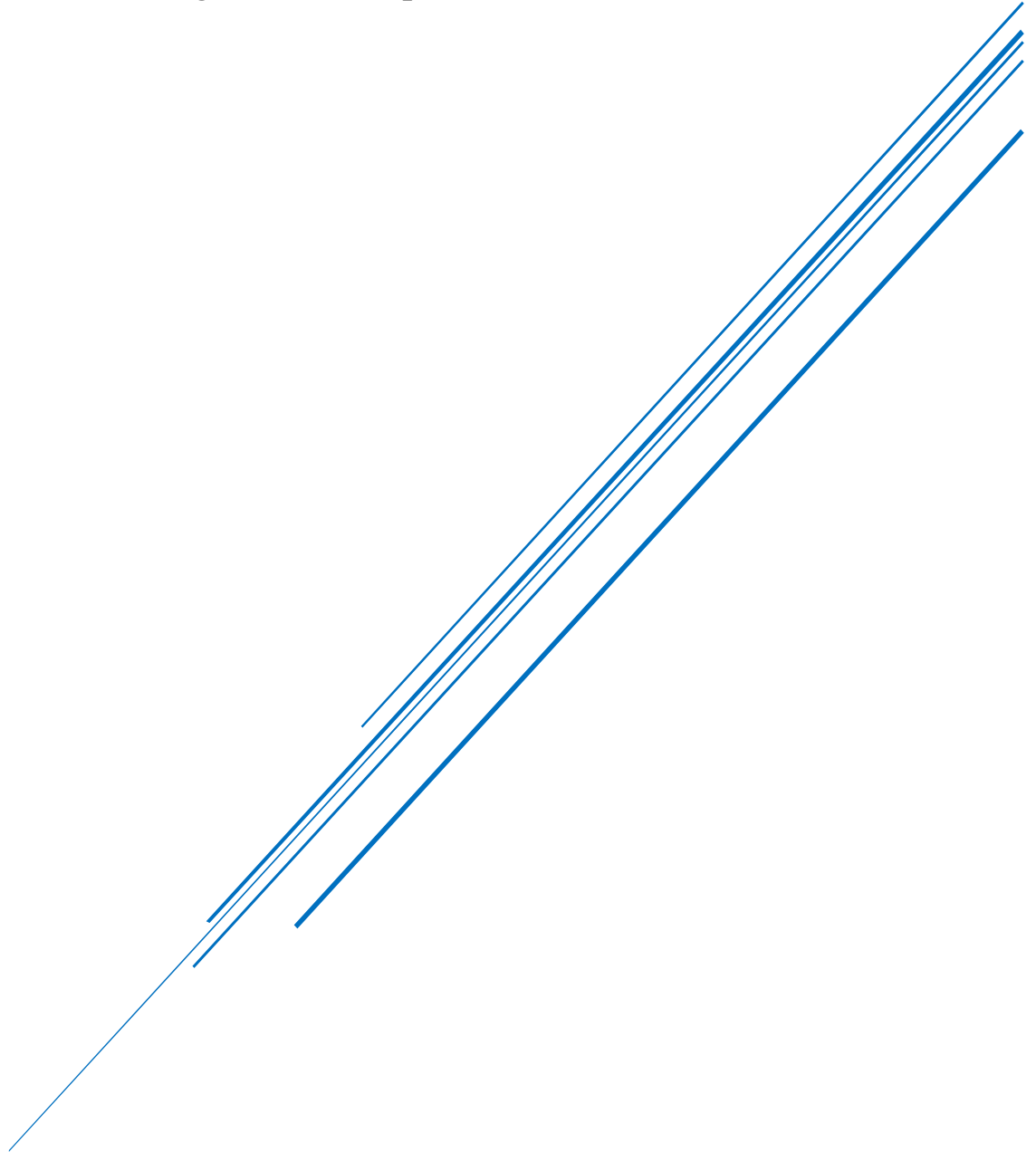


Når livet formes af sporten

En kvalitativ undersøgelse af elitesportsudøveres identitetsdannelse



10. Semester, Psykologi
Aalborg Universitet
30.05.2025

Mathilde Kjærsgaard Nielsen
Studienummer: 20194586

Rapportens samlede antal tegn: 134.832
Svarende til antal normalsider: 56

Vejleder: Bendt Torpegaard Pedersen

Abstract

A life in elite sport involves both challenges and opportunities. Elite athletes find themselves in a daily environment characterized by performance, expectations and competition. This contributes not only to their sporting development and athletic growth, but also significantly shapes their identity and lifestyle. Success at the highest level requires not only talent and dedication, but also physical and psychological resilience.

This study examines how the identity for elite athletes is shaped throughout their careers and the challenges they face when transitioning out of sport. A career in elite sport is remarkably short-lived and therefore it is important to have explored other experiences in life beside it. The study highlights how athletic identity often develops early in childhood and how it is shaped throughout their careers.

The research is conducted through a phenomenology approach, where four informants tell their stories about their elite career and the transformation of identity throughout. In addition, the use of theories of athletic and narrative identity, as well as Erikson's framework provides insight into how a lack of identity exploration during youth may contribute to existential challenges in adulthood.

The study contributes to a deeper understanding of elite sport as a life context and emphasizes the importance of supporting athletes in developing broader identities to ensure well-being during and after their careers. In transition to adulthood the exploration has been important.

Indholdsfortegnelse

1. INDLEDNING	4
1.1 PROBLEMFORMULERING	5
1.2 AFGRÆNSNING	5
1.3 BEGRUNDELSE FOR VALG AF EMNE	6
1.4 SPECIALETS OPBYGNING.....	7
2. TEORI	8
2.1 ATLETISK IDENTITET	9
2.1.1 <i>Identity foreclosure</i>	10
2.2 IDENTITET	12
2.2.1 <i>Identitetsdannelse og identitetskriser</i>	14
2.2.2 <i>Ego identitet</i>	15
2.2.3 <i>Narrativ identitet</i>	16
2.3 DELKONKLUSION	17
3. METODOLOGI OG METODE.....	18
3.1 HERMENEUTIK	18
3.2 KVALITATIV METODE	20
3.2.1 <i>Interview</i>	21
3.2.2 INFORMANTER OG REKRUTTERING	22
<i>Informant 1 – Anna</i>	23
<i>Informant 2 – Benjamin</i>	23
<i>Informant 3 – Carla</i>	23
<i>Informant 4 – David</i>	24
<i>Overordnet om informanterne og interviews</i>	24
3.2.3 <i>Transskribering</i>	24
3.2.4 <i>Etiske overvejelser</i>	25
3.3 NARRATIV ANALYSE.....	26
3.4 TEMATISK ANALYSE.....	27
3.4.1 <i>Analysens opbyggelse</i>	28
4. ANALYSE	29
4.1 ATLETISK IDENTITET FRA BARNDOMMEN.....	29
4.2 DOBBELTKARRIERE: BALANCEN MELLEM UDDANNELSE OG ELITESPORT	31
4.3 DEN ATLETISKE IDENTITET I SOCIALE KONTEKSTER	34
4.4 IDENTITETSDANNELSE OG UDFORDRINGER	37
4.4.1 <i>Når sporten er alt: Identitetsdannelse i et forpligtende miljø</i>	38
4.4.2 <i>Når sporten mister sin mening: Et identitetsskifte i elitesportens rammer</i>	41
4.5 DELKONKLUSION	48
5. DISKUSSION.....	49
5.1. METODISKE OVERVEJELSER.....	49
5.2 RESULTATER	51
5.2.1 <i>Tidligere forskning om identity foreclosure vs. egne fund</i>	51
5.2.2 <i>Positive og negative faktorer ved at være elitesportsudøver</i>	53

5.2.3 <i>Den danske kultur i forhold til uddannelsesperspektivet</i>	54
5.3 FREMTIDIG FORSKNING	55
6. PERSPEKTIVERING.....	58
7. KONKLUSION.....	59
REFERENCELISTE.....	61
BILAG	64
BILAG 1: INTERVIEW 1 – ANNA.....	64
BILAG 2: INTERVIEW 2 – BENJAMIN	64
BILAG 3: INTERVIEW 3 – CARLA.....	64
BILAG 4: INTERVIEW 4 – DAVID	64
BILAG 5: INTERVIEWGUIDE.....	64
BILAG 6: MENTAL TRIVSEL HOS ELITESPORTSUDØVERE (LERCHE & NIELSEN, 2024).....	64

1. Indledning

Elitesportsudøvere befinder sig i en hverdag præget af præstationer, forventninger og konkurrence, som ikke blot former deres sportslige udvikling, men også deres identitet og livsstil. For at opnå succes på højeste niveau forventes det, at man er talentfuld, engageret, målrettet og ikke mindst fysisk og mental robust.

En karriere i elitesport er generelt mere tidsbegrænset end mange andre karriereveje. Pensionsalderen indtræffer tidligere i elitesporten, hvilket kan skyldes, at den fysiske tilstand forværres gennem årene, eller man ikke får fornyet sin kontrakt. Det kan også skyldes udøvernes mentale og psykiske tilstand, som også har fyldt i medierne i den seneste tid. Dette især efter, at håndboldspilleren Mikkel Hansen indstillede sin karriere i sommeren 2024 efterfulgt af et år med stress og depression. Store dele af den danske befolkning har fulgt med i DR-dokumentaren ”Mikkel Hansen”, hvor håndboldspilleren selv, hans venner og familie fortæller om en tid præget af en sygdomsmedling, samt den mentale kamp for at vende tilbage til håndbolden, inden karrieren stoppede (Heissel & Raundahl, 2024). Et andet eksempel er fodboldspilleren Viktor Fischer, som kæmpede sig tilbage fra en skade og efterfølgende mistede passionen for sin sportsgren, som ellers havde været hele hans verden, siden han var en lille dreng (Cloos, 2024).

Elitesportsudøverne har ofte skulle træffe et valg om at satse fuldt ud på at gøre karriere inden for elitesporten, hvilket også kan medvirke til fravalg af andre elementer i deres liv. Samtidig er det også med bevidstheden om, at elitesportsvejen som regel ikke kan strække sig over et helt arbejdsliv, hvorfor der er større risiko for et tidligere karrierestop end ved det generelle arbejdsmarked. Dette medfører ofte spørgsmålet om, *hvad individet herefter skal beskæftige sig med eller identificere sig som?*

I forbindelse med et praktikforløb i AaB Pige Akademi blev spillernes mentale trivsel undersøgt med udgangspunkt i Team Danmarks trivselsmodel (Henriksen, Diment & Kuettel, 2024). Trivselsmodellen identificerer fire forskellige domæner: *atleten selv, træningsmiljøet, trænere og lederskabet samt hverdagslivet uden for sporten*. Gennem arbejdet med undersøgelsen af disse fire domæner og arbejdet i AaB Pige Akademi, opstod der en nysgerrighed og særlig interesse for de spillere, der

valgte eller var nødsaget til at stoppe deres karriere, samt hvilke konsekvenser det havde for deres identitet. Spørgsmålet, *hvem er de, når sporten ikke længere er en del af deres identitet eller selvopfattelse?* var essentielt og samtidig noget, som mange af spillerne frygtede, når de fik tanken, om ikke længere at skulle spille fodbold. Mange af spillerne har gennem deres liv haft en stærk tilknytning og forpligtelse til sporten, hvor deres *"fodbold identitet"* har været dybt forankret i både familie, venskaber, klubsystemet og uddannelse. Fodbolden har altid været en central del af deres selvforståelse, særligt for de unge spillere, som endnu ikke har haft muligheden for at træffe egne valg uden for sportens rammer. Et karrierestop, uanset om det skyldes en skade, udbrændthed eller et selvvalgt ophør kan medføre en betydelig transformation af deres identitet og selvopfattelse.

I en tidlig alder lærer de fleste elitesportsudøvere at definere sig selv gennem deres sport samt de krav, der bliver stillet til dem. Men hvad sker der med deres identitet, når sporten for eksempel ikke længere er en del af deres hverdag? Hvilke faktorer spiller en rolle i overgangen fra at identificere sig som elitesportsudøvere til at skulle finde en ny identitetsforståelse? Ovenstående spørgsmål samt problemstillinger danner grundlag for nærværende speciale, hvor der undersøges følgende problemstilling:

1.1 Problemformulering

Hvordan formes elitesportsudøveres identitet gennem deres karriere, og hvilke identitetstransformations udfordringer opstår, når karrieren stopper?

1.2 Afgrænsning

I nærværende speciale anvendes begrebet *elitesportsudøver*, hvor *elite* beskrives jf. Swann, Moran & Piggott (2015) som to års akkumuleret specialiseret træning på højt niveau (p. 4). Generelt er der blandt eksperter og forskere en betydelig forvirring med hensyn til kriterierne, der anvendes for at dække elite. Swann et al (2015) identificerede otte centrale kategorier, der anvendes til at afgrænse elitesportsudøvere. Disse inkluderer blandt andet; *konkurrencestandard, erfaring og professionalisme i forhold til præstationsniveau* (pp. 9-14).

I dette speciale fokuseres udelukkende på holdsport, idet individuelle sportsgrene er fravalgt. Dette skyldes, at holdsport medfører særlige sociale og organisatoriske dynamikker for eksempel i henhold til klubmiljø, hierarkiske strukturer og kollektive forventninger. Valget er desuden underbygget af forskerens tidligere erfaring med miljøet, hvilket styrker den teoretiske og empiriske forforståelse. I følgende teori-afsnit vil der være en nærmere afklaring af atletisk identitet samt identitetsbegrebet.

1.3 Begrundelse for valg af emne

Nærværende undersøgelse beskæftiger sig med, hvordan elitesportsudøvernes identitet udvikles og påvirkes gennem karrieren, herunder efter et potentielt karrierestop. Emnet har været genstand for længerevarende overvejelser og udspringer af en vedvarende interesse for elitesportsmiljøerne. Gennem praktik, samt personlig og professionel erfaring i holdsportsmiljøer har observationer vist, hvordan elitesportsudøvere udtrykker tvivl og sætter spørgsmålstegn ved deres fremtid. Det er ofte spørgsmålene; *Hvad, hvis jeg ikke er god nok til landsholdet? Hvad, hvis jeg bliver skadet og ikke kan spille mere? Hvad skal jeg gøre, hvis jeg ikke længere kan udleve min drøm?* Elitesporten er ofte forbundet med en stor identitetsfølelse, samt en del risikofaktorer såsom skader, overtræning, risikoadfærd og ineffektiv coping relateret til perfektionisme, copingstrategier, angst, frygt for fejl m.m. (Lerche & Nielsen, 2024, p. 6). Derudover er miljøet præget af præstations- og selektionspres, hvilket skaber et underliggende pres på det enkelte individ. Studier har derudover vist, at der for mange er større fokus på at udvikle en atletisk identitet frem for at have fokus på sin uddannelse i ungdomsårene. Elitesportsudøverne føler ofte, at de befinder sig i en dobbeltrolle, hvor de skal balancere uddannelse og sporten. Kissinger et al. (2015) fandt ud af, at de studerende som havde høje niveau af atletisk identitet også havde et større fokus på sporten frem for skolen (if. Borak, Costakis & Crawford, 2022, p. 216). Ydermere viser undersøgelser af Hale & Walkes (1994) og Sothorn & O’Gorman (2021), at identifikation med høj atletisk identitet kan resultere i overengagement til rollen, hvilket kan bidrage til brugen af præstationsfremmede stoffer, konsekvenser for mental sundhed og velvære. (if. Borak et al., 2022, p. 221) Dette var ikke alene risikofaktorerne, da Brewer (1993), Brewer, Van Raalte og Linder (1993) samt Grove, Lavalle & Gordon (1997) fandt ud af, at identifikation med høj atletisk

identitet kan føre til overtræning, udbrændthed (oversat burnout) og angst, samt er forbundet med humørforstyrrelser efter skade og en svær tilpasningsevne ved karrierestop (if. Borak et al., 2022, p. 221). Det skal bemærkes, at det ikke udelukkende er risikofaktorer, som er forbundet med livet som elitesportsudøver, men også en oplevelse af en kultur, der er støttende, tillidsfuld og mestringsorienteret (Lerche & Nielsen, 2024, p. 6). Dette kan sandsynligvis betragtes som to sider af samme sag, nemlig det værste og det bedste. Elitesporten bidrager til adskillige positive oplevelser og erfaringer for det enkelte individ, men er samtidig også forbundet med en masse risikofaktorer. Formålet har derfor været at belyse konteksten for elitesportsudøverne og opnå en dybere forståelse af deres erfaringsverden. Tendensen inden for det sportspsykologiske felt har været, at der er manglende kvalitative studier på området, da det er et forholdsvis nyere felt (Kuettel & Larsen, 2020 if. Lerche & Nielsen, 2024, p. 6). Dette udgør en væsentlig begrundelse for valget af emnet, idet det giver mulighed for at bidrage til at belyse området fra en ny vinkel. Samtidig indikerer observationer, at netop dette fokus er underbelyst i eksisterende forskning.

1.4 Specialets opbygning

Dette afsnit beskriver specialets struktur, som er delt i tre overordnede dele: teori og metode, analyse og diskussion, samt den sidste del, som indebærer en perspektivering og konklusion.

Den første del af specialet er teoriafsnittet, som tager udgangspunkt i forforståelsen af, at elitesportsudøver ofte udvikler en stærk atletisk identitet fra en tidlig alder. Der redegøres for begreber som *athletic identity* og *identity foreclosure*, og disse sættes i relation til mere generelle identitetsteorier og begreber såsom ego-identitet, identitetsdannelse og identitetskriser. Ydermere afklares begrebet *narrativ identitet*, da det er en del af den overordnede metodetilgang, som anvendes senere i specialets analytiske del. Formålet er at opnå en dybere indsigt i den atletiske identitet, som danner fundamentet for dette projekt, da det er heraf nysgerrigheden er udsprunget. Derudover er formålet at skabe en forståelse for identitetsprocesser, som er kendetegnet ved børn og unge. Det er vigtigt at kunne forstå identitet særskilt, og hvordan denne fungerer, før man kan danne en helhedsforståelse. Til sidst skal teoriafsnittet bidrage

til en forståelse for, hvilke risikofaktorer, der kan være forbundet med et brud på de unges atletiske identitetsfølelse, samt hvilke potentielle kriser de kan stå overfor.

Metodeafsnittet er opbygget ud fra en beskrivelse af den kvalitative metode, som danner grundlag for specialet. Herunder er der en beskrivelse af den narrative metode og det videnskabelige ståsted. Ydermere en beskrivelse af interview samt interviewguide, processen i forhold til at rekruttere informanter og den analytiske del. Derudover er de etiske overvejelser blevet beskrevet.

Anden del af specialet udgøres af analyseafsnittet, som er struktureret ud fra en tematisk analysetilgang. Informanternes beskrivelser bliver i dette afsnit fremtrædende og er delt op efter forskellige afsnit, som belyser den atletiske identitet og dens transformationen gennem karrieren og for nogle i forbindelse med karrierestop. Afsnittet afsluttes med en delkonklusion, der sammenfatter de væsentligste pointer.

Den tredje del af specialet indeholder en diskussion. Afsnittet indledes med en vurdering af de metodiske overvejelser, heraf den kvantitative- og kvalitative metodes fordele og ulemper. Herefter belyses analysens fund gennem specialet, og disse bliver sammenlignet med eksisterende forskning på området. Dette afsnit afsluttes med forslag til fremtidig forskning.

Den fjerde og sidste del af specialet er henholdsvis en perspektivering og konklusion. Perspektiveringen indeholder en beskrivelse af, hvordan specialet kan bidrage til yderligere forskning og dermed, hvad der kan undersøges nærmere i fremtiden. De teoretiske, metodiske og analytiske tilgange bliver til sidst opsamlet i en konklusion.

2. Teori

I dette afsnit præsenteres specialets teoretiske forståelse af identitet, der især tager afsæt i de teoretiske aspekter ved atletisk identitet. Herunder en begrebsmæssig forståelse af *athletic identity foreclosure*. Denne forståelse bygger på Erik H. Eriksons teorisering af identitet og menneskelig selvforståelse, hvor der tages udgangspunkt i det berømte værk ”Identity: Youth and Crisis (1968)”. Herunder behandles centrale begreber om identitetsdannelse, identitetskrise samt ego-identitet. Idet specialets

undersøgelse har et narrativt afsæt, findes det ligeledes relevant afslutningsvis at ud-
folde den narrative identitetsforståelse jf. Dan P. McAdams teori.

2.1 Atletisk identitet

Forskningen i begrebet *atletisk identitet* opstod først i løbet af 1990'erne og blev fo-
retaget af Brewer og kollegaer (1993) (if. Ronkainen, Kavoura & Ryba, 2016, p. 46).
For at kunne definere den atletiske identitet udviklede Brewer et al. (1993) måleen-
heden "Athletic Identity Measurement Scale (AIMS)". De udviklede AIMS på bag-
grund af en konklusion om, at de eksisterende måleenheder var mangelfulde, især på
faktummet om, at elitesportsudøveren ofte så sin sport som værende centrum i sit liv.
De opstillede derfor ti udsagn, som alle beskrev rollen som elitesportsudøver og ville
ud fra dette kunne konkludere, i hvor høj grad individet betragtede sig selv som elite-
sportsudøver. De ti udsagn omhandlede blandt andet; "*I consider myself an athlete, I
have many goals related to sport and sport is the most important part of my life.*"
(Brewer et al., 1993, p. 242f). Måleenheden skulle blandt andet bidrage til at identifi-
cere de elitesportsudøvere, som følte en stærk atletisk identitet, og dermed havde
større risiko for at komme i følelsesmæssige problemer, hvis der skulle opstå skade
eller karrierestop (Brewer et al., 1993, p. 249). Dette var også en af de faktorer, hvor
førnævnte teoretikere fandt ud af, at den atletiske identitet ofte er forbundet med en
særlig grad af styrke og eksklusivitet (Brewer et al., 1993, p. 249f). Ifølge Brewer og
kollegaer (1993) kan den atletiske identitet betragtes i den snævre forstand, som en
kognitiv struktur, der styrer behandlingen af selvrelateret information. Hvoraf i en
bredere forstand handler det om den sociale rolle, som er opbygget af feedback fra
forældre, trænere og holdkammerater (Brewer et al., 1993, p. 238). Den atletiske
identitet betragtes desuden, som indlejret i et netværk af forskellige konstellationer
såsom familie, sociale relationer, uddannelse samt det sportslige. Alle faktorer har en
indflydelse i atletens hverdag, men ofte er sporten en central del af deres liv. Det er
også ofte i en tidlig alder, at den atletiske identitet dannes, og det er jf. Webb og kol-
legaer (1998) i folkeskolen, at det atletiske talent anerkendes første gang. For mange
kan denne udvikling blive en central bekymring for barnet og de betydningsfulde
voksne i deres liv (p. 339f). Dette afspejles også i deres valg af for eksempel talent-
klasser eller en ungdomsuddannelse, hvor de får støtte fra Team Danmark til at tilret-
telægge hverdagen med træning, landsholdsture og konkurrencer (Lerche & Nielsen,

2024, p. 33). I undersøgelsen af trivslsen hos elitesportsudøvere og gennem observationerne er det også blevet belyst, hvordan det sociale netværk ofte består af andre atleter, som har en større forståelse for den enkeltes passion. Denne observation er også noget, som bekræftes af Brewer & Petitpas (2017), der beskriver atletisk identitet som ”forpligtelse til atletens rolle i fraværet af udforskning af erhvervsmæssige eller ideologiske alternativer.” (p. 118) De beskriver, hvordan mange elitesportsudøvere fravælger en del, som for eksempel det sociale liv og familietid, for at bruge deres energi og tid på at deltage i deres sport. De får ikke i samme grad udforsket de samme faktorer af livet, som mange af deres jævnaldrende, hvilket i henhold til Brewer & Petitpas (2017) forhindrer elitesportsudøverne i at etablere en følelse af selvidentitet uden for sporten (p. 118). Dette er også en af grundene til, at de har undersøgt og studeret begrebet atletisk identitet for sig selv og har defineret det som; ”the degree to which an individual identifies with the athlete role” (Brewer et al., 1993, p. 237). Atletisk identitet er en multidimensionel selvopfattelse, der har stor indvirkning fra udefrakommende faktorer, hvilket også gør det besværligt for det enkelte individ at skabe egne værdier og selvopfattelse. Elitesportsudøverne bliver i det daglige konstant vejet, målt og vurderet af eksperter i forhold til deres talent, hvilket skaber et konstant pres på den enkelte.

Hver enkelt atlet vil møde modstand i løbet af deres karriere. Modstanden kan bestå af manglende talent, fravælgelse til kamp eller landshold, uheld i form af skader, manglende motivation, overtræning eller manglende tid til at balancere det hele (Peterson, 2009 p. 225). Det kan have store konsekvenser for det enkelte individ at komme i en situation, hvor man ikke længere er en del af sporten og dermed ens atletiske identitet. Hvem er man, hvis man ikke længere kan beskrive sig selv som atlet? Dette spørgsmål er essentielt, da risikofaktorerne for ikke at have udforsket sin identitet i andre konstellationer og sociale arenaer end sporten, kan være udslagsgivende. Brewer & Petitpas (2017) beskriver de faste forpligtelser til sporten, som individets primære kilde til identitet med begrebet *athletic identity foreclosure* (p. 118), hvilket uddybes i nedenstående afsnit.

2.1.1 Identity foreclosure

Begrebet *identity foreclosure* blev først anvendt af Erikson i 1959, hvor han beskrev den menneskelige udvikling i et diagram, som han ikke definerede yderligere

(Brewer & Petitpas, 2017, p. 118). Formålet i artiklen af Brewer & Petitpas (2017) var at undersøge, hvordan identity foreclosure kan bruges, som et middel til at begrebsliggøre, hvordan det at være atlet, kan have betydning for den generelle identitetsudvikling (p. 118). Erikson var ikke den eneste forsker, som anvendte begrebet. Det blev senere genindført af James Marcia, som introducerede begrebet i forlængelse af sin forklaring på teenagers ego-identitets udviklingsproces. Marcia beskrev begrebet som;” [...] *foreclosure as occurring when individuals make premature commitments to occupational or ideological roles that are socially and parentally acceptable in order to avoid identity crises.*” (if. Brewer & Petitpas, 2017, p. 118). Identity foreclosure beskriver en form for afskærmning i forhold til at udforske sin identitet yderligere, da man i en tidlig alder forpligter sig til for eksempel sporten. Det betegnes ofte som en psykologisk tryghed, da det medfører en følelse af stabilitet og forudsigelighed, men ifølge Marcia sker dette på bekostning af personlige friheder og psykosocial vækst (if. Brewer & Petitpas, 2017, p. 118). De unge har i en tidlig alder truffet et forpligtende valg, og får dermed en klar ramme for sin tilværelse i en social, organisatorisk og forpligtelsesstruktur. Det kan betegnes, som en forceret eller forhastet forpligtelse til en rolle, som accepteres for at undgå identitetskriser og samtidig begrænser udviklingen af en nuanceret selvopfattelse. Ydermere kunne en forestilling være, at det kan påvirke individets evne i overgangen til en ny livssituation, og dermed skabe en identitetskrise, når man længe har følt sig stærkt forbundet til en specifik rolle og identitet. Athletic identity foreclosure kan medføre en stærk atletisk identitet og selvforståelse, hvilket kan bidrage positivt til engagement og dedikation. Dette var også noget, som Murphy, Petitpas & Brewer (1996) rapporterede, da de fandt, at en for tidlig og for stærk atletisk identitet korrelerede positivt med identity foreclosure (if. Borak et al., 2022, p. 217). Udfordringerne kan være den snævre identitetsfølelse, som man udvikler, hvor man ikke får udforsket andre livsområder og alternative fremtidsmuligheder. Dette kan medføre udfordringer senere i livet ved for eksempel det velkendte tidlige karrierestop, som beskrevet i indledningen, en skade, udbændthed eller andre uforudsigelige faktorer.

2.2 Identitet

Ovenstående afsnit har redegjort for atletisk identitet og begrebet identity foreclosure for at skabe det teoretiske afsæt for specialet. For at kunne forstå atletisk identitet er det essentielt, også at redegøre for den begrebsmæssige forståelse af generel identitet. Hvem er jeg? Hvad vil jeg? Og hvordan skal jeg leve? Disse er ofte spørgsmål, som vi mennesker stiller os selv gennem livet. Det er daglige spørgsmål, som forandres hele livet gennem. Men hvad er identitet egentligt, og hvad gør den ved os som mennesker?

Erik H. Erikson som er en af de store identitetsforskere hævdede, at identitet først bliver bragt op, når denne bliver et problem (Brinkmann, 2009, p. 9). Ligeledes beskriver Erikson i sit værk "Identity: Youth and Crisis" (1968), hvordan identitet er svært at forstå lige så vel, som det er altomfattende (p. 15). Det er ifølge Erikson svært at lave en præcis definition af identitet, da det er et bredt fænomen. Oftest bliver det også beskrevet som en proces, der altid er under forandring og udvikling. I henhold til Erikson skal individet være opmærksom på sin identitet i relation til andre mennesker, da den også kan blive påvirket heraf. Det moralske grundlag for identiteten bliver skabt i barndommen, og ofte oplever individet, at have normative kriser i ungdomsårene, hvor alting er under forandring. (Erikson, 1968, pp. 23; 42) I ungdomsårene sker puberteten, man overgår fra folkeskolen til en anden videregående uddannelse, får måske et arbejde eller flytter hjemmefra. Det er gennem disse identitetsskabende forandringer, at de normative kriser kan opstå. (Erikson, 1968, p. 17) Det er ifølge Erikson en del af, hvordan identiteten udvikles, nemlig gennem kriserne, som især opstår i løbet af ungdomsårene.

Det er også i ungdomsårene, at Erikson beskriver, hvordan de unge udvikler en positiv eller negativ identitet. Den positive identitet opstår, når den unge lykkes med enten at acceptere eller finde frem til, hvem de er. Hvorimod den negative identitet kommer til udtryk, når de unge ikke finder accept eller bevidst vælger en identitet, som er imod samfundets normer og som er blevet præsenteret for dem på kritiske udviklingsstadier, som farlige eller uønsket. Det kan beskrives lidt som en søgen efter at finde frem til, hvem man er, men når man i denne søgen ikke oplever succes, så tilvælger man en identitet, for at opnå anerkendelse fremfor ingen anerkendelse. (Erikson, 1968, pp. 172-175) Freud beskrev også disse to former for

identitetsbegreber, hvor han forklarede, at stoltheden over at opnå en stærk identitet kan bidrage til en indre frigørelse fra en dominerende gruppeidentitet (Erikson, 1968, p. 21f).

Identitet kan betragtes som en følelse af, hvordan det enkelte menneske ser sig selv og sine værdier, samt hvad de ønsker at gøre karrieremæssigt, hvem de ønsker at være eller selvudvikle. Begreber som selvfortolkning, selvbillede, identitetsfølelse m.m. bliver ofte omtalt i sammenhæng med identitet, og det er også disse referencer, som bliver anvendt i APA Dictionary of Psychology. Ifølge Michael Bamberg (2011) står der i ordbogen skrevet følgende definition af identitet og selv:

et individs følelse af selv defineret af (a) et sæt fysiske og psykologiske karakteristika, der ikke deles helt med nogen anden person og (b) en række sociale og interpersonelle tilhørsforhold (for eksempel etnicitet) og sociale rolle og for selvfølelse: et individs følelse af identitet, unikhed og selvretning (p. 6).

Identitet og selvet er defineret af særlige karakteristika ved det enkelte menneske, som ikke alle besidder, og som føles unikt for den enkelte. Det er individets subjektive holdning og oplevelse af unikhed, samt at være en sammenhængende person i verden. Bamberg beskriver, hvordan forsøget på at definere selvet og identitet ofte afhænger af selvrepræsentationer. Disse er ofte mentale konstruktioner om, hvad man identificerer sig med eller som, samt hvordan andre identificerer en. Han beskriver det i store træk som en etiket, hvor man forsøger at differentiere sig fra de sociale og personlige dimensioner, som andre også besidder som for eksempel køn, alder, erhverv, nationalitet m.m. (Bamberg, 2011, p. 6). Han beskriver de to begreber i relation til hinanden, men adskiller dem ved deres udgangspunkt. *Identitet* tager afsæt i forandring og leder derfra spørgsmålet om, hvad der gør individet unikt. *Selv* og *selvfølelse* begynder derimod med forskellen mellem selvet og anden, og bevæger sig derefter ind i et perspektiv af forandring. (Bamberg, 2011, p. 6f)

Identitet kan således konkluderes til at være et komplekst og bredt begreb. Det omfatter både en udviklende selvopfattelse, hvad angår værdier og sociale tilhørsforhold.

Det kan betegnes som værende både en del af udviklingspsykologien, hvor identitetsdannelse er i fokus og en del af socialpsykologien, hvor sociale roller og

gruppetilhørsforhold er centrale (Ronkainen et al., 2016, p. 46). Erikson (1968) beskriver også, hvordan processen af identitetsdannelse er et samspil mellem det psykologiske, det sociale, det udviklingsmæssige samt det historiske (p. 23). Denne helhedsforståelse af identitet understreger, hvordan individets selvopfattelse formes i et dynamisk samspil mellem de personlige erfaringer og sociale kontekster. Her skal man konstant forsøge at navigere i egne værdier og andres forventninger.

2.2.1 Identitetsdannelse og identitetskriser

Ovenstående refleksion omhandlende hvem man ønsker at være, leder også op til begrebet *identitetskrise*. Dette henviser til den proces, hvor individet kan komme i tvivl om, hvad de vil i deres liv, hvad der har betydning eller hvem de er (Brinkmann, 2009, p. 11). Identitetskrisen er en almen proces, som alle mennesker oplever på et eller andet tidspunkt i deres liv. Ofte er det i ungdomsårene, at identitetskriser opstår, da det er i disse år, hvor mennesker ofte gennemgår den største udvikling. Ordet krise vækker ofte en nysgerrighed og ubehag hos folk. (Erikson, 1968, p. 16f) Heldigvis er ordet blevet formet til et nødvendigt turning point, hvor der sker udvikling frem for, at ordet dækker over en katastrofe. (Erikson, 1968, p. 16)

Krise er et centralt begreb hos Erikson, og beskrives især i relation til de udviklingsstadier, som barnet og det unge menneske skal igennem. Hvert stadie bliver jf. Erikson (1968) en krise, fordi man vækster og udvikler sig (p. 95). Her er det særligt vanskeligt at afgøre, om et barn på et givent stadie er stærk eller svag. Dette henviser til Eriksons beskrivelse om enten en *sund* eller *usund* identitetsudvikling. En sund identitetsudvikling beskrives ved hjælp af Marie Jahodas definition som; ”*En sund person mestrer sine omgivelser, udviser en vis enhed af personlighed og er i stand til at opfatte verden og sig selv korrekt*” (if. Erikson, 1968, p. 92). Disse kriterier er særligt relateret til barnets kognitive og sociale udvikling, som følge af Eriksons udviklingsstadier. Den usunde identitetsudvikling betegner Erikson som *identitetsforvirring*, en tilstand, hvor individet ikke formår at udvikle en stabil identitet, og har svært ved at håndtere krav og forandringer. Det er ofte i ungdomsårene, at identitetskrisen opstår, og hvis den ikke overvindes, kan det få konsekvenser senere i livet (Erikson, 1968, p. 91). Den usunde identitetsudvikling kan også ses i relation til begrebet *identity foreclosure*, hvor individet forpligter sig til en rolle, uden at have

udforsket alternativer, hvilket kan bidrage til at man ikke har opnået en identitetsafklaring. Dette ses i Eriksons perspektiv i forhold til, at problemstillingen om, at identitetsdannelsen er usund og medfører, at man har svært ved at håndtere kriser eller gennemfører forandringer, når det kræves. Erikson mener, at man skal kunne være robust i sin identitet, for at kunne gennemleve kriserne.

Det er især i ungdomsårene, at der er mange valg, der skal tages som for eksempel, hvilken uddannelse skal man tage, hvor skal man flytte hen, hvem vil man være samt hvilke sociale sammenhænge vil man befinde sig i. Den primære udviklingsopgave i de sene teenageår vil netop være at etablere en følelse af identitetsbevidsthed samt værdier. Det er i denne periode, at det unge menneske ifølge teoretikere vil opnå optimal udvikling, hvor man begynder at udforske verden i form af aktiviteter og andre mennesker fra forskellige baggrunde, som for eksempel gennem uddannelse, sociale relationer eller arbejde. Denne udforskende adfærd giver det enkelte individ erfaringer og informationer, som er nødvendige i forhold til at danne grundlag for identitetsdannelsen. (Brewer & Petitpas, 2017, p. 118) Det er i denne proces af identitetsdannelsen, at individet vurderer deres rolle i forhold til andre, samt hvordan de opfatter sig selv i relation til samfundet. (Erikson, 1968, p. 22f) Derfor er det også vigtigt for det enkelte individ at komme ud og opleve verdenen. Dette ved at indgå i forskellige sociale sammenhænge og blive eksponeret for forskelligheder i kultur og adfærd, for at de kan udvikle sig som menneske. Denne udviklingsperiode er begrænset ved den atletiske identitet ifølge forskere, da mange elitesportsudøvere lægger meget af deres tid og energi i at engagere sig i sin sport frem for i den udforskende adfærd.

2.2.2 Ego identitet

Erikson har yderligere forsøgt at udforske identitet i forskellige sammenhænge og fandt frem til, at det udformede sig i forskellige associationer, hvor det henviste til 1) *en bevidst følelse af individuel unikhed*, 2) *en ubevidst stræben efter kontinuitet i oplevelsen* og 3) *en solidaritet med en gruppes idealer* (Erikson, 1968, p. 208). Erikson beskriver identitet som et komplekst begreb og en dynamisk proces, som kan udforme sig i forskellige associationer og henseende. Han fortæller, at det ikke blot handler om den individuelle oplevelse, men er samtidig også forankret i sociale og

kulturelle kontekster. I sin undersøgelse af identitet som fænomen introducerede Erikson begrebet *ego-identitet*, som bygger videre på Sigmunds Freuds forståelse af superegoet og egoidealet. Eriksons forståelse afviger sig fra Freud ved at have fokus på identitetens udviklingsmæssige proces gennem livets faser, hvor individet aktivt tester, udvælger og integrerer egne selvbilleder. Freud derimod anså superegoet som en forståelse for, at individet er integreret i normer og moral, som begrænser det individuelle selvbillede. (Erikson, 1968, p. 210f) Ego-identitet er ifølge Erikson et resultat af den sociale virkelighed, hvor barnet udvikler sig gennem barndommens kriser til ungdommen. Ud fra dette er det derfor også, det unge egos vigtigste bedrift at skabe en ego-identitet, som er et resultat af individets egne selvbilleder i den sociale virkelighed. (Erikson, 1968, p. 211)

2.2.3 Narrativ identitet

Den narrative identitet er væsentlig at få en forståelse af under dette teoretiske afsnit, da den anvendes som metode grundlag for specialet. Derudover udfolder den Eriksons forståelse af identitetsperspektivet, og bidrager hermed til at forstå elitesportsudøvernes livsverden bedre. Derfor følger der en kort beskrivelse af det teoretiske grundlag inden for den narrative metode.

Mennesket er komplekst, og en forståelse af individets adfærd og erfaringer har i mange år været et fokus for forskere og teoretikere. Der har været en stor nysgerrighed på de selvbiografiske erindringer, livshistorier og narrative fortællinger i forståelsen af individet. Generelt har der været en stor forventning i de vestlige samfund til, at teenagere og unge voksne begynder at undersøge den sociale virkelighed i form af de erhvervmæssige, interpersonelle og ideologiske tilbud og heraf forpligter sig til sin egen vej (McAdams, 2001, p. 101). Denne forestilling er McAdams livshistoriemodel en integreret del af, da han hævder, at mennesker i moderne samfund skaber mening i livet ved at konstruere udviklende fortællinger om sig selv. Betragtningen minder om noget, som man tidligere har beskæftiget sig med, da McAdams livshistoriemodel bygger videre på Eriksons begreb om ego-identitet (McAdams, 2001, p. 101). For at skabe en bedre forståelse af livshistoriemodellen, er det vigtigt at definere de forskellige parametre. Først og fremmest er identitet som livshistorie et væsentligt fænomen og en integreret del af forståelsen inden for både udviklings-,

kognitiv-, personligheds- og kulturpsykologien. Det er et bredt felt af områder, som beskæftiger sig med identitet som en livshistorie. Livshistoriemodellen af McAdams argumenterer for, at identitet tager form i et narrativt, der er opbygget af omgivelser, scener, karakterer og tema. Fortællingen er unik, og man kan rekonstruere den eller konstruere en fortælling, som er tilpasset livets udvikling. Mennesker adskiller sig fra hinanden gennem deres livsfortælling og identitet, og kan kun sammenlignes i betydningen af fortællingen i forskellige temaer.

Jf. McAdams & Olson (2009) kan udviklingen af personligheden i menneskets livsforløb iagttages ud fra tre synsvinkler; 1) *Personen som aktør*, 2) *Agent* og 3) *Forfatter* (p. 517). Personen som *aktør* beskrives ved de grundlæggende og stabile træk, der er indre, brede og komparative. Dette vil sige, at de træk som gør individet sammenligning med andre, men samtidig er grundlæggende for egen personlighed. Det defineres i de tanker, den adfærd og de følelser, som individet har i forskellige situationer og over tid. Personen som *agent* har karakteristiske tilpasninger, hvilket beskrives i den grad, hvor individet selv træffer beslutninger, planlægger sit eget liv og dermed er medbestemmende i sin identitet. Denne medbestemmelse taler til de motiverende aspekter af menneskets liv. Den sidste beskrivelse er personen som *forfatter*, hvilket er et udtryk for den måde, hvorpå individet skaber sit eget liv ud fra billeder, plots, karakterer og temaer. En udviklende historie om selvet, den narrative identitet, der sigter mod at give individet liv, mening og et formål (McAdams 2008, McLean et al. 2007 if. McAdams & Olson, 2009, p. 526f). Denne beskrivelse af livsforløbet er måden, hvorpå den narrative identitet bliver konstrueret. Individet gennemgår en udvikling af egenskaber, mål og livshistorier fra spædsbarnsalderen til den sene voksenalder. (McAdams & Olson, 2009, pp. 517-527) Denne beskrivelse af den narrative identitet vil ikke være fokus for specialet, men den er vigtig at inddrage, da den danner grundlag for forståelsen af informanternes livsfortælling i interviewene.

2.3 Delkonklusion

Ovenstående opbygning og begrebsafklaring er nødvendig, for at skabe en overordnet forståelse af den atletiske identitet. Derudover skal teorifremlæggelsen bidrage til at opnå indsigt i de identitetsdannelsesprocesser, som kendetegnes hos børn og unge.

Dette skal især ses i lyset af de børn og unge, der dyrker eliteidræt. Derudover danner teorien grundlag for specialets samlede forståelse. Teorien om atletiske identitet skal skabe den overordnede forståelse for, hvad der kendetegner elitesportsudøvere, samt hvilke risici den atletiske identitet kan være forbundet med. Derudover skal teorien om identitet, samt begreberne hertil, give en forståelse for, hvad der former det unge menneske. Samtidig skal det give en forståelse for, hvad de oplever af kriser og udviklingsstadier gennem barndommen og ind til voksenlivet. Den narrative identitet udfolder Eriksons identitetsperspektiv og bidrager dermed til en forståelse af den atletiske identitet, da det er disse fortællinger fra informanter, som senere bliver relevant for specialets analytiske del. Tilsammen skal teorifremlæggelsen udgøre konteksten for en forståelse af de udfordringer, som elitesportsudøvere oplever gennem deres identitetsdannelsesproces.

3. Metodologi og metode

Dette afsnit indledes med en præstation af det videnskabsteoretiske ståsted i form af den hermeneutiske tilgang. Herefter følger der et afsnit om den anvendte kvalitative metode, hvor følgende delafsnit uddybes; *interview*, *interviewguide*, *informanter og rekruttering*, *transskribering* og *etiske overvejelser*. Tilsammen danner disse elementer grundlaget for specialets metodiske opbygning. Afsnittet afsluttes med en gennemgang af de to centrale analytiske begreber. Først præsenteres den narrative analyse, som bidrager til informanternes personlige fortællinger. Dernæst introduceres den tematiske analyse og delafsnittet; *analysens opbygning*, som leder op til strukturen på analysen.

3.1 Hermeneutik

Forskere arbejder ud fra et videnskabsteoretisk ståsted for at sikre validitet, objektivitet, opretholdelse af et etisk ansvar og kritisk tænkning i deres undersøgelser (Brinkmann & Tanggaard, 2020, p. 15f). Derfor er det også væsentligt i dette projekt at placere det videnskabsteoretiske ståsted. En del af nysgerrigheden for dette projekt udspringer af en forforståelse for elitesporten, samt observationer af holdsportsmiljøet.

Forforståelsen udgør en central dimension, som forskere må være særlig opmærksom på i deres tilgang. Ud fra denne refleksion var det også væsentligt at arbejde ud fra den hermeneutiske tilgang, da den især har forforståelsen med som en dimension i helhedsforståelsen af et fænomen.

Hermeneutik handler om at fortolke, hvilket går helt tilbage til den græske religion, filosofi og retorik. Generelt kommer fortolkning og forståelse før forklaring i den hermeneutiske tradition. (Højberg, 2014, p. 291f) Det er informanterne samt fænomenerne, som er i fokus og som først og fremmest skaber mening, hvorefter det fortolkes og udlægges sammen med anden videnskabelig praksis. Grundlæggerne bag den filosofiske hermeneutik, som er en af formerne, er filosofferne Martin Heidegger og Hans Georg Gadamar. De mener begge, at mennesket er forstående og fortolkende, hvilket bidrog til en interesse i, hvordan mennesket agerer i verden, samt hvorfor de fortolker. (Højberg, 2014, p. 291f) Det centrale inden for hermeneutikken er den hermeneutiske cirkel, som finder sted mellem del og helheden, hvilket til sidst danner en sammenhæng. Det vil sige, at en forforståelse i denne sammenhæng, eller en del af et ord, tekst eller en sætning, skal ses i en sammenhæng med den helhed, som det indgår i. (Højberg, 2014, pp. 300-302) Man kan forestille sig det som en cirkel, hvor der er flere faktorer, der tilsammen danner cirkelns form. Der er ikke noget i et forskningsprojekt, som kan stå alene, da både forforståelser, dataindsamling, videnskabelig viden osv. er en del af helhedsforståelsen af fænomenet.

Ydermere er den hermeneutiske retning også en del af McAdams tanker, hvor han beskriver, at han føler, at han lever et dobbeltliv mellem hermeneutik og empiri. Han ønskede at forstå det menneskelige liv bedre via hermeneutikken, men havde samtidig altid testet hypoteser i laboratoriet (McAdams, 2005, p. 114). En del af McAdams forståelse er menneskets historie, samt de rekonstruerede historier. Hvis man skal kunne forstå et fænomen, som i dette tilfælde identitet, så mener han, at det skal ses ud fra en samlet historie med en start, midte og afslutning (McAdams, 2005, p. 121).

I denne undersøgelse anvendes den hermeneutiske retning, da den bidrager til at skabe en helhedsforståelse for fænomenet. Samtidig bidrager den med forforståelsen, som har været forud for undersøgelsen, og danner en ny forforståelse. Forforståelsen har været det forudgående kendskab til holdsport samt den kontekst, hvori elite-sportsudøverne har bevæget sig i. Specialet er sammensat af forskellige dele i forhold til forforståelse, tekst forståelse og dermed sammensat i en ny kontekst, hvori

informanterne fra interviewene bidrager med ny viden, som kan sættes i en helhedsforståelse til sidst.

3.2 Kvalitativ metode

Når man skal forstå den kvalitative metode, er det vigtigt at forstå den i kontrast til den kvantitative metode, da begge bidrager til forskellige perspektiver på dataindsamling samt analyse. Derudover er det også væsentligt at sammenligne metoderne, for at skabe et mere fyldestgørende billede af den kvalitative metode. Den kvalitative metode jf. Brinkmann og Tanggaards (2020) definition, henviser til, ”at man interesserer sig for *hvordan* noget gøres, siges, opleves, fremtræder eller udvikles”. (p. 15) Man har fokus på, hvordan noget fremtræder og dermed kan forsøge at beskrive, fortolke eller dekonstruere den menneskelige erfarings *kvaliteter*. (Brinkmann & Tanggaard, 2020, p. 15) Dette skal ses i modsætning til den kvantitative metode, hvor fokus er på *hvor meget*, der findes af noget og det er kvantiteter, som man er interesseret i, hvilket undersøges ved statistiske data (Brinkmann & Tanggaard, 2020, p. 16). Man kan anvende den ene metode til dataindsamling og analyse frem for den anden, men det skal ikke ses som et udelukkende valg imellem de to, da der er mulighed for at kombinere dem i en såkaldt mixed method. Valget af den kvalitative metode til specialet udspringer af en overvejelse, om at forstå menneskets fortællinger, og dermed kunne beskrive *hvordan* noget føles, eller fremtræder for det enkelte individ. Det handler om at belyse de menneskelige erfaringsprocesser i forskellige kontekster, hvilket kan gøres gennem forskningsmetoder som interview eller feltarbejde (Brinkmann & Tanggaard, 2020, p. 16). Den kvalitative tilgang stræber efter at forstå mennesket indefra og ikke set udefra, og dermed kunne bidrage til nye teorier eller begreber. Det er gennem individets perspektiver og beretninger, frem for objektive vurderinger fra omverdenen. Under dette afsnit vil der være en gennemgang af de kvalitative metoder, som anvendes i dette speciale, samt fremgangsmåden for indsamling af data.

3.2.1 Interview

Interview udgør en central metode i den kvalitative dataindsamling, og bidrager til en forståelse af individets verden ud fra subjektive synspunkter. Dette kommer til udtryk, gennem en udfoldelse af individets fortællinger om deres oplevelser (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 19). Man opfatter mennesker i denne kontekst som ”forfattede forfattere”, hvor deres erfaringer og livshistorier danner grundlag for empirien. Det er essentielt at understrege, at et interview er en samtale, som har et formål og en struktur fra starten. Dette betyder at samtalen ikke er tilfældig eller udelukkende afhængig af interviewpersonen. Der findes forskellige former for interview, der tjener forskellige formål. Det kan for eksempel være et journalistisk interview, der skal kunne registrere og rapportere vigtige begivenheder i samfundet eller et forskningsinterview, der har til formål at producere en specifik viden. (Kvale & Brinkmann, 2015, pp. 19-22) Forudsætningen for at lave et godt interview er jf. Tanggaard og Brinkmann (2020), at emnet er om noget, som man har brug for mere viden om, og som samtidig bidrager til forskningen (p. 39). Man skal som forsker have en klar ide, plan og formål for sit interview inden dette foretages. Hvilken viden vil man gerne uddrage af det? Og hvordan gøres dette bedst muligt?

Udgangspunktet i dette speciale er at anvende den narrative interviewform, da denne fokuserer på at få interviewpersonen til at fortælle sin egen historie. Narrative fortællinger er jf. Mishler (1986) en grundlæggende del af hverdagsfortællingerne, hvilket bekræfter den opfattelse, at fortællinger er naturlige kognitive og sproglige former, der sker gennem udtrykkelsen af mening og viden (jf. Kvale & Brinkmann, 2015, p. 209). Fokus er på at forstå individets oplevelser gennem deres livshistorie, som kan opstå undervejs i interviewet eller blive fremkaldt af intervieweren. Intervieweren kan efterspørge specifikke historier, hvilket giver mulighed for at strukturere samtalen om de forskellige begivenheder, der fremgår af fortællingen (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 209f). Narrative interviews kan tjene forskellige formål, som for eksempel at en fortælling henviser til en bestemt episode eller handlingsforløb. Disse vedrører interviewpersonens livshistorie eller er oralhistorisk, hvilket betyder at emnet rækker ud over personens historie og dækker en fælles historie ved for eksempel et lokalsamfund (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 211). Dette projekt har til formål at belyse interviewpersonens livshistorie, ud fra de fortællinger, som opstår undervejs i samtalerummet.

3.2.1.1 Interviewguide

Interviewforskning er som beskrevet meget velegnet til at belyse de narrative dimensioner af den menneskelige livsverden, men det er vigtigt for intervieweren at kortlægge forskellige dimensioner, som bliver bragt op (Brinkmann & Tanggaard, 2020, p. 38f). Derfor er det også væsentligt forud for et interview at have forberedt en interviewguide, således man kan opretholde en vis struktur, samt opretholde formålet med interviewet. Interviewguiden (se bilag 5) er udarbejdet ud fra den narrative metode, hvor man interesserer sig for individers historier og fortællinger. Den er delt op i to temaer; *identitet* og *atletisk identitet*, med det formål at adskille de to fortællinger fra hinanden. Først spørges der ind til temaet identitet, hvor spørgsmålet ”Kan du fortælle om dig selv og din livssituation?” åbner op for en fortælling, som først falder interviewpersonen ind. Derudover spørges der blandt andet til fremtidsdrømme, hvordan de forestiller sig, at andre ser dem, og samtidig hvordan deres udvikling gennem de sidste 5 år har været. I andet tema om den atletiske identitet spørges der til, hvordan det har været at være elitesportsudøver, hvad der motiverede dem og hvordan for eksempel deres karrierestop har været. Interviewguiden skal ses som et værktøj intervieweren kan følge, men der skal være plads til at interviewpersonens historier kan uddybes og være fremtrædende.

3.2.2 Informanter og rekruttering

Rekrutteringsprocessen for at finde informanter har været delt i flere forskellige faser. For det første er der blevet lavet et LinkedIn opslag, hvori en beskrivelse af formålet med specialet, samt nysgerrigheden omkring emnet, er blevet fremlagt. Udfaldet af dette var en del respons på, at det var et vigtigt emne at have fokus på, og derudover blev der nævnt mulige informanter, som kunne være særlig relevante.

Anden del af processen har været ved at række ud til forskellige elitesportsudøver. Dette har både været gennem eget netværk i forskellige klubmiljøer, mails til informanter eller henvendelser, hvor folk har fundet emnet interessant, og har haft lyst til at dele deres historie. Hele vejen gennem processen har et særligt ønske været, at hver informant kom med forskellige baggrunde for at have valgt at stoppe karrieren.

Desuden var ønsket at finde en informant, som fortsat var i drømmen og dermed kunne bidrage til en bredere helhedsforståelse af den atletiske identitet. Dette for at skabe en forståelse for historien både før, under og efter, at drømmen om at blive professionel elitesportsudøver blev eller ikke blev realiseret. Der har under rekrutteringsprocessen derfor kun været et fokus på at finde informanter, som på en eller anden måde kunne dække flere forskellige faser af den atletiske identitet, samt bidrage til en forståelse af en ny identitet efter endt karriere.

Hele processen er endt med, at der blev fundet fire informanter med forskellige baggrunde, og der vil være en kort introduktion af disse herunder. Informanterne er blevet anonymiseret med navn, alder og andre faktorer, som kunne være særlige karakteristika. De er blevet nummeret med 1, 2, 3 og 4, hvorefter de har fået anonymiseret navne.

Informant 1 – Anna

Den første informant har i adskillige år dyrket en holdsport, men efter store overvejelser valgte vedkommende at stoppe. Informanten er aktuelt i gang med en uddannelse og befinder sig i en fase, hvor vedkommende på nuværende tidspunkt er et sted i livet, hvor fremtiden er uvis.

Informant 2 – Benjamin

Den anden informant har været aktiv indenfor en holdsport siden tidlig barndom, men måtte desværre se sig nødsaget til at stoppe som følge af en skade. Interviewet finder sted omtrent ti år efter, at skaden ændrede informantens hverdag og giver en indsigt i de livsforandringer og tilpasninger, vedkommende har gennemgået siden. Informanten har i dag gennemgået en lang videregående uddannelse og bor med sin familie.

Informant 3 – Carla

Den tredje informant har også dyrket holdsport siden barndommen. Vedkommende balancerer en sportslig karriere og et deltidsarbejde ved siden af. Drømmen er at

komme til udlandet og spille i en af de bedste ligaer. Oplevelsen er, at det sportslige potentiale endnu ikke er fuldt realiseret, og ambitionen om at kunne leve udelukkende af sporten udgør således et centralt fremtidsperspektiv.

Informant 4 – David

Den sidste informant har ligeledes dyrket en holdsport siden barndommen, men startede med at være engageret i flere sportsgrene og måtte se sig nødsaget til at fokusere på én af dem. Informanten lever i dag af sin holdsport og har ambitioner om at konkurrere på et internationalt niveau. Samtidig stræber informanten efter at blive den bedste udgave af sig selv.

Overordnet om informanterne og interviews

Det er væsentligt at tydeliggøre, hvordan informanterne fordeler sig i forhold til den videre analyse. Den første informant har selv valgt at stoppe karrieren, hvorimod den anden informant er stoppet på baggrund af en skade. Derefter er der de to øvrige informanter, som fortsat er aktive i deres sportslige karriere. Den tredje informant balancerer et deltidsarbejde og en sportslig karriere, hvorimod den fjerde og sidste informant udelukkende kan leve af sin holdsport.

3.2.3 Transskribering

Interviewtransskriptioner betragtes ofte som det primære grundlæggende empiriske data og det er derfor væsentligt, at forskeren er metodisk forberedt på transskriberingsarbejdet. Når man går ind og laver en transskription, så oversætter man ofte fra talesprog (en narrativ form) til skriftsprog (en anden narrativ form). Jf. Kvale og Brinkmann (2015) skal man i denne forbindelse være særlig opmærksom på, at det indebærer en række vurderinger og beslutninger (p. 235f). I nærværende rapport er samtlige interviews transskriberet gennem programmet UCloud, som er et let tilgængeligt transskriberingssprogram. Efterfølgende er de blevet gennemgået igen og transskriberet ud fra følgende instruktioner; 1) *når interviewpersonen taler, så angives det med IP, og når interviewereren taler, angives det med F (forsker)*. 2) *der skiftes*

linje, når en ny person taler. 3) hvis tonefaldet er højt eller der direkte råbes, så angives dette med kapitæler. 4) hvis der grines undervejs, så angives dette i parentes og 5) når der nævnes alder, sportsgren, bopæl eller andet, som er særlig karakteristika ved interviewpersonen, så anonymiseres dette i parentes. Et særligt opmærksomhedspunkt har været at anonymisere sportsgrenene, så de er alle blevet omtalt som holdsport eller individuel sport. Dele af transskriptionerne er blevet anført som citater til analysedelen.

3.2.4 Etiske overvejelser

Etiske overvejelser og moralske spørgsmål er centrale i forskningsarbejdet, hvori der ofte beskæftiges med følsomme emner, der vedrører det enkelte individs liv. Det er særligt i en kvalitativ undersøgelse og i en interviewsituation, hvor man arbejder med de moralske spørgsmål, samt det enkelte individ, at man skal være opmærksom på disse forhold. Der er ifølge Kvale og Brinkmann (2015) syv etiske spørgsmål, som man skal være opmærksom på i en interviewundersøgelse: *tematisering, design, interviewsituation, transskription, analyse, verifikation og rapportering* (p. 107f). Disse etiske dimensioner er gennemgående for hele forskningsprocessen og kræver refleksion både før, under og efter dataindsamlingen. Det etiske ansvar er således ikke afgrænset til enkelte faser, men integreret i hele undersøgelsens forløb.

En etisk overvejelse i denne undersøgelse har været, at det primært er unge mennesker, som har deltaget i interviewundersøgelsen. Dette valg er taget ud fra, at det er i denne alder, hvor identiteten fortsat er i den udforskende fase, og derfor er det særlig relevant at få belyst de faktorer, som kan påvirke individet. Inden undersøgelsens begyndelse blev der indsamlet samtykkeerklæringer fra interviewpersonerne, samt deres forældre, hvis de var under 18 år. Derudover var hele undersøgelsen bygget på en nysgerrighed for at forbedre elitesportsudøvernes situation, men samtidig også have for øje, at det kan have konsekvenser for interviewpersonerne. Til sidst er interviewpersonerne blevet anonymiseret, hvilket er beskrevet under ”3.2.2. Informanter og rekruttering”.

3.3 Narrativ analyse

Ovenstående afsnit har redegjort for de metodologiske overvejelser, samt en guideline på udførelsen af indsamling af data og det videnskabsteoretiske udgangspunkt i henhold til specialet. I det følgende afsnit præsenteres det analytiske grundlag, med særligt fokus på den narrative analyse og dens strukturering i relation til den tematiske tilgang. På baggrund af de metodologiske overvejelser og hele specialets overordnede karakter vurderes den narrative analyse, som værende velegnet til at kunne belyse emnet. Idet den muliggør en nuanceret forståelse af interviewpersonernes fortællinger, som fremstår som det bærende element.

Den narrative analyse kan ifølge Willig og Rogers (2017) historisk set beskrives som ”det nye barn i flokken”, da analyseformen er en nyere metode indenfor det kvalitative forskningsfelt. Den narrative undersøgelsesmetode er ifølge dem en portal til den menneskelige tænkning og erfaring, da det sker gennem fortællinger. (Willig & Rogers, 2017, p. 157f) Ydermere bidrager den til at kunne strukturere den menneskelige erfaring, og konstruere fortællingerne ud fra kulturelle og sociale processer. Fortællinger er en primær kilde til at opnå viden, da fortællinger foregår alle steder i samfundet gennem interaktion og kommunikation med andre mennesker (Willig & Rogers, 2017, p. 157f). Et narrativ beskrives som en struktureret historie eller fortælling, hvor fokuset er på meningen og det sproglige. Dette relaterer sig til den hermeneutiske metode, hvor fortolkning af teksten er i fokus for at skabe mening. I den narrative analyse rettes fokuset på de historier, som informanterne bringer i interviewene. Disse individuelle fortællinger danner grundlag for en mere sammenhængende fortælling af interviewpersonernes forskellige episoder (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 290) Den sproglige dimension af analysen vil tage afsæt i et hverdagssprog, men analyseres gennem en strukturel ramme som fremføres af Labov (1972). Ifølge Labov (1972) kan rammen deles i fem forbundne komponenter; 1) *resumeet*, 2) *orientering*, 3) *komplicerende handling*, 4) *evalueringen* og 5) *codaen* (if. Kvale & Brinkmann, 2015, p. 290f). Det vil sige, at først og fremmest skal analysen indeholde en kort sammenfatning af fortællingen og sættes i kontekst, hvorefter tid, sted og aktører skal fastsættes. Herefter skal de centrale detaljer af fortællingen afklares og evalueres på. Til sidst sammenfattes det hele og fører den narrative tidsramme tilbage til nutiden ved codaen, som kan siges at være en slags afslutning på historien eller narrativet (Kvale & Brinkmann, 2015, p. 290f).

Den narrative analyseform underbygges af det teoretiske afsnit om-
handlende McAdams livshistorieperspektiv. Livshistorier forstås her som psykosoci-
ale konstruktioner, som individet selv skaber i samspil med sin kulturelle kontekst.
(McAdams, 2001, p. 101) Dette teoretiske udgangspunkt danner et væsentligt grund-
lag for den narrative analyse, idet identitet ikke blot ses som noget, man har, men er
noget, der formes og fortælles gennem personlige narrativer. Ifølge McAdams (2001)
udvikles en eksplicit identitetsforståelse først senere i livet, ikke i barndommen og
den bliver særligt tydelig gennem refleksionen over ens egen livshistorie. (p. 106)
Identiteten opstår således i fortolkningen og meningsdannelsen omkring de erfarin-
ger, individet vælger at inkludere i den konstruerede fortælling om sig selv. Den nar-
rative analyseform er derfor velegnet til at undersøge, hvordan individet konstruerer
og forstår sin identitet i lyset af centrale livsbegivenheder og overgange, som for ek-
sempel ved et karrierestop i elitesporten.

3.4 Tematisk analyse

Den tematiske analyse er endnu ikke den mest anerkendte kvalitative metode, som
for eksempel grounded theory eller andre metoder er blevet. Det er dog en udbredt
metode til at identificere, analysere og rapportere mønstre eller temaer i sine data.
(Braun & Clark, 2006, p. 79) Ifølge Braun og Clark (2006) består den tematiske ana-
lyse af seks forskellige faser, som tilsammen udgør en vejledende struktur til udførel-
sen af en samlet rapport. Den første fase indebærer en grundig proces med at sætte
sig ind i sine data, som for eksempel kan være indsamlet via interviews. Det er essen-
tielt at opnå et indgående kendskab til dataens indhold og nuancer, før man påbegyn-
der kodningen. Anden fase er generering af indledende kodninger, hvilket kan gøres
ved hjælp af en liste over, hvor meningsfulde enheder i data identificeres og katego-
riseres. Den tredje fase består i søgningen efter specifikke temaer, som udspringer af
koderne, der tilsammen kan danne et tema. Disse temaer kan opdeles i hovedtemaer
og undertemaer. Fjerde fase er en kritisk gennemgang af de etablerede temaer fra
kodningen, og en sortering af dem i forhold til om de kolliderer med hinanden, kan
indgå i samme tema eller dataene ikke understøtter dem nok. I femte fase navngives
og defineres de endelige temaer, som er fundet og der etableres essensen af disse.
Den sjette og sidste fase består af det grundige arbejde i at udarbejde selve rapporten

(Braun & Clark, 2006, pp. 87-93). Alle faserne danner tilsammen en endelig rapportering af indholdet i dataene, som anvendes til at færdiggøre rapporten.

Temaer i tematisk analyse kan jf. Braun og Clark (2006) identificeres på to måder enten *induktiv* eller *deduktiv* (p. 83). I nærværende rapport er der anvendt den deduktive tilgang, idet analysen er informeret og styret af en på forhånd etableret teoretisk referenceramme. Dette indebærer en antagelse om, at analysen i højere grad er rettet mod specifikke aspekter af data, som relaterer sig til teoretiske antagelser, frem for en bred eksplorativ tilgang. Hermed vil der forekomme en mere detaljeret analyse af nogle aspekter af dataene (Braun & Clark, 2006, p. 84). I nedenstående afsnit vil der være en uddybning af, hvordan analysen efterfølgende blev opbygget ud fra de etablerede temaer.

3.4.1 Analysens opbyggelse

Undervejs i kodningen af temaer, og med udgangspunkt i den teoretiske referenceramme er analysens form opbygget kronologisk fra elitesportsudøvernes karrierestart til slut. Analysen indledes med temaet *"Atletisk identitet fra barndommen"*, som belyser, hvordan den atletiske identitet formes i de tidlige år. Dette tema danner grundlaget for forståelsen af identitetens opbygning og hænger sammen med specialets teoretiske afsnit. Det efterfølgende tema *"Dobbeltkarriere: Balancen mellem uddannelse og elitesport"*, udvider perspektivet ved at skabe en forståelse af den atletiske identitet gennem uddannelsessystemet og karrieren. Herefter følger temaet *"Den atletiske identitet i sociale kontekster"*, som retter fokus på, hvordan elitesportsudøvere begår sig i forskellige sociale kontekster, samt hvordan disse påvirker identitetens udvikling. Samlet set udgør de tre temaer et billede af den unge elitesportsudøvers identitetsdannelse fra barndom til tidlig voksenalder.

Det store tema herefter er *"Identitetsdannelse og udfordringer"*, som behandler den generelle identitetsdannelse, samt de dilemmaer der er forbundet med udviklingen af den atletiske identitet. Temaet opdeles i to spor: et for de informanter, der fortsat har en igangværende karriere, og et for dem, som er stoppet med elitesporten. Det første undertema, *"Når sporten er alt: Identitetsdannelse i et forpligtende miljø"* indeholder en beskrivelse af fastholdelsen og intensivering af den atletiske identitet, herunder det tilknyttede tema, *"Drømmen om landsholdet"*. Det andet undertema, *"Når*

sporten mister sin mening: Et identitetsskifte i elitesportens rammer”, belyser den identitetsmæssige transformation, der finder sted efter karrierestop, og omfatter temaet *”Knuste drømme”*. Dette tema giver et indblik i positive udviklinger, samt konsekvenserne ved at stoppe karrieren. Til sidst sammenfattes de væsentligste pointer i en delkonklusion.

4. Analyse

Analysens struktur og opbygning som er skitseret ovenfor, bidrager til en nuanceret forståelse af den atletiske identitet i et livsforløbsperspektiv. Den følger udviklingen fra den tidlige barndom til de udfordringer samt positive udviklinger, der følger med karrierevalg eller karrierestop.

4.1 Atletisk identitet fra barndommen

Det er karakteristisk for danske elitesportsudøvere, at de påbegynder deres sportslige engagement i en meget tidlig alder. I Danmark er normen, at børn skal være tilknyttet til en fritidsaktivitet, ofte i form af en sportsgren i en tidlig alder. Dette er også noget, som afspejles i skolekonteksten, hvor det er obligatorisk, at eleverne skal afprøve forskellige sportsgrene i idrætstimerne. Henriksen & Christensen (2013) beskriver, hvordan denne struktur skaber en prøvekultur fra barnsben, hvor børn allerede tidligt indlejres i sportens verden (p. 78). Den danske kultur bidrager til, at børnene i en ung alder forpligter sig til en fritidsaktivitet.

Flere af informanterne beskriver, hvordan de i en alder af 3-5 år er startet med at dyrke en sportsgren, og efterfølgende er blevet ved med at dyrke denne. Dette er også eksemplet ved denne informant;

[...] Jeg har altid spillet (holdsport) siden jeg var 3. Og som jeg sagde tidligere generelt bare elsket at dyrke sport. Og det er også der, hvor altså mine venskaber fra jeg var barn til ja til jeg var 18. Det var jo gennem (holdsport) primært [...] Så det var ligesom den identitet jeg havde. Altså det var alt, jeg gik op i. Jeg var ikke glad for at gå i skole. Altså det var alt, det at koncentrere sig omkring (holdsport)[...] Så

ja, så det var jo meget min personlighed dengang. Ja, det er jo så meget anderledes i dag, kan man sige. Men altså jeg synes, det var det fedeste (Benjamin, p. 7).

Benjamin beskriver, hvordan holdsporten bidrog til at forme hans identitet i en tidlig alder. Det var gennem sporten, at han følte en udvikling både på det sociale niveau og sin egen selvfølelse. Dette kan tolkes jf. Petitpas (1987) som bemærkede, hvordan sportsdeltagelse gav individer mulighed for at udvikle atletiske og sociale færdigheder, og samtidig opbyggede selvtillid. Disse færdigheder blev set, som en fordel ved at engagere sig i atletrollen, da det bidrog til en fremtrædende selvidentitet (if. Brewer et al., 1993, p. 239).

En anden informant mindes, hvordan interessen for holdsport opstod i barndommen gennem forældrenes indflydelse;

Det var min far, der tog mig med ud at se (holdsport) [...] og synes det var det fedeste, og så skulle jeg selv prøve, og første gang jeg prøvede det der, synes jeg også bare, det var det fedeste, og så har jeg bare været der siden (Carla, p. 5).

Citatet illustrerer, hvordan hun i en tidlig alder jf. Marcias begreb om identity foreclosure, forpligter sig til en rolle, som er social og forældremæssigt acceptabelt (if. Brewer & Petitpas, 2017, p. 118). Denne afskærmning fra at udforske andre ideologiske roller eller karriereveje bidrager til, at man undgår identitetskriser gennem ungdomsårene. Informanten har fået vist vejen af sin far, og har ikke efterfølgende udforsket alternative muligheder. Dette giver David også udtryk for og beskriver, hvordan en barndomsdrøm bliver konkretiseret ind i voksenlivet; ” [...] Jeg synes, at det er fedt, at man kan lave det, som man drømte så meget om, da man var lille.” (David, p. 5). Drømmen som barn er blevet til virkelighed og den følelse uddybes også;

Og det er jo det, man brænder så meget for, så at få lov til at gøre det hver dag, det er jo et stort privilegium, og man skal huske at være taknemmelig over det. Men selvfølgelig er det også hårdt. Det er et hårdt program, og vi træner meget. Og også det mentale, at der selvfølgelig er meget pres på en, når man skal præstere og sådan

nogle ting. Så det er selvfølgelig også krævende og hårdt, men jeg nyder det rigtig meget (David, p. 5).

Følelsen af at opnå sin drøm er noget, som informanten er taknemmelig for og beskriver som et privilegium. Beskrivelsen afspejler en balance mellem glæden ved at udleve sin drøm, og samtidig en erkendelse af de fysiske og mentale omkostninger, der følger med en elitesports karriere.

Afsnittet illustrerer, hvordan den atletiske identitet formes og udfordres gennem hele karrieren ved fysiske og mentale præstationer. Derudover er der for de børn og unge, som får muligheden for en elitesports karriere nogle helt særlige faktorer, der gør sig gældende i forhold til identitetsdannelsen. Dette vil blive belyst i nedenstående afsnit.

4.2 Dobbeltkarriere: Balancen mellem uddannelse og elitesport

En illustration af et identitetspres, som er særligt kendetegnet ved at være elitesportsudøver, viser sig i en splittelse mellem at klare sig godt i skolen, og samtidig være stærk forpligtet overfor ens sport. Det opleves som en svær balance mellem at forsøge at forene kravene fra uddannelsessystemet med forpligtelserne, som elitesportsudøver. (Borak et al, 2022, p. 215f) Denne dobbeltrolle skaber et skel, hvilket kan resultere i en oplevelse af utilstrækkelighed eller splittet tilstedeværelse ved den ene af de to roller. En af informanterne beskriver det således; ” [...] *for (antal) år siden blev jeg færdiguddannet på (uddannelse), så de sidste år, der har jeg, jo mest bare fokuseret på (holdsport) [...]* ” (Carla, p. 4). Der bliver i citatet givet udtryk for en lettelse over endelig at kunne dedikere sig fuldt ud til sporten, men samtidig antydes også den strukturelle forventning om at gennemføre en uddannelse ved siden af den sportslige karriere. Det kan tolkes som en følelse af, at uddannelse også er vigtig, men at ens dedikation over for sporten medfører en svækkelse i forhold til sine uddannelsesmuligheder. Dette er også et fænomen, som er blevet undersøgt, hvor en undersøgelse af NCAA (national collegiate athletic association) resulterede i, at udtrykket ”*studerende atlet*” opstod. De undersøgte den dobbelte identitetsfølelse, hvor de fandt, at ofte bliver de studerende efterladt med dårlig forberedelse på en karriere

uden for sporten, og samtidig opleves den studerendes identitet mindre, når den atletiske identitet styrkes (Borak et al, 2022, p. 215f). Anna beskriver denne dobbelte følelse, men mere med fokus på uddannelsesperspektivet;

[...] Jeg var sådan bange for at kunne gå glip af noget, og altså sådan, jeg synes, at jeg gik glip af for meget. Og jeg var lige så kommet, sådan på (uddannelse) [...] Og ikke for at lave alt andet ved siden af (Anna, p. 9).

Informanten giver udtryk for, at vedkommende var bange for at gå glip af for meget på sin nuværende uddannelse, som for eksempel fællesskabet og fritiden, og samtidig vil informanten gerne have fokus på sin videregående uddannelse. Dette var alt sammen på bekostning af et valg om sporten, som det bærende element. Informanten uddyber hertil;

[...] Det gav mig måske, lidt mere en tryghed til, at, okay, det er okay, jeg ikke kan mere, fordi jeg har også, altså, jeg har også andet, og sådan, ja, det er ikke kun (holdsport), der ligesom skal, kunne styre det hele (Anna, p. 13).

Citatet illustrerer en følelse og en bevidsthed om, at der også er et liv efter sporten. Informanten oplever en følelse af, at dedikationen over for sporten har fået nogle negative konsekvenser, da det ikke skal være det bærende element hele livet. Oplevelsen skal også tages i betragtning af, at informanten er stoppet med sin sportslige karriere. Dermed har Anna haft nogle refleksioner omkring, at sporten fyldte alt, hvilket ikke er ønsket for fremtiden, da der også er andet, som fylder. Samtidig kan det tolkes, at der hos informanten er en bevidsthed om, at gennem den sportslige karriere har der konstant været fravalg at tage, for at kunne fokusere udelukkende på sporten. Da sporten ikke længere er en del af hendes hverdag, har det givet mere tryghed og samtidig en mulighed for at udforske sin identitet i andre henseender. I en dansk kontekst har Christensen & Sørensen (2009) undersøgt elitesportsudøvernes oplevelse af at balancere sport og uddannelse (if. Henriksen & Christensen, 2013, p. 77). Deres studie er udført ud fra et individuelt perspektiv, og samtidig et helhedsorienteret karriere- og person tilgang. Resultaterne pegede på, at mange oplever betydelige udfordringer forbundet med at opfylde kravene i begge domæner, ofte med konsekvenser

såsom lavere eksamensresultater, tegn på stress, frafald og kliniske problemer for nogle. (Henriksen & Christensen, 2013, p. 79f)

Team Danmark er en stor aktør i dette helhedsorienteret karrierefokus jf. dansk lovgivning, hvor de hjælper danske elitesportsudøver for eksempel ved at etablere talentklasser, hvor der er større forståelse for elitesportsudøvernes hverdag i forhold til at balancere lektier, timer og afleveringer med træninger, kampe og turneringer. Et initiativ fra deres side er, at de samler de unge i talentklasser og integrerer morgentræningssessionen. Anderledes er det for gymnasieeleverne, som i henhold til Team Danmarks gymnasieprogram tilbydes den mulighed at forlænge deres gymnasiale uddannelse med et ekstra år. (Henriksen & Christensen, 2013, p. 86) For Anna blev overgangen til en talentklasse et vendepunkt i forhold til motivationen til sporten;

[...] Så tror jeg, lige så snart, jeg startede på (talentklasse), så blev det lidt mere sådan, altså, det var noget, jeg sådan skulle, og det var noget, jeg skulle hele tiden. Der var ikke sådan, meget at gøre ved det, agtigt, sådan, så det blev måske lidt mere sådan et, bare sådan et, dunk oven i hovedet, sådan, og nu er der træning igen [...]
(Anna, p. 6f).

Skiftet til en talentklasse gjorde idealiseringen om, at det netop var sporten, som hun var bundet op på hele tiden, mere virkelig. Informanten beskriver, hvordan dagene blev længere, og hvordan sporten kom til at dominere hverdagen i en sådan grad, at glæden og lysten gradvist forsvandt. Denne udvikling resulterede, som tidligere nævnt, i et karrierestop.

Afsnittet bidrager til en forståelse af det spændingsfelt, som er mellem elitesportsudøvernes livskarriere og sportskarriere. Balancen mellem at skulle præstere både som elitesportsudøver, men også studerende, er svær at håndtere. Man kunne forestille sig, at dette bidrager til en følelse af at være spændt ud mellem et pres for at prioritere sporten, og samtidig en personlig bekymring, om nedprioritering af skolen og uddannelse nu også er en god ide. Dette blev også illustreret i undersøgelsen af Borak et al (2022), hvor konklusionen lød, at de studerende var dårligt forberedt på en livskarriere uden for sporten. Det kan tolkes, at presset i forhold til den atletiske identitet har stor betydning for ens livskarriere, fordi fokus er på sporten

frem for uddannelse, men forventningerne fra samfundet er, at man klarer sig rigtig godt og præstere ved begge domæner.

4.3 Den atletiske identitet i sociale kontekster

Den atletiske identitet formes, og er indlejret i forskellige sociale kontekster, såsom familie, uddannelsessystemet, holdkammerater og klubmiljøet (Lerche & Nielsen, 2024, p. 7f). Selvom disse domæner dækker forskellige aspekter af elitesportsudøvernes hverdag, bidrager de alle til en samlet forstærkning af den atletiske identitet.

Dette understøttes blandt andet af Team Danmarks trivselsmodel, der identificerer fire forskellige domæner, der er afgørende for elitesportsudøvernes trivsel: *atleten selv, træningsmiljøet, trænere og hverdagslivet uden for sporten*. Modellen fremhæver vigtigheden af balance, og gensidig påvirkning mellem disse domæner som grundlag for elitesportsudøverens trivsel og præstation. (Henriksen et al., 2024, pp. 6-10). I en tidligere undersøgelse af den mentale trivsel fandt vi, at det er vigtigt at disse domæner er i samspil med hinanden for at skabe den mest optimale hverdag for den enkelte elitesportsudøver (Lerche & Nielsen, 2024, p. 40). Disse domæner bidrager også til at forstærke den atletiske identitet, når de skal være i samspil med hinanden. Familien er involveret i den sportslige karriere, for at alt det praktiske kan gå op i en højere enhed. Samtidig kan de også ofte have ambitioner på elitesportsudøvernes vegne. Uddannelsen består ofte af talentklasser, hvor det sociale miljø stammer fra. Til sidst har klubben ofte samarbejde med skolen i forhold til de praktiske faktorer (Romani, 2018). Dette bidrager til, at elitesportsudøveren begår sig i forskellige domæner, men som alle fortsat har en fælles betydning for den atletiske identitet. Det kan tolkes, at det skaber en psykologisk tryghed for den enkelte, at alle domæner af ens liv er bygget op omkring den sportslige karriere, men samtidig kan det jf. identity foreclosure have store konsekvenser for den psykosociale vækst, at man ikke får udforsket andre domæner i ungdomsårene. (if. Brewer & Petitpas, 2017, p. 118). Denne kompleksitet i identitet, og balancen mellem forskellige domæner og sociale fællesskaber fremgår tydeligt i følgende besvarelse;

Øhm. Ja. Altså jeg kom egentlig, jeg stoppede egentlig med at, hvad skal man sige at gå i de cirkler. De venner som jeg spillede med... Øhm. Så havde jeg sådan nogle

venner fra efterskolen, som jeg gik på i (årstal). Dem er jeg stadig venner med i dag også, og vi spillede (holdsports) sammen. Men der, vi havde venskab ud over det også. Ja...Øhm... Så dem var jeg meget sammen med. Gik til fester med. Men, nej de der cirkler indenfor holdsporten, det lukkede jeg fuldstændig af for (Benjamin, p. 12).

Citatet illustrerer, hvordan den atletiske identitet er for sig selv i forhold til ”cirkler inden for holdsporten”, som informanten beskriver det. Det sociale miljø inden for sporten, vælger han fuldstændig at lukke ned for, hvilket kan tolkes som en forsvarsmekanisme, da informanten ikke længere grundet skade kan identificere sig med den atletiske identitet. Dette medfører også, at han hellere ikke kan identificere sig med den sociale del, fordi det kunne minde ham om, hvad der ikke længere er en mulighed. Eksemplet bidrager til belysningen af, hvordan identitetskrisen opstår, når der sker et brud med sin atletiske identitet. Dette tolkes yderligere gennem informantens refleksion ved et opfølgende spørgsmål i forhold til, om det kom for tæt på, hvortil Benjamin svarede; *”Ja. Så tror jeg også bare vores venskab, det var udelukkende bygget op på (holdsporten). Altså det at spille... Øhm. Der var ikke så meget dybde i det måske.”* (Benjamin, p. 12). Dette er et meget godt eksempel, som kan forstås gennem teorien om identity foreclosure. Informanten har tidligere forpligtet sig til den atletiske rolle også i de sociale sammenhæng, uden yderligere identitetsudforskning uden for sporten. De sociale relationer var primært bundet op på den sportslige rolle, og da denne ophørte, opstod en nødvendighed for at genetablere en identitet uden for sporten. Den tidligere forpligtelse til den atletiske identitet fremgår således som forhastet, hvilket netop er karakteristisk for identity foreclosure, hvor individet påtager sig en identitet uden forudgående kritisk refleksion (Brewer & Petitpas, 2017, p. 118). Skaden fremstår som en af de identitetskriser, individet skal igennem for at skabe udvikling. Denne tvinger Benjamin ud i at skulle finde sin identitet på ny, og samtidig skabe sociale relationer uden for sporten.

De forskellige domæner, som man indgår i, samt de sociale roller man har, beskrives også ved Carla i følgende samtale, hvor der indledes med spørgsmålet; *”Hvis du sådan skal beskrive, hvordan andre ser dig, hvad vil du så sådan fortælle?”* og hertil er svaret; *”Hmm, så vil jeg sige, at folk ser mig som altså person eller (holdsport)*

spiller?” (Carla, p. 2). Her fremgår det, hvordan informanten skelner mellem forskellige roller afhængig af de forskellige domæner. Denne skelnen uddybes i følgende dialog;

Interviewer: *”Føler du sådan, at de stemmer lidt overens de her to sådanne identiteter, altså hvordan du sådan er til (holdsport) og hvordan du så også lidt er derhjemme?”*

Informant: *”Nej nej, det gør de overhovedet ikke. Der er forskel på, hvordan man er sammen med sine holdkammerater, eller hvordan jeg er sammen med mine kammerater, og hvordan jeg er sammen med min familie.”*

Interviewer: *”Ja, føler du sådan, at du sætter en facade på, hvis man kan sige det sådan, når du tager til (holdsport)?”*

Informant: *”Nej, jeg er mig selv begge steder, men det er, man er bare forskellige ud fra hvilket rum man træder ind i og sådan tror jeg, det er med alt eller alle altså både, hvis man bare har et normalt job eller, hvis man ja, så tror jeg at, man er anderledes, hver gang man træder ind i et nyt rum.”* (Carla, p. 3)

Samtalen illustrerer, hvordan informanten oplever sig selv som autentisk på tværs af domæner, men samtidig anerkender nødvendigheden af at tilpasse sin adfærd til forskellige sociale rum. Carla beskriver således, hvordan den sociale rolle er forskellig fra holdkammerater og familie eller generelt i forhold til det rum, som hun træder ind i. Dette skal stadig ses i lyset af, at familiens støtte i forhold til elitesportsudøvernes karriere udgør et gensidigt samspil mellem de forskellige domæner, som tidligere beskrevet. Oplevelsen for Carla er blot, at den sociale rolle er forskellig alt efter, hvilket rum hun indtræder i. Dette kan også tolkes i relation til den psykologiske tryghed ved de forskellige domæner, hvor elitesportsudøveren kan være sig selv ved familien, men skal være professionel overfor sine trænere i klubben.

4.4 Identitetsdannelse og udfordringer

I dette afsnit sker der et skifte fra de ovenstående faktorer til en almen forståelse af elitesportsudøvernes identitet, hvilket følger den teoretiske gennemgang. Temaet indeholder en beskrivelse af den generelle identitetsdannelse for de fire informanter. Derudover undersøges, hvilke udfordringer de står overfor i den snævre atletiske identitet, samt i udforskningen af en ny identitet, når de ikke længere er en del af sporten. Beskrivelsen af den atletiske identitet i ovenstående afsnit er det samme for de fire informanter, men i dette afsnit tages udgangspunkt i de forskellige karriereveje og transformationer, som de gennemgår. Derfor er temaet en samlet forståelse for de forskellige udfordringer, som informanterne står overfor, hvad enten det er deres drøm eller de har indset, at det aldrig bliver til en karriere. Den metodiske overvejelse i dette afsnit er at inddrage alle i et samlet tema, men samtidig adskille dem i de aktuelle udfordringer, som de hver især står overfor. Temaet starter med ”4.4.1 Når sporten er alt: Identitetsdannelse i et fokuseret miljø”, som er en beskrivelse af de to informanter (Carla og David), som fortsat er en del af sporten og identificerer sig med den atletiske identitet. Herunder er der en underoverskrift ”4.4.1.1 Drømmen om landsholdet”, som er en beskrivelse af de fremtidige drømme, som man har inden for elitesporten. Det andet tema ”4.4.2. Når sporten mister sin mening: Et identitetsskifte i elitesportens rammer” rummer en beskrivelse af de to interviewpersoner (Anna og Benjamin), som har skiftet elitesporten ud fra at være et arbejde til at blive en uforpligtende leg, eller helt er endt med at stoppe karrieren. Herunder er der ligeledes en underskrift ”4.4.2.1 Knuste drømme” som indeholder en beskrivelse af de drømme, som ikke længere kunne blive til virkelighed. Temaet indeholder en forståelse af, hvilke transformationer, som man kan gennemgå ved at være indlejret i den atletiske identitet fra barndommen. Den ene beskriver en fremtid fuld af drømme om landshold, hvor den anden er uvis og stadig ikke ved, hvad fremtiden bringer. Hertil skal det nævnes, at på trods af drømme om landsholdet, og det der følger i form af anerkendelse og ros, er den atletiske identitet ikke altid forbundet hermed. Der vil blive fremlagt forskellige perspektiver på identitetsdannelse, identitetstransformation samt udfordringer, som informanterne hver især gennemgår. Dette er også en del af identiteten, nemlig at den er i konstant udvikling. I nedenstående afsnit vil der blive fremlagt forskellige perspektiver med udgangspunkt i den atletiske identitet.

4.4.1 Når sporten er alt: Identitetsdannelse i et forpligtende miljø

Dette tema indeholder en beskrivelse af identitetstransformation- og dannelse, hvor begge interviewpersoner opfatter sporten, som deres arbejde og karriere, og samtidig fortsætter deres identitetsdannelse ud fra den atletiske identitet.

Identitetsdannelsen er en del af vores psykiske dannelsesproces, men vilkårene herfor kan være forskellige (Erikson, 1968, p. 23). Det er netop her, at spe-cialet tidligere har beskrevet, at den atletiske identitet adskiller sig fra den almene identitetsproces i barndommen, hvor man får lov at udforske flere områder af livet. Den atletiske identitet bliver beskrevet, som mere fokuseret og ydre styret af forældre, holdkammerater og klubben, hvilket Benjamin var et konkret eksempel på i ovenstående afsnit. Ydermere er det for mange, den atletiske identitet som formes først, da det er en i en ung alder, at elitesportsudøverne forpligter sig til en sport. Det var også fuldt bevidst i interviewguiden, at spørgsmålet; *Hvis du skal beskrive, hvordan andre de ser dig, hvad vil du så fortælle?*, blev stillet til alle informanterne. Det blev hurtigt tydeligt, at det var et spørgsmål, som var svært at svare på, hvilket illustreres i følgende besvarelse; *”Hmm så vil jeg sige, at folk ser mig som altså person eller (holdsport) spiller?”* (Carla, p. 2). Informanten beskriver, hvordan relationerne er forskellige alt efter, hvilket rum hun indtræder i, og dette bliver endnu tydeligere i efterfølgende samtale;

Interviewer: *”Er der forskel på, hvordan sådan dine trænere for eksempel ser dig og så dine holdkammerater?”*

Informant: *”Ja, det er der helt sikkert.”*

Interviewer: *”Hvordan sådan, hvad er forskellene?”*

Informant: *”Jeg tror, jeg er lidt mere loose, når jeg er sammen med mine holdkammerater end når jeg sidder og snakker med trænere”*
(Carla, p. 2).

Samtalen illustrerer, hvordan hun oplever træneren som en autoritet i sporten, som har en stor betydning for, om man kommer på hold eller ej, hvor holdkammeraterne ikke betragtes på samme måde. Oplevelsen af de to interviews var, at når informanterne fik spørgsmålet om, hvordan andre beskriver dem, så var beskrivelserne

generelt mere detaljeret og beskrivende, frem for de selv skulle fortælle, hvordan de ser sig selv.

Et andet eksempel på identitetsspørgsmålet fremgår af samtalerne med Carla og David. Her bliver spørgsmålet stillet om, hvorvidt de kan forestille sig at lave andet end at spille holdsport. Hertil svarer Carla;

Ja, det er jo et godt spørgsmål, det har jeg fået rigtig mange gange og jamen jeg, jeg tror gerne, jeg vil arbejde med noget (indenfor holdsporten), når jeg en dag stopper måske være træner eller være sportschef eller, noget der, fordi det er bare, det er det jeg ved, at jeg ved noget om [...] (Carla, p. 8).

Beskrivelsen indikerer, at informanten ikke kan forestille sig at lave andet end at dyrke sin sport, om det så er aktivt gennem deltagelse, eller om det er en fremtidig karriere som *træner* eller *sportschef*, så er hun meget snæver i sin identitetsfølelse. David har følgende svar på samme spørgsmål; *"Jamen, det tror jeg ikke, jeg kan svare på, for jeg ved det simpelthen ikke."* (David, p. 7). Tanken er svær for begge informanter og kan tolkes i lyset af Marcias begreb om athletic identity foreclosure, der beskriver, hvordan man forpligter sig til atletrollen i en tidlig alder for at undgå identitetskriser (if. Brewer & Petitpas, 2017, p. 118). Desuden beskriver Peterson (2009), hvordan elitesportsudøvere har svært ved at dedikere mange tanker eller handlinger til deres karriereudvikling efter sporten. De frygter ofte, at det kan blive en distraktion fra deres toppræstationer, og samtidig have en betydning for identifikationen med den sportslige rolle (p. 232). Forpligtelsen til den sportslige rolle beskrives også i følgende samtale, hvor der spørges ind til, hvordan Carla og David ville beskrive sig selv ude i offentligheden, og begge svarer følgende; *"(holdsport) spiller, ja (holdsport) spiller [...], men hvis folk spørger, hvad jeg laver, så siger jeg bare, at jeg er (holdsport) spiller"* (Carla, p. 6) og *"Altså som (holdsport) spiller, helt sikkert."* (David, p. 6). Der er ingen tvivl, om at begge informanter identificerer sig selv med den atletiske identitet.

Temaet illustrerer, hvordan den atletiske identitet er stærk og opleves meget fokuseret inden for sporten. Begge informanter kan ikke forestille sig en fremtid uden for sporten, hvilket både kan tolkes i lyset af, at de aldrig har haft muligheden for at udforske andre områder af livet. Samtidig kan dette også ses i lyset af, en frygt for

tomheden ved ikke længere at skulle identificere sig som elitesportsudøvere. Forestillingen om en fremtid, hvor sporten ikke er en del af livet, er for begge informanter fortrængt, da de ikke vil acceptere, at fremtiden er uvis og ikke for altid en del af sporten. Dette er et interessant dilemma, fordi tidligere forskning viser, at en elitesportskarriere er tidsbegrænset grundet konkurrence, alder, fysisk og mental tilstand (Webb et al., 1998, p. 338). I nedenstående afsnit vil drømmen om en fremtid blive udforsket nærmere i forhold til de to informanter, Carla og David. Her ses det især, hvordan det er vanskeligt at gennemgå forskellige transformationer gennem livet. Det skal nævnes, at det for alle fire informanter har været vanskeligt at se en fremtid uden for sporten, men da Carla og David fortsat er i det sportslige miljø, er det dem, der tages udgangspunkt i.

4.4.1.1 Drømmen om landsholdet

Drømmen om at repræsentere Danmark på landsholdet fremstår for mange elitesportsudøvere, som den ultimative drøm og det er for mange et stort mål at opnå. Allerede i en ung alder manifesterer mange denne ambition, som en del af deres fremtidsvision. Der bliver i følgende citat, beskrevet en tidlig stærk ambition om at nå til tops og komme på landsholdet eller til udlandet, men samtidig opnås en erkendelse af, at det nødvendige talent ikke rakte til denne ambition. Dette eksempel illustrerer meget godt, hvordan idealiserede fremtidsbilleder i en ung alder gradvist bliver udfordret med en voksende realitetsforståelse. På trods af dette går drømmen om succes og at komme til udlandet igen hos informanterne, hvor den tredje interviewperson forklarer følgende i forhold til, hvilke fremtidsdrømme hun har;

Det er jo, altså at blive så god som overhovedet muligt, og blive den bedste udgave af mig selv både som menneske, men også især som (holdsport) spiller [...], men jeg vil hellere spille i udlandet, det er jo en, jeg tror, det er den måske fjerde bedste i verden, som ligger i (udlandet), så det kunne være rigtig fedt at komme derhen og udvikle sig (Carla, p. 7).

Citatet beskriver en igangværende stor udvikling både personligt og sportsligt, hvor en karriere i en af verdens førende ligaer ses som en mulighed for yderligere vækst.

Den eneste interviewperson som ikke giver udtryk for den helt store drøm om udlandet, er David som forklarer følgende;

Ja, altså, jeg vil sige, jeg har ikke sådan nogle, der er måske mange, der har sådan nogle specifikke drømme omkring dit og dat. Det har jeg ikke så meget. Jeg drømmer om at komme så langt, som jeg kan, og så tager jeg alle oplevelser, som kommer ud af (David, p. 6).

Informanten har gennem samtalen udtrykt en grundlæggende tilfredshed med sin nuværende situation. Fraværet af drømme om en international karriere eller landsholdet kan tolkes, som enten en realistisk vurdering af egne evner eller en bevidst prioritering af stabile og trygge rammer. Denne tryghed kan være en efterrationalisering af, at det er forbundet med andre fordele som familietid, fritid og mindre forpligtelser. Fælles for størstedelen af interviewpersonerne er, at drømmen om at komme på det danske landshold eller en udlandskarriere manifesterede sig tidligt i livet. Disse drømme har hele vejen gennem fungeret, som væsentlige identitetsmarkører, der senere i takt med realiteterne eller alder, har måtte justeres eller helt opgives. For at komme videre kan det tolkes, at man skal gennem en resigneret accept, hvilket betyder, at man ikke har mulighed for eller kontrol over, at ændre situationen, men er nødsaget til at acceptere den. Processen illustrerer den betydning, som atletisk identitet i en ung alder har i elitesportsudøvernes udvikling, samt de potentielle identitetsmæssige konsekvenser, når drømmene ikke længere realiseres.

4.4.2 Når sporten mister sin mening: Et identitetsskifte i elitesportens rammer

Ovenstående tema indeholder en beskrivelse af en identitetsdannelse indenfor den atletiske identitet, hvorimod dette tema handler om det henholdsvis modige og svære valg ved ikke at fortsætte i sporten. Der ses i temaet to forskellige fortællinger, hvor den ene interviewperson har haft kontrollen over valget, mens den anden har fået valget truffet på baggrund af en skade. Temaet omfavner valg, som har haft betydning for den senere udvikling og en rekonstrueret livsfortælling, hvilket kan forstås i lyset af McAdams (2001) teori om den narrative identitet. Her anskues individets livsforløb som en løbende fortælling, der konstrueres og rekonstrueres for at skabe sammenhæng og mening i tilværelsen.

Anna beskriver en lang overvejelsesproces, der endte i en svær beslutning om at stoppe med holdsporten. Det var en svær beslutning, men samtidig en vigtig erkendelse i forhold til at lytte til sig selv og egne behov. Dette afspejles i følgende citat;

Jeg tror, jeg er blevet bedre til sådan at, sige, altså sådan, sige, hvad jeg vil, agtigt [...] jeg har jo haft i lang tid, det her med at spille, og sådan at, det måske ikke lige har været det, jeg sådan, har glædet mig mest til, og sådan, jeg tror jeg bare, at til sidst, så sådan, fandt jeg ud af, at jeg blev nødt til selv at gøre noget, for at det ligesom blev som, ja, som jeg ville (Anna, p. 3).

Efter længere tids overvejelse og manglende lyst til at spille, så er hun endelig i stand til at kunne træffe sit eget valg om ikke at skulle fortsætte. Denne overvejelse har dog været fyldt med frygten, for at skuffe andre og samtidig et brud på den sociale rolle, som hun længe har været en del af. Ifølge McAdams (2001) begreb om narrativ identitet tolkes dette, som en rekonstruktion af informantens livshistorie, og samtidig at være *agenten* i sin egen fortælling. Det har været en beslutning om at ændre sin historie ved at lave opgør med den rolle, som informanten har følt sig tvunget ind i fra barn. Det interessante ved denne fortælling er, hvordan hun efter karrierestop vælger at genoptage holdsporten i en anden klub. Valget om at gøre holdsporten til en leg frem for et arbejde ses tydeligt, da Anna beskriver et positionsskifte i holdsporten;

Interviewer: *Ja. Så nu hvor du også har skiftet position, så er det blevet faktisk lidt mere motiverende?*

Informant: *Ja.*

Interviewer: *Hvad er sådan drømmene så nu i forhold til, er der nogen i forhold til (holdsport), eller er det bare at, at have det godt med det?*

Informant: *Jamen, jeg tror bare, det er med at have det godt, og sådan, med at spille, og jeg er glad, altså sådan, spille så længe jeg vil. Ja.*

Altså, jeg tror lidt altid, altså, jeg tror aldrig, jeg vil kunne stoppe helt, så sådan, bare sådan på det niveau, jeg lige. Ja har lyst til (Anna, p. 8).

Informanten har valgt at få en ny position i holdsporten, hvilket gennem samtalen tydeligt ses som en position, der ikke mestres lige så godt som foregående. Det kan

tolkes, at denne ændring nedsætter forventningerne til hende, og dermed vælges sporten til for fællesskabets skyld frem for forventningspresset fra sig selv og andre. Det bliver et aktivt valg, om at fortsætte i sporten som en uforpligtende leg og fællesskab frem for den forpligtelse, fravalg og forventningspres fra andre, som det at være elitesportsudøver fordre. Dette illustreres også i følgende citat, da der bliver spurgt nærmere ind til forventningerne; ”Ja. Altså sådan, hvis der ikke havde, altså det er jo både på godt og ondt, men hvis der måske ikke havde været sådan, fx mine forældre, eller sådan noget, så tror jeg også jeg var stoppet for længst.” (Anna, p. 8). Denne fortælling illustrerer et skifte fra ydre styret til indre styret motivation. Samtidig kan det tolkes, som et opgør med en identitet bundet til en rolle og forventning til en mere selvvalgt identitetsfortælling, hvor sporten integreres i et liv med større autonomi.

En lignende tematik opstår hos Benjamin, som stoppede sin karriere grundet skade. I denne fortælling beskrives det, hvordan han havde et valg i en alder af 14-15 år og det var første gang, at der skulle træffes et valg i forhold til sporten. Valget bestod mellem intensiv træning eller leg med bolden, hvor informanten valgte den mindre krævende vej; ”Så allerede dengang. Der tog jeg jo nok en retning væk fra, hvad skal man sige, karrieren inden for (holdsport) (Benjamin, p. 9). Scenariet minder om den første interviewperson, hvor legen bliver valgt frem for arbejdet i en potentiel fremtid karriere, og dette reflekteres der kritisk over; ”Set i bagspejl, så kunne jeg jo godt se, at det var da nok en dum retning, hvis jeg gerne ville være professionel.” (Benjamin, p. 9). Dette kan ifølge Erikson (1968) tolkes, som en negativ identitetsudvikling, da informanten har svært ved at finde accept af beslutningen. Det var ikke muligt for Benjamin dengang at se ideen i at skulle styrketræne, eller generelt træne så meget. Dette kan også betragtes, som et svært valg at skulle træffe i en meget ung alder.

Informanten har generelt haft svært ved at finde accept af beslutningerne, hvilket også kan tolkes gennem, at valget om at stoppe karrieren blev taget for informanten og ikke var et aktivt valg. Benjamin beskriver, hvordan en accept af sig selv og identitetsfølelse er kommet lang tid efter karrierestoppet; ”Der er mange ting jeg hviler mere i, i dag. Altså kontra før i tiden. Hvor man ikke vidste noget som helst. Altså hvem man var eller hvad man skulle gøre.” (Benjamin, p. 15). Undervejs i interviewet giver han udtryk for en svær identitetsdannelse i tiden efter karrierestoppet, fordi han havde svært ved at vide ”hvad man skulle gøre”. Informanten

beskriver yderligere, hvordan identitetsfølelsen har ændret sig. Følelsen af, at have været en meget udadvendt person, som altid var social til i dag at blive beskrevet af venner og familie, som en introvert person, der godt kan lide at lave ting selv, såsom styrketræning, cykling og gåture. Dette kan tolkes i lyset af, hvorvidt elitesporten har bidraget til, at man har distanceret sig fra identitetsudviklingen og samtidig har skabt en social distance, da det kommer med en pris og dedikation til den atletiske identitet. Det kan yderligere tolkes at have været en smertefuld proces, som kan ses i en eftertænkning af, at det måske ikke var valget om en karriere, men nærmere en accept af manglende evner i sidste ende. Denne nye narrative identitetsfortælling spørges der nærmere ind til i følgende samtale;

Interviewer: *"Hvad tror du der er sket i den forbindelse? Altså at du er gået fra at være meget udadvendt til måske at være lidt mere introvert?"*

Informant: *"Jeg tror bare det var, altså måske har jeg bare aldrig været den der opsøger sådan [...] Men det kommer man jo automatisk til, når man spiller (holdsport) med et hold, så da det ligesom blev fjernet fra mig. Så... Kom jeg ikke automatisk ud i de situationer. Mmh. Og så prøvede jeg jo ligesom at finde ud af. Hvordan kan jeg gøre det her selv så? På egen hånd. Øhm... Og det er jo så bare det det er blevet til i dag. Så jeg tror det har haft en stor indflydelse på mig, hvordan min adfærd og interaktion med andre, har ændret sig"* (Benjamin, p. 13).

Beskrivelsen bekræfter ovenstående tolkning om, at informanten ikke *"automatisk kom ud i de situationer"*. Altså grundet sin atletiske identitet, som ofte er karakteriseret som en snæver identitet, hvor vedkommende ikke har mulighed for at udforske andre muligheder eller det sociale liv udenfor sporten. Når der sker et brud på denne identitet, kan det ses, hvordan informanten ender i en identitetskrise, hvor vedkommende beskriver med egne ord; *Hvordan kan jeg gøre det her selv så? På egen hånd*. Samtidig mister han også det sociale liv ved dette brud, så det er ikke alene et tab af en fremtidsdrøm, men også det sociale fællesskab, hvor man havde en bestemt rolle. Dette indikerer, at informanten før i tiden har handlet efter sin atletiske identitet og det sociale fællesskab, som automatisk har været en del af sporten. Beskrivelsen kan dermed jf. Eriksons teori tolkes, som en konflikt mellem identitet og rollekonflikt,

hvor søgen efter mening er i fokus. Det ses tydeligt, hvordan han bliver konfronteret med en genforhandling af sin sociale rolle, da det etablerede fællesskab fra sporten bliver taget fra informanten. Dette vidner om en søgen efter at løse konflikten og finde en ny selvdefinition, som ikke længere er bundet op på fællesskabet. Samtidig vidner det om en overgang, fra en forpligtelse til den atletiske identitet til, at informanten tvinges ud i nye måder at forstå sig selv uden for sporten.

4.4.2.1 Knuste drømme

Mange elitesportsudøvere på alle niveauer konfronteres før eller siden med enten, at talentet ikke rækker, man ikke længere udtages til holdkortet, mister motivationen, overtræner eller bliver skadet, hvilket tvinger dem til at afslutte deres karriere. (Peterson, 2009, p. 225). Flere faktorer kan således bidrage til, at drømmen om en sportslig karriere ikke længere er ideel, og dette er netop noget, som to af interviewpersonerne har oplevet. Den første interviewperson beskriver en tidligere drøm om landsholdet; *"Jamen, jeg havde jo, altså sådan, fra jeg var sådan, helt lille, det der med, at jeg kunne godt spille på landsholdet, og spille for et eller andet hold, i udlandet, og sådan noget."* (Anna, p. 6). Da informanten senere i interviewet bliver spurt ind til, hvad der skete med denne drøm, lyder svaret; *"Jeg tror bare, at jeg kunne mærke, at det var ikke det her, jeg skulle lave, der er sådan, eller i hvert fald, 20 år mere, agtig sådan"* (Anna, p. 6). Dette er et eksempel på, hvordan fremtidsdrømmen fra ung har været landsholdet eller udlandet. På et tidspunkt er informanten gradvist blevet konfronteret med en realitet, hvor ønsket om en langvarig elitesportskarriere blev mindre. Det var ikke længere noget, som hun drømte om i de næste 20 år af sit liv.

Lignede mønster ses hos Benjamin, som fortæller om sine tidlige drømme og den efterfølgende realitetskonfrontation;

Og der kunne jeg godt se at jeg måske ikke havde helt samme talent. Men altså da jeg var de der 12-13 år. Der var det. Der skulle jeg til (udlandet). Og jeg skulle spille på landsholdet. Og så videre (Benjamin, p. 8).

Disse to informanter har oplevet forskellige udfald, i forhold til ikke længere at kunne blive i drømmen om en sportslig karriere.

Benjamin beskriver yderligere, hvordan karrieren stoppede pludseligt en dag som følge af en skade, og han modtog denne besked;

[...] Og der sagde kirurgen til mig, da jeg vågnede op, at altså jeg skulle ikke tænke på at løbe igen overhovedet, fordi ellers så bliver det meget meget træls, når jeg blev ældre [...] Så det var jo egentlig bare, der var jo ikke så meget at gøre. Altså jeg var nødt til at stoppe med det (Benjamin, p. 11).

Den nødvendige accept af karrierens ophør blev beskrevet med ”der var jo ikke så meget at gøre”, og man kan fornemme, at det var en svær accept for Benjamin, da han ikke ville anerkende det. Han fortsatte med at spille på trods af lægens besked, men måtte til sidst indse, at det var nødvendigt at stoppe, fordi det var fysisk umuligt at fortsætte. Hertil stillede forskeren spørgsmålet; ”Hvordan var det sådan at træffe den beslutning?” og svaret var følgende;

Jamen det var hårdt, ja. Altså det var jo som om, det var ikke en beslutning jeg havde truffet, altså det blev lidt truffet for mig og det var meget svært at acceptere øhm [...] så ja det var hårdt, altså jeg vidste ikke helt hvad jeg skulle gøre... gøre med mig selv. Øhm, dengang og det er så ja, det tog så også mange år, at finde ud af. Øhm. Hvem jeg egentlig var, det lyder også meget dramatisk, men hvem jeg egentlig var, efter den skade der, fordi det var jo, det er, altså alt det jeg tænkte på, det var jo (holdsporten)” (Benjamin, p. 11).

Citatet beskriver hvordan ens atletiske identitet og tilværelse, kan stoppe fra den ene dag til den anden. Der tegner sig et billede af en oplevelse af tab af kontrol, hvor beslutningen om at stoppe ikke føltes selvvalgt. Denne oplevelse udløste en identitetskrise, hvor Benjamin mistede en klar fornemmelse af sin egen identitet. Dette er, som Erikson (1968) beskriver en krise, hvor individet må redefinere sin identitet for at kunne skabe en ny. Det lyder ”dramatisk”, men efter skaden og den knuste drøm om en sportslig karriere, opstod tvivlen for Benjamin i forhold til, hvem han så var, når han ikke længere kunne være elitesportsudøver. Dette beskrives også af Webb og kollegaer (1998), som en manglende fleksibilitet i forhold til at kunne redefinere ens selvopfattelse, når man længe har haft en så stærk centraliseret atletisk identitet (p. 340).

I modsætning til ovenstående oplevelse, beskriver Anna en mere selvstyret proces, hvor hun selv traf beslutningen om at stoppe;

Jeg tror bare sådan, altså jeg tror egentlig mest, det var bygget på lysten. Altså sådan, jeg havde ikke lyst til at [...] Ja, så jeg tror egentlig bare sådan, så der hvor jeg fandt ud af, at nu var det nok (Anna, p. 9).

Her beskrives afslutningen på den sportslige karriere, som et gradvist og selvvalgt brud, motiveret af en oplevelse af manglende lyst og motivation. Anna har fortrængt beslutningen i detaljer i forhold til, hvordan det var dengang, og har en oplevelse af at have glemt det hele. Beslutningen skulle træffes, da det var det, som hun havde brug for, ellers var hun meget bevidst om, at hun ville kunne trække den lidt længere og fortsætte. Hun beskriver en efterfølgende tid med lettelse og forståelse fra tidligere trænere og holdkammerater, men blev andre steder modtaget med en uforståenhed overfor valget om at stoppe. Mange kunne ikke forstå, hvorfor man ikke ville fortsætte eller på landsholdet, og det var for Anna svært at forsvare sit valg overfor andre, fordi det ikke var en del af normen. Det opleves, som et kontroversielt valg at tage inden for den sportslige verden. Denne proces kan tolkes i lyset af Marcias (1966) begreb om identity foreclosure, hvor informanten aktivt vælger at bryde med sin atletiske rolle og i stedet tilvælger at udforske nye alternativer og værdier (if. Brewer & Petitpas, 2017, p. 118).

Raedeke og Smith (2004) har påpeget, at langvarig oplevelse af burnout uden intervention blandt elitesportsudøvere kan føre til tab af interesse, og man kan få oplevelsen af meningsløshed (if. Peterson, 2009, p. 226). Burnout beskrives også, som den atletiske udbrændthed og blev på et tidspunkt anvendt, som hypotesen om kronisk stress i sportsrollen. Der beskriver en form for følelsesmæssig udmattelse, depersonalisering og mangel på personlig præstation (Peterson, 2009, p. 226). Elitesportsudøvere er i et konstant pres, og skal hele tiden kunne balancere, at presse sig selv på de fysiske grænser uden at blive overtrænnet, udbrændt eller skadet (Peterson, 2009, p. 226). Dette vedvarende pres på sig selv udgør en betydelig risikofaktor for både fysisk og psykisk trivsel, og kan føre til ufrivillig og frivillig tilbagetrækning fra sporten. Hvilket kan tolkes i lyset af Annas situation, hvor hun til sidst har mistet interessen og lysten for elitesporten på trods af, at hun fortsætter med holdsporten i en

anden sammenhæng senere. Hun trækker sig fra miljøet, da hun til sidst finder ud af, at nok er nok og hun ikke længere ønsker at være en del af det.

Temaet indeholder en beskrivelse af, hvordan skade, overtræning, burnout eller manglende udtagelse, alle er faktorer, som den unge elitesportsudøver bliver konfronteret med. Dette kan tolkes at være en stor faktor i forhold til, at de unge havner i en identitetskrise, hvor de ikke længere kan identificere sig med den atletiske identitet, og dermed skal ud og forsøge at udforske nye ideologiske alternativer. Webb et al (1998) har i sit korrelationsstudie beskrevet, hvordan mange atleter oplever vanskeligheder i forbindelse med sportspensioneringsprocessen i en tidlig alder. De har beskrevet, hvordan denne proces er forskellig fra arbejdsmarkedet, hvilket til dels skyldes det specielle ved den atletiske identitet, og samtidig de særlige omstændigheder ved tidlig pensionering (Webb et al, 1998, p. 339). Ud fra dette studie kan det også tolkes, at en identitetskrise i forbindelse med pensioneringsprocessen er en vanskelig og forventelig konsekvens, da elitesportsudøver i en tidlig alder står overfor en ny udforskning af identiteten. Ydermere beskriver studiet, hvordan der er to kategorier i afbrydelsen af en sportslig karriere; 1) *selvvalgte pensioneringer* og 2) *ufrivillige pensioneringer som følge af for eksempel fravalg eller skade*. Et centralt psykologisk tema på tværs af begge kategorier er oplevelsen af kontrol. Følelsen af mestring er tæt forbundet med opretholdelsen af psykologisk kontrol. Når denne kontrol svækkes for eksempel ved manglende indflydelse på egne livsomstændigheder, kan det jf. Webb og kollegaer (1998) medføre et kritisk aspekt af en persons evne til at kunne håndtere kortsigtede negative begivenheder. I denne forbindelse har elitesportsudøvere således kun en psykologisk fordel, hvis de selv er i kontrol med tidspunkt og omstændighederne for karrierestoppet (Webb et al., 1998, p. 341). Det er tydeligt i ovenstående, hvordan netop dette udfolder sig hos de to informanter. Den ene har genetableret kontrollen ved sporten, efter at have truffet beslutningen selv, hvorimod den anden fortsat er i tvivl om, hvad fremtiden bringer.

4.5 Delkonklusion

Elitesportsudøvere bliver i en tidlig alder indlejret i den atletiske identitet, når forældrene første gang introducerer dem til en fritidsaktivitet. Ovenstående analyse har

bidraget til en forståelse af, hvordan den atletiske identitet formes fra barndommen, samt hvilke faktorer, der har betydning herfor såsom uddannelse og de sociale kontekster. Til trods for drømmene om landsholdet, en fremtid fuld af håb, anerkendelse og ros, er det ikke altid det, som den atletiske identitet er forbundet med. Det ses tydeligt, hvordan informanterne er i risiko for at udvikle en forholdsvis skrøbelig identitet i den forstand, at de aldrig har afsøgt anden mening med livet end sporten. Dette kan bidrage til en identitetskrise senere i livet, når karrieren ikke længere er mulig, som ses ved Anna og Benjamin. De har forholdsvis svært ved at finde ud af, hvordan fremtiden ser ud. Samtidig ses det også ved Carla og David, som ikke har et svar på, hvordan en fremtid uden for sporten kunne se ud. Dette kan indikere det faktum, at den atletiske identitetsdannelse er snæver og fokuseret, da elitesportsudøvere ikke får mulighed for at udforske sin identitet fra barndommen eller i ungdommen, da de er indlejret i elitesporten både gennem uddannelse, det sociale liv og deres fritid.

5. Diskussion

I det følgende afsnit diskuteres de foregående afsnit om teori, metode og analyse. Diskussionen indledes med en refleksion over de metodiske valg under overskriften *"5.1 Metodiske overvejelser"*, hvor der sættes fokus på de tidligere forskningstendenser på området, samt forskellen mellem den kvantitative metode og den kvalitative metode. Dernæst følger et afsnit om resultaterne i nærværende speciale med underoverskriften *"5.2.1 Tidligere forskning om identity foreclosure vs. egne fund"*. Her sammenholdes eksisterende viden med resultaterne fra dette speciale. De følgende underoverskrifter *"5.2.2 Positive og negative faktorer ved at være elitesportsudøver"* og *"5.2.3 Den danske kultur i forhold til uddannelsesperspektivet"*, uddyber yderligere centrale resultater. Afslutningsvis vil der være et afsnit om *"5.3 Fremtidig forskning"*, hvor forslag til yderligere forskning på området vil blive fremlagt.

5.1. Metodiske overvejelser

Den sportslige verden har i mange år været præget af manglende forskning, hvoraf størstedelen af studierne først har fundet sted i nyere tid fra årtusindeskiftet og frem. Hertil kommer en betydelig begrebsmæssig uklarhed, idet der jf. Polman (2012) har været stor forvirring blandt forskerne i forhold til de kriterier, der definerer begrebet

”elite” (if. Swann et al., 2015, p. 4). Dette er endnu en del af den mangelfulde forskning på området, at der fortsat er forvirring omkring, hvordan elite defineres blandt forskerne. Til sidst har en stor del af den eksisterende forskning taget udgangspunkt i den kvantitative metode (Borak et al, 2022; Henriksen & Christensen, 2013; Webb et al, 1998). Disse studier har ofte benyttet spørgeskemaundersøgelser, hvilket kan have visse fordele, men samtidig også visse ulemper. Den kvantitative forskning kan bidrage til at få et overblik over udbredelsen af bestemte fænomener, som for eksempel graden af identifikation med den sportslige rolle eller psykologiske udfald som trivsel, stress eller motivation. Den kvantitative tilgang har sine metodiske begrænsninger, særligt i forståelsen af de forskellige dynamikker og kontekstmæssige oplevelser. Det gælder særligt de karakteristiske faktorer, som elitesportsudøvernes mål, ambitioner, sociale og personlige forpligtelser, samt de bekymringer som elitesporten er forbundet med. I modsætning hertil kan den kvalitative metode, som er anvendt i nærværende speciale, anvendes til at forstå de eksistentielle overvejelser og faktorer. Disse opstår i forbindelse med identitetsudvikling, rolleforventninger og transformationer i overgangen fra karrieren. Denne forståelse var også udgangspunktet for dette speciale, da ønsket var at få indblik i den elitære sportslige verden fra elitesportsudøvernes egne synspunkter.

Mennesket er generelt forstående og fortolkende væsener, en grundantagelse, der også afspejles i valget af den narrative metode, som bærende element for dataindsamlingen i specialet (McAdams, 2005; Højberg, 2014; Brinkmann & Tanggaard, 2020). Gennem narrative interviews blev der skabt mulighed for, at informanterne kunne dele deres livsverdener, samt deres fortællinger om oplevelsen af at være elitesportsudøver. Metoden bidrager yderligere til, at der opnås en dybere forståelse af identitetsdannelse hos informanterne, ved at give plads til deres egne sproglige formuleringer og fortolkninger. Når denne tilgang anvendes, følger der også nogle metodiske overvejelser fra forskerens side. Forskeren bliver sat i en fortolkende og forstående rolle og her opstår der et behov for kritisk refleksion over egen position og forforståelse. I dette speciale havde forskeren forudgående kendskab til elitesportsmiljøet. Dette kan man argumentere for både som en styrke og en potentiel svaghed. På den ene side kan det skabe bedre forståelse for helheden og konteksten, mens på den anden side kan de eksisterende antagelser og forforståelser komme til at præge udsagnene og hermed dataindsamlingen. Endelig bør det nævnes, at resultaterne ikke kan generaliseres til alle elitesportsudøvere, idet analysen bygger på en

dybdegående undersøgelse af informanternes egen livsverden. Det kan dog bidrage til en større forståelse for, hvordan elitesportsudøvernes identitetsdannelse formes gennem karrieren, samt hvordan denne transformeres over i en ny identitet.

5.2 Resultater

Det er væsentligt at reflektere over, hvad nærværende speciale har bidraget med til forskningen. I dette afsnit vil der blive gennemgået nogle af de fund, som er blevet fremlagt undervejs i analysen. Disse vil blive set på i lyset af tidligere fund inden for området, for at se, hvad der yderligere er blevet fremlagt.

5.2.1 Tidligere forskning om identity foreclosure vs. egne fund

Identity foreclosure refererer som tidligere nævnt, til en tilstand, hvor individet forpligter sig til atletrollen, uden at have udforsket erhvervsmæssige eller ideologiske alternativer (Brewer & Petitpas, 2017, p. 118). Risikoen ved dette kan for elitesportsudøvere medføre en begrænset personlig udvikling i ungdomsårene, da de ikke får muligheden for at udforske forskellige aktiviteter eller integrere med andre mennesker fra forskellige baggrunde (Brewer & Petitpas, 2017, p. 118). Ifølge udviklingsforskere anses netop identitetsudforskning i ungdomsårene som en central del, der danner grundlæggende erfaringer, muligheden for at træffe egne beslutninger om værdier og færdigheder, samt udvikler deres mestringsstrategier. Dette ville også bidrage til en tillid til egne evner og succes i voksenlivet, fordi man i en tidlig alder har lært at klare sig i forskellige sammenhænge og er blevet udfordret.

Tidligere studier på området har vist, at en stærk atletisk identitet og en høj tendens til identity foreclosure har været negativt forbundet med kvaliteten af atleternes karriereovergange (Park, Lavalley & Tod, 2013, p. 33). Studierne har yderligere vist, at de atleter som stoppede karrieren, oplevede et identitetstab og efterfølgende havde en længere periode, hvor de havde svært ved at tilpasse sig livet efter sporten (Kerr & Dacyshyn, 2000; Lally, 2007 if. Park et al, 2013, p. 33). Disse tendenser bekræftes også af nærværende speciale, hvor det opleves, at transformationen til et liv uden for sporten er en stor udfordring ved den atletiske identitet, hvilket ses tydeligt hos Anna og Benjamin. De er begge fortsat i tvivl om, hvordan deres fremtid skal se ud. Der kan argumenteres for, at transformationen er vanskelig, fordi

individet gør opgør med sin egen rolle og samtidig andres forventninger. Det er også oplevelsen af et identitetstab, samt at skulle genfinde sin identitet på ny. Derfor er det også vigtigt at forstå udfordringerne ved at være elitesportsudøvere, samt hvordan man kommer videre fra et liv, som altid har været præget af elitesporten.

Specialet har bidraget til en dybere forståelse af begrebet identity foreclosure, samt en nuanceret forståelse af problemet ved den forpligtende elitesportsudøvers rolle. Der er i analysen blevet fremhævet, hvordan den atletiske identitet er indlejret i et miljø af forskellige systemer såsom familie, klubben m.m. Derudover er elitesportsudøvere socialt indlejret i den atletiske identitet, hvor det sociale netværk er baseret på holdkammerater eller klassekammerater i talentklasserne (Henriksen & Christensen, 2013; Lerche & Nielsen, 2024). Altså dermed fortsat indlejret i elitesportsverdenen og det kan bidrage til, at man ikke har overskud til at udforske andre sociale arenaer uden for sporten. Det er en personlig forpligtelse, men samtidig er det også en forpligtelse over for andre, at være elitesportsudøvere, da det ofte er forældre og klubben, som også har ambitioner på de unges vegne. Identitetsdannelsen har gennem analysen og tidligere forskning, vist sig at være ekstrem forpligtende og socialt indlejret, hvilket bidrager til en svær resignationsproces, når der sker et brud med denne. Dette henviser til en psykologisk proces, hvor individet må acceptere eller opgive håbet om en drøm, som tidligere har haft stor betydning. Processen ses især ved Anna, som vælger at stoppe og træffer dermed et personligt valg. Samtidig er det også et valg på bekostning af klubben, holdkammerater og ikke mindst familien, som alle har haft ambitioner på hendes vegne.

Overgangen fra elitesport til en anden identitet kan argumenteres for at være vanskelig på grund af de faktorer, som tidligere er nævnt nemlig; *den ekstreme dedikation*, *forpligtelser* og *den snævre identitetsdannelse*, som atlet rollen indikerer. Det ses som sagt, hvordan det er svært for Anna og Benjamin at skabe en ny identitet, men samtidig ses det også ved Carla og David, hvordan de ikke kan forestille sig at skabe en ny identitet uden for sporten. Spørgsmålet om en fremtid uden for sporten er nærmest utænkelig for dem, og dette kan indikere, at der endnu ikke er opnået en accept omkring, at karrieren inden for sporten er tidsbegrænset. Dette ses især ved David, som beskriver, hvordan han ikke kan lægge en plan for fremtiden, før han bliver ældre, men samtidig fortæller, at karrieren slutter som 35-årig (David, p. 8). Der ses her, hvordan han er bevidst om, at karrieren er kortvarig, men samtidig opleves en udskydelse af fremtidsplanlægningen i forhold til uddannelse og et liv uden for

sporten. Samlet set har alle informanterne det tilfælles, på trods af forskellige livssituationer, at de endnu ikke er nået til en endelig erkendelse om, hvem de er, hvad de vil og hvordan fremtiden skal se ud. Ovenstående kan også bidrage til en forståelse af, at identity foreclosure er så udbredt i denne forskning, nemlig at identiteten er formet så snævert for mange elitesportsudøvere og transformationen til et nyt liv er udfordrende.

5.2.2 Positive og negative faktorer ved at være elitesportsudøver

I ovenstående er det beskrevet, hvordan elitesportsudøvere helt fra starten af deres karriere ikke selv træffer valget om et liv i sporten. De bliver fra en tidlig alder indlejret i den elitære sportslige verden, og for nogle kan dette være rigtig hårdt, mens andre har elsket sporten siden barndommen. Det er værd at belyse, hvad det er for nogle positive og negative faktorer, som er forbundet med rollen som elitesportsudøver.

I valget om at blive elitesportsudøver kan der argumenteres for, at det er et identitetsdannelsesprojekt, som man går ind i, for at blive en del af elitesportsverdenen. Det kan være ekstremt attraktivt for den unge og deres forældre, at blive elitesportsudøver. Men samtidig er det et tidligt tidspunkt, at man forpligter sig til den atletiske identitet. Generelt har der været et negativt syn på det at være elitesportsudøver, da det kommer med visse ulemper, hvilket også er blevet belyst i specialet. Disse ulemper har jf. analysen blandt andet været; *snævre identitetsdannelse, udfordringer ved fremtidsperspektivet, transformationsvanskeligheder, sociale relationer og netværk* m.m. I modsætning hertil har de i en artikel af Helms & Morris (2020) fremlagt en af de positive faktorer, som er forbundet med den atletiske identitet. Resultaterne i deres undersøgelse viser, hvordan atletisk identitet er positivt relateret til; 1) *motionshyppighed*, 2) *deltagelse i fritidssport* og 3) *sundhedsadfærd*. (p. 3) De beskriver, hvordan de sundhedsmæssige faktorer spiller en positiv rolle, som for eksempel at deltagelse i elitesport er forbundet med sundere ernæring, samt lavere ryge- og stofmisbrug (Helms & Morris, 2020, p. 3). Derudover beskriver de også, hvordan den atletiske identitet for voksne har haft betydning for træningsfrekvensen, rehabilitering efter skade og sociale netværk (Helms & Morris, 2020, p. 3f). Dette er vigtigt at belyse, for at skabe et nuanceret billede af identitetsdannelsen og transformationen for elitesportsudøvere. Men når det så er sagt, at det er en positiv

faktor i forhold til sundhed og sundhedsadfærd for elitesportsudøvere, så skal det også ses i lyset af de mange skader, overtræning og burnout, som er kendetegnet elitesporten. Det har både sine fordele og ulemper, at være en disciplineret elitesportsudøver.

5.2.3 Den danske kultur i forhold til uddannelsesperspektivet

Et centralt tema i specialet har været uddannelsesperspektivet, hvilket også afspejles i samtlige informanternes fortællinger. Deres fortællinger har på forskellig vis berørt enten kravene om at tage en uddannelse, erfaringer med at droppe ud eller fordelen ved at have færdiggjort en uddannelse, så fokus udelukkende kan være på deres sport. Dette fokus medførte et spørgsmål og en undren fra forskerens side om, hvorvidt den danske kultur bidrager til at lægge et pres ned over de unge elitesportsudøvere. Dette i lyset af, når samfundet i en tidlig alder træffer et valg for de unge i forhold til, at de for eksempel skal gå til håndbold, fodbold eller badminton. Har de unge nogensinde haft autonomien til selv at vælge eller har det været normen, at de skulle dyrke en sport?

På den ene side kan der argumenteres for, at de unge elitesportsudøvere er særligt velorienterede i forhold til deres fremtid, da de fra en tidlig alder har haft klare mål og visioner for fremtiden. Dette ses på trods af, at det påvirker deres identitetsudvikling og dannelse, at alting i deres liv har været planlagt fra barndommen. Dette står i kontrast til deres jævnaldrende, som ikke dyrker en sport, og måske oplever en større åbenhed og usikkerhed i forhold til fremtidsmulighederne. På den anden side viser forskningen, hvordan kravene fra uddannelsessystemet kolliderer med balancen i forhold til de krav og forpligtelser, som følger med elitesporten (Borak et al, 2022; Christensen & Sørensen, 2009 if. Henriksen & Christensen, 2013). Undersøgelser har vist, hvordan elitesportsudøvere oplever vanskeligheder med at balancere disse to parallelle identiteter jf. begrebet *studerende atlet*, hvilket ofte resulterer i, at de er dårligt forberedte til en karriere uden for sporten. (Borak et al., 2022, p. 215f) Henriksen & Christensen (2013) fremhæver, hvordan balancen mellem sport og uddannelse ofte medfører tydelige konsekvenser såsom tegn på stress, frafald og kliniske problemer (p. 79f). Dette skyldes blandt andet fokuset på sporten frem for uddannelsen, mens forventningerne om at præstere og klare sig rigtig godt er til stede i begge arenaer. De beskriver yderligere, hvordan forskningstendenserne har vist sig at

være enten et; 1) *individuel perspektiv*, hvor karriereudvikling og dobbeltkarrierer er i fokus eller 2) *holistisk økologisk perspektiv*, som har miljøets rolle i fokus i forhold til den atletiske udvikling. (Henriksen & Christensen, 2013, p. 85f). Fokus i forskningen er tydeligt på karriereudvikling i forhold til den enkelte elitesportsudøver, men samtidig forsøger man også at kigge ind i de sportslige miljøer.

Der kan i denne forbindelse argumenteres for, hvorvidt det danske uddannelsessystem er struktureret efter elitesportsudøvernes hverdag og liv inden for sporten. På den anden side kan der argumenteres for, hvorvidt elitesportsudøverne er forberedt på en livskarriere uden for sporten, når de hele livet har skulle balancere sport og uddannelse på samme tid. Den atletiske identitet spiller dermed en stor rolle i individets livskarriere, da den på den ene side fremmer en del positive faktorer såsom engagement, sociale relationer, sundhedsmæssige faktorer, drømme og håb for fremtiden. De negative faktorer er samlet set, at elitesportsudøvere er dårligere stillet i forhold til et liv uden for sporten jf. identity foreclosure, samt skader, burnout m.m.

5.3 Fremtidig forskning

I det internationale perspektiv er det jf. Henriksen & Christensen (2013), vigtigt at bevare vores position ved at være blandt de bedste til at pleje de danske talenter. Dette kræver henholdsvis, at Danmark fortsat undersøger et større antal succesfulde miljøer, for at kunne blive ved med at udvikle økologiske interventionsstrategier, som kan hjælpe de mindre succesfulde sportsmiljøer. (Henriksen & Christensen, 2013, p. 87f) Forskningen inden for det sportslige område er fortsat mangelfuld og et nyere felt. Samtidig udvikler samfundet sig i høj hastighed, hvilket også bidrager til, at sportens verden skal følge med. Det er væsentligt at viderebringe denne forskning, da det først og fremmest er unge mennesker, som er i fokus. Det er de unge elitesportsudøvers uddannelse og fremtid, der kan have store konsekvenser, hvis ikke elitesporten, herunder Team Danmark, fortsat kommer med nye tiltag og forbedringer, som skal gøre hverdagen nemmere.

Specialets forskning har taget udgangspunkt i den kvalitative metode, hvilket først og fremmest bidrager til at elitesportsudøvernes fortællinger er de bærende. Der kan argumenteres for, at jf. diskussionen om metode, så er de fleste studier på området af den kvantitative tilgang, så det vil være en positiv tendens at få mere kvalitative data ind på området. Specialet og tidligere forskning på området

bidrager til, at gøre de danske sportsforeninger bevidste om, at de skal have fokus på deres elitesportsudøvere. Der kan argumenteres for, at det er vigtigt at have fokus på trivsel, samt hvorvidt elitesportsudøverne er robuste eller ikke, i transformationen inden for sporten og uden for. Dette er også et fokus i Henriksen & Christensen (2013), som beskriver, hvordan den holistiske økologiske tilgang antyder, at de succesfulde sportsmiljøer spiller en nøglerolle i at opbygge elitesportsudøvernes krav. Dette gælder alt fra karriereskifte til et liv uden for sporten, men samtidig også fra for eksempel junior til senior elitesport (p. 85). Sportsmiljøerne har et stort ansvar for at skabe robuste elitesportsudøvere, som kan balancere uddannelse og sport på samme tid. Samtidig skal de kunne skabe de bedste rammer for elitesportsudøvernes hverdag, så transformationerne gennem karrieren bliver uden de store konsekvenser.

Et andet fokus i specialiets forskning har været, hvorvidt sporten skal være første prioritet i en tidlig alder. Her kan det diskuteres, om det er rimeligt at have sporten som udelukkende fokus, når den er så tidsbegrænset, som den ofte er. Samtidig kan det også ses i lyset af den snævre identitetsdannelse, hvor der ikke afsøges andre muligheder. Identitet handler jf. Erikson (1968) netop om at udforske og træffe sine egne valg, samt gennemleve konflikter, hvilket hæmmes i det styrede og målrettede liv, som elitesportsudøvere befinder sig i. Den enkeltes frihed, autonomi og valg indskrænkes af andre prioriteringer, motiver og valg. På den ene side bliver elitesportsudøverne indlejret i det elitesportslige miljø fra en tidlig alder, for at skabe talenter. Dette med udelukkende fokus på, at de skal have sporten, som deres fokus i hverdagen. Mens på den anden side, skal de fra samfundets side have fokus på uddannelse, for det er også vigtigt, at de klarer sig godt i skolen og præsterer optimalt. Hertil kan der være en undren om, hvorvidt det er rimeligt, at sporten udelukkende er første prioritet i en hverdag præget af dobbelt krav. Derudover er det en undren om, hvorvidt det er rimeligt i en tidsbegrænset karriere, hvor transformationen til en ny identitet for informanterne opleves som svær og uoverskuelig. I forhold til den psykologiske relevans kan der argumenteres for, at det er væsentligt at sætte mennesket i fokus, frem for at optimere ydelsen (præstationen). Det er netop det, som er væsentligt at anvende de forskellige *mentaltrænere* og *sportpsykologer* til, som er til stede ude i det sportslige miljø. De er til stede for at hjælpe med at sætte mennesket i fokus fremfor præstationerne. Spørgsmålet om, *hvordan ser vi mennesket bag præstationerne?* er relevant at have i fokus.

Hvad er det ellers for nogle huller, der er tilbage til fremtidig forskning? Her kan et anderledes bidrag inddrages i forhold til, hvorvidt noget af forskningen kan videregives til et aspekt af arbejdslivet. Først og fremmest bliver elitesportsudøvere konstant evalueret, og de er ikke bedre end deres sidste præstation. Dernæst indgår de til daglig i miljøer med hierarkier, såsom organisationen, ledelsen og trænerne. Til sidst danner de sig en karriere i en tidlig alder, som de hurtigt bliver indlejret i og dermed også dedikeret til. Elitesportsudøvere er ofte kendetegnet ved dedikation, disciplin og et ønske om at præstere så godt som muligt, da den store drøm om landsholdet ofte er noget, som de bestræber sig efter. Her kan der argumenteres for, at elitesportsudøvere i en tidlig alder får lagt et stort pres på sig selv, da mange af dem drømmer om det ultimative, nemlig landsholdet eller udlandet. Dette er alt sammen faktorer, som kan trækkes over i arbejdslivet og man kunne forestille sig, at den atletiske identitet på mange måder ville være en fremragende medarbejder for enhver chef med deres karaktertræk.

I forlængelse heraf ville uddannelsesperspektivet også være særlig interessant at undersøge. Er der forskel på elitesportsudøvere og deres jævnaldrende, som ikke dyrker en sport i forhold til forberedelse på en livskarriere? Og samtidig hvorvidt talentklasser er positive indgreb? Her kunne man undersøge de faktorer, som spiller en rolle i forhold til, hvorvidt de er klædt på til fremtiden. Derudover kunne man også undersøge, hvordan talentklasser har betydning for elitesportsudøvernes muligheder for at udforske deres identitet samt en livskarriere. Eliteklasserne er etableret med det formål om, at alle i klassen er under samme vilkår i forhold til den sportslige verden. Her kan det tænkes, at talentklasser indsnævrer de unges sociale livserfaringer, fordi man omgås andre, som er i samme miljø som en selv. Dette bekræftes også ved forskning jf. Romani (2018), hvor fokus faldt på elitesportsudøvernes begrænsede sociale relationer uden for sporten. I denne forbindelse kan der ligeledes argumenteres for, at elitesportsudøvernes tidlige forpligtelse har en betydning for, hvor hurtigt de kommer ud i livet og skaber en karriere for dem selv. Derudover gennemgår de forskellige transformationer og skifte i en tidlig alder, som former dem som mennesker. I modsætning hertil har deres jævnaldrende endnu ikke forestillet sig deres fremtid. De har ofte oceaner af muligheder, som de skal vælge imellem, når de har færdiggjort en ungdomsuddannelse. Det er et spændende emne, hvorvidt elitesportsudøvere i en tidlig alder er bedre klædt på til den verden de møder, mens den kan føles enorm for folk uden for sporten. Der findes mange

muligheder for at viderebringe denne forskning, og dette vil der også blive udfoldet mere af i nedenstående perspektivering.

6. Perspektivering

De ovenstående refleksioner om fremtidig forskning føres videre i dette afsnit. Fokus er på den præstationsfremmende kultur, som de unge elitesportsudøvere står overfor, og som samtidig er en del af samfundskulturen i Danmark. Det præstationsfremmende samfund, som mennesker lever i, handler meget om, at du ikke er bedre end din sidste præstation i relation til arbejdsmarkedet. Det er en konstant vurdering af menneskers evner, om det er det moderne arbejdsmarked eller i relation til elitesporten. Menneskets skal ofte præstere over egne evner og samtidig kan man ikke tage for givet, at man har et arbejde, da det ofte er med til at danne ens identitet.

Denne betragtning kan også sættes i relation til den store mistrivselss debat, som rammer ind i den samtid, vi lever i. Undersøgelser fra Børns Vilkår, Vive og forskere har vist, at de unges mistrivsel er steget markant gennem de seneste 5 år. (Børns Vilkår, 2022; Ottosen et al., 2022; Katznelson et al., 2021) Børns Vilkår har fremlagt en rapport, hvor resultaterne viser, at næsten hver tredje pige og hver ottende dreng i 8. klasse har lav livstilfredshed. Der er en forventning om, at børn skal passe ind i de snævre rammer for fællesskabet, som er blevet sat. (Børns Vilkår, 2022, p. 2f) Der er mange krav og forventninger til de unge i fællesskabet, hvilket også ses hos elitesportsudøverne i forhold til at passe ind i de organisatoriske rammer, samt fællesskabet for sporten. Dog adskiller elitesporten sig i denne kontekst på det stærke fællesskab, som ofte beskrives. Dette er blot det interessante, når elitesporten så ikke længere er en del af hverdagen. Her ses det tydeligt, hvordan Benjamin trækker sig fra det sportslige fællesskab, fordi han ikke længere var en del af miljøet og samtidig opleves der en instrumentel tilgang til de tidligere holdkammerater. Der er ikke mange fortrolige i elitesportens verden, fordi de ofte er konkurrenter på samme tid, hvilket også ses, når man ikke længere dyrker sin sport. Man mister i denne forbindelse ikke blot sin atletiske identitet, men samtidig også det fællesskab, som man er en del af. De medmenneskelige relationer i denne forbindelse kommer ikke i spil, fordi miljøet bliver mere konkurrenceorienteret, og dette kunne man forestille sig bidrog til en ensomhed og en mistrivsel.

En lidt skæv og anderledes vinkel at tilføje i denne perspektivering er snakken om religiøse bevægelser, som for eksempel Jehovas Vidner og Scientology. Dette ses mest i forhold til de konsekvenserne, som der er, hvis et menneske går ud af bevægelsen og ikke længere er en del af det. Her har der ofte været beretninger fra tidligere medlemmer, som fortæller, hvordan de har måtte vende ryggen til deres gamle liv og familie (Fogde, 2019). Dette kan relateres til bruddet med den atletiske identitet, hvor elitesportsudøvere ikke længere føler, at de kan være en del af miljøet. De føler sig nødsaget til at lukke døren til det sportslige miljø for at kunne udforske nye alternativer og ideologier.

7. Konklusion

Specialet har taget sit udgangspunkt i problemformuleringen; *Hvordan formes elitesportsudøveres identitet gennem deres karriere, og hvilke identitetstransformationsudfordringer opstår, når karrieren stopper?* Det er blevet undersøgt, hvordan elitesportsudøverne identitet formes tidligt i barndommen, hvor de bliver introduceret til sporten, som en fritidsaktivitet. Gennem opvæksten bliver sporten mere og mere en del af den enkeltes identitet, som præger uddannelsesvalg, sociale relationer og fritiden. Det er ofte ikke muligt for den enkelte at udforske alternative muligheder, og den atletiske identitet fremstår ofte, som snæver og stærk forankret i elitemiljøet.

De fire informanter fortæller om deres identitetsudvikling gennem en barndom præget af elitesporten, og efterfølgende, hvordan deres liv transformeres i elitesporten eller uden for miljøet. Fortællinger viser, hvordan de alle har været indlejret i elitesporten fra barndommen, og hvordan dette kan føre til identitetsmæssige udfordringer. Dette ses især, når karrieren stopper, som følge af skade eller selvvalgt, eller ved en forestilling om et karrierestop. Der opleves en følelse af tomhed og mangel på mening, når den primære kilde i form af sporten, ikke længere er en del af deres hverdag.

Teorierne om atletisk identitet, Eriksons identitets begreber og den narrative identitet har bidraget til en dybere forståelse af informanternes oplevelser, samt udfordringer gennem livet. Samtidig har teorierne bidraget til en forståelse af, hvordan den manglende identitetsafklaring i barndommen og ungdomsårene, kan forstærke kriser i overgangen til voksenlivet og en karriere uden for sportens verden.

Forskningen på området har endnu ikke været fyldestgørende, og den har tidligere været præget af kvantitative data fremfor kvalitative. Derudover er elitesporten et nyere forskningsområde, som fortsat er under udvikling. Derfor har specialet også bidraget til en større og mere dybdegående forståelse for elitesportsudøvere og deres livsverden. En fordel kunne være en mere helhedsorienteret tilgang til talentudvikling, hvor fokus er på, at understøtte elitesportsudøverne i at udforske andre sider af deres identitet. Dette kan bidrage til en bedre overgang og være afgørende for transformationen, trivslen og udviklingen i det senere liv. Der er fortsat et stort udviklingspotentialer på området i forhold til en større og nuanceret forståelse for elitesporten, samt de positive og negative faktorer, det bidrager med. Samtidig med de faktorer, som spiller en afgørende rolle i elitesportsudøvernes hverdag.

Referenceliste

- Bamberg, M. (2011). Who am I? Narration and its contribution to self and identity. *Theory & Psychology*
- Borak, D., Costakis, H & Crawford, L. (2022). Athletic Identity and Identity Foreclosure Among Student Athletes at an NJCAA Institution. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 22(7), 215–226.
- Braun, V & Clark, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brewer, B & Petitpas, A. J. (2017). Athletic identity foreclosure. *Current Opinion in Psychology*, 16, 118–122. 10.1016/j.copsyc.2017.05.004
- Brewer, B. W, Van Raalte, J. L & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 237–254.
- Brinkmann, S. (2009). *Identitet: Udfordringer i forbrugersamfundet*. Klim.
- Brinkmann, S. & Tanggaard, L. (2020). *Kvalitative metoder: En grundbog* (3ed) Hans Reitzels Forlag.
- Børns Vilkår. (2022). *Børn og unge kæmper for at passe ind*. Børns Vilkår. https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2022/08/Boern_og_unge_kaemper_for_at_passe_ind_29082231.pdf
- Cloos, A. L. (2024). *Han blev kaldt et af verdens største fodboldtalenter, men karrieren blev præget af angst og længslen efter et andet liv*. Kristeligt Dagblad, <https://www.kristeligt-dagblad.dk/mennesker/han-blev-kaldt-et-af-verdens-stoerste-fodboldtalenter-men-historien-endte-i-angst-krise>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: youth and crisis*. Norton.
- Fogde, F. (2019). *Tidligere Jehovas Vidne: Mit liv var på spil, hvis jeg brød reglerne*. Kristeligt Dagblad, <https://www.kristeligt-dagblad.dk/danmark/tidligere-jehovas-vidne-mit-liv-var-paa-spil-hvis-jeg-broed-reglerne>

-
- Heissel, A., & Raundahl, L. (2024). *Mikkel Hansen: Mentalt helbred er stadig et tabu for mandlige atleter*. Dr.dk. <https://www.dr.dk/sporten/haandbold/mikkel-hansen-mentalt-helbred-er-stadig-et-tabu-mandlige-ateleter>
- Helms, K & Morris, D. (2020). Relationship of Athletic Identity to Selected Health Behaviors Among College Students: Implications Beyond Formal Sport Participation. *Journal of Physical Activity Research*, 5, 3–8. 10.12691/jpar-5-1-2
- Henriksen, K & Christensen, M.K. (2013). Athletes careers in Denmark. In Ryba, T. V & Stambulova, N. B. (Ed) *Athletes' Careers Across Cultures* (pp. 77–89). Routledge. 10.4324/9780203545683
- Henriksen, K., Diment, G., & Kuettel, A. (2024). The Team Denmark applied model of athlete mental health. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(9), 2325–2341. 10.1080/1612197X.2023.2281525
- Højberg, H. &. (2014). Forståelse og fortolkning i samfundsvidenskaberne. In Fuglsang, L., Bitsch Olsen, P & Rasborg, K. (Ed.), *Videnskabsteori i samfundsvidenskaberne: på tværs af fagkulturer og paradigmer (3ed)* (pp. 289–324). Samfundslitteratur.
- Katznelson, N., Pless, M., Görlich, A., Graversen, L., & Sørensen, N. B. (2021). Ny udsathed: nuancer i forståelser af psykisk mistrivsel. *Nordisk Tidsskrift for Ungdomsforskning*, 2(2), 83–103. 10.18261/issn.2535-8162-2021-02-01
- Kvale, S & Brinkmann, S. (2015). *Interview - Det kvalitative forskningsinterview som håndværk* (3. Ed). Hans Reitzel.
- Lerche, M. K. &. Nielsen. M.K. (2024). *Mental trivsel hos elitesportsudøvere*.
- McAdams, D. P. (2005). A Psychologist without a Country or Living Two Lives in the Same Story. In Yancy George & Hadley Susan (Ed.), *Narrative Identities: Psychologists Engaged in Self-Construction* (pp. 114–131). Jessica Kingsley.
- McAdams, D. P. (2001). The Psychology of Life Stories. *Review of General Psychology*, 5(2), 100–122. 10.1037/1089-2680.5.2.100

-
- McAdams, D. P. & Olson, B.D. (2009). Personality Development: Continuity and Change Over the Life Course. *Annual Review of Psychology*, 61(1), 517–542. 10.1146/annurev.psych.093008.100507
- Ottosen, M. H., Andreassen, A. G., Dahl, K. M., Lausten, M., Rayce, S. B. & Tagmose, B. B. (2022). *Børn og unge i Danmark. Velfærd og trivsel 2022*. VIVE - Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. <https://www.vive.dk/da/udgivelser/boern-og-unge-i-danmark-velfaerd-og-trivsel-2022-0xgg53xk/>
- Park, S. Lavalley, D. & Tod, D. (2013). Athletes' career transition out of sport: a systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 22–53. 10.1080/1750984X.2012.687053
- Peterson, K. M. (2009). Overtraining, burnout, injury and retirement. In Hays, K. F (Ed.), *Performance psychology in action; a casebook for working with athletes, performing artists, business leaders, and professionals in high-risk occupations* (pp. 225–266). Copyright Clearance Center, Inc.
- Romani, A. Q. (2018). Unge elitesportsudøvere fravælger sociale fællesskaber. Information, <https://www.information.dk/debat/2018/07/unge-elitesportsudoevere-fravaelger-sociale-faellesskaber>
- Ronkainen, N. J., Kavoura, A. & Ryba, T. V. (2016). A meta-study of athletic identity research in sport psychology: Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 9(1), 45–64. 10.1080/1750984X.2015.1096414
- Swann, C., Moran, A. & Piggott, D. (2015). Defining elite athletes: Issues in the study of expert performance in sport psychology. *Psychology of Sport and Exercise*, 16(1), 3–14. 10.1016/j.psychsport.2014.07.004
- Webb, W. M., Nasco, S. A., Riley, S. & Headrick, B. (1998). Athlete Identity and Reactions to Retirement from Sports. *Journal of Sport Behaviour*, 338–362.
- Willig, C., & Rogers, W. S. (2017). *The SAGE Handbook of Qualitative Research in Psychology* (2nd ed.). SAGE Publications, Inc

Bilag

Bilag 1: Interview 1 – Anna

Bilag 2: Interview 2 – Benjamin

Bilag 3: Interview 3 – Carla

Bilag 4: Interview 4 – David

Bilag 5: Interviewguide

Bilag 6: Mental trivsel hos elitesportsudøvere (Lerche & Nielsen, 2024)