

## Sammendrag

I denne masteroppgaven har jeg forøkt å belyse talentfulle jenters opplevelser og erfaringer, etter å ha vært elever på håndballinjen på private videregående skoler med toppidrettsprogram (VGS). Overgangen fra ungdomsskolen til VGS skjer samtidig med at jentene går fra junior- til seniornivå i håndball. Denne overgangen fører til at jentene er aktuelle for flere talentutviklingsmiljøer og mulighetene for å oppnå suksess øker. De nye mulighetene kan imidlertid også ha enkelte negative innvirkninger. Flere innblandende aktører gjør at det stilles større krav til et velfungerende samarbeid, der koordinerte miljøer er en avgjørende faktor for å lykkes med talentutviklingen i idrett.

Det har vært interessant å få innsyn i jentenes tidligere livsverden: hvordan opplevde de sin egen hverdag og hva var det som fikk de til og enten fortsette, eller slutte med topphåndball? Jeg var spesielt interessert i hva jentene opplevde og hvordan de håndterte spesielle vendepunkt og utfordringer som oppsto? Dette er sentrale spørsmål blant annet fordi det kan bidra til å forhindre at talentfulle idrettsutøvere slutter med idrett.

Formålet med oppgaven har vært å svare på to forskningsspørsmål:

1. Hvordan opplever og erfarer jentene det å være talentfulle elever på private videregående skoler med toppidrettsprogram?
2. Hva skiller de som fortsetter med håndball på et høyt nivå fra de som faller fra?

Studiens empiriske bidrag tar utgangspunkt i en kvalitativ casestudie med åtte dybdeintervju av jenter som har vært elever på private videregående skoler med toppidrettsprogram. Fire av jentene spiller fremdeles håndball på toppnivå, mens de fire andre jentene har sluttet med håndball. Informantene kjennetegnes ved at de ble ansett som talentfulle, har representert regionslag og/eller landslag og ved at de alle hadde ambisjoner om en håndballkarriere. Det empiriske materialet ble så vurdert og tolket i lys av Wylleman og Lavalée (2004) sin modell for karriereoverganger og Urie Brofenbrenners (1979) bioøkologiske modell.

De mest sentrale funnene rundt jentenes erfaringer og opplevelser av å være elev på en VGS er samarbeidet i mikromiljøet. Samhandlingen mellom aktørene er varierende, noe som bidrar til at jentene opplever en stor totalbelastning i årene på VGS. Funnene tyder på at miljøene jentene er en del av i større grad bør samarbeide og fokusere på utøverens utvikling, i et mer langsiktig perspektiv.

De mest sentrale funnene på hva som skiller de jentene som slutter med håndball fra de som fortsetter med håndball på toppnivå, er at de som fortsetter med håndball opprettholder en sterk idrettsidentitet også i etterkant av årene på VGS. Varierende prestasjoner på håndballbanen, store faglige ambisjoner og motgang i form av lite spilletid og skader, førte til at jentene som sluttet med håndball gradvis fikk mindre tilknytning til idretten. Funnene kan tyde på at jentene som fortsetter med håndball på toppnivå klarer å håndtere utforutsette hendelser og motgang bedre enn de som velger å avslutte idrettskarrieren.

# Innhold

<b>Sammendrag</b> .....	<b>3</b>
<b>Innhold</b> .....	<b>5</b>
<b>Forord</b> .....	<b>7</b>
<b>Forkortelser</b> .....	<b>8</b>
<b>Begrepsavklaringer</b> .....	<b>9</b>
<b>1. Innledning</b> .....	<b>10</b>
1.1 Problemstilling .....	12
<b>2. Kontekst</b> .....	<b>13</b>
2.1 Generell idretts- og talentutviklingsmodell .....	13
2.3 Norges Håndballforbund .....	14
2.3 Klubb.....	15
2.3 VGS .....	16
<b>3. Teoretisk rammeverk</b> .....	<b>18</b>
3.1 Wylleman og Lavallee (2004) sin overgangsmodell .....	18
3.2 Overgangsfaser.....	20
3.3 Bronfenbrenners bioøkologiske modell .....	20
3.4 Faktorer som påvirker de ulike fasene i 16 -19 års alderen.....	23
3.4.1 Idrettslige faktorer .....	23
3.4.2 Psykologiske faktorer .....	25
3.4.3 Psykososiale faktorer .....	25
3.4.4 Utdanning .....	26
<b>4. Design og metode</b> .....	<b>27</b>
4.1 Utvalg .....	28
4.2 Forskerens forståelse .....	28
4.3 Forberedelser .....	29
4.4 Datainnsamling .....	29

4.5 Dataanalyse.....	30
4.6 Etiske overveielser .....	33
<b>5. Resultater .....</b>	<b>35</b>
5.1 Skolevalget.....	36
5.2 Overgangen fra ungdomsskolen til VGS .....	38
5.2.1 Hvordan informantene taklet belastningen med mer trening .....	49
5.2.2 Utfordringen med å kombinere skole og håndball .....	40
5.3 Årene på VGS - Kommunikasjon og relasjoner .....	41
5.3.1 Landslaget.....	42
5.4 Overgangen fra ung til voksen .....	43
5.4.1 En tøff beslutning å slutte med håndball .....	44
5.4.2 Foreldrenes betydning .....	45
5.5 Erfaringer og opplevelser i etterkant av VGS.....	45
<b>6. Diskusjon.....</b>	<b>48</b>
6.1 Hvordan opplever og erfarer jentene det å være talentfulle elever på VGS? .....	48
6.2.1 Samspillet i mikromiljøet .....	49
6.2.2 Det sosiale nettverket .....	52
6.2 Hva skiller de som fortsetter med håndball på et høyt nivå fra de som faller fra .....	53
6.2.1 Ambisjoner .....	53
6.2.2 Anerkjennelse og tillit.....	54
6.2.3 Motgang.....	56
<b>7. Oppsummering.....</b>	<b>59</b>
7.1 Begrensninger og videreforskning .....	60
<b>Referanser.....</b>	<b>61</b>
<b>Tabelloversikt.....</b>	<b>71</b>
<b>Figuroversikt .....</b>	<b>72</b>
<b>Vedlegg.....</b>	<b>72</b>
<b>Vedlegg 1:</b> Godkjenning fra Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS .....	72
<b>Vedlegg 2:</b> Informasjonsskriv til informantene.....	74
<b>Vedlegg 3:</b> Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt .....	76
<b>Vedlegg 4:</b> Samtykkeskjema for informantene i studien.....	77
<b>Vedlegg 5:</b> Intervjuguide .....	77

## Forord

Det er min store interesse for håndball som har dannet grunnlaget for denne oppgaven. Gjennom denne interessen har jeg sett at det er svært mange jenter som velger å trappe ned, eller slutte med håndball i etterkant av årene på VGS - hvorfor er det slik? Hva er avgjørende for at noen når de ambisjonene og drømmene de hadde ved inngangen til VGS, mens andre velger å gi opp drømmen?

Håndballhverdagen er preget av usikkerhet, noe prosessen med å skrive en oppgave som denne også er. Jeg har derfor vært veldig heldig som har hatt med meg gode lagspillere dette året. Enkelte har bidratt direkte, i form av faglige råd og innspill, mens andre har bidratt indirekte med inspirasjon, motivasjon og støtte. Alle bidrag har vært viktige.

**Ørnulf Seippel:** min veileder. Takk for konstruktive og grundige tilbakemeldinger.

**Christian Thue Bjørndal:** min biveileder. Din håndballkunnskap, inspirasjon og vilje til å hjelpe meg har vært veldig viktig i denne prosessen. Tusen takk.

**Informantene:** av hensyn til anonymiteten kan navnene deres dessverre ikke nevnes, men uten dere hadde ikke denne studien vært mulig. Dere skal vite at det har vært utrolig spennende og fascinerende å studere deres erfaringer, opplevelser og utfordringer. Tusen takk for at dere stilte opp.

**Medstudenter:** takk for de faglige diskusjonene vi har hatt. De utenomfaglige samtalene og lunsjpausene våre har gitt meg kjærkomne og fine avbrekk i skriveprosessen. En spesiell takk til Marthe – dette året hadde definitivt ikke vært det samme uten deg!

**Hanne:** min mamma. Takk for super korrekturlesing og fornuftige innspill.

**Familie:** for støtten dere har gitt meg gjennom alle år, både på og utenfor skolebenken. Dere er uvurderlige.

Oslo 1. juni 2015

Mari Owren

## **Forkortelser**

### **NHF: Norges Håndballforbund**

Særforbund i NIF. Administrator og organisator av norsk håndballaktivitet.

### **NIF: Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité**

Norsk idretts øverste organ bestående av 19 idrettskretser og 54 særforbund.

### **NTG: Norges Toppidrettsgymnas**

### **NSD: Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS**

Aksjeselskap eid av Kunnskapsdepartementet som skal sikre dataformidling og tjenesteyting ovenfor forskningssektoren.

### **VGS: Private videregående skoler med toppidrettsprogram**

## **Begrepsavklaringer**

### **Identitet:**

En persons ”sosiale plassering”. Identiteten bestemmes av de forskjellige rollene personene har (Stenby, 1980).

### **Private videregående skoler med toppidrettsprogram:**

Blir i denne oppgaven betegnet som VGS.

Videregående skoler med toppidrettstilbud som går lenger enn læreplanene for studieretning idrettsfag (Olsen, 2005, s.126).

### **Spillerutvikling/Talentutvikling:**

Talentutviklingsfasen handler om å sørge for å tilby et optimalt læringsmiljø, slik at utøveren har en best mulig sjanse til å realisere sitt potensiale (Williams & Reilly, 2000).

### **Talent:**

Egenskaper, kompetanse og ferdigheter basert på medfødt potensial og utvikling som utøveren tilegner seg gjennom trening og samspill med miljøet (Henriksen, 2010).

### **Talentidentifisering:**

Identifisere hvilke utøvere som har et potensiale til å bli eliteutøvere

## 1. Innledning

Det er 116 000 aktive håndballspillere i Norge, og av disse er cirka to tredjedeler jenter (Andersen, 2015). Til tross for håndballens store tilslutning på jentesiden, er det velkjent at det er flere jenter enn gutter som slutter med organisert idrett i løpet av barne- og ungdomsalderen (Seippel, 2005). Seippel, Strandbu og Sletten (2011) viser i sin studie "Ungdom og trening - Endring over tid og sosiale skillelinjer", at mer enn halvparten av unge mellom 12 til 15 år deltar i organisert idrett, men at omtrent en tredjedel gir seg i løpet av ungdomstiden og mot slutten av VGS (Seippel et al., 2011).

Blant aktive håndballspillere er to tredjedeler av medlemsmassen under 17 år. Disse tallene samsvarer med Seippel et al. (2011) sine funn, og viser at utfordringen med å få håndballspillere til å fortsette med idretten etter at de passerer 16 år gjelder på tvers av idretter. Hvordan man kan unngå at så mange slutter med idrett, er et av de mest aktuelle fokusområdene i norsk idrett.

Samtidig som norsk idrett forsøker å begrense frafallet er et annet stort fokus hvordan vi kan forbedre tilretteleggingen av en helhetlig utvikling for morgendagens toppidrettsutøvere (Olympiatoppen, 2013). En viktig utviklingsperiode for utøvere som forsøker å nå toppen er 15-19 års alderen. I denne perioden øker kravene til treningsmengde, konkurranser og prestasjoner, og utøverne er nødt til å tilpasse seg en ny treningshverdag med mange nye aktører. Samtidig som utøverne må takle nye krav i idretten skjer det også store omveltninger i ungdommenes liv forøvrig, slik som overgangen til VGS (Wylleman & Lavalley, 2004). I tråd med en skolepolitikk preget av et bredt utdanningstilbud er det etablert flere VGS der elevene får mulighet til å fokusere på sportslig utvikling, samtidig som de oppnår generell studiekompetanse. Kunnskapsdepartementet (2009) hevder at denne kombinasjonen skal tilrettelegge for at ungdommen både kan fullføre VGS og satse på idrett, samt redusere frafall fra idretten i ungdomsårene.

Overgangen til VGS medfører høyere akademiske krav, og ungdommene er ofte ikke tilstrekkelig forberedt på hva som venter dem etter ungdomsskolen. Mange idrettselever velger å slutte på VGS før de har fullført alle tre skoleårene (Dønnestad, 2011). Krav og forventninger som stilles til gode prestasjoner både i skolen og på



idrettsarenaen kan, ifølge Miller og Kerr (2002), være en medvirkende faktor til at en av arenaene velges bort.

Forskning som har sett på hvorfor kombinasjonen idrett og utdanning kan føre til frafall har i hovedsak tatt for seg barn og ungdom frem til de er 16 år eller eliteutøvere. De fleste studiene er deskriptive tverrsnitt og gir ikke et dypere innblikk i utøverens livsverden og hvilke faktorer og forhold som leder til ulike utfall. Så vidt meg bekjent, er det gjort lite eller ingen forskning som ser på aldersgruppen 15-19 år sine helhetlige erfaringer og opplevelser i kombinasjonen skole og idrett, og hvordan det leder til ulike utfall i idrettskarrieren.

Denne studien sikter på å undersøke forhold knyttet til skolegang og idrettskarriere blant unge talentfulle kvinnelige håndballspillere. Jentene i denne studien har ikke sluttet med idrett i løpet av barne- og ungdomsårene, men fortsatte med idrett etter at de var 16 år. Alle jentene har fullført de tre årene på VGS. De har klart seg gjennom alle stadiene som preges av et stort frafall og representerer det George og Bennett (2005) vil kalle en avvikende case. Dette er utøvere en antar har alle forutsetninger for å nå langt i voksenidretten. Hvorfor er det da slik at noen slutter, mens andre fortsetter inn i toppidretten når de i utgangspunktet starter VGS med mange av de samme forutsetningene, ambisjonene og drømmene? Hva er det som leder til de ulike utfallene? Hvilke hendelser og erfaringer preger beslutningsprosessene som leder til en fortsatt satsning eller frafall?

Gjennom åtte intervjuer med fire jenter som har sluttet med håndball og fire som fremdeles spiller, er håpet at studien skal bidra til økt innsikt i hvordan samspillet mellom ulike aktører påvirker unge talentfulle idrettsutøvere. Det er spesielt lagt vekt på forholdet idrett og skole - kunnskap som kan lede til en enda bedre tilrettelegging fra skoler, klubber og lokalmiljøer.

Oppgaven er organisert i 7 kapitler. Kapittel 1, 2 og 3 omhandler innledning, beskrivelse av kontekst og studiens teoretiske rammeverk. I kapittel 4 beskrives den metodiske tilnærmingen. Resultatene presenteres i kapittel 5, diskuteres i kapittel 6 og oppsummeres i kapittel 7.

## **1.1 Problemstilling**

Hensikten med studien er å undersøke håndballjenters livsverden med utgangspunkt i hvordan de opplever det å være elev på VGS. Hvilke faktorer er avgjørende for at håndballjenter ender opp med å ta ulike valg etter tre år på VGS? Hvilke utfordringer opplever de som sentrale for sine valg? For å få en helhetlig forståelse av jentenes livsverden benyttes Wylleman og Lavallee (2004) sin modell for karriereoverganger og Brofenbrenners økologiske modell (1979) som teoretiske rammeverk. Studien tar utgangspunkt i to forskningsspørsmål:

1. Hvordan opplever og erfarer jentene det å være talentfulle elever på VGS?
2. Hva skiller de som fortsetter med håndball på et høyt nivå fra de som faller fra?

## 2.0 Kontekst

Strukturert talentidentifisering og utvikling blir fremhevet som en av faktorene for internasjonal sportslig suksess. Suksessen i norsk håndball er oppnådd gjennom en alternativ tilnærming. Den norske modellen inkluderer frivillige idrettsorganisasjoner, lokal klubbvirksomhet og en stor andel frivillige trenere. For å gi en forklaring på hvordan talentutviklingssystemet fungerer i Norge beskrives : (a) den generelle idretts- og talentutviklingsmodellen, (b) Norges Håndballforbund (NHF), (c) klubbene og deres særtrekk og (d) VGS

### 2.1 Generell idretts- og talentutviklingsmodell

Fundamentet i de nordiske landene er at den organiserte idretten er basert på frivillighet og i stor grad tilrettelagt gjennom idrettslag (Seippel & Ibsen, 2010). Det er i de lokale idrettslagenes grunnleggende verdier utarbeides og gode treningsrutiner for fremtidige prestasjoner legges. I stort sett alle idrettslag er frivillig ulønnet arbeid og dugnadsarbeid uunnværlig, noe som står i kontrast til flere vestlige samfunn. Der det i hovedsak er kommunen, skolen eller private aktører som tilbyr idrettsaktiviteter (Bergsgard, Houlihan, Mangset, Nødland og Rommetved, 2007).

Norsk håndball er preget av en hierarkisk organisasjonsstruktur der flere sentrale aktører fungerer svært selvstendig (Bjørndal, Rognlan & Andersen, under trykking). Klubb, skole og utviklingstiltak i regi av regionene og NHF sentralt, spiller en nøkkelrolle i talentutviklingen av håndballspillere. Det er ingen av aktørene som har instruksjonsmyndighet over de andre, så samspillet er avgjørende for at aktørene skal lykkes med både talentutvikling og breddeidrett (livslang idrettsdeltagelse).

Etter hvert som utøverne blir eldre, åpner det seg flere utviklingsmuligheter. Dette gjør at utøverne kan ha flere mulige veier til suksess. Utfordringen er at alle mulighetene også kan bidra til å skape utfordringer. For utøverne som er av de beste i sine årsklasser medfører økte muligheter at det blir flere aktører å forholde seg til. Bjørndal et al. (under trykking) eksemplifiserer kompleksiteten ved å vise til at en 17-åring ofte kan forholde seg til mellom ti og tjue forskjellige trenere på ulike arenaer (eksempelvis i klubben, på skolen, i regionale aktiviteter og på landslag). Mange

involverte aktører gjør det krevende å finne balansen mellom fordelene ved trening og konkurranse knyttet til risikoen for overforbruk og overbelastning.

Andersen, Bjørndal og Rognlan (under trykking) poengterer at all organisert idrett, som barne-og ungdomsidrett, breddeidrett, og toppidrett i hovedsak er drevet innenfor den samme organisasjonsstrukturen. Andersen og Rongland (2012) kaller dette en "segmentert struktur" hvor hvert enkelt særforbund (f.eks ski, håndball, orientering) har ansvar for alle aktiviteter innenfor sin idrettsgren. I de nordiske landene er det ingen nasjonale systemer for tidlig talentidentifisering. Det er særforbundene som har ansvaret for å balansere kombinasjonen av breddeidrett og målrettet talentutvikling i ungdomsidretten (Andersen et al., under trykking). Norsk kvinnehåndball gir en god illustrasjon av de viktigste kjennetegnene ved slike talentutviklingsystemer.

## **2.2 Norges Håndballforbund**

NHF består av en sentral administrasjon og syv autonome regioner. I sine strategiplaner bruker NHF begrepet "spillerutvikling" fremfor det internasjonale og mer brukte begrepet "talentutvikling". For å utvikle talenter til elitehåndball har NHF startet en rekke spillerutviklingstiltak. Hensikten med tiltakene er å: 'legge til rette for en helhetlig utvikling av talentfulle idrettsutøvere til nasjonalt og internasjonalt toppnivå' (NHF, 2013a, s. 9). Tiltakene baseres på samspillet mellom skolens aktiviteter, klubbens aktiviteter, NHF sine regionale utviklingstiltak, sentrale utviklingstiltak som ungdomslandslagene og individuelle behov (NHF, 2013a).

På toppen av NHF sin spillerutviklingsmodell finner vi ungdomslandslagene som er inndelt i et aldersspenn på to år. Målet med ungdomslandslagene er å kvalifisere utøvere til internasjonale konkurranser. Dette oppnås gjennom å: 'Finne- og stå for valg av håndballtalenter med langsiktig utviklingspotensial' (NHF, 2013a, s. 12). Bjørndal et al. (under trykking) nevner at graden av koordinering og kommunikasjon mellom ungdomslandslaget og andre sentrale aktører som for eksempel klubber og VGS er varierende. De poengterer at det er avsatt få ressurser til denne koordineringen.

NHF deler seriespillet er inndelt i aldersklasser på; 12, 14, 16, 18 og 20 år (Andersen, 2014). I sine bestemmelser poengterer NHF at: 'spillere som ikke har fylt 16 år bare kan delta i sin egen aldersklasse og den klassen umiddelbart over' (Norges Håndballforbund, 2013b). Når en utøver fyller 16 år åpnes muligheten for å spille seniorhåndball samt at det er mulig å spille i tre aldersbestemte klasser.

### **2.3 Klubb**

Ungdomstrenere i klubber er hovedsakelig foreldre eller andre frivillig som ikke er knyttet til foreldregruppen og det er ingen formelle krav for å trene ungdom i Norge. De fleste klubbene har utarbeidet mål for hvert lag og hovedmålene relateres ofte til kvalifiseringer og konkurranser i regionale og nasjonale mesterskap. I kombinasjon med klubbens kortsiktige resultatmål skal de sette utøvernes utvikling i et langsiktig perspektiv. Resultatmål og resultater i konkurranser er derfor ikke alltid forenlig med strategiene for å fremme langsiktig idrettslig utvikling (Bjørndal et al., under trykking).

Både klubb-, regions-og landslag har ofte resultater de skal oppnå og fokuset på langsiktig talentutvikling kan fort settes i andre rekke. VGS deltar ikke i konkurransebaserte aktiviteter som eksempelvis mesterskap og seriespill. De er dermed den eneste sentrale aktøren innenfor denne utviklingsmodellen som utelukkende har mulighet til å fokusere på utøverens langsiktige utvikling.

Alder	13	14	15	16	17	18	19	20	
Klubb	Klubbtrening/regionale turneringer /								
		Nasjonalt mesterskap		Nasjonalt mesterskap		Nasjonalt mesterskap			
NHF Regionalt nivå	Spillerutvikling i sone og region								
		Talent-samlinger	Regionalt landslagsmiljø						
			Nasjonalt mesterskap for regionslag (Bjerkedal Cup)		Nasjonalt mesterskap for regionslag				
Skole				VGS	VGS	VGS			
NHF Nasjonalt nivå		Talent-samlinger	Ungdomslandslag						
					Europa-mesterskap	Europa/ verdens-mesterskap	Europa/ verdens-mesterskap	Europa/ verdens-mesterskap	

**Figur 2.1:** Aktivitetstilbud i ungdomshåndballen (NHF, 2013a, s. 9).

## 2.4 VGS

De første VGS ble etablert i Norge i 1980-årene fordi NIF ønsket at ungdommer skulle være aktive i sine respektive idrettslag så lenge som mulig. De ønsket også å tilrettelegge for at ungdom som ville satse på idrett kunne oppnå sportslig utvikling og resultater (NIF, 2009). VGS er i dag et treårig utdanningsløp for de som ønsker å fokusere på utvikling av sitt idrettstalent samtidig som de oppnår studiekompetanse (NTG, u.å.; WANG, u.å.). Det er i dag ni VGS som underviser i håndball i Norge. I 2015 fikk skolene bevilget i overkant av 35 millioner kroner fra statsbudsjettet for å tilrettelegge for ungdom som ønsker å kombinere skole med idrett (Utdanningsdirektoratet, 2014). Det finnes også mange fylkeskommunale VGS med toppidrettsprogram, men mens deres profil i mye større grad varierer så står det sportslige sentralt hos alle VGS. Alle VGS stiller i tillegg til karakterkrav også krav til elevenes sportslige prestasjoner og ferdigheter ved inntak.

De fleste VGS rekrutterer utøvere fra lokale og regionale miljøer. For å sikre at elevene er blant de beste i sin idrettsgren, og takler store treningsmengder, gjennomfører

flere av skolene inntakssamlinger (NTG, u.å.; Wang, u.å.). Skolene markedsfører seg selv ved at de skal promotere individuell spillerutvikling i samarbeid med klubb og forbund. I tillegg vektlegges det at utøvere skal få en helhetlig oppfølging i et godt treningsmiljø, med gode treningsfasiliteter og kvalifiserte trenere. Elevene skal få de beste mulighetene til å utvikle seg som håndballspiller (NTG, u.å.; Wang, u.å.).

De som velger VGS opplever at både treningsbelastningen og den totale belastningen øker betraktelig fra ungdomsskolen. For å oppnå generell studiekompetanse krever Utdanningsdirektoratet (2012) at elevene har minimum 30 skoletimer med fag per uke over tre år. Ved siden av klubbaktivitet og de fastsatte skoletimene har elevene begynt på et skoleprogram som har mellom 3-5 treningsøkter i uka. For å få tilstrekkelig antall skoletimer og treningsøkter blir skoledagene betraktelig lenger enn på ungdomsskolen hvor de kun måtte forholde seg til 30 skoletimer per uke (Utdanningsdirektoratet, 2012). Denne endringen kan resultere i en stor helhetlig belastning og potensielt øke risikoen for skader. En forutsetning for å forhindre dette er et velfungerende samarbeid mellom klubb og skole.

### **3. Teoretisk rammeverk**

Hensikten med studien er å belyse jentene erfarer og opplever det å være talentfull på VGS. Hva som skiller de som fortsetter med håndball etter VGS fra de som faller fra vil også bli belyst. For å belyse disse prosessene er det nødvendig å få en forståelse av: a) hvordan utøverne mestrer overgangen fra ungdomsskolen til VGS, b) hva som skjer i årene på VGS, c) den avgjørende fasen fra ungdoms til voksenidretten og d) erfaringene og opplevelsene de sitter igjen med fra hverdagen som ung talentfull håndballspiller på VGS.

Denne studien er basert på Wylleman og Lavalée (2004) sin modell for karriereoverganger og Bronfenbrenners (1979) sin bioøkologiske modell. Sammen danner de to modellene et overordnet teoretisk rammeverk for å forstå utviklingsforløp og samspillseffekter i en idrettskarriere. Wylleman og Lavalée sin modell for karriereoverganger gir en helhetlig forståelse av idrettslig utvikling fra barn til voksen og beskriver de ulike overgangsfasene en idrettsutøver går gjennom. I forlengelsen av dette gir Bronfenbrenners bioøkologiske modell oss et bakteppe for å forstå hvordan samspillseffekter mellom ulike miljøer både direkte og indirekte påvirker menneskelig utvikling.

#### **3.1 Wylleman og Lavalée (2004) sin overgangsmodell**

Wylleman og Lavalée (2004) sin modell beskriver fire ulike dimensjoner ved et utviklingsforløp: idrettslig, psykologisk, psykososialt, utdanning og yrke, og hvordan de samsvarer med hverandre. Modellen er mye brukt til å se på faktorer som leder til karriereavgang for eldre idrettsutøvere eller toppidrettsutøvere, og hvordan de takler overgangen fra en aktiv idrettskarriere til livet etter idrettskarrieren (Stambulova, 2010; Wylleman og Lavalée, 2004; Wylleman & Reints, 2010). Selv om modellen beskriver hvilke overganger en idrettsutøver må forholde seg til, gir den ikke konkrete beskrivelser av endringsprosessene en utøver går gjennom i de ulike stadiene.



Alder	14	15	19	20	25	26	
<b>Idretts- utvikling</b>	Innføringsfasen	<b>Utviklingsfasen (junior til senior)</b> 1 2 3 4				Perfeksjonsfasen	Avslutningsfasen
<b>Psykisk- utvikling</b>	Barndom	<b>Ungdomsårene (Pubertet)</b>				Ung voksen	Voksen
<b>Psykososial- utvikling</b>	Foreldre Søsken Venner	<b>Venner Trener Foreldre</b>				Kjæreste Venner Trener Foreldre	Familie Trener Venner Kolleger
<b>Utdanning/ Jobb</b>	Grunnskolen	<b>Videregående (Toppidrettsgymnas)</b>				Høyere utdanning/jobb	Yrkeskarriere

**Figur 3.1:** Faser i en håndballkarriere (Fritt etter Wylleman & Lavalley, 2004).

Den første dimensjonen i modellen ser på ulike stadier i selve **idrettskarrieren**. I innføringsfasen blir unge idrettsutøvere introdusert for organisert idrett og det er her de danner grunnlaget for idretts glede og livslang idrettsdeltakelse. I den neste fasen; utviklings- og spesialiseringsfasen, vil enkelte utøvere ha utviklet ferdigheter som ofte fører til at de synes det er gøy og meningsfullt å investere mer tid og innsats i idretten. Perfeksjonsfasen er perioden utøverne eventuelt etablerer seg på et høyt stabilt nivå i voksenidretten (Wyllemaan og Lavalley, 2004). Den andre dimensjonen i modellen, **psykologisk utvikling**, beskriver utviklingsstadiene og overgangene som skjer på et individuelt og personlig plan. Dette inkluderer barndom, oppvekst, ungdom, ung voksen og voksen. I ungdomstiden er eksempelvis identitetsdannelse en sentral del av ungdommens utvikling. Den tredje dimensjonen beskriver **psykososial utvikling** og hvordan den kan ses i sammenheng med det som skjer i idrettskarrieren. Innenfor denne dimensjonen er det relasjoner til forskjellige grupper og medmenneskelige forhold som har innvirkning på og er av betydning for utøveren (Wylleman & Lavalley, 2004). Eksempelvis kan en treners kjennskap til utøverens personlige egenskaper bidra til en bedre forståelse av utøvernes totalsituasjon. Modellens fjerde og siste dimensjon inneholder spesifikke hendelser og overganger som skjer på **utdanning- og/eller yrkesrettet** nivå. Dette inkluderer overgangen fra barne- til ungdomsskole og deretter

til VGS. Etter VGS kan overgangen være ut i arbeidslivet eller til høyere utdanning ved enten universitet eller høyskoler.

### **3.2 Overgangsfaser**

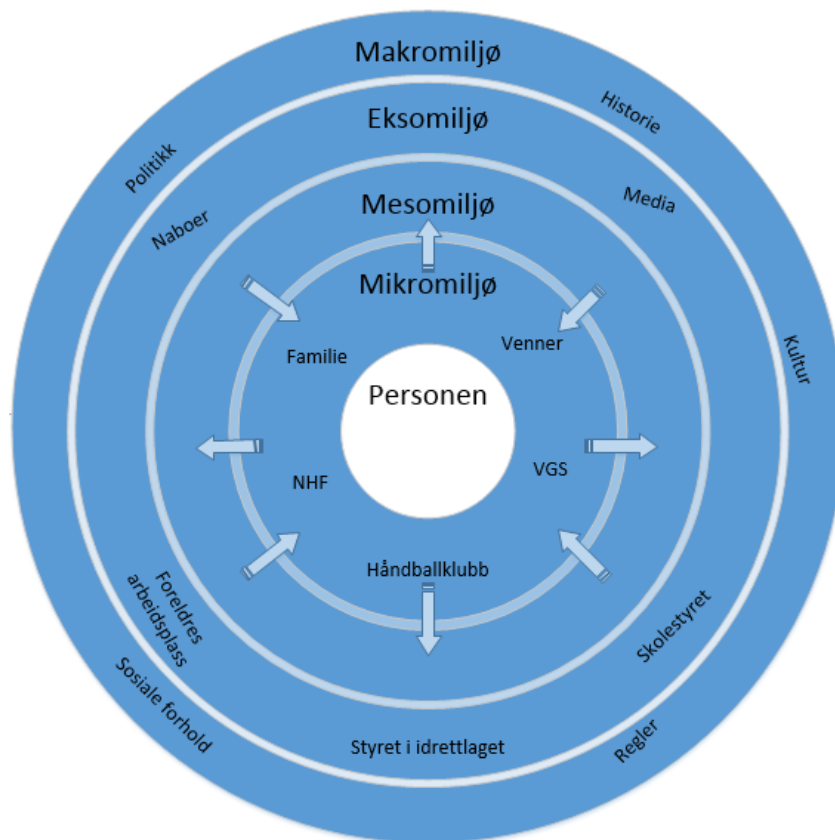
En overgang oppstår når en utøver går fra et stadium til et annet. I denne konteksten er overganger et resultat av endrede hverdagskrav i idretten, på det psykologiske plan, i psykososiale forhold eller utdannings-/yrkeskarrieren. For å få en optimal hverdag må det være et samsvar mellom de krav som stilles i overgangsfasene både i og utenfor idretten. Når det oppstår endringer skjer dette enten i en enkelt dimensjon eller innenfor flere dimensjoner samtidig, noe som medfører at krav og forventninger endres (Wylleman et al., 2004; Alfermann & Stambulova, 2007). Det finnes både likheter og ulikheter mellom karriereoverganger, enten de er forutsigbare (normative) eller ikke-forutsigbare (ikke-normative). Alle karriereoverganger har imidlertid to mulige utfall: avslutning eller fortsettelse (Wylleman & Lavallee, 2004).

Forutsigbare overganger kan eksempelvis være knyttet til sosialiseringprosessen, skolebytte fra ungdomsskolen til VGS eller overgangen fra junior- til seniornivå innenfor idretten (Wylleman & Lavallee, 2004). Dette er overganger de fleste utøvere har kjennskap til og som er forutsigbare. I de tilfellene utøverne er oppmerksomme på hva som venter dem er det ikke nødvendigvis problemfritt, men det er ofte lettere å møte overgangen. I motsetning til forutsigbare overganger, forekommer ikke-forutsigbare overganger på ubestemte tidspunkt og de kan være vanskelig å takle (Wylleman & Lavallee, 2004; Alfermann & Stambulova, 2007). For idrettsutøvere kan disse uforutsette overgangene eksempelvis omfatte skader, overtrening, bytte av trener og bytte av lag. I tillegg kan det omfatte uventede faktorer som for eksempel det at utøverne ikke klarer å kvalifisere seg for konkurranser eller til å bli en del av laget (Wylleman & Lavallee, 2004).

### **3.3 Bronfenbrenners bioøkologiske modell**

Bronfenbrenners (1979) modell forklarer hvordan utviklingsforløp er et resultat av samspill mellom de forskjellige arenaene et menneske opptrer på (eksempelvis klubb, skole, landslag og hjemmet). En idrettsutøver deltar i flere ulike miljøer samtidig, og praksis, normer og regler i de ulike miljøene er ofte forskjellige. Det er dermed mange miljøer som er med på å påvirke utøverens identitetsdannelse og ferdighetsutvikling.

Bronfenbrenner (1979) vektlegger at utvikling og tilpasninger mellom individ og miljø skjer kontinuerlig gjennom hele livsløpet og at det er en gjensidig påvirkning mellom individ og miljø. Han illustrerer at det økologiske miljøet kan forstås som et sett med nivåer med individet i sentrum, og han kaller disse: mikro-, meso-, ekso-, og makromiljøer. De ulike miljøene endres etter hvert som en utøver går inn i en ny livsfase og får kjennskap til nye miljøer, eksempelvis fra barn til ungdom.



**Figur 3.2:** Håndballspillerens miljøer (Basert på Bronfenbrenners bioøkologiske modell, 1979).

**Mikromiljøet** er de primære sosialiseringarenaene hvor utøveren aktivt deltar, eksempelvis i familien, skolehverdagen eller idrettsaktiviteter i regi av idrettslaget (Bronfenbrenner, 1979). På dette nivået skjer påvirkning gjennom direkte samhandling, opplevde hendelser og aktiviteter utøveren er direkte involvert i. **Mesomiljøet** utgjør samspillet som finnes mellom to eller flere mikromiljøer utøveren er aktiv innenfor. Samspillet kan både være motstridene og samsvarende, og mesomiljøet viser hvordan

det som skjer i én situasjon kan påvirke andre situasjoner (ibid). Hjem-idrettsklubben, hjem-skole, hjem-vennekrets osv. kan være eksempler på mesomiljø.

**Eksomiljøet** omhandler utenforliggende arenaer der personen selv ikke deltar, men hvor det likevel skjer hendelser og samhandling som påvirker personen (ibid). Utøverens oppvekstmiljø, skolestyret, styret i idrettslaget og foreldrenes arbeidsplass er eksempler på aktører i eksomiljøet. Innenfor idretten kan eksomiljøet eksempelvis være forhold som at kommunen skal bygge et nytt idrettsanlegg eller anleggenes åpningstider og tilgjengelighet. Et eksempel innenfor håndballen er samhandling mellom klubber og regioner, og for eksempel hvordan spilltilbudet (som bestemmes av regionene) betinger utviklingsmuligheter for den enkelte utøver (som deltar i klubben). **Makromiljøet** referer til de overordnede kulturelle, organisatoriske og kontekstuelle forholdene som omhandler og virker inn på alle de underliggende miljøene i modellen (ibid). En utøver er aldri direkte tilstede i makromiljøet, men det som skjer i dette miljøet har allikevel stor påvirkning. Samfunnet har for eksempel i en årrekke lagt premisser for hva idretten (NIF) og skolene skal fokusere på gjennom sentrale styringsdokumenter. Utvikling av unge idrettsutøvere er et omfattende tema og har stor betydning for hvor langvarig idrettsdeltakelsen blir. Makromiljøet er den overordnede kulturen der de tre andre miljøene er innebygd. Eksempelvis kan den nordiske idrettsmodellen (Ibsen & Seippel, 2010) påvirke sportslig utvikling annerledes enn den skolebaserte idrettsmodellen som finnes i vestlige land.

Bronfenbrenners modell (1979) viser hvordan miljøet og individet gjensidig påvirker hverandre. Den gjensidige påvirkningen kjennetegner enhver sosial situasjon, men evnen til å møte situasjonene vil variere med alderen. Sammen med Wylleman og Lavalée (1994) sine ulike dimensjoner i utviklingsforløpet kan Bronfenbrenners modell gi en ramme for å forstå den kompleksiteten unge håndballspillere må forholde seg til i løpet av og etter en overgangsprosess. For å gi en bedre forståelse av denne kompleksitet er det nødvendig å se på hva jentene må forholde seg til i ungdomsårene.

### **3.4 Faktorer som påvirker de ulike fasene i 16 -19 års alderen**

Det som påvirker unge talentfulle håndballspillers utvikling representerer et helhetlig samspill mellom; idrettsutvikling, psykologisk utvikling, psykososial utvikling og utdanning (Wylleman, Lavalley, & Theeboom, 2004). Samspillseffekten mellom disse fire dimensjonene, kombinert med tid og kontekst er avgjørende om overgangen til et nytt miljø blir vellykket (Côté, 1999; Stambulova, Alfermann, Statler & Côté, 2009). I 16-19 års alderen er ungdom på vei inn i voksenlivet og det stilles høyere krav fra miljøene de er en del av. VGS stiller eksempelvis større akademiske krav enn ungdomsskolen, og innen idretten blir det flere aktører å forholde seg til (Stambulova, 2009). Tiden ungdom bruker på å tilpasse seg de nye miljøene er varierende, men for at utøverne skal lykkes er det nødvendig med bekreftelse og anerkjennelse fra miljøene (Henriksen, Stambulova & Roessler, et. al, 2010a; Henriksen, Stambulova & Roessler, et. al, 2010b)

#### **3.4.1 Idrettslige faktorer**

Hvert år kartlegger NHF sin medlemsmasse. Kartleggingen viser et stort frafall i aldersgruppen 16-19 år og at utviklingen går mot større spissing i tilbudene og færre klubbmiljøer i 18 årsklassen (Norges Håndballforbund, 2014). Resultatene av kartleggingen er sammenfallende med tidsperioden Wylleman og Lavalley (2004) betegner som overgangen fra junior- til seniornivå i idretten. Stambulova (2009) støtter dette, hun viser at overgangen i lagidrett inntreffer når utøveren begynner å trene med seniorlaget og etter hvert også får spilletid i seniorlagets kamper. Hun poengterer at det kan ta opp til fire år å stabilisere seg i senioridretten. Videre fremhever hun at utøverens identitet og personlig modning har innvirkning på hvor vellykket denne overgangen blir

Mangfoldet av aktører innenfor talentutvikling bidrar til at utøverne har flere muligheter til å oppnå suksess. Flere tilgjengelige muligheter kan betraktes som positivt, men mulighetene kan også ha negative innvirkninger på utøveren (Stambulova, 2009). I overgangsperioder der det blir flere tilgjengelige aktører og spillerutviklingstiltak, er det viktig med god styring. Wylleman og Reints (2010) poengterer at overgangene innenfor idretten ofte oppstår samtidig med at utøveren opplever endringer i den psykologiske utviklingen og endringer innenfor utdanningen. De fremhever at trenere og ledere må ta

hensyn til utøvernes individuelle kapasitet og individuelle behov. Henriksen, Larsen, og Christensen (2014) viser at talentfulle utøvere kan oppleve spenning mellom deres faglige, sportslige og sosiale liv når de går på VGS. Samarbeidet mellom skole og klubb i relasjon med NHF kan være avgjørende for en helhetlig utvikling. Henriksen (2010) støtter dette og viser til at integrerte og koordinerte miljøer er avgjørende for å lykkes med talentutvikling i idrett. Ericsson, Krampe og Tesch-Romer (1993) viser i sine studier på talentutvikling, at store mengder med strukturert og systematisk trening er avgjørende for å nå ekspertnivået. I sin studie fant de ut at musikere som øvde mest gjennom barneårene og ungdomstiden oppnådde et høyere prestasjonsnivå enn musikerne som øvde mindre. De hevder at dette kan overføres til idretten der utøvere som spesialisierer seg tidlig vil nå et høyere antall treningstimer innenfor sin hovedidrett. Côté (1999) poengterer i sine studier at tidlig spesialisering ikke alltid er gjeldende. En barndom preget av lekbetont og lystpreget aktivitet har vist seg å være viktig i en utøverens utvikling innen idretten (Soberlak & Côté, 2003). Allsidig idrettsdeltakelse i ung alder kan virke positivt inn på motivasjonen og bidra til at utøverne ønsker å investere mer tid i systematisk trening senere i karrieren (Côté (1999). Wylleman og Reints (2010) fremhever at ungdom går gjennom ulike modningsprosesser, og de som bruker lenger tid på å utvikle fysiske ferdigheter kan blomstre i det Wylleman og Lavalley (2004) kaller perfeksjonsfasen.

Mengden med bevist og strukturert aktivitet der målet er å forbedre prestasjon øker i ungdomsårene (Soberlag & Côté, 2003). Overgangen til et høyere nivå innebærer økt krav til trening og konkurranse. Det kreves stor innsats og mye trening for både å tilpasse og etablere seg på et høyere nivå (Stambulova, 2009). Kravene som stilles til unge idrettsutøvere kan oppleves som for store og være en del av forklaringen til at de slutter å satse på sine respektive idretter i løpet av tenårene (Norges Idrettsforbund, 2011; Seippel, 2005). Selv om enkelte utøvere slutter er andre villig til å ofre områder av livet, som for eksempel venner, arbeid og studier, for å nå det idrettslige målet de har satt seg (Stambulova, 2009). Bloom (1985) vektlegger at ungdomsårene preges av at talentfulle utøvere ofte har store forventninger. Hva ungdom tenker og forventer, påvirkes ifølge Stambuloba (2009) av hvordan de oppfatter seg selv og hvilke krav og forventninger som stilles i miljøene de er en del av.

### **3.4.2 Psykologiske faktorer**

Kjørmo (1997) viser til at psykologisk utvikling i stor grad kjennetegnes av identitetsutvikling som preges av den enkeltes valg. Ungdom har selv innflytelse på utviklingen av egen identitet, men personlige relasjoner og reaksjoner fra andre har innvirkning på hvordan de unge ser på seg selv (Kjørmo, 1997). Samspillet med andre mennesker innenfor gitte sosiale miljøer vil påvirke deres handlingsvalg (Bronfenbrenner, 1979).

Den nære koblingen mellom innsats og resultat gjør at idrettsarenaen virker tiltrekkende på mange mennesker. Kjørmo (1997) nevner at personer som velger å satse på en idrettskarriere også har vist mestringsevne på idrettsarenaen i sin utviklingsprosess som idrettsutøver. Brewer, Van Raalte og Petitpas (2000) poengterer at dette karakteriseres som en betydelig idrettsinvolvering. Videre viser de til at de som ønsker å bli gode i en idrett tilbringer mye tid i idrettsmiljøet.

Collins og MacNamara (2012) viser i sin studie at motgang blir ansett som avgjørende i prestasjonsutviklingen. Utøverne som opplevde motgang i løpet av karrieren klarte å rette negative følelser mot noe positivt. Selv om ungdom er inne i en periode hvor de lever og ånder for idretten, kan de gjennom balanse mellom flere identiteter bidra til en enklere håndtering av motgang (Kvælle, 2008). Opplever ungdom en manglende identitet innenfor et miljø kan det føre til at ungdom bytter til et miljø hvor de opplever å ha en større identitetsfølelse (Kjørmo, 1988).

### **3.4.3 Psykososiale faktorer**

I løpet av ungdomstiden formes identiteten, roller endres og det skapes en uavhengighet. Ungdomsårene markerer overgangen fra at foreldrene har omsorgen og til at unge kan leve et selvstendig liv som voksen (Wylleman & Lavalley, 2004). Innenfor idrettsmiljøet eksisterer det sosiale krav og det stilles forventinger til prestasjoner. De sosiale kravene som utøveren daglig konfronteres med kan ifølge Kjørmo (1997) ha stor innvirkning på deres tanker, følelser og handlinger. Kravene er ikke nødvendigvis en stressutløsende faktor. Det er først når utøveren opplever at de sosiale kravene overstiger egen kapasitet at vedkommende opplever tilværelsen som stressende. Enkelte utøvere kan være i tvil om hva som forventes og vil kanskje oppleve tvil rundt sin egen rolle. Er ikke utøveren i stand til å imøtekomme de krav og

forventinger som forekommer i det sosiale miljøet kan dette miljøet besitte krav og forventinger som fører til stress eller overbelastning (Kjørmo, 1997).

Det sosiale miljøet er ikke bare en kilde til stress, men en viktig ressurs som den enkelte utøver kan støtte seg til. Ungdom kan oppnå betydelig støtte fra sine sosiale relasjoner og opplevelsen av god sosial støtte kan øke tilfredsheten i hverdagen (Bloom, 1985; Kjørmo, 1988). Samspillet som forekommer mellom eksempelvis utøveren, foreldre, venner, lagvenninner og trenere vil ha stor betydning for utøverens evner til å mestre ulike påkjenninger. Tilgjengelige ressurser og støtte underveis, fremheves av flere forskere som avgjørende for at utøvere skal kunne prestere på et høyt nivå (Bloom, 1985; Côté; 1999; Côté, Ericsson & Law, 2005). Ifølge (Bloom, 1985) er foreldrene viktige støttespillere i den daglige tilretteleggingen. Côté (1999) viser i sin studie at foreldre stiller med økonomiske bidrag for at utøveren skal kunne delta på treningssamlinger og ha riktig treningsutstyr. For enkelte familier kan dette føre til store økonomiske utfordringer, men Côté (1999) fremhever at ungdommen ikke ble forhindret av familiens økonomiske situasjon. Studiene viser også at foreldrenes emosjonelle støtte er viktig i perioder hvor utøverne sliter med selvtillit og usikkerhet (Côté, 1999).

#### **3.4.4 Utdanning**

I kombinasjonen idrett og utdanning må ungdom forholde seg til flere miljøer samtidig, og ifølge Christensen og Sørensen (2009) kan unge idrettsutøveres relasjon til skolen være en kilde til problemer, stress og konflikt. Kjørmo (1988) fremhever at idrettsutøvere kan føle forpliktelser overfor flere roller, eksempelvis utøver- og studentrollen. Det kan ende opp med at utøveren står under et tosidig press fra henholdsvis håndballtrener på den ene siden og lærer på den andre siden. Miller og Kerr (2002) viser i sin studie at ungdom velger å nedprioritere utdanningen hvis de opplever en konflikt mellom de to miljøene. De fremhever at hovedårsaken til at idretten ble prioritert, er at idrettsutøvere i større grad identifiserer seg med en idrettsrolle enn med en skolerolle. Ungdom som velger idrettsgymnas opplever konflikten mellom idrett og skole som mindre prekær (Busmann, 1995). Fleksibilitet fra skolens side og et tilrettelagt opplegg for å satse på idretten gir positive erfaringer, mindre konflikter og lavere sannsynlig for å nedprioritere skolen (Christensen & Sørensen, 2009; Henriksen et al., 2010).



## 4. Design og metode

Målsetningen for denne studien har vært å få en dypere forståelse av åtte håndballjenters opplevelser og erfaringer av å være elev på VGS. Studien ble designet som en casestudie av talentfulle utøveres utviklingsforløp i norsk håndball med to analytiske enheter: (a) hvordan opplever og erfarer jentene det å være talentfulle elever på VGS, og (b) hva skiller de som fortsetter med håndball på et høyt nivå fra de som faller fra.

En casestudie brukes ofte i sammenhenger hvor målet er å analysere omfattende og systematisk dybdeinformasjon om et spesielt interesseområde (Patton, 1990). Et slikt studie egner seg godt til å besvare *beskrivende* og *forklarende* spørsmål (Yin, 2009). I casestudier er ikke målet å generalisere resultatene på tvers av populasjoner, men heller å bidra til å utvikle, revidere og/eller verifisere det teoretiske og konseptuelle rammeverket (ibid). Studien benyttet kvalitative metoder og en hermeneutisk tilnærming hvor ønsket var å få en helhetlig forståelse av talentfulle idrettsutøvere sin utviklingsprosess og økt innsikt i hva som er de avgjørende faktorene for å lykkes i overgangen fra lovende ungdomsutøver til toppidrettsutøver. Mulighetene for å sammenligne forløp som leder til ulike utfall gir helt andre analytiske muligheter enn et design hvor jeg undersøkte hver av gruppene isolert.

Den norske idrettsmodellen, organiseringen av norsk håndball og norsk utdanningsstruktur danner bakteppet for studien. Videre i dette kapittelet vil jeg presentere den anvendte forskningsmetoden: utvalg, forforståelse, forberedelser, datainnsamling og dataanalyse. God datakvalitet er viktig i et forskningsprosjekt. For å sikre at de virkemidlene jeg har benyttet stemmer overens med det som er studert (Yin 2014) vil faktorer som påvirker studiens gyldighet tas opp underveis. For å sikre påliteligheten har jeg forsøkt å redegjøre for alle skritt i forskningsprosessen, ved å være konsistent og presis (ibid). Intervjuguide (vedlegg 5) og annen dokumentasjon er lagt som vedlegg.

## 4.1 Utvalg

Utvalget besto av åtte kvinnelige håndballspillere født mellom 1990-1993 som alle har studert ved eb VGS som er nasjonalt anerkjent for sitt toppidrettsprogram. Informantene ble strategisk utvalgt, og som Thaagard (2009) presiserer er dette 'personer som innehar egenskaper eller kvalifikasjoner som er strategiske i forhold til problemstillingen og undersøkelsens teoretiske perspektiver' (s. 55). Fordelen med et strategisk utvalg av informanter er at forskeren selv kan avgjøre hvilke personer som er mest egnet for studien, og dermed bidra til å øke sjansene for hensiktsmessige intervju (Patton, 2002).

For å få en variasjon i utvalget var det sentralt i utvelgelsen at fire av jentene fremdeles spiller håndball og fire av jentene har sluttet eller trappet ned håndballsatsingen. I tillegg var utøvernes alder vesentlig i utvelgelsen fordi det ble funnet hensiktsmessig at informantene hadde fått litt tid i etterkant av skoleårene til å fordøye inntrykk og opplevelser. Samtidig som det kan være en utfordring å tenke tilbake i tid så var det heller ikke ønskelig at det var for lang tid etter endt VGS. Andre inklusjonskriterier var at de hadde fullført alle tre årene på skolen, at de ikke hadde vært skadet hele eller store deler av perioden på VGS og at de hadde deltatt på regionale talentsamlinger i regi NHF.

## 4.2 Forskerens forståelse

Min mangeårige spillerbakgrunn fra håndball har gjort at jeg har opparbeidet meg et stort nettverk innenfor norsk håndball, og gjør at jeg har godkjennskap til kulturen og de gjeldene normene. Denne bakgrunnskunnskapen medfører på den ene siden at jeg har en god forståelse av konteksten og fenomenene jeg undersøker. Forståelsen hjalp meg med å velge fokus underveis. En grunnleggende kjennskap til håndballmiljø kan ha gjort det enklere for meg å bli "godkjent" av informantene. På den andre siden fører min bakgrunn til at jeg fort kan ta del i den verden informantene lever i, og se meg blind på det som oppleves som kulturens selvfølgeligheter. For å være sensitiv for nyanser og sentral informasjon, måtte jeg derfor også forsøke å distansere meg fra kontekstene fenomenene opptrer i underveis i forskningsprosessen. Jeg løste dette ved å forsøke å utnytte min kontekstforståelse strategisk i forberedelsene til studien og i første fase av dataanalysen, samtidig som jeg aktivt forsøkte å distansere meg underveis i den andre delen av dataanalysen. Dette gjorde jeg ved å bl.a. diskutere resultatene med

medstudenter og kollegaer som ikke har spesifikk kjennskap til norsk håndball, men generell kunnskap om talentutvikling.

### **4.3 Forberedelser**

Alle informantene som ble kontaktet besvarte forespørselen om deltakelse i studien (vedlegg 2). To av de 10 jentene jeg kontaktet hadde ikke anledning til å delta i studien, men de åtte andre informantene var positive og stilte opp til intervju. Intervjuene ble gjennomført i perioden 19. september – 21. oktober 2014 på flere ulike steder. Fem av intervjuene foregikk på et grupperom på Norges Idrettshøgskole og de resterende intervju ble gjennomført på BI, et intervju på en kafé og et intervju på Olympiatoppen. Intervjuene varte mellom 75 og 120 minutter med en gjennomsnittlig varighet på 91 minutter. Gjennomføringen av intervjuene fant sted da informantene hadde tid og det var derfor ikke noe fastsatt system i rekkefølgen på intervjuene. For å styrke oppgavens gyldighet, utvikle og empirisk teste intervjuguiden, gjennomførte jeg to pilotintervjuer med personer som falt utenfor inklusjonskriteriene grunnet alder. Dette ga meg muligheten til å endre på uklare spørsmål og til å fjerne spørsmål som viste seg å ikke gi relevant informasjon. Dette ga meg også verdifull erfaring i intervjukonteksten og bidro til å utvikle mine intervjuferdigheter. I forkant av intervjuene besvarte jeg i tillegg intervjuguiden med de svarene jeg forventet å få fra informantene som har fortsatt med håndball og informantene som har sluttet håndball. Dette ble utført for å lettere kunne forutse hva intervjupersonene ville svare og ga meg et innblikk i hvilke oppfølgingsspørsmål som var relevante.

### **4.4 Datainnsamling**

Datainnsamlingen besto av (a) dokumentanalyse og (b) semi-strukturerte kvalitative intervjuer. Dokumentanalysen besto av offentlige strategidokumenter og sportsplaner til flere av de VGS i Norge, og NHF sin offentlige kampstatistikk. Videre besto selve datainnsamlingen av åtte kvalitative dybdeintervjuer med det formål 'å forstå verden sett fra intervjupersonenes side' (Kvale og Brinkman 2009, s. 21). Intervjuenes hensikt var å identifisere erfaringer, hendelser og spesielle vendepunkt knyttet til årene på VGS for å finne ut hva som ble avgjørende for om jentene enten fremdeles spiller topphåndball eller sluttet. Datainnsamlingen fulgte en metningsstrategi som ifølge Kvale & Brinkman (2009, s. 129) handler om å 'intervjue så mange personer som trengs for å finne ut det du trenger å vite'. For å oppnå datametning er det ifølge Dalen (2004)

viktig å få inn et tilstrekkelig antall informanter slik at det ikke innhentes ny og relevant informasjon ved å intervju flere. Jeg begynte med seks intervjuer, men fant ut at jeg gjennom flere intervjuer kunne berike datamaterialet. Da det i det åttende intervjuet ikke fremkom noe ny analytisk interessant informasjon, valgte jeg å avslutte datainnsamlingen. For å huske mest mulig fra intervjusituasjonen noterte jeg ned erfaringer og refleksjoner rundt intervjusituasjonen direkte i etterkant av intervjuene.

Hovedtemaene i intervjuguiden var strukturert rundt de fire dimensjonene i Wylleman og Lavallee (2004) sin modell for karriereoverganger: (a) idrettsutvikling, (b) psykologisk utvikling, (c) psykososial utvikling og (d) utdanning, og delt inn i tre tidsperioder; 0-14 år, 15-19 år og 20 år og frem til i dag. De ulike tidsperiodene ga muligheten til å danne en helhetlig forståelse av informantenes livsverden og erfaringsbakgrunn. Enkelte av temaene i intervjuguiden omhandlet mer følelsesladede personlige spørsmål som førte til at det var nødvendig å skape et tillitsforhold mellom intervjuer og intervjuperson (Thaagard, 2009). Jeg kjente ingen av mine informanter, men en felles håndballbakgrunn og -interesse bidro til å skape et tillitsforhold og en form for fortrolighet mellom meg som intervjuer og informantene.

Kvale (2007) definerer det kvalitative forskningsintervjuet som: 'Et intervju som har som mål å innhente beskrivelser av den intervjuedes livsverden, med henblikk på fortolkning av de beskrevne fenomenene'(s. 21). Jeg opplevde alle intervjuene med informantene som behagelige, i tillegg var informantene veldig åpne i sine beskrivelser. Ingen av informantene hadde dårlig tid, og jeg kunne derfor følge opp temaer informantene tok opp underveis. I tillegg kunne jeg gå tilbake til et tidligere spørsmål eller tema i intervjuguiden da det opplevdes som relevant. Jeg prøvde å følge opp og verifisere utsagn der jeg opplevde at det var hensiktsmessig, og jeg fortolket forsiktig intervjuene underveis. Den største utfordringen i intervjuprosessen var å få informantene til å dele konkrete hendelser og historier som kunne berike datamaterialet.

#### **4.5 Dataanalyse**

Dokumentanalysen fokuserte på skolens (a) målsetning, (b) grunnleggende prinsipper i talentutviklingsarbeid og (c) praktisk organisering og en generell kontekstuell forståelse. I tillegg ga dokumentanalysen mulighet til å speile informantenes praksiserfaring med VGS eksplisitte policy. Alle intervjuene ble transkribert samme

eller påfølgende dag som intervjuet ble gjennomført. Opptakene ble deretter lyttet gjennom på nytt slik at eventuelle feil kunne korrigeres. Ifølge Kvale og Brinkman (2009) er transkripsjon en konkret omdanning av en muntlig samtale til en skriftlig tekst.

For å sikre informantenes anonymitet og oppgavens konfidensialitet i henhold til god forskningsetikk ble datamaterialet oppbevart konfidensielt og utilgjengelig for andre. Det enkelte intervju ble sendt til hver informant for gjennomlesning og ga den enkelte muligheten til å foreta eventuelle korrigeringer. I tillegg fikk informantene noen oppfølgingsspørsmål til intervjuet. Denne prosessen bidro til å styrke dataenes pålitelighet og til å konstruere nye data. I arbeidet med analysen har jeg forsøkt å gjengi korrekte opplysninger, gi redelige sammenfatninger og sitatgjengivelser. Med min erfaring fra konteksten, kunnskap om feltet og kjennskap til kulturen, har jeg vært en aktør i det fenomenet jeg har undersøkt. Dette kan medføre at jeg kan ha gått glipp av noe informasjon, samtidig som jeg kan ha beriket undersøkelsen med informasjon. Ved å forstå konteksten og utfordringene mener jeg å ha utnyttet min forståelse til min fordel.

Neste steg i prosessen var å kode og kategoriserer datamaterialet. Dette innebærer ifølge Miles og Huberman (1994) å merke tekst og meninger som beskriver eller gir informasjon om det studien ønsker å undersøke. Utøverne ble delt i to hovedgrupper før koding: sluttet og ikke sluttet. I første nivå kodingen (grovkoding) benyttet jeg en deduktiv tilnærming og et forhåndsutviklet kodeskjema. Kodeskjemaet ble utviklet med utgangspunkt i det teoretiske rammeverket og besto av følgende fire hovedkategorier: (a) idrettsutvikling, (b) psykisk utvikling, (c) psykososial utvikling og (d) utdanning. Hovedkategoriene ble inndelt i tre tidsperioder: 0-14 år, 14-19 år og fra 20 år oppover, dette førte til at det ble tre skjema for hver kategori. I andre nivå kodingen (mønsterkoding) brukte jeg en induktiv tilnærming til å utvikle empirisk forankrede underkategorier. Der det var vanskelig å plassere dataene i en spesifikk kategori over en annen, ble de plassert der jeg fant det mest hensiktsmessig.

Mønsterkodingen resulterte i en empirisk modell for hver av gruppene: sluttet og ikke sluttet som ble brukt til å besvare det første analyse spørsmålet: (a) hvordan opplever og erfarer jentene det å være talentfulle elever på VGS?

**Tabell 4.1:** Eksempel på koding,

	Sandra	Sølvi	Solveig	Sofie
Klubber	1	2	2	1
Lag	J-18 Juniorlag Hospiterte på A-laget Bring/Spar  Regionslag Ungdoms-+ junior- landslag	J-18 Juniorlag Elitelaget 2/3. divisjon Bring/Spar NM J20  Regionslag Samlinger med Ungdoms- landslag	J-18 Juniorlag Elitelaget Bring/Spar  Regionslag	J-18 Juniorlag Elitelaget 2. divisjon Bring/Spar NM J20  Regionslag Ungdoms-+ junior- landslag
Regionslag	Ja	Ja	Ja	Ja
U + J Landslag	Ja	Kun ungdom	Nei	Ja

For å besvare det andre analyse spørsmålet: (b) hva skiller de som fortsetter med håndball på et høyt nivå fra de som faller fra, ble de to gruppene satt sammen. Dette førte til at det ble lettere å finne forskjellene mellom gruppene.

**Tabell 4.2:** Eksempel på koding

	Sandra	Sølvi	Solveig	Sofie	Frøydis	Frida	Fanny	Fredrikke
Klubber	1	2	2	1	1	1	1	1
Lag	J-18 Juniorlag Hospiterte på A-laget Bring/Spar  Regionslag Ungdoms-+ junior- landslag	J-18 Juniorlag Elitelaget 2/3. divisjon Bring/Spar NM J20  Regionslag Samlinger med Ungdoms- landslag	J-18 Juniorlag Elitelaget Bring/Spar  Regionslag	J-18 Juniorlag Elitelaget 2. divisjon Bring/Spar NM J20  Regionslag Ungdoms-+ junior- landslag	J-18 Juniorlag Elitelaget Bring/Spar Østlansserie NM J20  Regionslag Ungdoms-+ junior- landslag	J-18 Juniorlag Elitelaget 2. divisjon Bring/Spar NM J20  Regionslag Ungdoms-+ junior- landslag	J-18 Juniorlag Elitelaget 2. divisjon Bring/Spar NM J20  Regionslag Ungdoms-+ junior- landslag	J-18 Juniorlag Elitelaget 2. divisjon Bring/Spar NM J20  Regionslag Ungdoms-+ junior- landslag
Regionslag	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
U + J Landslag	Ja	Kun ungdom	Nei	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja

## 4.6 Etiske overveielser

De etiske sidene ved prosjektet - informert samtykke, konfidensialitet og konsekvenser av å delta i et forskningsprosjekt - ble nøye vurdert i forkant og underveis. Studien er godkjent av Norsk Samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD) (vedlegg 1). I forkant av studien ble det sendt ut et informasjonsskriv om at studien forutsetter frivillig deltagelse og rett til trekke seg fra i studien uten øvrige konsekvenser (vedlegg 3). Den samme informasjonen ble gitt ansikt-til-ansikt i forkant av intervjuene. Informantens samtykke ble gitt gjennom en skriftlig kontrakt (vedlegg 4). Undersøkelsen er i utgangspunktet lite kontroversiell, og det anses ikke å være noen sensitive opplysninger som skal deles, men konfidensialiteten er likevel ivaretatt gjennom maskering av informantens navn og klubbtilhørighet. For leserens skyld er maskerte navn på personer satt til at de som er sluttet med håndball benevnes med forbokstaven S (f eks: Sandra), og de som har fortsatt benevnes med forbokstaven F.

For å sikre anonymitet har jeg unnlatt å benytte datamateriale som omhandler spesielle hendelser hvor informantene kan bli gjenkjent. Dette kan ha medført at enkelte forhold som i utgangspunktet kan ha vært viktige for problemstillingen ikke er belyst, selv om det forekommer data. Denne avveiningen ble gjort for å beskytte informantene. Det er ønskelig at denne oppgaven skal gi et redelig og detaljert inntrykk av forskningsprosessen, samtidig som informantens oppfatninger om temaene skal være rikt og sammensatt. Jeg ønsket ikke at deltakelsen i undersøkelsen skulle kunne virke begrensende for den intervjuede, og i sin nåværende fremstilling kan ikke resultatene gi noe negative konsekvenser for informantene. Alle data holdes konfidensielt og makuleres ved prosjektets slutt, slik at ingen data kan kobles til den enkelte informant.

Da jeg ikke kjenner til informantens daglige atferd, er det viktig å legge til grunn at det er vanskelig å si med sikkerhet at intervjusituasjonen presenterer det riktige bildet av informantens oppfatninger og holdninger. Mulighetene for at informantene reserverte seg og at svarene man får kan være preget av undersøkelseeffekt er alltid tilstede. Informantene etterlot likevel et inntrykk av ærlighet og oppriktighet, noe som kan skyldes forskerens taushetsplikt og opplysning om anonymisering i studie.

Svarene fra intervjuene er personlige erfaringer og opplevelser. Det sentrale er hvordan intervjupersonen selv fortolker disse hendelsene og det er ikke noe som er ”rett

eller galt”. Ønsket var at intervjuene skulle analyseres inngående, men med moderat grad av kritikk. Samtidig som det var et ønske å belyse svarene i lys av forskningsspørsmålene. En god dialog med intervjupersonene la et godt fortolkningsgrunnlag.

Med dette kapitlet som utgangspunkt for metodisk ståsted vil oppgaven nå presentere funnene i datamaterialet.



## 5. Resultater

Kapitlet innledes med en presentasjon av informantene før det videre deles inn i fem hendelser. Disse hendelsene er: a) skolevalg, b) overgangen fra ungdomsskolen til VGS, c) årene på VGS, d) overgangen fra ung til voksen og e) informantenes erfaringer og opplevelser fra årene på VGS. For å gi leseren et helhetsinntrykk av informantenes opplevelser og erfaringer vil tematiseringen i hovedsak følge informantenes utviklingsforløp. Temaene belastning og kombinasjonen idrett og skole vil i sin helhet presenteres i overgangen fra ungdomsskole til VGS. Dette er for å unngå for mange gjentakelser i resultatene. Informantenes beskrivelser presenteres med deres egne ord, og under alle temaene sammenfattes fellestrekk og motsetninger.

*Tabell 5.1: Bakgrunnsinformasjon om informantene.*

	Antall klubber	Kamper U-landslag	Kamper Juniorlandslag	Høyeste seniornivå	Sluttet/Fortsatte
Sandra	1	>20	0	2. div (1 år)	Sluttet, 19 år
Sølvi	5	<5	0	Elite (2 år)	Sluttet, 22 år
Solveig	5	0	0	Elite (1 år)	Sluttet, 21 år
Sofie	1	>20	5	1.div (2 år)	Sluttet, 20 år
Frida	1	>20	<5	Elite	Fortsatte
Frøydis	1	>30	>30	Elite	Fortsatte
Fanny	3	>30	>30	Elite	Fortsatte
Fredrikke	3	>10	0	Elite	Fortsatte

**Tabell 5.2:** Kampbelastning for informantene i årene på VGS. Tallene inneholder kun kamper på Regionsserien, og ikke aldersbestemte kamper for klubblag da dette ikke fremkommer i den offentlige statistikken. (Norges Håndballforbund, u.å.a; Norges Håndballforbund, u.å.b).

	VG1	VG2	VG3	Totalt
Sandra	25	39	37	101
Sølvi	44	41	47	132
Solveig	11	20	25	56
Sofie	33	35	46	114
Frida	37	37	40	114
Frøydis	47	58	60	165
Fanny	40	50	56	146
Fredrikke	29	42	38	109

## 5.1 Skolevalget

Informantene beskriver en god oppvekst. Barndommen til informantene var preget av trygge omgivelser, og alle vokste opp på tettsteder eller i forsteder. Jentene har gode minner fra årene på barne- og ungdomsskolen og alle hadde en barndom som var preget av mye fysisk aktivitet. Det er foreldrene som har vært avgjørende i tilretteleggingen av aktivitet og/eller trening i barneårene. Videre forteller alle at venner og nærmiljø også har påvirket valg av aktivitet og aktivitetsnivå. Gjennom ulike aktiviteter lærte jentene å samarbeide med andre, de utviklet allsidighet og forsterket fysiske ferdigheter.

I barndommen var informantene aktive innenfor to eller flere idretter og alle spesialiserte seg i håndball som 14-15 åringer. Mange av jentene har trent håndball fire ganger i uka fra barneskolealder, og alle var vant med å vinne mye i ung alder. Informantene begynte for alvor å satse på håndball da de var fra 12-14 år, og ingen av informantene opplevde dette som *for* tidlig. Jentene beskriver seg selv som dedikerte til idretten og er klare på at det de utfører er med hundre prosent innsats. Informantene var blant de beste i sin årsklasse i ungdomsårene, de var ansett som talenter og ble valgt ut til å delta i spillerutviklingsmiljøer i regi av Norges Håndballforbund. Eksempelvis representerte alle sin region i Bjørklund Cup (nasjonalt mesterskap for regionslag). Dette var en indikasjon på at informantene var svært gode i håndball da de skulle velge VGS.

Gjennom trenere og venner fra håndballmiljøet fikk jentene anbefalinger om å begynne på VGS. Jentene legger ikke skjul på at det lå prestisje i å gå på en VGS som dette, og de nevner at det ikke var hvem som helst som fikk tilbud om skoleplass. Fanny forklarer: 'Det var en skole med høy status. Det var skikkelig kult, det hørtes veldig profesjonelt ut, og man høres veldig god ut når man går der'. To av informantene fikk tilbud om skoleplass gjennom prøvespill og kom inn på grunn av gode prestasjoner på prøvetreningen. De resterende informantene fikk tilbud om skoleplasser etter gode prestasjoner i seriespill og i Bjørklund Cup.

Det var ønsket om å satse på håndball samtidig som de fikk en god utdannelse som førte til at jentene startet på VGS. Sofie beskriver: 'Det var mye fordi de la til rette for skolen. Jeg var kanskje borte én uke hver måned med landslaget og det var derfor viktig at de tilrettela utdanningen'. Jentene opplever at de selv gjorde skolevalget, med unntak av Sofie som var en del av et u-landslagsmiljø. Hun forteller: 'Jeg vet ikke helt om jeg tok så mye valg, det var egentlig en selvfølge at jeg skulle starte der siden jeg var innom landslagsmiljøet'. Informantene er takknemlige for at foreldrene har betalt og tilrettelagt for at de fikk gå på den skolen de ønsket.

Bortsett fra at skolen hadde flinke lærere og god faglig tilrettelegging hadde ingen av informantene de store akademiske forventningen. Målet var å få en allmennfaglig utdanning som ikke la begrensninger for studiemuligheter senere. Derimot hadde jentene høye forventninger til håndballprogrammet ved skolen. Noen av forventningene forut for skolestart var ønsket om å utvikle seg til å bli enda bedre håndballspillere. Dette skulle skje ved å ha det moro på treningene. Treningene skulle være på et høyt nivå med flinke trenere, god oppfølging og kvalitetsmessig god fysisk trening. Solveig forteller om sine forventninger:

Jeg hadde forventet at det kom til å bli bra nivå på treninger og at jeg kom til få en god utvikling av å gå der. Jeg følte at dette var hele poenget med å gå [på skolen] for jeg ville jo på landslaget. Jeg hadde forventninger til at trenerne skulle hjelpe meg med det.

## 5.2 Overgangen fra ungdomsskolen til VGS

Ved oppstarten på VGS sto jentene ovenfor mange nye inntrykk og det var mange nye personer å forholde seg til. Skoledagene ble lengre, treningsmengden økte og jentene startet i ulik grad å spille seniorhåndball i samme periode. Den nye hverdagen, som var preget av mer trening og høy belastning, førte til at Frøydis etter relativt kort tid fikk et skadeavbrekk. Da hadde Frøydis allerede spilt to mesterskap med ungdomslandslaget i løpet av sommerferien før hun begynte på VGS. Det tok bare noen uker etter skolestart før hun fikk problemer med knærne. Frøydis mener at skaden kom av for stor belastning over tid, men forteller at hun ble frisk etter noen rolige uker. I de få ukene Frøydis ikke kunne spille håndball hadde hun denne følelsen: 'Man føler seg veldig utenfor og humøret er dårligere. Man har så høye forventninger til seg selv. Det er press fra alle sider, alle har jo lyst til at du skal bli bedre og kunne trene'. De syv andre jentene ble ikke skadet i løpet av det første året, men jentene fremhever at de ble veldig slitne den første tiden. Fredrikke gir følgende beskrivelse av hverdagen:

Du møtte opp på skolen, trente og hadde skole til halv fire. På kvelden trente du først med juniorlaget i klubben, så hadde du en pause før du trente med elitelaget. Etter det dro du hjem og sov du. Slik var det mange dager.

Selv om jentene var slitne beskriver de treningsmiljøet det første året som inspirerende, utviklende og motiverende. Muligheten til å trene med eldre fremheves som en stor inspirasjonsfaktor, og informantene forteller at det var det første året de hadde størst progresjon på håndballbanen. Frykten for dårlig håndballkarakter samt tapt- og/eller redusert mulighet for landslagsplass gjorde at enkelte av jentene ikke fortalte skoletrenerne om den store belastningen de utsatte kroppen for. Sølvi sier at nivået på håndballjentene i hennes klasse var veldig høyt. Hun følte at treningsopplegget ofte var tilpasset de beste og når ambisjonene hennes var å komme på samme nivå valgte hun å ikke si ifra at hun opplevde belastningen som for stor. Det var redselen for en dårlig idrettskarakter og tap av landslagsplass som gjorde at Sandra det første året presset seg langt over smertegrensen:

Alle idrettsfolka som går der vil jo være med på alt. Man kan jo presse seg til det uendelige og man tør ikke å si ifra hvis man har vondt. Jeg sa jo ikke ifra før jeg ikke klarte å gå og det er jo ikke smart!

### 5.2.1 Hvordan informantene taklet belastningen med mer trening

Jentene spilte i klubber med seniorlag og fikk fra den dagen de var gamle nok (16 år) enten tilbud om å hospitere på treninger eller trene fast med damelaget. Tiden det tok å etablere seg som seniorspiller å få en fast plass på laget varierte for jentene. I begynnelsen opplevde alle å bli sittende på benken i store deler av kampen, men de var med på oppvarming, mentale forberedelser, spillermøter og reisen til og fra kamp. Bortsett fra spilletid var belastningen lik. For å få tilstrekkelig med kamptrening var de nødt de spille kamper med rekruttlaget og/eller aldersbestemte lag.

Fanny og Frøydis brukte kort tid på å etablere seg på seniorlaget i sine respektive klubber. Frøydis merket at belastningen var tøff, men overkommelig i forhold til flere av de hun gikk i klasse sammen med: 'Belastningen var ikke helt krise, slik den var for noen av de som spilte på 4 eller 5 lag'. Frida og Fredrikke brukte noe lenger tid på å etablere seg som seniorspillere, men fikk gradvis tilbud om å være med på damelaget. Fredrikke forteller om overgangsperioden fra ungdomsidrett til voksenidrett: 'Når man var under 18 år så var det Regionsserie, det var SPAR serie (nasjonal U18 serie), det var NM U20, det var NM for elitelaget og det var gjerne ett rekruttlag i 2. divisjon'. De av jentene som brukte lenger tid på overgangen fra junior- til seniornivå måtte spille på flere lag, enten i en periode eller gjennom alle årene på VGS. Sofie etablerte seg på elitelaget det siste året på VGS, mens Sølvi, Solveig, og Sandra spilte på flere lag alle årene. På de tøffeste dagene kunne dette medføre at de trente med seniorlaget og spilte kamp med juniorlaget. Sølvi beskriver: 'Fordi vi var unge og lovende, hadde masse energi og de greiene der, så var det sånn: 'Dere må jo selvfølgelig være med!'

Det var i løpet av de to siste årene på VGS fire av informantene fikk kjenne den store belastningen og råkjøret på kroppen. De måtte være borte fra håndballen i flere uker på grunn av skader. To informanter opplevde skadeperioden som forferdelig og slet med å forsone seg med å være skadet. De følte at utviklingen ble satt på vent, at humøret ble dårlig og de følte seg utenfor når de ikke fikk bidratt på håndballbanen. Informantene som var skadet var fornøyd med tilretteleggingen fra skolene i skadeperioden, men det var utfordrende for dem å takle presset fra klubbtreneren. Begge opplevde at det var liten forståelse for at de var skadet. Sandra forteller at da laget hennes sto i fare for å rykke ned fra 2.divisjon ble hun beordret av treneren til å spille en

avgjørende kamp: 'Jeg sa til treneren min: "Beklager, jeg kan ikke spille". Da sa han bare: "Jeg driter i om du er skada i tre måneder etter det her, du må spille"'.

### **5.2.2 Utfordringen med å kombinere skole og håndball**

Det å kombinere skole og idrett på dagtid trekkes av jentene frem som den største forandringen fra ungdomsskolen. VGS tilrettelegger for at utøverne skal kombinere idrett med skole, men selv med en tilrettelagt hverdag var det en utfordrende kombinasjon for flere av jentene. Sofie forteller at hun opplevde en helt annen studiehverdag på VGS: 'Det var en veldig stor forandring. Nå var det ikke så lett å gjøre det godt på norskprøven lenger'. Alle forteller at foreldrene var bekymret for at kombinasjonen håndball og skole kunne bli for mye for dem og at foreldrene var opptatt av viktigheten rundt det å ha noe falle tilbake på.

Utover i det andre året var det utfordrende for informantene å takle kombinasjonen skole og idrett. For fire av informantene gikk den tøffe totalbelastningen ut over skoleprestasjonen. Fra å være pliktoppfyllende på alle arenaer ble det vanskelig å vie like mye tid til både idrett og skole, og det var idretten som ble prioritert. I perioder hvor totalbelastningen var ekstra stor hendte det at tre av jentene enten jukset på prøver, skrev på litt ekstra idrettsfravær og skulket skolen. De fire andre informantene understreker at deres akademiske målsetninger gjorde at det ikke var aktuelt å kutte ned på den faglige innsatsen selv i krevende perioder.

Syv av informantene vektlegger at det ikke hadde vært mulig å fullføre utdannelsen hvis skolen ikke hadde vært fleksible med tilretteleggingen av prøver og innleveringer. Jentene forteller også at de det siste halvåret i tredjeklasse la inn en ekstra faglig innsats inn mot den avsluttende eksamensperioden. De informantene som nedprioriterte skolen følte at det tredje året var best når det kom til faglige prestasjoner. De forteller at de gikk ut av skolen med forholdsvis gode karakterer selv med litt dårlig innsats de første årene.

For å ha mulighet til å prestere både på skolen og i idretten fremheves tilrettelegging og oppfølging fra foreldre som avgjørende. Jentene forteller om matpakker som lå klare om morgenen, ferdig middag som ventet når de kom hjem, nyvaska klær og hjelp med skolearbeidet. Fanny er usikker på om hun hadde klart å

fullføre skolegangen hvis hun ikke hadde bodd hjemme hos foreldrene:’ Jeg vet ikke om jeg hadde klart å fullføre hvis jeg ikke hadde bodd hjemme. I forhold til måltider og vasking av klær og sånn’.

Endringen fra ungdomsskolen til VGS gjorde at det ble utfordrende å få tilstrekkelig med tid til vennene utenfor håndballmiljøet. Seks av informantene kjente på at dette var greit fordi de selv hadde valgt å begynne på VGS. To av informantene følte derimot at de ga avkall på det sosiale livet utenfor håndballen og skolen, timene i døgnet strakk ikke til. Informantene understreker at et veldig godt klassemiljø der alle var i samme situasjon som de selv og et godt jentemiljø blant håndballspillerne i klassen ble den sosiale redningen.

### **5.3 Årene på VGS - kommunikasjon og relasjoner**

Jentene forteller at de klarte seg fint i overgangen fra ungdomsskolen til VGS. Det var først etter noen måneder at seks av informantene merket at fraværet av kommunikasjon mellom trener på skolen og i klubben førte til at det var liten samhandling i treningsopplegget. Det varierte om det var skole- eller klubbtrener som var dårlige til å kommunisere, og informantene nevner at personlige relasjoner mellom skole- og klubbtrener kan ha hatt (en negativ) innvirkning. I perioder med stor kampaktivitet, og i etterkant av landslagssamlinger hadde jentene ofte et ønske om bytte ut håndballtreningene med en løpetur eller styrkeøkt. Informantene hadde en felles oppfatning av at treningsnivået dalte gjennom årene på VGS, noe som også medførte at terskelen for å spørre om alternativ trening var lavere de to siste årene. Frøydis forklarer: ’Nivået på treningene var ikke så bra det andre og tredje året. Dersom jeg var litt sliten eller hadde litt vondt så ville jeg ikke ofre noe, og trente ofte alternativt’. Ingen av informantene våget å si ifra til klubbtrener hvis de var slitne på kveldstreningene.

Jentene har hatt mindre gode opplevelser med treneren på skolen. Fire av informantene opplevde at de hadde en trener med sterk faglig håndballkunnskap, men som manglet pedagogiske- og personlige egenskaper. En annen informant følte at treneren ikke hadde det fokuset på spillerutvikling som treneren burde. Treneren ble mer opptatt av å tenke på treningsgruppa som et lag. Flere av informantene forteller at de ikke brukte tid på å ta opp uenigheter med treneren. Sølvi forteller hva hun tenkte:

'Kjør ditt eget løp så får vi bare gjøre det beste ut av det. Du gidder ikke å bruke tid på å kverulere med treneren når du bare har 1,5 time til disposisjon, da vil du heller få trent mest mulig'. For å bygge gode relasjoner og et godt trenings- og prestasjonsmiljø, fremhever informantene viktigheten av god kjemi mellom utøveren og trenere. Fanny forteller at hun i løpet av de tre årene på VGS hadde to forskjellige trenere på skolen. Hun merket en enorm forskjell på treningene. Hun forteller om treningene til treneren hun ikke opplevde å ha god kjemi med:

Treneren var så fryktelig annerledes enn det vi var vant med. Sosialt sett også, kjemien og alt sånn... Så man ga egentlig litt faen! Øvelsene var jo kjedelige i forhold til det vi var vant til, og da ble det litt sånn at det her gidder vi ikke.

Seks av informantene forteller at motivasjonen for å bli god i håndball var uforandret gjennom årene på VGS. De forteller at ønsket om å lykkes ble forsterket av at menneskene rundt ønsket det samme. Sølvi og Solveig innrømmer at det til tider var utfordrende å holde på motivasjonen. Sølvi forklarer at det var kampene som gjorde at hun opprettholdt en forholdsvis stabil motivasjonen. Solveig forteller at håndball betydde alt for henne det første og andre året, men det siste året kjente hun at motivasjonen for gode skoleprestasjoner ble vel så viktig.

De to siste årene på VGS opplevde fire av informantene utfordringer som førte til at de fikk kjenne på svingninger i prestasjonene. Noen av informantene ble satt ut av skader, andre gjennomgikk negative hendelser i privatlivet. Jentene forteller at det var ekstra viktig med støttespillere i periodene hvor de ikke var i flytsonen. Venner, foreldre, søsken, kjærester og klubbtrenerer trekkes frem som gode samtalepartnere. Informantene forteller også at det ofte var fint å dele frustrasjon med klassevenninner som var i den samme situasjonen.

### **5.3.1 Landslaget**

Jentene hadde ambisjoner om å bli en del av det yngre landslagsmiljøet. Syv av informantene ble i løpet av det første året på VGS, innkalt på landslagssamling. Informantene som var en del av landslagsmiljøet fremhever dette som den viktigste utviklingsarenaen, og forteller om inspirerende samlinger med meget dyktige trenere.



Selv om det varierte i antall kamper og samlinger, forteller alle syv informantene at de beste prestasjonsopplevelse er fra turene med landslaget.

Frøydis og Fanny var en del av ungdoms- og juniorlandslaget i årene de hadde mulighet til å være en del av landslagsmiljøet. Frida spilte mange kamper på ungdomslandslaget, men hun fikk ikke den samme tilliten på juniorlandslaget. Fredrikke var med ungdomslandslaget i begynnelsen, men en kombinasjon av skader og trenerbytter på landslaget gjorde at hun etter hvert falt ut av landslagsmiljøet. Sølvi var på noen samlinger og fikk to kamper det første året. Sofie og Sandra var også med fra landslagets oppstart, men ble etter hvert skadet, og måtte stå over noen samlinger og kamper med landslaget. Skaden til Sandra var så alvorlig at hun aldri kom tilbake på landslaget. I perioden hvor hun var skadet byttet landslaget trener og det var flere andre på laget som også ble skadet og prestasjonene dalte. Dette medførte at Sandra synes det var helt greit å ikke lenger være en del av laget. Sofie forteller at hun taklet selve skadeperioden fint, men det at det var vanskelig å komme tilbake på landslaget etter skadeavbrøket: 'Jeg var plutselig ikke nummer én på landslaget lenger, og ble aldri en klar nummer én igjen. Det var ganske tøft, siden jeg var førstevalget helt frem til jeg ble skadet'.

#### **5.4 Overgangen fra ung til voksen**

Høsten etter at jentene var ferdig på VGS spilte syv av åtte informanter fortsatt håndball. De syv jentene forteller at de var motivert for en videre håndballkarriere. Frida, Frøydis, Fanny, Fredrikke og Sofie spilte alle fast på elitelaget når de gikk ut av VGS. For Solveig og Sølvi varierte spilletiden og de måtte derfor spille noen kamper for rekruttlaget for å få nok kamptrening. Den siste informant, Sandra, måtte slutte med håndball på våren i tredje klasse. Kroppen hadde fått nok av den store totalbelastningen og hun forteller at det var forferdelig krevende å innse at livet som aktiv håndballspiller var over. Sandra fortsatte med studier etter VGS.

Fem av de andre jentene fortsatte med kombinasjonen utdanning og idrett, mens to valgte å jobbe. Uansett hvilken vei de tok opplevde alle store forandringer i hverdagen. Fra en strukturert hverdag med et fastsatt opplegg ble dagene etter VGS veldig annerledes. I tillegg til å spille håndball skulle de enten jobbe eller studere på høyskoler som ikke var tilrettelagt for idrettsutøvere. Fanny og Sølvi jobbet i full

stilling den første tiden etter VGS. Fanny trappet etter hvert på ned jobbingen for å få mer tid til håndball og Sølvi startet å studere. Fredrikke, Frida, Frøydis, Solveig og Sofie valgte å studere på heltid det første året, men Frida og Fredrikke gikk over til å studere på deltid. Sofie merket etter en stund at kombinasjonen ble for krevende, og bare etter, noen uker på høghskolen sa hun fra seg plassen på juniorlandslaget. Alle samlingsdøgnene gjorde at hun gikk glipp av for mye av studiene og hun ønsket nå å ha alt fokus på klubb og skole.

#### **5.4.1 En tøff beslutning å slutte med håndball**

Det varierte hvor lenge de som har valgt å slutte med håndball fortsatte å spille etter VGS. Tre av informantene sluttet med håndball i løpet av ett til tre år etter at de gikk ut VGS. Grunnene til at de sluttet var en kombinasjonen av flere faktorer. Jentene fremhever at de var lei, belastningen var for stor, manglende tillit og at ambisjonene de hadde hatt innenfor håndballen endret seg. Fra den dagen Sofie ble en del av ungdomslaget hadde hun aldri ordentlig fri. Hun fortalte at hun alltid var på landslagssamlinger i sommerferien når de andre hadde fri. Sofie syntes at det var slitsomt å ikke ha mulighet til å styre sin egen hverdag, og etter hvert hadde det ingen betydning for henne om hun ble kåret til banens beste spiller eller satt på benken hele kampen. Belastningen hun ble utsatt for over tid, samt de høye akademiske ambisjonene bidro til at hun til slutt fikk nok av håndballen.

Solveig følte at hun la ned mye treningsarbeid uten å få spilletid, noe som førte til at hun fikk utfordringer med motivasjonen. Hun sluttet året etter VGS, men antar at hun hadde spilt håndball i dag hvis hun hadde hatt en annen klubbtrener det siste året: 'Treneren kommuniserte ikke, og jeg fikk ikke tilbakemelding på hvorfor jeg ikke fikk spille og hva jeg måtte forbedre. Jeg følte meg glemt'. I perioden hvor hun følte seg glemt av treneren opplevde Solveig at skoleprestasjonene ble bedre enn prestasjonene på håndballbanen: 'Når du føler at du presterer bedre på prøver og eksamener enn på håndballbanen får man en ny identitet. Du vil identifisere deg med å være god på et område'.

For Sølvi var det en kombinasjon av flere ting som gjorde at hun sluttet. En slapp egentreningsperiode sommeren etter VGS førte til at hun fikk en alvorlig ryggskade tidlig på høsten, men hun jobbet seg tilbake på elitenivå og tok fatt på flere

nye sesonger med stor iver. Tre år etter VGS kjente Sølvi alle årene med stor belastning på kroppen og hun slet spesielt med en vond skulder. Småskader og klubbskifter som ga ulik spilletid, samt en stor interesse for studiene gjorde at ambisjonene endret seg. Hun fremhever også at det å satse på en mer ”sikker” fremtid var en medvirkende årsak til at hun sluttet: ’I bunn og grunn er jo håndball bare en hobby. Du skal være god for å tjene mye penger på det. Det er en risikosport å bare spille håndball: Plutselig blir man skadet, hva skjer da?’

Fire av jentene fikk ambisjoner på andre arenaer, ble lei idretten og mistet den store gleden med håndballen, men det viste seg likevel krevende å ta avgjørelsen om å slutte. Jentene var gjennom lange prosesser hvor fordeler og ulemper ble veid opp mot hverandre. Det var jo håndballen som hadde vært *hele* livet deres. For at lagvenninner, trenere, venner, foreldre og nettverket rundt skulle akseptere avgjørelsen, innrømmer informantene at de brukte ”unnskyldninger” for å lette på samvittigheten. Sofie skyldte på tilbudet klubben ga henne. Sølvi forteller at hun brukte en skade som forklaring, men innrømmer at den ikke var så alvorlig som hun uttrykte at den var.

#### **5.4.2 Foreldrenes betydning**

Foreldrene ble gjennom sin tilstedeværelse en del av sterke foreldremiljøer. Jentene påpeker at foreldrenes involvering har betydd alt, men at det også bidro til at det var vanskelig å fortelle at de ikke lenger ønsket å satse på håndball. Solveig forklarer: ’Det var alltid den baktanken at mamma og pappa har gjort så sinnssykt mye for at jeg skal nå dit hvor jeg er i dag: Jeg må prøve litt til’. Etter at de sluttet med håndball påpeker de fire informantene at det tok tid å etablere nye rutiner, men Sølvi og Solveig sier at det var deilig å ha litt tid til å slappe av. Sandra og Sofie brukte lenger tid på å tilpasse seg og akseptere den nye hverdagen. Sandra sier at det først var etter et halvt år at hun klarte å gi slipp på toppidrettslivet og ikke fikk dårlig samvittighet når hun droppet trening.

Engasjerte foreldre var en utfordring for noen, men Fanny forteller at det var foreldrenes sterke involvering som fikk henne til å fortsette da hun etter et klubbskift ikke lenger syntes at håndball var gøy. Hun beskriver farens betydning: ’Hadde jeg ikke hatt han så hadde jeg helt sikkert bare slutta’. Fanny forteller at faren alltid har utrolig stor tro på henne og at det betyr mye for han at hun spiller håndball. Det medførte at hun ikke hadde hjerte til å slutte i perioden hvor hun slet med motivasjonen. Fanny sier

videre at hun er redd for at hun kommer til å angre hvis hun ikke prøver å bli så god hun kan. De tre andre jentene som fremdeles spiller håndball trekker frem gleden, motivasjonen og at lysten til å fortsatt prestere er stor. De fremhever at energien de får av å spille kamper, utviklingen de får gjennom treningen, uforutsigbarheten og det sosiale er avgjørende for at de spiller i dag.

## 5.5 Erfaringer og opplevelser i etterkant av VGS

Det var utfordrende å få tid til å være sosiale, men jentene vektlegger at opplevelsene de hadde på håndballbanen, på turer og samlinger med klubb-, region- og landslag veide opp for mye av det sosiale de mistet. Den store trenings- og kampaktiviteten førte til at festing og andre aktiviteter begrenset seg til et minimum. Håndballen betydde så mye for jentene at sosiale arrangementer jevnaldrende var med på heller ikke var noe savn. Jentene forteller om stor belastning og at de ofte var slitne, men det er først i etterkant av årene på VGS de har merket den store treningsmengden på kroppen. Fanny forteller at belastningen kjentes grei ut når hun var yngre og i den perioden hvor håndball *var* livet. Derimot kjenner hun det på kroppen i dag: 'Jeg våkner opp hver dag og det verker i ankler, akillessenen, knær, skuldre og rygg. Jeg er ikke skadet altså, men det tar lenger tid å varme opp i dag enn det gjorde før'. Informantene ser at skoletrenerne å ta hensyn til alles individuelle behov. Selv om målet og ønsket er at alle skal gjennom det samme vektlegger jentene at treningsopplegget i større grad burde vært individualisert ut ifra belastning. Sofie bemerker:

Skolen sier direkte eller indirekte at de skal passe på utøveren, legge til rette for å unngå skader, ha riktig treningsmengde i tillegg til å ta hensyn når elevene har spilt mange kamper. Jeg tror at VGS er grunnen til at mange blir ødelagte når de 20, 21 og 22 år gamle, og er helt invalide egentlig, men fortsetter å spille.

På spørsmål om hvem som hadde ansvaret for den store totalbelastningen de ble utsatt for, mener flere at ansvaret var delt mellom skolen, klubben og dem selv. Sandra påpeker at det er flere ledd som har sviktet: 'Det er mest min egen skyld, men det er jo klubbtreneren og skoletreneren sin skyld også fordi de ikke stoppet meg. Det gikk jo helt *fint* for meg. Jeg brydde meg ikke om meg selv'.

Informantene har hatt tøffe perioder, og i etterkant ser de at det er flere ting som kunne og burde vært gjort annerledes. Seks av informantene er allikevel sikre på at de ville valgt toppidrettsgymnas igjen, men sier at det i hovedsak ikke opplevelsen de hadde på håndballbanen som ville vært årsaken til skolevalget. De vektlegger tilrettelegging, holdninger, disiplin, samarbeid med andre mennesker, jobbe mot ett felles mål, flinke lærere, gode venninner og mestringsfølelse når de tenker tilbake på skoletiden. Sofie og Fanny sitter igjen med litt blandede følelser. De sier at den store totalbelastningen og mangel på venner utenfor håndballen er faktorer som hadde blitt enda nøyere vurdert hvis de sto ovenfor det samme skolevalget igjen. Sofie er usikker på om hun vil anbefale andre å gå på toppidrettsgymnas:

Jeg må spørre hvor mye de brenner for håndballen. Hva vil de oppnå med VGS. For det kan faktisk ende med at man mister interessen for håndball. Det gikk ikke lang tid fra jeg sluttet på skolen til jeg sluttet med håndball.

## 6. Diskusjon

I første del av diskusjonen drøfter jeg sentrale forhold knyttet til det å *være* en talentfull håndballspiller på VGS. I den andre delen sammenligner jeg ulike utviklingsforløp som leder til ulikt utfall, og drøfter det som avdekkes som avgjørende faktorer for en fremtidig toppidrettskarriere.

### 6.1 Hvordan opplever og erfarer jentene det å være talentfulle elever på VGS?

Hovedfunnene viser at det er samspillet og situasjonene som oppstår i jentenes mikromiljø som har størst innvirkning på hvordan de opplever det å være en talentfull idrettsutøver på VGS.

#### 6.1.1 Samspillet i mikromiljøet

Ved overgangen fra ungdomsskolen til VGS måtte informantene forholde seg til flere aktører. I tillegg fikk de lengre og mer krevende dager enn de var vant med fra ungdomsskolen. I det daglige var det de to aktørene: skole og klubb jentene forholdt seg til. Jentenes gode håndballferdigheter medførte at de gjennom regions- og landslagssamlinger også forholdt seg til NHF. Bjørndal et al. (under trykking) viser til at NHF, klubb og skole er sentrale aktører som har innvirkning på talentutviklingen. De poengterer at flere tilgjengelige aktører betyr større muligheter til å oppnå suksess. Økte muligheter kan betraktes som positivt, men mulighetene kan også ha negative innvirkninger på utøveren.

Jentene identifiseres som talentfulle håndballspillere og talentet medfører at de inkluderes på et høyere nivå i klubben. Talentfulle utøvere kan ifølge Henriksen et al, (2014) oppleve spenning mellom sine faglige, sportslige og sosiale liv når de går på VGS. Samtidig som nivået ble høyere opplevde enkelte av informantene at resultatpresset økte. For mange av jentene ble relasjonen til treneren en stor forandring. Fra trenere som i hovedsak var opptatt av utvikling og resultater, fikk flere en trener som kun var opptatt av resultater. Bjørndal et al. (under trykking) poengterer at resultatmål og resultater i konkurranser ikke alltid er forenlig med strategiene for å

fremme langsiktig sportslig utvikling. Enkelte av jentene ble en liten brikke i et stort puslespill og opplevde klubbtrenerne med liten forståelse.

En informant forteller: 'Treneren var kun opptatt av at vi var nok spillere på trening, det var ingen forståelse for at jeg var skadet'. Til slutt måtte informanten si ifra: 'Jeg kan ikke være med mer, jeg må faktisk avslutte treningen. Det var helt forferdelig å si, men jeg innså at jeg ikke hadde noe valg'. En informant slet med en alvorlig belastningsskade og treneren fikk beskjed om at hun ikke kunne spille kamp. For at laget skulle beholde plassen i divisjonen de spilte i, måtte kampen vinnes. Beskjeden fra treneren var klar: 'Du må spille denne kampen, jeg driter i om du er skadet i tre måneder etterpå'. Lagets ønsker og mål samsvar ikke alltid med det som er best for den enkelte utøver. I noen situasjoner kan det være viktig for laget å vinne en kamp og de ønsker å kunne bruke de beste spillerne. For en utøver som sliter med skade, men allikevel må spille, kan dette føre til at det tar lenger tid å bli skadefri.

I det langsiktige perspektivet bør spillerens behov, belastning og utviklingsmuligheter være langt viktigere enn å vinne en enkelt håndballkamp, eller å ha nok spillere på trening. Det bør stilles større krav til klubbens tilrettelegging og oppfølging når utøvere tar steget opp på seniornivå. Klubben bør i større grad, enn det fremkommer av resultatene, være bevisst på at dette er unge utøvere. Disse unge utøverne blir for det første flyttet fra et trygt miljø der de har vært av de klart beste, til et nytt miljø med større og flere konkurranser. For det andre må det vektlegges at dette er ungdom som fremdeles er i stor utvikling. Wylleman & Reints (2011) understreker dette og påpeker videre at ungdom utvikler seg svært forskjellig. Trenings- og konkurransebelastningen som har fungert for enkelte trenger nødvendigvis ikke å fungere for andre.

Ved at de hadde kontakt med de tre aktørene; skole, klubb og NHF opplevde informantene et velfungerende samarbeid mellom skolen og NHF, og mellom klubben og NHF. For å bli tatt ut eller for å beholde plassen på ungdoms- og juniorlandslag, prøvde flere av jentene derfor å tilpasse seg skolens og klubbens krav og ønsker. Informantene gjorde det de kunne for forbedre prestasjonene på håndballbanen samtidig som de også gjorde det skole- og klubbtrenerne ba dem om. Med mer erfaring og utvikling av prestasjonsnivå, innså jentene at det var muligheter for at de etter hvert

kunne posisjonere seg høyere i håndballens hierarkiske struktur.

Jentene som var en del av landslagsmiljøene fikk trene med de beste i sin aldersgruppe. Dette kan gi utøverne en trygghet på at de holder prestasjonsnivået, samtidig som de kan få en bekreftelse på at treningsarbeidet de legger ned er godt nok. Bloom (1985) understreker at det gir selvtillit dersom man hevder seg i en treningsgruppe. En forsterkning av mestringsfølelsen kan ha bidratt til at treningsarbeidet de la ned ble belønnet med gode resultater og prestasjoner. Dette samsvarer med Kjærmo (1997) som viser at samsvaret mellom egne ferdigheter og egne normer for hva som betyr noe, gir et bedre selvbylde og følelse av at man behersker noe. Opplevelsen av mestring og fremgang kan forklare informantens glede med håndball og er en medvirkende faktor til at de velger å bruke mye tid på idretten. Gode prestasjoner, enten for klubblaget eller landslaget, førte i tillegg til mestringsfølelse, også til at informantene fikk positive tilbakemeldinger, anerkjennelse og skryt fra trenerne på skolen og klassekameratene. En informant uttrykker: ' Det var et høydepunkt å få anerkjennelse av mine klassekamerater'.

Selv om de gjorde det de kunne, erfarte noen av jentene at det var krevende å tilfredsstillende de to aktørene skole og klubb. Spesielt krevende var det når samarbeidet mellom aktørene var minimalt. Flere av informantene opplevde at treningsopplegget på skolen og i klubben besto av de samme øvelsene. En informant uttrykker: 'Det var ikke antall treningstimer som var det tøffeste, det var den ensidige belastningen som nesten tok "knekken" på meg'. Henriksen et al. (2010a) viser til at integrerte og koordinerte miljøer er avgjørende for å lykkes med talentutvikling i idrett. Stambulova (2009) understreker viktigheten av variasjon i treningen og poengterer at det kan ta inntil fire år med systematisk trening å takle overgangen fra junior- til seniornivå.

To av informantene hadde samme trener på skolen og i klubben i to av årene på VGS, og begge opplevde at det var god samhandling mellom de to miljøene. De fem andre informantene følte at trenerne de hadde på skolen i større grad fokuserte på å utvikle utøverne som et lag og at den individuelle oppfølgingen ble nedprioritert. Dette kan også være noe av grunnen til at de opplevde en ensidig belastning. Bjørndal et al. (under trykking) poengterer at ifølge teorien er VGS den arenaen utøverne skal ha best mulige forutsetninger for å fokusere på seg selv og sin egen utvikling. Studiene til Bussman (1995), Christensen og Sørensen (2009) og Henriksen et al., (2010a)



vektlegger at kravene til kommunikasjonen mellom miljøene er en forutsetning for å optimalisere treningsbetingelsene i en langsiktig utviklingsprosess. Et bedre samarbeid mellom klubb og VGS kan heve kvaliteten i utøverens treningshverdag.

Kommunikasjon gjør at utøverne ikke utsettes for de samme treningsøktene på skolen og i klubben. Treningene på skolen bør fungere som et supplement til klubbens treninger og kan gi spillerne ekstra tid til å øve inn nye, eller videreutvikle individuelle ferdigheter.

Resultatene viser at flere av informantene ikke klarte å sette egne begrensninger på egen belastning, og en informant forteller: 'Det var heller ingen rundt meg som sa stopp'. Kjømø (1997) poengterer at høy belastning på flere arenaer kan føre til at utøveren ikke klarer å hente seg inn og viser til restitusjonsprosessen ikke blir balansert på en riktig måte. Dette viser at mange involverte aktører kan gjøre det krevende å finne balansegangen mellom fordelene ved trening og konkurranse, opp mot overbelastning.

Siden ingen sa ifra til informantene at de måtte passe på at totalbelastningen ikke ble for stor, ble fem av dem skadet i løpet av årene på VGS. De fleste hadde belastningsskader. Uten et velfungerende samarbeid mellom skole og klubb er det umulig å ha oversikt over den enkelte utøvers trening. I de tilfeller det er mangel på kommunikasjon er det kun utøveren selv som har oversikt over totalbelastningen og kan ta kontroll over situasjonen.

Olympiatoppen sin filosofi for unge utøvere (2011) fremhever at utøverne selv er den viktigste personen på veien mot en mulig toppidrettskarriere. Det er viktig at utøverne selv får et eierforhold til egen treningshverdag og utvikling, men de må støttes av fornuftige aktører og ha trygge psykososiale relasjoner. Wylleman og Lavalley (2004) underbygger dette og viser at utøverne er i en alder hvor de bruker tid på å prøve og feile. Stabile relasjoner hvor utøverne har mulighet til å være seg selv, kan derfor bidra til å hindre usikkerhet.

### **6.1.2 Det sosiale nettverket**

Det sosiale aspektet er en viktig faktor for å trivsel og prestasjon. Alle informantene anerkjenner det sosiale som en viktig del av hverdagen, men forteller at det var utfordrende å få tid til opprettholde kontakten med venner utenfor idretten. Flere av informantene forteller at de sosiale sammenkomstene utenfor idretten i stor grad var

med lagvenninner og håndballjentene i klassen. Sosial aktivitet og at man opplever noe annet sammen enn idrett, kan skape identitet og tilhørighet i andre miljøer. Wylleman & Lavallee (2004); Henriksen, et al. (2010a) hevder at avkobling fra skole- og håndballmiljø kan bidra til å skape personlig vekst i andre miljøer.

I en hektisk hverdag var tidsperspektivet en medvirkende årsak til at informantene ikke fikk anledning til å utvikle flere identiteter. Kjømø (1997) hevder at dette bidrar til at utøverens identitet blir avgrenset til en ensidig fokusering på idretten. Han nevner at en ensidig identitetsutvikling koblet til idretten gjør at utøveren er sårbar når prestasjonsutviklingen ikke forløper som forventet, eller nå det oppstår avbrekk i treningshverdagen. Lavallee og Robinson, (2007) støtter dette og viser at flere innslag av identiteter kan bidra til en vellykket karriereovergang innenfor idretten.

Foreldrene har stor betydning i jentenes hverdag også i årene på VGS. Dette støttes av Wylleman og Lavallee (2004), Côté (1999) og Kjømø (1997) som poengterer at foreldrene er viktige aktører i det psykososiale miljøet til idrettsungdom. I en slitsom hverdag gjorde foreldrene det enklere for dem ved å tilrettelegge med matlaging og klesvask. En av jentene forteller: 'Middagen sto alltid å ventet på meg i kjøleskapet. Jeg spiste jo aldri når det var middagstid for jeg skulle trene eller sove'. Studier av Bloom (1985), Ericsson et al (1993) og Côté (1999) viser at tilgjengelige ressurser og støtte underveis er avgjørende for at utøvere kan prestere på et høyt nivå. Bloom (1985) nevner at man ved å skape forutsetninger for idrettsdeltakelse påvirker også foreldrene barnas sosialisering til idretten positivt. Côté (1999) fant lignende funn og påpeker at foreldre bidrar med betydelige forpliktelser i form av tid og økonomiske ressurser for at ungdom skal kunne delta i idretten. En informant bodde på hybel og for henne ble belastningen en annen. I tillegg til å trene og gå på skolen som de andre jentene, måtte hun vaske klær og lage mat. Informanten forteller at hun savnet at klærne var rene og middagen var klar.

Syv av informantene har foreldre som er svært delaktige i den praktiske tilretteleggingen, i tillegg til at de hjelper jentene med lekser og er engasjerte i idretten. Foreldrene kjenner jentene best, men de har liten innvirkning på belastningen jentene utsettes for. Kommunikasjonen mellom foreldrene og de to aktørene; skole og klubb fungerer enkeltvis, men de tre miljøene som står jentene nærmest har ingen felles

dialog. I årene på VGS er det i disse tre miljøene jentene bruker det meste av sin tid, slik at en kontinuerlig dialog kan knytte miljøene sammen og bidratt til å balansere jentenes hverdag.

En opplevelse er som mest positiv når mennesket føler at omgivelsene tilbyr muligheter for handling, samtidig som hennes egne ferdigheter er tilstrekkelige. Når både utfordringer og ferdigheter er store nok, har personen det artig og tøyer samtidig sin kapasitet. Det gir sjanser for å lære nye ferdigheter, øke selvtilliten og utvide sitt personlige repertoar.

Csikszentmihaily, M & LeFevre, J. (1989).

## **6.2 Hva skiller de som fortsetter med håndball på et høyt nivå fra de som faller fra?**

Hovedfunnene mine er at det i stor grad er ambisjoner, anerkjennelse og tillit samt håndtering av motgang som skiller de talentene som fortsetter inn i en toppidrettskarriere fra de som slutter med håndball.

Talentutvikling og karriereutvikling er nært knyttet sammen. Målet med talentutviklingen bør være å klargjøre utøverne for kravene karriereovergangene stiller både i og utenfor idretten. Overgangen fra junior- til senioridretten innebar, som vi har sett, at utøverne ble utsatt for en større treningsbelastning, kravene ble tøffere og de fikk flere aktører å forholde seg til. Dagene måtte derfor planlegges på en annen måte enn tidligere. Med god hjelp fra foreldrene kom jentene seg gjennom de tre årene på VGS, og syv av informantene var klare for å fortsette håndballkarrieren på toppnivå.

### **6.2.1 Ambisjoner**

Skolevalget kan bli betraktet som en indikator på ambisjonene informantene hadde som håndballspillere. Resultatene viser at fem av jentene fikk en direkte henvendelse om å begynne på VGS. Denne forespørselen kan tyde på at trenerne hadde identifisert og fulgt med på de aktuelle jentene i en lengre periode.

Informantene betraktet seg selv som gode når de begynte på VGS. Kjømø (1997) fremhever at det er lettere å få forventinger til et miljø hvor en tidligere har opplevd mestring. Dette kan ha sammenheng med at de ble tatt ut av NHF til å representere sin region i Bjørklund Cup (Nasjonalt mesterskap). I denne turneringen spilte de mot landets beste 15 åringer, og fikk dermed testet sine håndballferdigheter mot jenter fra hele landet på samme alder. Jentene forteller at de var av de beste i sin årsklasse, og flere av jentene hadde eksplisitte mål om å komme på seniorlandslaget.

Resultatene fra denne studien viser at jentene som fremdeles er aktive toppidrettsutøvere valgte å prioritere idretten og sette skolen i andre rekke i årene på VGS. Dette samsvarer med tidligere Miller og Kerr (2002) som viser at i et valg mellom idrett og studier vil idrettsutøvere prioritere idretten. Tre av informantene som fortsatt spiller håndball nedprioriterer fremdeles utdanning og jobb for å kunne satse for fullt på håndballen. Fokus på seg selv og egen fremgang kjennetegner informantene som spiller topphåndball i dag. Informantene er mer opptatt av hva idretten gir dem enn hva de forsaker gjennom toppidrettskarrieren. Gode prestasjoner på håndballbanen vektlegges og det som går på bekostning av idretten nedprioriteres.

### **6.2.2 Anerkjennelse og tillit**

Alle informantene forteller at de opplevde mestring på håndballbanen i årene på VGS og fremhever betydningen av oppmerksomhet og anerkjennelse fra treneren og nærmiljøet. Flere studier (Stambulova & Alfermann, 2009; Stambulova et al., 2009; Wylleman & Lavallée, 2004) støtter dette, og fremhever at for å nå helt til topps i idretten kreves det at en får støtte fra de psykososiale relasjonene: venner, foreldre og trenere.

Ved å gå på en VGS som tilrettelegger for at utøvere kan satse på idrett samtidig som de får en utdanning, bidrar man til at flere unge kan ta steg mot en toppidrettskarriere i ungdomsårene. Utfordringene kommer etter VGS da informantens nye hverdag ikke legger til rette for den samme kombinasjonen. Det viser seg å være krevende for enkelte av informantene å kombinere studier på høgskoler med idretten.

En av informantene forteller at hun gjennom hele VGS var en del av enten ungdoms- eller juniorlandslaget, men at hun etter VGS valgte å si fra seg

landslagsplassen på grunn av ambisjonene hun hadde på skolen. Informanten valgte en studieretning der det ikke var tilrettelagt for å satse på idretten og hun opplevde at det tok for mye tid å prestere både på skolen, i klubben og på landslaget. Fra informanten valgte å si ifra seg landslagsplassen tok det kun en halv sesong før hun sluttet med håndball. Informanten forteller at det ikke tok lang tid fra hun sluttet på landslaget til hun ble likegyldig til om hun satt på benken, eller ble banens beste i kampene med klubblaget. Anerkjennelsen hun fikk fra håndballmiljøet hadde ikke lenger denne samme betydningen for henne som i årene på VGS. Høgskolemiljøet informanten ble en del av etter VGS var i liten grad opptatt av håndball. Dette kan ha bidratt til at anerkjennelsen på håndballbanen, som tidligere hadde betydd alt for henne, gikk gradvis over til å ikke ha betydning lenger. I det nye miljøet var det skoleprestasjonene som ble anerkjent.

Helt frem til hun skadet seg i slutten av det andre året på VGS var informanten en sentral spiller for både ungdoms- og juniorlandslaget. Etter skadeperioden slet informanten med å komme tilbake på det samme nivået som tidligere og prestasjonene var ikke lenger like stabile som før skaden. Hun forteller at hun fremdeles var en del av landslaget, men at spilletiden varierte etter skadeavbrøket. Det var tøft for henne å takle at hun ikke lenger var førstevalget i sin spillerposisjon. Mindre spilletid og dalende prestasjoner kan ha bidratt til at hun sluttet på landslaget. Informanten har alltid vært opptatt av å levere gode prestasjoner i mikromiljøene hun har tatt del i og hun har opplevd å få gode tilbakemeldinger fra miljøene. I en periode hvor hun ikke hadde den samme mestringsfølelsen og ikke fikk den samme anerkjennelsen i håndballmiljøet, følte informanten at hun presterte bedre i skolemiljøet. Dette førte til at skoleprestasjonene overgikk håndballprestasjonene noe som bidro til at identiteten hennes endret seg fra ”håndballspilleren” til ”studenten”.

Selv om en av informantene slet med flere belastningsskader i etterkant av årene på VGS, spilte hun for ulike lag i den norske eliteserien. Hun forteller at varierende spilletid og dårlig relasjon med en trener var grunnen til at hun prøvde seg i flere klubber etter VGS. Kvello (2008) poengterer at fravær av oppmuntrende tilbakemeldinger kan føre til en manglende identitetsfølelse. Informanten kombinerte topphåndballen med studier på høgskole og forteller at totalbelastningen var tøff. Tre år etter VGS valgte hun å slutte med håndball. Det var en kombinasjon av varierende

spilletid, stor belastning over tid og et ønske om å gjøre det bra på skolen som var utslagsgivende for valget. I tillegg uttrykker informanten: 'Det er svært få som kan leve av håndball i Norge. Jeg måtte derfor konsentrere meg om en god utdanning slik at fremtiden ble sikret'. Den varierende spilletiden kan være en indikasjon på at informanten aldri klarte å spille seg til en fast plass i klubbene hun var i. Dette kan ha vært avgjørende for at hun opplevde at det var risikofyllt å satse på en karriere innenfor toppidretten.

### **6.2.3 Motgang**

Etter VGS valgte to av informantene å bytte klubb siden klubbene de spilte for ikke lenger hadde det samme sportslige tilbudet. For begge informantene ble klubbskiftet et vendepunkt i karrieren. I løpet av årene på VGS hadde de fått mye spilletid og tillit, men i den nye klubben opplevde de plutselig å få lite spilletid.

Den ene informanten kom til en klubb der hun ikke klarte å kommunisere og samarbeide med treneren. Informanten tror den dårlige relasjonen førte til at treneren ga henne lite spilltid. Begrenset spilletid i sesongen etter VGS medførte at den idrettslige fremgangen uteble og hun opplevde plutselig at hun gjennom håndballen forsaket mye av det sosiale hun ville være med på. Det store engasjementet og ambisjonene hun hadde for håndballen ble gradvis svekket og hun valgte å slutte med håndball året etter VGS.

Fra å være en viktig spiller på laget hun kom fra opplevde informantene plutselig å bli satt i skyggen. I en alder hvor ungdom ifølge Kvelling (2008) har behov for tillit og anerkjennelse, kan det være utfordrende å ikke bli sett. Overgangen kan ha vært ekstra krevende å takle da hun i den forrige klubben fikk mye spilletid og tillit av treneren. Informanten var ikke vant til å sitte på benken og sto dermed ovenfor en helt ny situasjon. Tidligere følte hun at hun hadde fått mye igjen for all treningen hun la ned, men i perioden med lite spilletid ble informantene mer oppmerksom på hva hun gikk glipp av ved å spille topphåndball. Kravene idretten stilte innebar plutselig flere forsakelser enn hun opplevde da hun fikk tillit på håndballbanen. Dette støttes av flere studier (Enoksen, 2011; Seippel, 2005; Sisjord, 1993) som viser at flere ungdom velger å slutte med idrett når de opplever at prestasjonene stagnerer og at idretten plutselig tar for mye tid.

Den andre informanten som byttet klubb etter VGS fikk også minimalt med spilletid i den nye klubben. Hun gikk fra å være en meget sentral spiller på sitt tidligere lag til å sitte mye på benken. Etter ett år i klubben hadde hun mest lyst til å slutte med håndball, men faren hjalp henne med å se på andre utveier. Informanten forteller at faren så etter klubber som kunne ha nytte av hennes kvaliteter på håndballbanen. Dette medførte at faren fikk henne til en klubb hvor hun fikk mye spilletid og tillit. Hun klarte i motsetningen til den andre informanten å snu motgang til medgang noe Collins og MacNamara (2012) fremhever som avgjørende for prestasjonsutviklingen.

En av informantene var av de ”dårligste” i klassen da hun begynte på VGS. Hun fortalte at noen av medelevene stilte henne spørsmål om hvordan hun kom inn på skolen. Det var treneren som mente hun var en spennende spillertype, selv om hun ikke var blant de aller beste. Informanten fortalte at hun var lærevillig, ivrig og ga alt i treningsarbeidet for å bli like god de som andre. Etter noen måneder på VGS belønnet treningsinnsatsen seg med en samling med ungdomslandslaget. I løpet av de to siste årene på skolen utviklet hun seg til å bli blant de beste og beholdt plassen på ungdomslandslaget. Hun sa det var motiverende å ta nye steg og at ambisjonene hun satte seg ved inngangen til VGS var de samme, men at hun nå var et godt stykke nærmere målet sitt. Wylleman og Reints (2010) fremhever at ungdom går gjennom ulike modningsprosesser, men det er enkelte som bruker lenger tid på å utvikle fysiske ferdigheter enn andre.

I motsetning til informanten som ikke opplevde å være god i barneårene, fortalte to av informantene at de i barne- og ungdomsårene var de ”beste ”på laget. Disse informantene har sluttet med håndball, den ene på grunn av skade og den andre på grunn av skoleambisjoner. Dette viser at talent er et vidt begrep og at det ikke alltid er de som er best i ung alder, som blir de beste senere i livet. Collins og MacNamara (2012) viser at de som opplever motgang og klarer å snu dette til noe positivt, vil nå lenger enn de som ikke møter motgang før det er for sent.

Informantene som avsluttet karrieren forteller at de tok avgjørelsen om å slutte uten at de snakket med personer i mikromiljøet. Resultatene viser at alle informantene som fortsatt spiller håndball i større grad søkte hjelp og råd hos personer i mikromiljøet

når de opplevde ikke-forutsigbare overganger. Bloom (1985) støtter dette og sier at utøvere som er flinke til å søke hjelp har større forutsetninger for å lykkes i idretten.



## 7. Oppsummering

Målet med denne undersøkelsen har vært å belyse hvordan åtte talentfulle håndballjenter har opplevd det å være elever på VGS. I tillegg har jeg sett på hva som skiller de som fortsetter med håndball på toppnivå fra de som faller fra og slutter med håndball.

I mikromiljøet var utøverne i kontakt med foreldre, venner, skole, klubb og NHF. De ble påvirket både av de ulike situasjonene som oppsto i et av miljøene, samt i handlingene og interaksjonen mellom miljøene. Samhandlingen mellom miljøene har innvirkning på hvordan jentene erfarer det å være elev på VGS. Det er også avgjørende for om jentene fortsetter med håndball på toppnivå eller slutter med håndball. Informantene ble ansett som talentfulle og de hadde forholdsvis like forutsetninger for å nå toppnivået. Dette viser at forutsetninger i seg selv ikke er nok for å skape prestasjoner på toppnivå.

Hovedfunnene viser at:

- En manglende samhandling mellom aktørene skole og klubb gjorde at jentene opplevde at totalbelastningen i årene på VGS ble stor.
- Foreldrenes tilrettelegging trekkes frem som en avgjørende faktor i en krevende hverdag.

Funnene kan tyde på at en bedre kommunikasjon og nøyaktig planlegging mellom alle aktørene kunne bidra til en mindre totalbelastning. Bedre dialog mellom utøvere, foreldre, klubb, skole og NHF kan dermed legge til rette for flere fremtidige toppspillere.

I årene på VGS var jentene i et strukturert system som medførte at de hadde liten tid til aktiviteter utenfor idrettsfeltet. Da jentene etter VGS utvidet horisonten med nye miljøer, ble de utsatt for flere påvirkninger samtidig som valgmulighetene økte.

Hovedfunnene er at jentene som sluttet med håndball fikk gradvis mindre tilknytning til idretten. Dalende prestasjoner på håndballbanen, faglige ambisjoner og motgang i form av lite spilletid og skader, førte til at idrettsidentiteten ble svekket og at

ambisjonene ble større i andre miljøer. For informantene som fremdeles spiller håndball på toppnivå var idrettsidentiteten og ambisjonene så sterke at de valgte å nedprioritere skole og jobb for å kunne satse for fullt på idretten. Oppsto det uforutsette hendelser, håndterte jentene situasjonene og kom styrket ut av det.

Funnene viser at flere av jentene får en direkte forespørsel om å begynne på VGS. Dette kan innebære at toppidrett ikke er noe de velger selv, men blir valgt til. I ungdomsårene er dette spennende for alle informantene, men etter hvert kan det tyde på at det er de som har den indre drivkraften som holder ut og fremdeles satser på håndball. De som ikke opplever de samme trygge rammene og føler den samme sosiale tilhørigheten velger å slutte med håndball.

Talentutviklingen er summen av hva klubbene, skolene og håndballforbundet, gjennom regionslag og de aldersbestemte lagene, får til i sammen. Formålet med spillerutvikling er å utvikle prestasjoner, men det er viktig at utviklingsarbeidet ikke begrenser seg til å jakte på prestasjoner og resultater. Det bør i større grad fokuseres på å utvikle hele utøveren ved å legge større vekt på læring og langsiktig utvikling. Denne undersøkelsen viser at stor totalbelastning i årene på VGS gjør at jentene ikke får tid til å være noen andre enn ”håndballspilleren”.

Intervjuundersøkelsen kan bidra til å få en økt forståelse av konteksten disse jentene har vært en del av. Dette kan være førende for trenere i klubber, VGS og eventuelt andre innenfor idretten som har interessen av kompleksiteten rundt hva det innebærer å være ung talentfull idrettsutøver

## **7.1 Begrensninger og videre forskning**

Det er styrker og svakheter ved metodevalget. Kvalitative metoder er vel egnet for å få informasjon om opplevelser og erfaringer, meninger og synspunkter. Det hadde også vært spennende å drøfte forskningsspørsmålene i fokusgrupper med flere jenter tilstede samtidig, men av praktiske årsaker valgte jeg enkeltintervjuer. Dybdeintervjuer er også velegnet for å forstå enkeltpersonens livsverden, noe som har gitt denne undersøkelsen mye informasjon. Denne måten å innhente kunnskap på gir selvsagt klare begrensninger. Jeg har eksempelvis kartlagt hva intervjupersonene sier og ikke hva de

gjør. Informantenes evne til selvrefleksjon kan variere, siden ubevist kan ha et behov for å ubevist forsvare sine avgjørelser.

Undersøkelsen gir også et begrenset datamateriale fordi utvalget kun baserer seg på åtte informanter. Flere informanter kunne beriket informasjonen. Ytterligere intervjustudier som inkluderer trenere ville kunne gi empiri om avstanden mellom utøverens antakelser om treneren og trenerens faktiske opplevelse av virkeligheten. En undersøkelse på gutter som gjennomgår liknende prosess ville også vært spennende å se nærmere på, sitter de igjen med de samme opplevelser og erfaringer? Videre kunne undersøkelsen også vært en forløper for en større kvantitativ undersøkelse. Så kunne man eksempelvis undersøkt et større utvalg jenter og sett i hvilken grad deres opplevelser og erfaringer stemmer overens med informantene i min undersøkelse.

## REFERANSER

- Alfermann, D., & Stambulova, N. (2007). Career transitions and career termination. In G. Tenenbaum and R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology*, (s.712-736). New York: Wiley.
- Alfermann, D., Stambulova, N & Zemaityte, A. (2004). Reactions to sport career termination: a cross-national comparison of German, Lithuanian, and Russian athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 61–75.
- Andersen, S. (2014). *Aldersbestemmelser, spilletider og ballstørrelser*. Hentet 6. Mai, fra <http://www.handball.no/p1.asp?p=1675>
- Andersen, S. (2015). *Om Norges Håndballforbund*. Hentet 6. mai. 2015, fra <http://www.handball.no/p1.asp?p=1743>
- Andersen, S., Bjørndal, C.T. & Ronglan, L.T. (under trykking). The ecology of talent development in the Nordic elite sport model. In: S. Andersen, B. Houlihan & L.T. Ronglan (eds). *Managing Elite Sport Systems*. London: Routledge.
- Andersen, S. S., & Ronglan, L. T. (2012). A comparative perspective on Nordic elite sport: filling a gap *Nordic Elite Sport: Same ambitions: Different tracks* (s. 259-284). Oslo: Universitetsforlaget.
- Bergsgard, N.A., Houlihan, B., Mangset, P., Nødland, S.I & Rommetvedt, H. (2007). *Sport Policy: A Comparative Analysis of Stability and Change*. Oxford: Butterwoth Heinemann.
- Bloom, B. S. (1985). *Developing talent in young people*. New York: Ballantine Books.
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Petitpas, A. J. (2000). Self-identity issues in sport career transitions. In D. Lavallee & P. Wylleman (eds.). *Career transitions in sport: International perspectives* (s. 29–43). Morgantown, WV: Fitness Information Technology

- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. London: Harvard University press.
- Bruner, M.W., Munroe-Chandler, K.J., & Spink, K.S. (2008). Entry into elite sport: A preliminary investigation into the transition experiences of rookie athletes. *Journal of Applied Sport Psychology, 20*, 236-252.
- Bullock, N., Gulbin, J. P., Martin, D. T., Ross, A., Holland, T. and Marino, F. (2009). Talent identification and deliberate programming in skeleton: Ice novice to Winter Olympian in 14 months. *Journal of Sports Sciences, 27(4)*, 397-404.
- Bussmann, G. (1995) How to prevent "dropout" in competitive sports. *New studies in Athletics, 1*, 23–29.
- Christensen, M. K. & Sørensen, J. K. (2009) Sport or school? Dreams and dilemmas for talented young Danish football players. *European Physical Education Review, 15 (1)*, 115–133.
- Collins, David John and MacNamara, Aine (2012). The Rocky Road to the Top. *Sports Medicine, 42 (11)*, 907-914.
- Côté, J. (1999). The Influence of the Family in the Development of Talent in Sport. *The Sport Psychologist, 13*, 395-417.
- Côté, J., Ericsson, K.A., & Law, M. (2005) Tracing the Development and Athletes Using Retrospective Interview Methods: A Proposed Interview and Validation Procedure for Reported Information. *Journal of Applied Sports Psychology, (17)*, 1-19
- Csikszentmihalyi, M & LeFevre, J. (1989). Optimal experience in Work and Leisure. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*, 815–822.
- Dalen, M. (2004). *Intervju som forskningsmetode. En kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget.

- Dønnestad, J. (2013). Hvorfor slutter elever ved norske toppidrettsgymnas?: En retrospektiv tverrsnittstudie av tidligere idrettselever. *Masteroppgave, institusjon Norgesidrettshøgskole*.
- Enoksen, E. (2011). Drop-out Rate and Drop-out Reasons Among Promising Norwegian Track and Field Athletes. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 2, 19-43.
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Roemer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100(3), 363-406.
- George, A. L. & Bennett, A. (2005). *Case Studies and Theory Development in the Social Sciences*. Cambridge: the Belfer Center for Science and International Affairs.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 172-204.
- Ibsen, B. & Seippel, Ø. (2010) Voluntary organized sport in Denmark and Norway, *Sport in Society*, 13(4), 593–610.
- Hancock, D. J., Adler, A. L., & Côté, J. (2013). A proposed theoretical model to explain relative age effects in sport. *European Journal of Sport Science*, 13, 630-637.
- Henriksen, K. (2010). *The ecology of talent development in sport*. (PhD), University of Southern Denmark, Odense.
- Henriksen, K., Larsen, C. H., & Christensen, M., K. (2014). Looking at success from its opposite pole: The case of a talent development golf environment in Denmark. *International Journal of Sport & Exercise Psychology*, 12(2), 134-149.
- Henriksen, K., Stambulova, N., Roessler, K.K., (2010a) Holistic approach to athletic talent development environments: A successful sailing milieu. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 212–222.

- Henriksen, K., Stambulova, N., Roessler, K.K., (2010b) Successful talent development in track and field: considering the role of environment. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20(2), 122–132.
- Kjørmo, O. (1988). Selvpoppfatning og prestasjonsmotivasjon hos unge toppidrettsutøvere i tennis: en teoretisk innføring og en empirisk belysning med utgangspunkt i ”TEAM KBANK”. Oslo: Norges Idrettshøgskole.
- Kjørmo, O. (1997). Norske toppidrettsutøvere og rammebetingelser i den norske modellen for toppidrett: psykososiale karakteristika og prestasjonsnivå. Oslo: Norges Idrettshøgskole.
- Kunnskapsdepartementet. (2009). *Stortingsmelding nr. 44 (2008-2009): Utdanningslinja*. Oslo: Kunnskapsdepartementet.
- Kvale, S. (2007). *Det kvalitative forskningsintervju* (oversatt av T. M. Anderssen og J. Rygge). Oslo: Ad notam Gyldendal.
- Kvale, S., & Brinkman, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Gyldendal akademisk.
- Kvello, Øyvind. (2008). Transaksjonsmodellen: Mennesker og miljø utvikler hverandre. I Ø. Kvello (Red.), *Oppvekst: om barns og unges utvikling og oppvekstmiljø* (s.203-232). Oslo: Gyldendal akademisk.
- MacNamara, Á., & Collins, D. (2010). The role of psychological characteristics in managing the transition to university. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 353–362.
- Miller, P.S. & Kerr, G.A. (2002). Conceptualizing excellence: Past, present, and future. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 140-153.

- Miles M. B. og A. M. Huberman.(1994). *Qualitative data analysis Thousands Oaks*: Sage publications
- Norges Håndballforbund. (2013a). *Strategiplan 2013-2017*. Hentet 6. mai 2015 fra <http://www.handball.no/p1.asp?p=1743>.
- Norges Håndballforbund. (2013b). Håndbok. Hentet 6. mai 2015 fra [file:///Users/mariowren/Downloads/Lovbok\\_2013-15\\_offisiell\\_1609%20\(1\).pdf](file:///Users/mariowren/Downloads/Lovbok_2013-15_offisiell_1609%20(1).pdf)
- Norges Håndballforbund. (u.å.a). *Landskampstatistikk*. Hentet 3. april 2015 fra [http://www.handball.no/Statistikk\\_Landskamper.asp](http://www.handball.no/Statistikk_Landskamper.asp)
- Norges Håndballforbund. (u.å.b). *NHF's serier*. Hentet 3. april 2015 fra <http://www.handball.no/p1.asp?p=4234>
- Norges Idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF). (2009). *Ungdomsidrett*. Hentet 6.mai 2012 fra <http://www.nif.no/tema/ungdomsidrett/Sider/ungdomsidrett.aspx>
- Norges Idrettsforbund. (2011). *Idrettspolitisk dokument 2011-2015*. Hentet 22. april 2012 fra [http://idrett.forbundetonline.no/omnif/ipd/Documents/Idrettspolitisk\\_dokument\\_011\\_2015.pdf](http://idrett.forbundetonline.no/omnif/ipd/Documents/Idrettspolitisk_dokument_011_2015.pdf)
- Norges Toppidrettsgymnas. (u.å.). *Skolen for fremtidige toppidrettsutøvere*. Hentet 4. mai fra [http://www.ntg.no/no/ntg\\_info/idrettstilbud/page81.html](http://www.ntg.no/no/ntg_info/idrettstilbud/page81.html)
- Olsen, A. M. (2005). *Idrettens ordbok: ord og uttrykk med forklaringer*. Oslo: Akilles.
- Olympiatoppen. (2011).*Olympiatoppens filosofi for utvikling av "morgendagens" utøvere*. Hentet 4. april 2015 fra [http://www.olympiatoppen.no/fagomraader/ungeutovere/utviklingsfilosofi/meda241\\_9.media](http://www.olympiatoppen.no/fagomraader/ungeutovere/utviklingsfilosofi/meda241_9.media).
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. (2nd ed.).



London:Sage.

- Pummel, B., Harwood, C., & Lavalley, D. (2008). Jumping to the next level: A qualitative examination of within-career transition in adolescent event riders. *Psychology of Sport and Exercise, 9*, 427-447.
- Seippel, Ø., Strandbu, Å., & Sletten, M. A. (2011). *Ungdom og trening. Endring over tid og sosiale skillelinjer*. Oslo: NOVA-rapport.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk & innlevelse: En innføring i kvalitativ metode*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Seippel, Ø. N. (2005). *Orker ikke, gidder ikke, passer ikke? Om frafallet i norsk idrett*. Oslo: Institutt for samfunnsforskning.
- Sisjord, M. K. (1993). *Personal experiences from organized sport, comparisons between participants and drop-outs*. Norges idrettshøgskole. Oslo.
- Soberlak, P., & Côté, J. (2003). The developmental activities of elite ice hockey players. *Journal of Applied Sport Psychology, 15*, 41-49.
- Stambulova, N. (1994). Developmental sports career investigations in Russia: A post perestroika analysis. *The Sport Psychologist, 8*, 221-237.
- Stambulova, N. (2009). Talent development in sport: The perspective of career transitions. In E. Tsung-Min Hung, R. Lidor, & D. Hackfort (Eds.), *Psychology of sport excellence* (s. 63-74). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Stambulova, N., Alfermann, D., Statler, T., & Côté, J. (2009) Career development and transitions of athletes: the ISSP position stand. *Internation Journal of Sport & Exercise Psychology, 7*, 395–412

- Stambulova, N. (2010). Counseling Athletes in Career Transitions: The Five-Step Career Planning Strategy. *Journal of Sport Psychology in Action, 1*, 95–105.
- Stenby, H.K.(1980). *Selvopppfatning, identitet og stempling*. En analyse med utgangspunkt i symbolskinteraksjonisme. Hovedoppgave, Pedagogisk institutt, Universitet i Trondheim.
- Utdanningsdirektoratet (2012). Fag- og timefordelingen for grunnskole og videregående opplæring i kunnskapsløftet. Hentet 4. mai 2015 fra [http://www.udir.no/Upload/Rundskriv/2012/Udir-1-2012/vedlegg\\_1.pdf?epslanguage=no](http://www.udir.no/Upload/Rundskriv/2012/Udir-1-2012/vedlegg_1.pdf?epslanguage=no)
- Utdanningsdirektoratet (2014). *Tilskuddsatser for private videregående skoler 2015*. Hentet 4. mai 2015 fra <http://www.udir.no/Regelverk/Tilskudd/Tilskudd-til-private-skoler/Private-videregaende-skoler/Tilskuddsatser-private-videregaende-skoler-2015/videregaende-skoler/Tilskuddsatser-private-videregaende-skoler-2015/>
- Wang. (u.å.). *Hva er et toppidrettsgymnas*. Hentet 4. mai 2015 fra <http://wang.no/om-wang/hva-er-toppidrettsgumnas/>.
- Williams, A. M., & Reilly, T. (2000). Talent identification and development in soccer. / Identification et developpement des talents en football. *Journal of Sports Sciences, 18*(9), 657-667.
- Wylleman, P., & Lavallee, D. (2004) A developmental perspective on transitions faced by athletes. I M. Weiss (red.), *Developmental sport and exercise psychology: A life spanperspective* (side 507–522). Morgantown, WV: Fitness Information Technologies.
- Wylleman, P., Lavallee, D., & Theeboom, M. (2004). Successful athletic careers. In C. D. Spielberger (Ed.), *Encyclopedia of applied psychology*, 3, 511-518. Amsterdam: Elsevier
- Wylleman, P., Alfermann, D., & Lavallee, D. (2004). Career transition in sport: European perspectives. *Psychology of Sport and Exercise, 5*, 7–20.

Wylleman, P., & Reints, A. (2010). A lifespan perspective on the career of talented and elite athletes: Perspectives on high-intensity sports. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20, 88-94.

## Tabelloversikt

<i>Tabell 4.1: Eksempel på koding</i> .....	33
<i>Tabell 4.2: Eksempel på koding</i> .....	33
<i>Tabell 5.1: Bakgrunnsinformasjon om informantene</i> .....	35
<i>Tabell 5.2: Kampbelastning for informantene i årene på VGS. Tallene inneholder kun kamper på Regionsserien, og ikke aldersbestemte kamper for klubblag da dette ikke fremkommer i den offentlige statistikken. (Norges Håndballforbund, u.å.a; Norges Håndballforbund, u.å.b).</i> .....	37

## Figuroversikt

<i>Figur 2.1: Aktivitetstilbud i ungdomshåndballen (NHF, 2013a, s. 9).....</i>	<i>17</i>
<i>Figur 3.1: Faser i en håndballkarriere (Fritt etter Wylleman &amp; Lavalleyé, 2004)....</i>	<i>20</i>
<i>Figur 3.2: Håndballspillerens miljøer (Basert på Bronfenbrenners bioøkologiske modell, 1979).....</i>	<i>22</i>

# Vedlegg

## Vedlegg 1:

### Godkjenning fra Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS  
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Hårfagres gate 29  
N-5007 Bergen  
Norway  
Tel: +47-55 58 21 17  
Fax: +47-55 58 96 50  
nsd@nsd.uib.no  
www.nsd.uib.no  
Org.nr. 985 321 884

Ørnulf Seippel  
Seksjon for kultur og samfunn Norges idrettshøgskole  
Postboks 4014 Ullevål stadion  
0806 OSLO

Vår dato: 21.08.2014

Vår ref: 39422 / 3 / LT

Deres dato:

Deres ref:

#### TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 12.08.2014. Meldingen gjelder prosjektet:

<i>39422</i>	<i>Håndball og frafall</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Norges idrettshøgskole, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Ørnulf Seippel</i>
<i>Student</i>	<i>Mari Owren</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstiller kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i melde skjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 01.07.2015, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Lis Tenold

Kontaktperson: Lis Tenold tlf: 55 58 33 77

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Mari Owren mariowren1@gmail.com

*Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.*

*Avdelingskontorer / District Offices*

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. nsd@uio.no  
TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. kytte.svarva@svt.ntnu.no  
TROMSØ: NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. nsdmaa@sv.uit.no



### Prosjektvurdering - Kommentar

---

Prosjektnr: 39422

Utvalget informeres skriftlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet.

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Norges idrettshøgskole sine interne rutiner for datasikkerhet. Dersom personopplysninger skal lagres på privat pc/mobile enheter, bør opplysningene krypteres tilstrekkelig.

Forventet prosjektslutt er 01.07.2015. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)
- slette lyd- og videoopptak

## **Vedlegg 2:**

### **Informasjonsskriv til informanter**

Hei!

Jeg skal dette året skrive en masteroppgave ved Norges idrettshøgskole. Prosjektet jeg skal gjennomføre har som mål å se på hva jenter som har gått håndball-linjen på private VGS med toppidrettsprogram velger å gjøre etter at de er ferdige på skolen.

Du faller inn under mine utvalgsriterier, så jeg hadde satt stor pris på om du kunne tenke deg å stille opp på et intervju. Spørsmålene vil blant annet omhandle dine valg, erfaringer, opplevelser og tanker i forkant av skolevalget, underveis i skolegangen og etter endt skolegang. Det vil bli gjort lydopptak under intervjuet.

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt, og etter prosjektslutt vil alle data forbli anonyme, i tillegg vil personopplysninger og opptak bli slettet.

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert.

Kan du tenke deg å stille opp på dette?

Bare ta kontakt hvis du har eventuelle spørsmål.

Hilsen Mari Owren



### **Vedlegg 3:**

## **Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet**

Hei!

Mitt navn er Mari Owren og fra høsten 2014 til våren 2015 skal jeg skrive en masteroppgave ved Norges idrettshøgskole. Prosjektet jeg skal gjennomføre har som mål å undersøke jenter som har gått håndball-linje ved en privat VGS med toppidrettsgymnas eller toppidrett med håndball på en idrettslinje, sine erfaringer, opplevelser og tanker med i forhold til håndballen før, underveis og etter skolegangen. Jeg ønsker å intervju mellom 8-10 jenter. Problemstillingen for mitt prosjekt er å finne ut årsaken til at jenter som har gått ved et privat toppidrettsgymnas eller ved en idrettslinje ønsker å slutte med håndball etter endt skolegang.

Med bakgrunn i at du faller inn under mine utvalgskriterier og vil gjøre mitt utvalg fullstendig ved å delta er du strategisk valgt ut i denne studien. For å delta i denne studien kreves samtykke og aktiv deltagelse ved du stiller opp på et intervju som varer opptil en time. Spørsmålene vil blant annet omhandle dine opplevelser og erfaringer i forkant av skolevalget, underveis i skolegangen og etter endt skolegang.

Det vil bli gjort lydopptak og skriftlige notater underveis i intervjuet. Dersom du på forhånd ønsker å se intervjuguiden har du mulighet til det.

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Det er kun min veileder, Ørnulf Seippel, bi-veileder, Christian Thue Bjørndal, og jeg, Mari Owren, som vil ha tilgang til personopplysningene. Opptak vil bli lagret kryptert på en privat datamaskin og kontaktinformasjon vil være fraskilt fra dataene som samles inn.

Deltakerne skal ikke kunne gjenkjennes i publikasjonen. Dataene blir anonymisert slik at man ikke vet hvilke personer som har deltatt i undersøkelsen. Prosjektet skal etter planen avsluttes 30. juni 2015. Etter prosjektslutt vil alle data forbli anonyme, i tillegg vil personopplysninger og opptak bli slettet.

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert. Ønsker du å delta i dette prosjektet eller har eventuelle spørsmål til studien, ta kontakt med meg, Mari Owren på tlf. 48 21 69 09 eller min veileder Ørnulf Seippel fra Norges idrettshøgskole på tlf. 232 62 463.

Mvh  
Mari Owren

#### **Vedlegg 4:**

#### **Samtykkeskjema for informantene**

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

### **Samtykke til deltakelse i studien**

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

-----  
(Signert av prosjektdeltaker, dato)

- Jeg samtykker til å delta i intervju*
- Jeg samtykker til at opplysninger om meg kan innhentes fra*
- sselærer/fastlege/register*
- Jeg samtykker til at personopplysninger kan publiseres/ lagres etter prosjektslutt*

## Vedlegg 5: Intervjuguide

### Intervjuguide

#### Praktisk info:

- Kort presentasjon av meg
- Forteller om formålet med oppgaven
- All informasjon er konfidensiell
- All informasjon anonymiseres
- Intervjuene transkriberes og sendes til gjennomlesning hvis det er ønskelig

#### Bakgrunnsinformasjon:

Hovedtemaer/-spørsmål	Undertemaer/-spørsmål
Hvem er du?	Kan du fortelle kort om deg selv? -Alder? Hvor bor du? Hvem bor du sammen med?
	Hvor er du fra? Hvordan har det påvirket oppveksten din?
	Hva gjør du nå? Skole, jobb?
	Hva ønsker du å jobbe med i fremtiden?
	Hvilke håndballklubber har du spilt for?
	Hvilken posisjon på banen spilte du? Evt. flere posisjoner?
	Spiller du håndball nå? Evt. Hvilket nivå og hvordan går det?
	Hva legger du i ordet toppidrett/hva er toppidrett for deg? Positivt/negativt

Kan du fortelle om idrettsaktiviteten din og aktivitet utenom organisert idrett frem til i dag?	-Før skolealder -I barneskolealder -I ungdomsskolealder -Aktiviteter utenfor idretten: Kor, korps osv.
	Hvordan tror du ikke organisert idrett har hatt påvirkning på din utvikling som håndballspiller?
	Trente du mer enn de du har konkurrert mot? Evt. når begynte du med det?
	Hvor godt har laget ditt vært på ulike alderstrinn?
	Hvordan vil du beskrive miljøet på laget/lagene du har spilt på?

#### Litt mer bakgrunn

Hovedtemaer/-spørsmål	Undertemaer/-spørsmål
Kan du fortelle litt om når og hvordan du begynte med håndball?	Ble du påvirket av familie, søsken og/eller venner? Spiller (har spilt) foreldrene og søsknene dine håndball?
	Når begynte du å satse for fullt på håndball?
	Hvor gammel var du da du konkurrerte regionalt/nasjonalt for første gang? Hvilket klubb lag spilte du på da?
	Hvilken rolle hadde du i laget? Var den lik på klubb lag, regionslag, landslag?
Kan du fortelle om hvordan dine foreldre har vært involvert i idrettskarrieren din?	Hvilken rolle har dine foreldre hatt mht. til -praktiske ting som transport etc.

	-støtte og hjelp i utvikling -hva slags idrettserfaring har de? -følte du noen gang at det har blitt "for mye"?
Hadde du ulike rollemodellene å se opp til?	Hvorfor akkurat disse rollemodellene? Hvordan påvirket disse rollemodellene deg?

### Valg

Hovedtemaer/-spørsmål	Undertemaer/-spørsmål
Hva var årsaken til at du begynte på en privat skole med toppidrettsprogram?	Hvordan kom du frem til at du skulle starte der? (Fikk du tilbud fra skolen eller måtte du møte opp på prøvetrening?)
	Var du noen gang i tvil? Hva var målet ditt som håndballspiller når du begynte på VGS?
Forventninger	Var det noe/noen som bidro til å påvirke valget du tok? (Foreldre, søsken, venner, klubbtrener). Var det noen av vennene dine som valgte det samme?
	Hva var forventningene dine til den faglige delen av skolen? Hva var forventningene dine til håndballen?
	Hvordan opplevde du forventningene dine sitt møte med realiteten/hverdagen? Var den lik alle årene eller varierte den i løpet av de tre årene?

### Skole og håndball

Hovedtemaer/-spørsmål	Undertemaer/-spørsmål
<u>Livssituasjon</u>	Bodde du hjemme eller på hybel da du gikk på skolen? Evt. noe annet.
	Jobbet du ved siden av skolen og håndballen? Hvis du ikke jobbet...Hva levde du av?
<u>Ambisjoner</u>	Hva var dine ambisjoner på skolen? Hvilke valgfag hadde du? (Realfag?) Hadde du noe mål med skolearbeidet? Hva vil/ville du bli? Yrkesinspirasjon
	Hvor god var du på skolen da du begynte på VGS? (I egen årsklasse) Hvor god var du i håndball? Hvilke ambisjoner hadde du med håndballen?
<u>Kombinere skole og håndball</u>	Hvordan var det å kombinere skole og idrettslig satsing?
	Hva synes dine foreldre om denne kombinasjonen? Støtte de deg like mye i skolearbeid og i treningsarbeidet?

Treningsmiljø og -belastning	Hvordan vil du beskrive treningsmiljøet på VGS?
	Hvordan var treningsbelastningen i løpet av årene på VGS?
	Holdt du deg skadefri? Hvordan opplevde du det? Hvordan påvirket eventuelle skader deg?
Samarbeid	Hvordan fungerte samarbeidet mellom skole og klubb?  -Fikk du nok tid til skolearbeid -Treningsbelastning -Samkjøring av opplegg
Spilte du for mange lag i løpet av årene på VGS? Aldersbestemt, A-lag, regionslag, landslag.	Hvordan utviklet dette seg i løpet av de tre årene? Hvor mye spilte du for de ulike lagene? Endret dette seg over tid?
	Var du selv med på å styre din egen treningshverdag? Hvordan ble den lagt opp? Hvem bestemte hvor du skulle trene/spille kamper?
Utvikling	Hva gjorde du for å utvikle deg som håndballspiller?
	Følte du at trenerne på skolen og i klubb lag gjorde de de kunne for at du skulle bli så god som mulig? Hva kunne vært gjort annerledes?

	Hvordan vil du beskrive motivasjonen og interessen din for håndball og hvordan den utviklet seg gjennom årene på VGS?
<b>Opplevelser</b>	Hvilke periode opplevde du som den beste da du gikk på VGS? -Skole -Håndball Kan du beskrive hvorfor du husker dette som en god periode?
-	Er det er periode som du husker som vanskelig/utfordrende? Vil du si litt om hvorfor denne perioden var vanskelig/utfordrende?
	Kan du trekke frem et høydepunkt i løpet av videregående?
<b>Sosialt</b>	Hvordan fungerte det å satse på håndball samtidig som du skulle ha tid til venner og sosial omgangskrets? (utenfor håndballmiljøet)
	Er det ting du følte at du måtte gi avkall på for å bli god i håndball?
	Savnet du å gjøre mer ting utenfor håndballen? Dra på hytta, være med venner, fest etc.?

#### Tiden i etterkant

Hovedtemaer/-spørsmål	Undertemaer/-spørsmål
-----------------------	-----------------------



Hva tenker du i ettertid om det at du valgte å begynne på en private VGS med toppidrettsprogram?	Fortsatte du med håndball etter at du sluttet på skolen? Hvilken klubb og hvilket nivå? Hva var utslagsgivende for at du valgte å spille i denne klubben?
	Hva var den endelige årsaken til at du sluttet med håndball? -Flyttet -Skader -Utdanning -Andre interesser -Mangel på tid -Lei
Ville du gjort noe annerledes hvis du hadde fått muligheten til å velge annerledes i dag (skolevalg, håndballkarrieren, venner og familie etc.)?	Hva tror du hadde skjedd hvis du gikk på en vanlig videregående skole eller en idrettslinje? Ville du da spilt håndball i dag?
	Er det noe du mener burde vært annerledes på skolen? Er det noe de kunne gjort for å opprettholdt din interesse til å fortsette med håndball? Kunne det endret dine valg i etterkant? -Mer kunnskapsrike trenere -Større eller mindre treningsmengde -Bedre tilrettelegging i forhold til skole eller idrett → treningsbelastning, hvile
Trenere	Har ditt forhold til trenere du har hatt bidratt til valgene du har tatt? Hvilke trenere betydde mye for deg i din utvikling?

	Hvorfor har de betydd mye for deg? Hvordan vil du beskrive disse trenerne?
I dag	Hva føler du ut at har fått igjen av å gå på VGS? -Kunnskap om trening etc.
	Hva er din "hovedprioritet" i hverdagen?
	Holder du fremdeles på med idrett? Hvilken?
	Hvor mange timer trener du per uke sammenliknet med da du gikk på VGS?
	Har du satt deg langsikt noen mål når det gjelder idrett, utdanning, jobb, familie, venner?

Er det noe informantene ønsker å legge til?

Takk for deltakelsen!