](#)

Dansk Håndbold Forbund. (23. Maj 2022).  
Rigtig, sjov håndbold. Hentet fra DHF.dk:  
[https://www.dhf.dk/media/20317/rigtig-sjov-ha-ndbold\\_-dansk-haandbold-vidensgrundlag-2-udgave-maj-22.pdf](https://www.dhf.dk/media/20317/rigtig-sjov-ha-ndbold_-dansk-haandbold-vidensgrundlag-2-udgave-maj-22.pdf)

Dansk Håndbold Forbund (Marts. 2023).  
Medlemstal. Hentet maj 2023 fra DHF.dk:  
<https://www.dhf.dk/om-dhf/medlemstal/>

Henriksen, K. (2015). Træneren som kulturel leder: Bæredygtig sportspsykologi for unge talenter. I N. N. Rossing, K. Ryom, & K. Henriksen, Talent udvikling i sport: reflekterede organisationer, gode teams og stærke atleter (s. 22-35). Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.

Hoffgaard, C. C., & Baagø-Rasmussen, T. (2022). Idrætten i tal 2022 - Status på foreningsidrætten i Danmark. Brøndby: Danmarks Idrætsforbund. Hentet fra Medlemstal for DIF, DGI OG Dansk Firmaidræt 2022:  
<https://www.dif.dk/idraetten-i-tal/medlemstal-for-dif-dgi-dansk-firmaidraet>

Kusier, A. Ø., Ubbesen, T. R., & Folker, A. P. (2023). Karakteristika af det mentale sundhedsfremmende fritidsfællesskab for unge. København: Sundhedsstyrelsen.