



Høgskolen i **Hedmark**

Avdeling for folkehelse og idrettsfag

Marius Bentstuen Nordby

Fagdidaktisk fordypningsarbeid

«Pokaler eller bøker»?

- En kvalitativ studie av gutters kombinasjon av toppidrett med studier.

«Trophies or books»?

- A qualitative study of boys' combination of elite sport with studies.

Faglærer kroppsøving og idrettsfag, 3. studieår.

2013

Samtykker til utlån hos høgskolebiblioteket JA NEI

Samtykker til tilgjengeliggjøring i digitalt arkiv Brage JA NEI

Forord

Denne bacheloroppgaven i fagdidaktisk fordypningsarbeid er skrevet ved høghskolen i Hedmark, avdeling Elverum, og handler om fire toppidrettsutøveres opplevelse av å kombinere toppidretten med høgere utdanning.

Arbeidet med oppgaven har vært en veldig lærerik og spennende prosess, men det har ikke alltid vært like enkelt å holde fokus og det har vært tider det har vært tungt. Det har da vært til stor hjelp å ha en veileder som har hjulpet og inspirert meg til videre arbeid. Derfor vill jeg rette en stor takk til min veileder, Bente Ovèdie Skogvang. Takk for gode tips og veiledning underveis, det har vært til stor nytte.

Jeg vill også takke alle informantene som stilte opp til intervju, jeg ønsker dere alle lykke til i deres videre satsing både i idretten og i utdanningen.

Elverum, Mai 2013

Marius Bentstuen Nordby

Sammendrag

Forfatter:

Marius Bentstuen Nordby

Faglærer kroppsøving 2013, høgskolen i Hedmark, avd. Elverum

Oppgavens tittel:

«Pokaler eller bøker»?

– En kvalitativ studie av gutters kombinasjon av toppidrett med studier.

Problemfelt:

Målet med oppgaven er å se på hvordan toppidrettsutøvere opplever å kombinere toppidretten med høyere utdanning

Teori:

Den teoretiske rammen for oppgaven handler om motivasjon og se på hvor motivasjonen ligger blant et utvalg av toppidrettsutøvere til å kombinere toppidretten med høyere utdanning i forhold til selvbestemmelsesteorien.

Metode:

Jeg har benyttet meg av kvalitativt intervju for å belyse problemområdet ved at jeg har intervjuet fire toppidrettsutøvere som kombinerer toppidretten med høyere utdanning.

Resultater og diskusjon:

De grunnleggende psykologiske behovene i selvbestemmelsesteorien, autonomi, kompetanse og tilhørighet blir tilfredsstilt i utøvernes idrettssatsing. Mens utøverne opplever at utdanningen kommer i konflikt med de psykologiske behovene.

Konklusjon:

Det å kombinere toppidrett med høyere utdanning er noe som krever mye av utøverne, det stilles høye krav på begge arenaene. For at man skal klare å studere ved siden av toppidretten kreves det stor disiplin for å få gode resultater både i idretten og på skolen.

Nøkkelord:

Toppidrett, høyere utdanning og selvbestemmelsesteorien

Innhold

Forord	2
Sammendrag	3
Innhold	4
1. Innledning	5
2. Problemstilling	6
2.1 Underproblemstillinger	6
3. Teori	6
3.1 Hva er toppidrett	7
3.2 Motivasjon	7
3.3 Selvbestemmelsesteori	8
4. Metode	10
4.1 Hva er metode?	10
4.2 Valg av Metode	10
4.3 Intervju	11
4.4 Valg av intervjuobjekter	12
4.5 Presentasjon av informanter	12
4.6 Gjennomføring av intervjuene	13
4.7 Analyse og tolkning	14
4.8 Reliabilitet og validitet	15
4.9 Ethiske overveielser	15
5. Resultater og drøfting	16
5.1 Motivasjonen for idretten	16
5.1.1 Autonomi	16
5.1.2 Kompetanse	18
5.1.3 Tilhørighet	19
5.1.4 Sammendrag	20
5.2 Motivasjon for utdanning	21
5.2.1 Autonomi	21
5.2.2 Kompetanse	23
5.2.3 Tilhørighet	24
5.2.4 Sammendrag	25
5.3 Kombinasjonen av idrett og utdanning	25
6. Konklusjon og avslutning	27
6.1 Kritisk blick på egen forskning	28
6.2 Videre forskning	28
Literaturliste:	29
Vedlegg	31

1. Innledning

Veien til å bli verdens beste i idretten er en lang vei som tar opp mye av tiden i hverdagen til en toppidrettsutøver. Man må ha en riktig treningsmengde, god restitusjon mellom treningsøktene og et godt kosthold. Samtidig ser vi toppidrettsutøvere som kombinerer idrettssatsingen med høyere utdanning ved siden av og presterer på høyt nivå i idretten. Interessen for å skrive om nettopp temaet «kombinasjonen av toppidrett og høyere utdanning» kom av at jeg leste en artikkel i aftenposten i høst der mental trener for flere toppidrettsutøvere, Erik Bertrand Larssen kom med flere uttalelser om hva han mente om det å kombinere toppidrettssatsingen med å ta utdanning ved siden av. Larssen sa følgende til aftenposten, «Jeg ser landslagsutøvere som leser mellom øktene. De beste sover» (Bugge, 2012). Videre i artikkelen forteller Larssen at mange toppidrettsutøvere er for feige og at de ikke tørr å satse for fullt på idretten. Dette endte opp i en diskusjon i media der flere gikk hardt ut mot utkallelsene til Larssen. Blant de som var uenige i Larssen var dobbelt OL- mesteren Eirik Verås Larsen som sa følgende i en artikkel i VG «For å kontre Bertrand Larssen vil jeg heller si at det er passivt å si at man ikke skal studere, en utøver i verdenstoppen bør studere» (Stormoen, 2012). Jeg har selv satset for fullt innenfor idretten tidligere samtidig som jeg har studert, riktig nok ikke på dette nivået det er snakk om her, men jeg har i hvert fall kjent litt på kroppen hvordan dette er å kombinere idrettssatsing med skole. Derfor syntes jeg dette ville være et interessant tema å skrive om og jeg ville derfor finne ut av hvordan noen toppidrettsutøvere opplever det å kombinere toppidrett med høyere utdanning.

2. Problemstilling

- Hvordan opplever studenter ved høgskole/Universitet kombinasjonen av det å være toppidrettsutøver og ta høyere utdanning?

2.1 Underproblemstillinger

- Hvor ligger motivasjonen blant et utvalg av toppidrettsutøvere til å kombinere idretten med utdanning i forhold til selvbestemmelsesteorien?
- Hvordan ser en gruppe toppidrettsutøvere på det å kombinere toppidrett med høyere utdanning?

3. Teori

I dette kapitlet vil jeg gå igjennom teorien som berører min oppgave. Når toppidrettsutøvere velger å kombinere idretten sin med utdanning står de ovenfor en rekke valg og prioriteringer for skole og idrett. Derfor vil dette kapitlet handle om motivasjon, og se på motivasjonsteorien til Deci og Ryan (1985), selvbestemmelsesteorien som tar for seg dette med motivasjon og valg som er noe utøvere som kombinerer toppidretten med utdanning står ovenfor når de skal prestere på både idrettsarenaen og skolebenken.

3.1 Hva er toppidrett

På olympiatoppens sider står det at toppidrettsbegrepet har en fellesidrettslig overordnet definisjon og at hvert særforbund har en mer spesifikk definisjon til hver idrett.

Olympiatoppen definerer toppidrett som.

«Toppidrett defineres som trenings- og forberedelsesarbeid på linje med de beste i verden, avhengig av den enkelte idretts egenart og utbredelse. Arbeidet fører til jevnlig prestasjoner på internasjonalt toppnivå. Idretten er for disse utøverne en hovedbeskjeftigelse».

(Olympiatoppen, 2013)

3.2 Motivasjon

Det å være motivert vil si at man er innstilt på å gjøre noe. For å motivere må man påvirke personens drivkraft (motivasjon) til å fortsette med, eller endre på en atferd (Brattenborg & Engebretsen, 2010). Man kan definere motivasjon som den drivkraften som ligger bak innsatsen for læring. I begrepet motivasjon så ligger både årsaken og målet for handlingen. Følelser, tanker og forventninger legger et grunnlag for motivasjonen til å utføre en aktivitet og motivasjonen fører til målrettede handlinger og dette henger sammen med personens grunnleggende verdier (Imsen, 2010).

Når man snakker om motivasjon, er det vanlig å skille mellom indre og ytre motivasjon. Når en person driver med en aktivitet for gleden av å drive med aktiviteten, kan vi si at personen er naturlig motivert eller at det er den indre motivasjonen som ligger til grunn for at denne personen velger å fortsette med aktiviteten. Når en person er styrt av ytre motivasjon er det enten en belønning eller straff ved å drive aktiviteten som får personen til å fortsette. For eksempel en elev leser til prøver kun for å få en god karakter, kan vi si at ytre motivasjon ligger til grunn (ibid.).

3.3 Selvbestemmelsesteori

Selvbestemmelsesteorien er en motivasjonsteori som legger vekt på samspillet mellom menneskene i omgivelsene. I Selvbestemmelsesteorien sies det at indre motivasjon handler om at mennesker har et behov for å være kompetent og selvbestemt. Den indre motivasjonen handler om det drivet mennesker har til å engasjere seg og utfordre egen kapasitet for å overvinne optimale utfordringer (Bråten, 2002).

Selvbestemmelsesteorien hevder det er tre primære psykologiske behov som motiverer atferden til mennesker. Autonomi, kompetanse og tilhørighet med andre mennesker. Behovet autonomi handler om å ta egne valg og selv ta initiativ til å handle. Kompetanse handler om å lykkes og mestre optimalt utfordrende oppgaver, mens behovet for tilhørighet som handler om at mennesker har et behov for å føle tilknytning til andre mennesker og få gjensidig respekt og tillit til andre (Ryan & Deci, 2002).

I følge selvbestemmelsesteorien er det viktig å vite intensjonen bak en handling for å forstå hvorfor en handler som en gjør i ulike situasjoner. Mennesker blir i følge Stenseth (2011) motivert av at de ønsker å oppnå noe og ha et mål bak handlingen. Handlinger man gjør kan deles i selvbestemte eller kontrollerte. Man har alltid intensjoner bak handlingene, men om de er selvbestemte eller kontrollerte avgjøres av om man utfører en handling fordi man selv ønsker det eller fordi man må.

Stenseth (2011) viser til i sin forskning at, et sosialt miljø som bygges opp under de tre psykologiske behovene gjør at vi fungerer godt, mens faktorer som kommer i konflikt med behovene virker nedbrytende. Når man må ta et valg, vil man se på den indre motivasjonen, autonomien, tilhørigheten og sin kompetanse før man tar sitt endelige valg. Stenseth (2011) viser også til at man legger ulik vekt på de tre behovene ut i fra hvilke aktivitet man bedriver.

Ryan og Deci (2002) setter motivasjonen inn i et selvbestemmelseskontinuum.

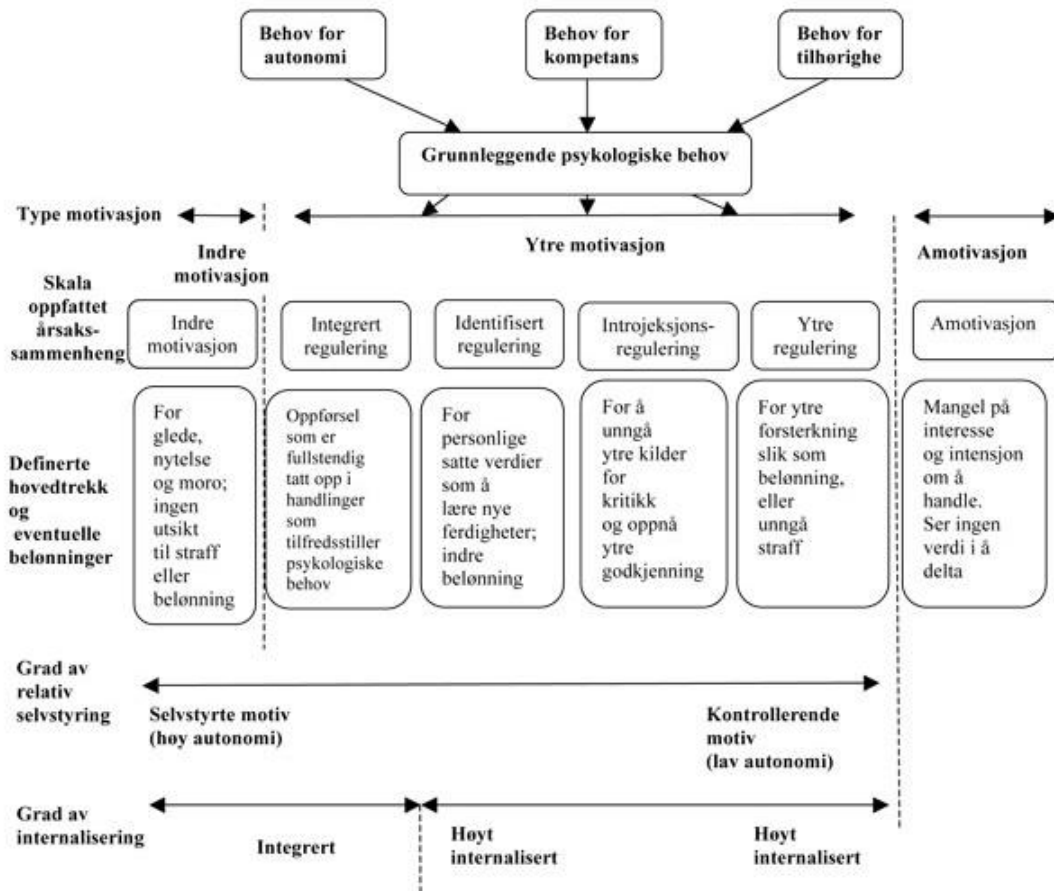


Fig. 1. Selvbestemmelseskontinuumet. (Jakobsen, 2012)

I selvbestemmelseskontinuumet ser vi de tre grunnleggende psykologiske behovene mennesker har for å motivere atferden. Videre ned har vi de tre forskjellige typene for motivasjon. Amotivasjon, ytre og indre motivasjon. Kontinuumet viser hvordan ytre og indre motivasjon er med på å fremskaffe selvbestemmelse. Helt til høyre i kontinuumet finner vi amotivasjon som er når man mangler interesse og intensjon om å handle i en aktivitet og ser ingen verdi i å delta. Ytre motivasjon i midten av kontinuumet er delt opp i fire typer regulering. Helt til høyre har vi ytre regulering som er den minst autonome form for ytre motivasjon og som har mest kontrollerende motiv. Videre mot venstre og mer autonomt finner vi introjeksjonsregulering, identifisert regulering og til slutt integrert regulering som er den mest autonome og selvstyrte motiv i ytre motivasjon. Også har vi indre motivasjon til slutt helt til venstre i kontinuumet som er helt selvstyrte motiv med høy autonomi. Kontinuumet mener ikke at man må gå steg for steg fra ytre til indre motivasjon. Dersom en idrettsutøver møter mye motgang og resultatene uteblir vil utøveren ikke oppleve

kompetanse i det man gjør er noe som ofte resulterer i at man blir amotivert. For å komme helt til venstre innenfor ytre motivasjon med integrert regulering må alle de psykologiske behovene som autonomi, kompetanse og tilhørighet være tilfredsstilt (Ryan & Deci, 2002).

4. Metode

Dette kapitlet vil handle kort om hva metode er og de forskjellige metodene vi har, og se på og begrunne valget av metoden for min oppgave.

4.1 Hva er metode?

Metode kommer fra det greske ordet *methodos* som betyr å følge en bestemt vei mot et mål. (Johannesen, Tuft & Kristoffersen, 2006). Metodene i forskningssammenheng er redskapet man bruker til noe man vil undersøke, metodene er til for å samle inn informasjon til en undersøkelse. Vi har to hovedformer for datainnsamling, Kvantitative metoder og kvalitative metoder. Begge metodene har som hensikt å samle inn informasjon for å belyse et problemområde. De kvantitative metodene samler inn en type data som er målbare, dette gjør at man kan regne ut prosent eller gjennomsnitt ut av en større mengde, denne type data kalles harddata. De kvalitative metodene samler inn informasjon som ikke er målbare, denne informasjonen kalles mykdata. Kvalitative metoder tar til sikte å fange opp mening og opplevelse som ikke lar seg tallfeste eller måle. Med å bruke en slik metode ønsker man å få fylldig data om et tema for hjelper til for å forstå atferd, handlinger og situasjoner (Dalland, 2007).

4.2 Valg av Metode

Ut ifra min problemstilling valgte jeg å benytte meg av en kvalitativ metode, med dybdeintervju av toppidrettsutøvere i ulike idretter som samtidig studerer ved en høgskole eller universitet rundt om i Landet. Jeg valgte kvalitativ metode fordi jeg vil gå mer i dybden av tema enn hva jeg ville fått til med en kvantitativ undersøkelse med spørreskjema eller lignende. Derfor valgte jeg å benytte meg av et såkalt dybdeintervju der jeg vil gå litt mer inn

i dybden av tema for å få frem informantenes meninger, holdninger og erfaringer rundt tema toppidrett og utdanning. (Thagaard, 2009)

4.3 Intervju

Thagaard (2009) skriver det at intervjuet har en sentral plass i vår kultur, og at intervjuet benyttes i stor grad i ulike medier som tv og aviser. Intervjuet som forskningsmetode gjenspeiler betydningen av intervjuet som den har i vår kultur. Et forskning intervju kan utformes på ulike måter, fra et intervju som preges av lite struktur der intervjuet kan ses på som en samtale mellom forskeren og informanten hvor de snakker om et bestemt tema. Dette gjør at informanten kan bringe opp ulike temaer underveis slik at forskeren må tilpasse spørsmålene til de temaene informanten tar opp. En fordel ved å benytte seg av en lite strukturert tilnærming er at forskeren kan følge det informanten forteller og utdype de temaene informanten tar opp, slik at forskeren kan få informasjon han ikke har tenkt over fra før. En annen tilnærming til et intervju er et mer strukturert opplegg der forskeren har utformet et mer nøye planlagt intervjuguide der spørsmålene er utformet på forhånd og rekkefølgen på de er fastsatt. En tredje fremgangsmåte av et kvalitativt intervju en delvis strukturert tilnærming, en middelvei mellom de to ulike tilnærmingene som er nevnt ovenfor, og dette er også den mest brukte fremgangsmåten i kvalitative intervjuer i følge Thagaard (2009). Ved en slik tilnærming til intervjuet har forskeren utformet spørsmålene og fastlagt disse på forhånd, mens rekkefølgen på temaene bestemmes underveis i intervjuet. På denne måten kan forskeren følge fortellingen som informanten forteller samtidig som forskeren må følge opp og få informasjon rundt de temaene som er fastlagt på forhånd. Det kvalitative forskningsintervjuet skal være en samtale mellom forskeren og informanten som styres av de temaene som forskeren ønsker å vite mer om (Thagaard, 2009).

4.4 Valg av intervjuobjekter

Jeg har valgt ut informanter ut i fra at de har kompetanse og kunnskaper om det jeg ønsker å undersøke. Det vil si at de både er toppidrettsutøvere og at de studerer på høyskole eller universitet. Dette kaller Thagaard (2009) for strategisk utvalg. Jeg foretok meg totalt fire intervjuer under dette prosjektet, der jeg intervjuet fire forskjellige toppidrettsutøvere i ulike idretter som samtidig studerte ved en høyskole eller universitet. Samtidig valgte jeg å finne utøvere på tre forskjellige høyskoler/ universiteter for å kunne få bredde i utvalget mitt og for å få et inntrykk fra flere utdanningsinstitusjoner. Utøverne jeg har valgt å intervjuer er bare gutter, dette fordi det var det jeg hadde til rådighet via bekjentskaper. De er fire utøvere som konkurrerer i fire forskjellige idretter, jeg velger å holde det hemmelig hvilke idretter dette er for å anonymisere utøverne, men jeg kan si at det er to utøvere som driver med hovedsakelig en utholdenhets og individuell idrett mens de to andre utøverne driver med lagidrett. Utøverne jeg har valgt er av ulik alder og befinner seg på ulike trinn i utdanningsløpet. Alle utøverne har toppidrettsstatus ved sin utdanningsinstitusjon noe som gir utøverne muligheten til å kombinere studiene med toppidretten. To av utøverne har valgt å ta bachelorstudiet over fire år gjennom sin toppidrettsstatus, mens de to andre har valgt å gjennomføre bachelorstudiet normalt over tre år.

4.5 Presentasjon av informanter.

Her vil jeg kort skrive om hver enkelt utøvers idrettsbakgrunn og hvor de er i utdanningsløpet.

Utøver 1: Han har prestert høyt nasjonalt nivå og vært i nærheten av å få konkurrere internasjonalt. Som junior har han landslagserfaring fra flere mesterskap. Utøveren satser for fullt for å komme opp på internasjonalt nivå. Han kommer fra en aktiv familie som har fulgt tett oppunder toppidrettssatsingen fra han var liten, og har fungert som trener og materialforvalter til så bare å være tilskuer til sønnens idrettskarriere. Han valgte å fortsette skolegangen etter videregående samtidig som han satset for fullt på idretten sin. På høyskolen fikk han status som «toppidrettsstudent» slik at han kunne fullføre studie i løpet av fire år og få bedre tid til satsingen på idretten. Han er nå inne i sitt nest siste år i utdanningen

Utøver 2: Han er nå inne i sitt første år som senior og konkurrerer på det høyeste nivået nasjonalt. Utøveren satser for fullt for å etablere seg i toppen på nasjonalt nivå samtidig som han studerer ved siden av toppidretten. Han kommer fra en aktiv familie som tidlig tok med sønnen ut på mange forskjellige aktiviteter. Han har også en storebror som tidligere har satset på samme idrett. Utøveren har valgt å ta bachelorstudiet sitt over fire år gjennom sin toppidrettsstatus på høgskolen slik at han får mer tid til sin idrettssatsing.

Utøver 3: Han har de siste årene etablert seg på det høyeste nivået nasjonalt og tatt steget opp på landslaget. Han ser nå frem til proffspill i utlandet etter endt utdanning. Moren hans har selv drevet med samme idrett, så hun og faren følger tett med og støtter opp under satsingen til sønnen. Han er nå inne i sitt siste år på bachelorstudiet og ser nå frem til å drive med idretten på heltid.

Utøver 4: Han har nylig rykket opp til den nest høyeste divisjonen med sitt lag i sin idrett. Han satser for fullt for å ta steget videre opp til øverste nivå. Familien er også veldig sportsinteresserte og følger tett opp om satsingen til sønnen. Utøveren valgte å kombinere satsingen med utdanning som han nå er inne i sitt siste år av bachelorstudiet. Han har tenkt til å fortsette utdanningen og satsingen videre.

4.6 Gjennomføring av intervjuene

Før jeg gjennomførte intervjuene med informantene som er nevnt ovenfor, lagde jeg en intervjuguide med utgangspunkt i problemstillingen min (vedlegg nr. 2). Jeg valgte å starte med et prøveintervju av en medstudent som tidligere har satset på idretten og samtidig tatt høyere utdanning for å teste om intervjuguiden kunne gi meg svar som svarte på problemstilling. Deretter gjorde jeg noen endringer i intervjuguiden før jeg startet med intervjuene. Informantene jeg valgte ut til dette studie er venner eller bekjente jeg har tidligere konkurrert mot eller gått på skolen sammen med. Jeg tok kontakt tidlig i januar med informantene gjennom telefon, og alle de spurte stilte velvillig opp til intervju. Intervjuene ble gjennomført der utøverne selv ønsket å være og når det passet best for dem slik at ikke jeg skulle være til noe ekstra bry til deres satsing på idrett og skole. Derfor har intervjuprosessen medført litt reising for å møte utøverne. Alle intervjuene ble gjennomført i perioden mars til april. Før hvert møte med utøverne sendte jeg informasjonsbrevet og samtykke erklæringen

(vedlegg nr.1 og nr. 3) slik at utøverne kunne se litt hva oppgaven handlet om samtidig som vi gikk gjennom dette før hvert intervju. Selve intervjuene opplevde jeg som en helt vanlig samtale, der vi pratet om skole og idrettssatsingen til hver utøver. Intervjuguiden var rammen for intervjuet, men den ble ikke fulgt slavisk. Det ble mer en prat der jeg stilte spørsmål ut i fra guiden ettersom hvordan informantene pratet om deres opplevelse av kombinasjonen av idretten og skolen slik at informasjonen skulle komme naturlig og ikke slik at jeg ledet fram svar til oppgaven. intervjuene varte alt fra 20 minutter til 45 minutter på det lengste, jeg følte jeg fikk gode svar fra alle utøverne som kunne gi svar på problemstillingen min. etter intervjuene var det å lytte til lydopptaket til hvert intervju for å skrive det ned på papir. Jeg valgte å ikke ta med det transkriberte intervjuene for å anonymisere utøverne og med tanke på personvern slik at det ikke kan lede tilbake til informantene.

4.7 Analyse og tolkning

Analysen skal være til hjelp for å finne ut av hva egentlig intervjuet har å fortelle. Analyse er en metode som går ut på å dele opp eller løse opp en helhet til mindre deler, slik at i intervjuet kan det hjelpe oss i å få tak i de enkelte sidene ved det informanten har sagt. Tolkningen skal videre vise oss hva det vi har fått vite betyr. Tolkningen handler om å forklare innholdet eller betydningen av det man får vite gjennom intervjuet (Dalland, 2007).

Analyseringen av intervjuene ble gjort ved at jeg startet med å transkribere ordrett av lydopptakene som jeg hadde gjort ved alle intervjuene. Videre var det å kategorisere svarene jeg fikk ut av intervjuene inn i mot problemstilling og teorien.

4.8 Reliabilitet og validitet

Validitet eller gyldighet handler om i forhold til et kvalitativt går ut på intervju at resultatene skal svare på hva vi ønsker å vite noe om ut i fra vår problemstilling. Det er et krav om at data må være gyldig slik at de er relevante for problemstillingene. For å få til dette er det nødvendig med grundig forarbeid av hvem skal intervjues, slik at disse personene kan svare på vår problemstilling og ha kunnskap om det som skal undersøkes. Samtidig som at man må utarbeide en grundig intervjuguide slik at spørsmålene og temaene som berøres stemmer overens med vår med problemstillingene. Det hjelper veldig lite med bra informanter, men dårlig intervjuguide og omvendt. Derfor er det lurt med et testintervju av informant som stemmer med det som skal undersøkes og vurdere spørsmål og svar etter intervjuet slik at man kan forbedre intervjuguiden for å få frem bedre resultater som svarer på problemstilling (Dalland, 2007).

I forhold til min egen undersøkelse så utarbeidet jeg min egen intervjuguide som jeg mente ville gi meg grundige svar som kan knyttes opp i mot problemstillingen. Jeg foretok først et prøveintervju med en relevant informant for så å vurdere intervjuguiden min også forbedret jeg den noe. I forhold til reliabiliteten til min oppgave med kvalitativt intervju er det mulig med feilkilder i selve kommunikasjonsprosessen. Om spørsmålene blir riktig oppfattet av informantene, svarene riktig skrevet ned eller at lydopptaket blir dårlig ved bruk av båndopptager og om meningsinnholdet endres ved renskriving kan redusere oppgavens pålitelighet (Dalland, 2007).

4.9 Etiske overveielser

Toppidrettsutøvere er ofte kjente fjes for media og «folk i gata», derfor krever dette varsomhet fra min side for å beskytte informantene og anonymisere utøverne slik at ikke det kan ledes tilbake til informantene. Prosjektet er i tråd med retningslinjene fra Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD). Alle informantene har lest og skrevet under på informasjons skriv og samtykke-erklæring (vedlegg nr. 1 og nr. 2). Før intervjuene, samtidig som jeg gikk muntlig igjennom informasjonen rundt prosjektet og gikk tydelig igjennom personvernet og muligheten for å trekke seg fra prosjektet og få dataen som er lagret fjernet når som helst. Jeg ser viktigheten av at jeg som forsker må følge de retningslinjene som er satt

av NSD i forhold til taushetsplikt, personvern, oppbevaring av data og anonymisering av de som blir forsket på. Jeg mener prosjektet er gjennomført etter gode forskningsetiske prinsipper og studien er gjennomført etter kriteriene som stilles til troverdighet, bekreftbarhet og overførbarhet (Thagaard, 2009)

5. Resultater og drøfting

I dette kapitlet vil jeg se igjennom resultatene fra intervjuene og drøfte de opp imot problemstilling. Jeg vil drøfte hver enkelt utøver opp i mot selvbestemmelsesteorien, for å se om de har de tre grunnleggende psykologiske behovene (autonomi, kompetanse og tilhørighet), i idretten og på utdanningen. Dette har jeg gjort for å se hvor motivasjonen ligger i forhold til selvbestemmelseskontinuumet til Ryan og Deci (2002). Deretter vil jeg se hva utøverne tenker om kombinasjonen av toppidretten og utdanningen for å se om dette er i veien for hverandre med tanke på optimal satsing på idretten og på skolebenken.

5.1 Motivasjonen for idretten

For å prestere på idrettsarenaen er det viktig med noe som motiverer en. Stenset (2011) sier det at. «For å kunne yte maksimalt vil det som regel være noe som motiverer en til å gi alt, gjerne en ytre belønning, men det er ikke alltid det er belønningen og utfallet som er motivasjonen for å ofre det som trengs for å gjøre disse tingene». Selvbestemmelsesteorien tar for seg hvilke faktorer som er med på å øke eller svekke motivasjonen for å drive en aktivitet.

5.1.1 Autonomi

Autonomi handler om det å ta egne valg og føle at man selv står for de valgene man tar, at man er selvbestemt. I selvbestemmelsesteorien er det viktig at man føler en viss grad av autonomi for at man skal være motivert og for å lære. Gjennom intervjuet av informantene snakket vi om deres egen idrettsbakgrunn og om hvordan deres opplevelse av autonomi i idretten i forhold til å ta egne valg og være selvbestemt.

Utøver 1 sa følgende om autonomi:

«..Jeg føler jeg har stått fritt og fått tatt de valga jeg ville når det gjaldt idretten. Det var dette jeg ville drive med og syns er moro og jeg føler familien og venner har vært støttende når det gjelder det».

Utøver 2 opplevde også familiens støtte som sentral i hans eget valg i å satse på toppidrett:

«..Det var jo familien som tok meg med på mange forskjellige aktiviteter og som fikk meg med i idretten, men når jeg valgte å satse på idretten min så var det fordi jeg syns detta var moro og at det var et valg jeg tok da. Det er jo viktig at de rundt meg og da spesielt mamma og pappa er enige i de valga jeg tar».

Også utøver 3 og utøver 4 viser til egne valg med støtte fra familien som viktig:

«..De har alltid støtta meg og sånn. Moren min har drevet med samme idrett tidligere, faren min er ikke no spesielt sportsinteressert men de har alltid støtta meg og latt meg gjøre det jeg ville. Jeg styrte jo egentlig det helt sjøl».

«..Familien betyr veldig mye for meg og det er viktig at de er med og støtter meg i min idrettssatsing. Familien har vært med på å ta de valgene jeg tar, men til slutt så er det jeg som bestemmer».

Ut i fra det utøverne forteller her kan vi se at behovet for autonomi, med å ta egne valg og bestemme sjøl er viktig for dem. Det kommer frem i intervjuene at alle utøverne får dette behovet er tilfredsstillt. Vi kan også se ut i fra dette at de føler det er viktig å ha noen rundt seg som støtter de i de valgene de tar når det gjelder satsingen til idretten. Man kan da se at autonomi henger sammen med behovet for tilhørighet.

5.1.2 Kompetanse

Kompetanse handler om det å føle at man lykkes og mestrer noe (Ryan & Deci, 2002). For en idrettsutøver handler dette om å prestere og føle at man får utbytte av all treningen som er lagt bak det man gjør. For toppidrettsutøvere på høyt nivå blir dette målt ut i fra resultater eller det at man føler at potensiale for å nå opp til de beste er tilstede. Vi kan si at når en idrettsutøver presterer på høyeste nivå og er i «flyt sonen» eller at selvtilliten er på topp. Da kan vi si at utøveren har oppfylt kravet om behovet for kompetanse. Når jeg spurte informantene om hvorfor de drev med idretten kom det fort frem at alle drev med idretten sin styrt av indre motivasjon, selve gleden av å drive aktiviteten. De sa at dette var hovedgrunnen til at de fortsatt drev med idretten, men også det at de følte at dette var noe de mestret.

Slik beskrev utøverne dette:

«..Jeg merket at jeg hadde et talent for det og det var moro. Og sånn er det egentlig fortsatt, jeg ser på resultatene at jeg stadig blir bedre og tar innpå de beste».

Som en ser vektlegger utøver 1 talent mens utøver 2 sier han var best i denne idretten:

«..Og da syns jeg det var mer morsomt med det (idretten), fordi at jeg følte jeg var best i det».

Utøver 3 sier også at det er morsomt og at han er bedre i denne idretten enn andre:

«..Så ble det sånn at det ble morsommere å drive med den idretten enn andre og det var vell det det gikk mest på og at det var morsommere også følte jeg at jeg var bedre på det».

Utøver 4 vier til sammenhengen mellom å være god i idretten og det å ha det moro:

«..Jeg ser på meg selv som heldig som får lov til å drive med det jeg liker aller best. Jeg driver jo med dette fordi jeg føler jeg er god i det. Hadde det ikke vært sånn ville det ikke vært noe moro heller».

Ut i fra det alle informantene svarer kan vi se viktigheten av behovet for kompetanse for at utøverne velger å satse på idretten og fortsette med det og selve gleden av å drive idretten er viktig for utøverne. Ut i fra det utøver 4 sier så kan vi se at gleden av å drive aktiviteten henger nøye sammen med det at han føler mestring for aktiviteten, og sånn vil jeg tro de andre utøverne føler også. Mestring henger nøye sammen med selvtillit. Mindre mestring vil kunne gi selvtilliten en knekk over tid, og dermed kan selve gleden av å drive aktiviteten også minske etter hvert.

5.1.3 Tilhørighet

Behovet for tilhørighet handler om tilknytning til andre mennesker og det å få gjensidig respekt og tillit til andre. Idrettsutøvere kan fort bli sett på som noen usosiale og sære mennesker som ofrer alt for å nettopp lykkes i idretten sin. Tilhørighet er en viktig del av selvbestemmelsesteorien for menneskers motivasjon. Som sitatene ovenfor under autonomi viser, ser alle utøverne på viktigheten av å ha noen rundt seg som støtter dem i deres satsing og det sosiale utenom.

Videre uttrykte de hvordan de så på det sosiale når de driver med toppidretten slik:

«..Man må ofre mye annet i forhold til sosiale ting og venner som vanlige ungdommen driver med, men egentlig ser jeg ikke noe negativt i det.. Langrennsmiljøet er veldig spesielt, du møter likesinnede som liker og ønsker å drive med det samme som deg sjøl. Samtidig så har man alltid et ønske om å bli bedre. Så det er på en måte den drivkrafta som driver en, at man føler at jeg aldri helt når mitt ytterste nivå som fikk meg til å fortsette å satse».

(utøver 1)

Vennskap i idrettsmiljøet blir da viktig for utøverne, slik utøver 2 og utøver 3 slår fast:

«..Det tar mye tid med å satse slik at jeg ikke får tid til så mye annet som venner og familie og sånt utenfor idretten, men man får jo gode venner gjennom idrettsmiljøet og for min del har egentlig alle venna mine kommet fra idretten og er derfor alltid rundt meg noe som gjør det mer gøy og triveligt å satse».

(utøver 2)

«..De aller nærmeste venna mine har jo alltid vært i idrettskretsen da så jeg har jo alltid fått den sosiale sammenhengen på trening. Man merker jo det at de nærmeste vennene blir jo de du er mest med på trening for man klarer jo ikke å være nok med de andre man kjenner da».
(utøver 3)

Både venner og familie er med på å skape trivsel når de satser på toppidrett:

«.. At jeg trives er selvfølgelig viktig for at jeg skall gjøre det bra og da er det selvfølgelig viktig å ha venner og familie rundt seg som støtter meg».
(utøver 4)

Man kan se at alle utøverne er opptatt av å være sosiale og føle en tilhørighet med andre. Flere av utøverne føler de har måttet ofre noe av det sosiale med venner og familie utenfor idretten sin, men at de får igjen for dette gjennom idrettsmiljøet de er en del av. Flere uttrykker også at de vennene de får gjennom idretten blir viktige for dem. Man kan se at tilhørighet og det sosiale er en viktig del for utøverne for å kunne motivere seg til å satse.

5.1.4 Sammendrag

Etter å ha gått igjennom de tre psykologiske behovene innenfor selvbestemmelsesteorien i forhold til utøvernes satsing innenfor idretten, syns jeg alle de fire utøverne er ganske så like i hvordan de ser på sin egen satsing og hvordan de ulike behovene blir tilfredsstilt. Alle utøverne er klare på at de selv har fått velge og styrer selv hvordan de vil drive med idretten. Alle utøverne føler en tilhørighet og at de har sosial tilhørighet både i familien og da spesielt med de i idrettsmiljøet. Og når jeg spurte om hvorfor utøverne om hvorfor de valgte å satse på idretten så var følelsen av å mestre aktiviteten og være god i den en veldig viktig grunn og at det gjør at man får en indre glede av å drive med aktiviteten. Ut i fra dette er jeg veldig sikker på at alle disse utøverne er drevet av indre motivasjon og at det er selvstyrte motiv (høy autonomi) som ligger til grunn når utøverne driver med idretten sin.

5.2 Motivasjon for utdanning

Akkurat som i idretten så må man også være motivert for å kunne prestere selv på skolebenken, men hvor ligger motivasjonen for utøverne? Under hvert intervju spurte jeg hver utøver om hva som var viktigst for dem, idretten eller utdanningen. Alle utøverne var helt klare på at idretten var det som var det viktigste for dem nå.

«..idretten er viktigst, alt annet kommer i andre rekke».

(utøver 4)

Det er en begrenset periode man kan bli best i verden i idretten, stort sett en ti til femten års periode, litt forskjellig fra idrett til idrett. Mens utdanning er noe man kan ta når som helst. Hvordan motiverer utøverne seg til å fullføre utdanningen når det kommer i andre rekke etter idretten?

5.2.1 Autonomi

Vi har sett hvordan idrettsutøverne fortalte om hvordan de opplevde sine valg og handlinger i forhold til idretten, men hvordan opplever de dette når det gjelder utdanningen sin.

Utøver 1 vektlegger at det er viktig å ha noe å gå til etter endt idrettskarriere:

«..Jeg tar vell utdanning for at jeg da en dag skal ha noe å falle tilbake til, så man er sikra en jobb. Utdanninga forbereder meg til å mestre eller ha en utdanning en dag.. Idretten som kommer først også er det litt sånn gå på skole for å få studielånene og klare å komme seg igjennom.. Foreldrene mine har alltid oppfordret meg til å ta utdanning ved siden av slik at jeg har noe annet enn bare idretten, jeg er sikker på at de hadde støttet meg om jeg hadde valgt å ta noen fri år for å bare satse, men jeg valgte å studere ved siden av idretten fordi jeg ville det».

Utøver 2 støtter dette samtidig som han sier at en av foreldrene syns han skal ta utdanning parallelt:

«..Det er jo for å ha noe å falle tilbake på når jeg ikke skal satse på ski lengre. En trygghet å ha sånn at hvis jeg ikke skulle lykkes med satsinga på idretten så har jeg alltid noe jeg kan falle tilbake på da. Men om jeg kunne valgt helt selv ville jeg valgt å kun satse på langrenn nå som jeg kan, men mamma sier jeg må ta utdanning samtidig.. Det er jo nå jeg kan bli god så da må jeg jo kjøre på nå som jeg kan også får skole gå som det går, men jeg klarer jo å komme igjennom det også.»

Utøver 3 vier til at råd fra lærere og andre medspillere har gjort at han har valgt å kombinere toppidrett med utdanning:

«..Det er en kombinasjon av råd jeg har fått fra lærere og erfaring fra andre spillere som kommer tilbake fra idretten og ikke har noe da. For idretten er ikke så stort at man, med mindre man er i verdenstoppen blir man ikke millionær med det første. Så det er ikke som fotball som man kan leve på resten av livet. Så man er nødt til å ha noe man kan komme tilbake til da. Og plutselig kan man bli skadet og da sitter man der så det er for å ha noe å falle tilbake på om det går skeis. Og derfor valgte jeg å studere her med idrett som jeg er glad i».

Utøver 4 ønsker flere bein å stå på i tilfelle en blir skadet i idretten:

«..Det er for å ha flere bein å stå på, slik at hvis idretten ikke går som jeg vil så har jeg noe å falle tilbake på. Plutselig kan man bli skadet slik at man ikke får drevet med idretten, derfor er det kjekt å ha det i bakhånd da».

I motsetning til idretten hvor utøverne svarte at de drev med idretten for gleden av å drive aktiviteten og mestringsfølelsen den ga så er det mer de ytre faktorene som styrer deres valg i forhold til utdanningen. Ut i fra det informantene sier så kan det se ut som det er de ytre faktorene som styrer motivasjonen til å ta høyere utdanning, slik som studielån ved å studere og å ha en utdanning etter endt idrettskarriere som er en belønning ved å ta høyere utdanning.

5.2.2 Kompetanse

Når vi nå har sett på autonomien for utdanningen så vi at det var ytre faktorer som spilte inn for hvorfor utøverne valgte å studere. Det vil si at det var ytre motivasjon som motiverte utøverne til å studere. Dette kan muligens ha en sammenheng med hvordan utøverne føler de mestrer skolefagene.

Utøver 1 slår fast at det ofte er tungt, men at han kommer seg igjennom:

«..Skolen går greit, jeg kommer igjennom, men det er fryktelig tungt innimellom. Det blir som regel et skikkelig skippertak for å greie det. Jeg vil ikke si jeg er spesielt flink, men jeg kommer da igjennom og sitter forhåpentligvis igjen med en utdanning til slutt».

Utøver 2 klarer seg bra siden han tar ting lett:

«.. Jeg synes det går ganske bra egentlig, ingen av fagene jeg tar som er spesielt vanskelige. Jeg har egentlig alltid vært ganske flink på skolen, tar ting ganske fort».

For at det skal gå greit må man være disiplinert i følge utøver 3:

«..Jeg føler skolen går greit, det er ikke så vanskelig, det handler om å være disiplinert og planlegge litt slik at man setter av tid til skolen for å jobbe».

For utøver 4 varierer det avhengig av fagene han har:

«..Vil si jeg er sånn passe flink hvertfall. Noen fag går bedre enn andre selvfølgelig, men jeg synes da det går greit».

Når vi så på kompetanse for utøverne i idretten, var alle utøverne helt klare på at de følte en mestring av idretten. Mens mestringsfølelsen i utdanningen kan ses ut som er ikke fullt så klart til stede. Flere av utøverne sier det at i og med at de bruker så mye tid på idretten, føler de at det ikke er nok tid alltid til å jobbe med skolen og dermed at det går dårligere med studiene.

5.2.3 Tilhørighet

Hvorvidt informantene opplever tilhørighet i utdanningen er neste tema. Utøver 1 vektlegger det at de er flere som satser på toppidrett som positivt:

«..Jeg har ikke no problem med å være sosial med de i klassen, nå er vi noen til i klassen som også satser på det samme som meg, noe som gjør det greiere å satse på idretten».

Å treffe nye venner og folk utenfor idretten vektlegges som positivt av utøver 2:

«..Det er jo en fin mulighet å møte nye venner og treffe litt andre folk utenfor idrettsmiljøet. Samtidig som jeg møter andre som også satser og vil det samme som meg. Men så er det jo også en del av det sosiale rundt skolen man ikke alltid får blitt med på så man blir på en måte litt utenfor og ikke like godt kjent med klassen».

Gleden av idretten overskygger det at han ikke har tid til å være sosial med studiekamerater for utøver 3:

«..Jeg føler jeg går godt overens med de fleste i klassen og være sosial og sånt, men utenom skoletiden er det ikke så mye tid til å henge med klassekamerater, men jeg ser ikke på det som no problem når jeg kan ha det gøy med idretten».

Mens utøver 4 sier han blir en outsider siden han kun møter medstudentene på forelesningene:

«..Vell jeg føler da jeg har god kontakt med de fleste i klassen og kan prate med alle, men jeg ser jo ikke de folka utenom forelesninger og slikt så man blir jo på en måte en outsider da, jeg er jo aldri med å fester no eller no sånne sosiale ting utenom timene på skolen».

Man kan se at også på skolen så er utøverne opptatt av å være sosiale og føle tilhørighet med medstudentene, men at de føler de blir litt utenfor studentmiljøet fordi de satser på idretten og dermed ikke har tid til å være med på alt utenom skoletiden.

5.2.4 Sammendrag

Utøverne har alle selv valgt å ta høgere utdanning, men når vi ser på hvorfor de har tatt dette valget er utøverne veldig samstemte i at det er ytre faktorer som spiller inn for valget av å ta utdanningen ved siden av toppidretten. Når vi ser på behovet for kompetanse ser vi at utøverne er litt forskjellige når det gjelder å føle mestring, men alle forteller at de kommer seg igjennom det og greier seg greit i alle fall. Når det gjelder tilhørighet er utøverne igjen ganske samstemte da de forteller at de ikke har så mye tid til å være med medstudenter utenom skolen, men ser de bare i skole tiden og dermed blir litt utenfor klasse miljøet på skolen. Når det gjelder motivasjonen som ligger i grunn for å ta utdanning er jeg litt mer usikker i forhold til hvordan det var i idretten. Ut i fra de psykologiske behovene vil jeg si at det er ingen av utøverne som får tilfredsstilt alle behovene fullt, men man kan se at det er ingen av utøverne som befinner seg helt til høyre i kontinuumet, altså amotiverte. Det er også tydelig at det er ingen av utøverne som tar utdanningen for gleden og nytelsen av det, altså indre motivasjon. Det er tydelig at det er ytre motivasjon som ligger til grunn for at utøverne tar utdanning sammen med toppidretten.

5.3 Kombinasjonen av idrett og utdanning

For å bli verdens beste i en idrett krever dette en hel del av utøveren som satser. Riktig mengde med trening, god restitusjon mellom øktene og et godt kosthold er noen svært viktige faktorer som må være på plass for å bli best. For å få til dette så krever dette en del tid, noe som kan gå utover en del andre ting i hverdagen. Det å ta høgere utdanning er noe som også krever en del tid for å få gode resultater. Så hvordan er det mulig å kombinere og samtidig prestere på aller høyeste nivå i idretten. Vi har flere eksempler på idrettsutøvere som gjør nettopp dette å kombinere toppidrett med høgere utdanning og som lykkes med det. Vi har utøvere som tar høgere utdanning og samtidig vinner medaljer i idretten. Samtidig så har vi flere utøvere som kun velger å fokusere på idretten og heller vente med utdanning til etter idrettskarrieren. Utøverne påpeker flere sider ved kombinasjonen mellom toppidrett og høgere utdanning. Utfordringen som tid til restitusjon blir trukket frem av både utøver 1 og utøver 2.

«..Restitusjonen blir dårligere samtidig som man ikke får tid til å trene så mye man kanskje ønsker. Totalbelastningen av begge blir til tider veldig stor og da er det vanskelig å restituere seg skikkelig.. Negativt med utdanninga i forhold til ski er jo at det tar mye av den tida forhold til trening og restitusjon».

Utøver 2 vektlegger også at det ikke alltid er like lett å ta fatt på lekser når man er fysisk sliten etter treningen.

«..I og med at jeg har fått sånn toppidrettsstatus og får lov til å ta studie i løpet av 4 år blir det ganske lettere å studere og satse på idretten samtidig. Det gjør at jeg får mer en nok tid til trening.. det er ikke alltid like lett å dra ut på en økt etter skolen, og det er ikke alltid like lett å sette i gang med lekser og slikt etter trening. Kan bli litt sliten».

Utøver 3 trekker frem at han tror det er veldig individuelt det å skulle klare å mestre kombinasjonen av toppidrett og utdanning:

«..det tar jo også krefter å være på skole. Det kan gå utover treningsmengden om man skal bli virkelig god.. jeg føler sjøl jeg er flink på akkurat det der. Jeg tror det er veldig individuelt, men for min del føler jeg det ikke har vært noe problem».

«..Når det er mye å gjøre på skolen med oppgave skriving og sånt så kjenner jeg at det ikke er like lett å skulle restituere meg som det ville vært om jeg hadde bare slappet av».

(utøver 4)

Utøver 1 trekker fram det at idretten går også utover resultatene på skolen:

«..Det ble litt sånn halvt på begge. Det blir fort sånn når man satser på idretten at skolen kommer i andre rekke, men så er det ting på skolen man må møte opp på som fort kan kanskje ødelegge litt for satsingen også».

Ut i fra det informantene forteller, så er det ikke lett å kombinere toppidrett med høyere utdanning. Det å skulle prestere på begge arenaene samtidig krever trolig mye selvdisciplin, at du er ryddig og flink til å planlegge som utøver 3 fortalte om under motivasjon for

utdanningen ovenfor. Utøver 3 forteller også om at han tror det er veldig individuelt om man klarer å mestre kombinasjonen av idretten og utdanning.

6. Konklusjon og avslutning

Det å skulle motivere seg til å prestere på både idrettsarenaen og på skolebenken er vanskelig. Det stilles store krav på begge arenaene, og det kan være vanskelig å klare begge disse kravene samtidig. Stenseth (2011) viser til i sin forskning at utøvere opplever at det er en konflikt i forholdet mellom idretten og utdanningen. Utøverne opplever at utdanningen kommer i konflikt med behovene for autonomi, kompetanse og tilhørighet. Dette ser vi også igjen i det informantene forteller her om det å ta høyere utdanning ved siden av toppidretten. Når toppidretten krever så mye tid som den gjør er det vanskelig for utøverne å føle den sosiale tilhørigheten rundt utdanningen og samtidig kan det være vanskelig å oppnå en god kompetanse når idretten krever såpass mye av utøverne. Som flere av utøverne påpekte at også skolen tar på kreftene og at det å jobbe med skole kan være vanskelig når man er fysisk sliten etter en treningsøkt. De fleste idrettsutøvere er veldig prestasjons orienterte og har et veldig sterkt konkurranseinstinkt når det kommer til idretten. Flere av utøverne jeg intervjuet påpekte nettopp dette, men at dette gjelder stort sett i alt de driver med, også med skolen at de ønsker å oppnå gode resultater også der.

Guro Stenseth (2011) skriver i sin forskning at:

For at man skal klare å studere ved siden av å satse for fullt på idretten kreves det stor disiplin, da det kan være hardt å studere på egenhånd slik mange av idrettsutøverne må. For mange idrettsutøvere er det økonomien som gjør at de begynner å studere, og det er dette som er motivasjonen til å begynne med. Etter hvert som en blir bedre i idretten klarer de fleste av utøverne seg uten den økonomiske støtten fra lånekassen og velger derfor å kutte ut studiene. (s.70)

Dette er noe vi ser igjen i det informantene forteller om her også. Utøver 3 som fortalte om at det kreves stor disiplin for å mestre kombinasjonen av toppidretten og utdanningen. Vi så også at utøver 1 fortalte om at støtten fra lånekassen var en av grunnene han valgte å ta høyere utdanning. Ut i fra det informantene har fortalt ser det ut som de fleste er litt negative til det å

kombinere toppidretten med utdanningen, og at de fleste føler det at utdanningen hemmer dem litt i deres satsing på idretten.

6.1 Kritisk blikk på egen forskning

Som sagt er denne oppgaven en bacheloroppgave som jeg skriver uten å ha noe tidligere erfaring av å drive med forskningsarbeid, og siden jeg heller ikke har noen særlig erfaring når det gjelder intervju kan oppgaven inneholde feilkilder.

6.2 Videre forskning

Etter nå å ha sett på hvordan toppidrettsutøverne opplever kombinasjonen av toppidrett og høgere utdanning, ville det vært interessant å sett på hvordan man kunne tilrettelegge for kombinasjonen bedre på utdanningsinstitusjonene, som gjør det lettere å kombinere toppidrett med høgere utdanning.

Literaturliste:

Brattenborg, S. & Engebretsen, B. (2010). *Innføring i kroppsøvingsdidaktikk*. Kristiansand: Høyskoleforlaget AS

Bråten, I. (2002). Pedagogisk profil – indre motivasjon i individuelt og sosialt perspektiv. Lokalisert Februar 2013 på http://studorg.uv.uio.no/pedagogiskprofil/02_04_02.html

Bugge, M. (2012, 4. Oktober). Ser landslagsutøvere som leser mellom øktene. De beste sover. Aftenposten. Lokalisert på <http://sport.aftenposten.no/sport/langrenn/article252753.ece>

Dalland, O. (2007). *Metode og oppgaveskriving for studenter (4.utg.)*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum press.

Imsen, I. (2010). *Elevenes verden: Innføring i pedagogisk psykologi*. Oslo: Universitetsforlaget AS.

Jakobsen, A, M. (2012). [Figur] *Motivasjonsteori som utgangspunkt for å skape et best mulig læringsmiljø i kroppsøving*. Lokalisert februar 2013 på <http://idrottsforum.org/jakobsen121010/>

Johannessen, A., Tufte, P. A. & Christoffersen, L. (2011). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode (4.utg.)*. Oslo: Abstrakt forlag.

Olympiatoppen. (2013). Hva er toppidrett. Lokalisert på http://www.olympiatoppen.no/om_olympiatoppen/organisering/strategi/hvaertoppidrett/page910.html

Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2002) *Handbook of Self-Determination Research*. New York: University of Rochester Press

Stenset, G. (2011). *Toppidrett og Utdanning: Selvbestemmelsesteoriens betydning for utøvernes valg*. (Masteroppgave). Lokalisert på <http://ntnu.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2:431030>

Stormoen, S. E. (2012, 4. Oktober). Northug-trener: - Vås å kombinere toppidrett og utdanning. VG. Lokalisert på <http://www.vg.no/sport/ski/langrenn/artikkel.php?artid=10046715>

Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode* (3.utg.). Bergen: Fagbokforlaget.

Vedlegg

Vedlegg nr. 1:

Informasjonsskriv til deltagere på bachelorgradsprosjekt

Undertegnede er i gang med et bachelorgradsprosjekt ved høghskolen i Hedmark, campus Elverum med følgende tittel:

«Pokaler og bøker».

Hensikten med prosjektet er å undersøke hvilke opplevelser utøvere har med å kombinere toppidrett med utdanning ved høghskole/universitet

Stikkord om temaer som vil bli berørt:

- Meninger, holdninger og erfaringer rundt tema
- Rammebetingelser for utøveren

I dette prosjektet vil jeg undersøke utøvernes opplevelser om det å kombinerer toppidrett ved at jeg skal intervjuer noen idrettsutøvere i forskjellige idretter som alle er på toppidrettsnivå. Målet med intervjuet er å få frem utøvernes meninger, holdninger og erfaringer om det å kombinere toppidrett med høghskole/universitet gjennom et såkalt dybdeintervju.

Deltagelse i prosjektet er frivillig, deltagerne kan trekke seg når som helst underveis i prosjektet og samtidig få de opplysningene som er registrert gjennom intervjuet slettet.

Prosjektet er godkjent av veileder ved høghskolen i Hedmark, campus Elverum. Alle opplysninger vil bli behandlet konfidensielt, utøvernes navn skal ikke kunne gjenkjennes av hensyn til personvernet. For at dette skal ivaretas, er det nødvendig at utøverne ikke opplyser andre om prosjektet.

Takk for hjelpen

Med vennlig hilsen

Marius Bentstuen Nordby

(prosjektansvarlig)

Bente Ovèdie Skogvang

(Veileder)

Vedlegg nr. 2:

Intervjuguide.

1. Bakgrunn
 - Oppstarten med idretten
 - Tidlig skolegang
 - Familie og venner
 - Spesialisering innen idretten tidlig?
2. Idrettssatsingen og skolegangen nå
 - Studie og idrett
 - Ambisjoner
3. Positivt ved idretten.
 - Hvorfor driver du med idretten?
 - Hvorfor fortsetter du?
 - Hva liker du ved idretten?
4. Negativt ved å drive idrett.
 - Hva liker du ikke ved idretten?
5. Positivt med utdanning.
 - Hvorfor tar du høyere utdanning?
 - Hva liker du med å ta utdanning?
6. Negativt med utdanning.
 - Hva liker du ikke ved å ta utdanning?
7. Kjæreste, familie og venner.

- Hvordan opplever du oppfølgingen/støtten fra de rundt deg til din toppidrettssatsing?
 - Tilrettelegging for tid til kjæreste, familie og venner?
8. Kombinasjonen av toppidrett og utdanning.
- Hvordan er tilretteleggingen for toppidrettssatsing?
 - Hvordan er tilretteleggingen i ditt idrettsmiljø for å ta utdanning?
9. Rammebetingelser for Utdanningen
- Studieløp som passer med toppidrettssatsingen.
 - Idrettspermisjon.
 - Obligatoriske emner og fag.
 - Fornøyd med de rammebetingelsene skolen setter for din toppidrettssatsing?
 - Annet?
10. Rammebetingelser for toppidretten
- Leksehjelp på samlinger o.l.
 - Fornøyd med hvordan din klubb/lag legger til rette for å drive utdanningen?
 - Annet?
11. Ambisjoner i idretten og utdanningen.
- Hva er viktigst av yrkeskarrieren eller idrettskarrieren
 - Idrettsprestasjoner?
 - Mål med idretten
 - Mål for utdanningen?

Vedlegg nr. 3:

Samtykke-erklæring.

Jeg bekrefter med dette at jeg har lest informasjonsbrevet til prosjektet «Pokaler og bøker» med Marius Bentstuen Nordby som prosjektleder, og gir mitt samtykke til å delta i prosjektet på de vilkår som er gitt i informasjonsbrevet.

Dette innebærer at jeg deltar i et intervju med prosjektleder som omhandler det å kombinere toppidrettsutøvelse med utdanning ved høyskole eller universitet.

Jeg er klar over at deltagelse i prosjektet er frivillig, at jeg kan trekke meg når som helst underveis og samtidig få alle opplysninger registrert om meg slettet. Det vil ikke bli gitt ut opplysninger i skrivingen av oppgaven som kan føres tilbake til undertegnede.

Dato, Underskrift (deltager)

