



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Självkänsla hos elever på fotbollsgymnasium

En kvantitativ studie på elever som läser en
fotbollsriktad gymnasieutbildning

Jimmie Hansson och Lisa Nilsson

Rapportnummer: VT12-17
Examensarbete: 15hp
Program: Hälsopromotionsprogrammet
Nivå: Grundnivå
Termin/år: Vt 2012
Handledare: Magnus Lindwall
Examinator: Konstantin Kougioumtzis



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Rapportnummer:	VT12-17
Titel:	Självkänsla hos elever på fotbollsgymnasium - En kvantitativ studie på elever som läser en fotbollsinriktad gymnasieutbildning
Författare:	Jimmie Hansson och Lisa Nilsson
Examensarbete:	15 hp
Program:	Hälsopromotionsprogrammet, idrottsvetenskap
Nivå:	Grundnivå
Handledare:	Magnus Lindwall
Examinator:	Konstantin Kougioumtzis
Sidantal:	23
Termin:	Vt 2012
Nyckelord:	Global självkänsla, fotbollskompetens, fotbollsidentitet, fotbollsgymnasium

Sammanfattning

Fysisk aktivitet har visats ha en positiv inverkan på barns- och ungdomars mentala hälsa och självkänsla. Fotboll är Sveriges mest populära idrott med många aktiva utövare. I denna studie har samband mellan unga fotbollsspelares globala självkänsla, upplevda fotbollskompetens, en tränares upplevda kompetens hos spelarna samt spelarnas fotbollsidentitet undersökts. Studien är gjord på ett fotbollsgymnasium och totalt deltog 53 fotbollsspelare i åldern 16-19 år. Eleverna besvarade en enkät som berörde fem olika områden som människor kan använda för att beskriva sig själva. De fem områdena beskrev global självkänsla, fysiskt självvärde, betydelsen av fysiskt självvärde, upplevd fotbollskompetens samt betydelsen av fotbollskompetens. Eleverna fick även besvara en enkät som beskrev fotbollsidentiteten, vilket blev ett sjätte område som studien behandlade. Även fotbollsläraren fick besvara en enkät som innebar en värdering av elevernas fotbollskompetens. Resultatet visade att sambandet mellan global självkänsla och fotbollskompetens var positivt och signifikant. Vidare visade resultatet inget samband mellan global självkänsla och fotbollsidentitet. Resultatet visade även att sambandet mellan lärarens värdering och spelarnas globala självkänsla är lägre än sambandet mellan elevernas egen upplevda fotbollskompetens och deras globala självkänsla. En övergripande slutsats som kan dras utifrån denna studie är att det finns flera positiva samband mellan de områden som studien avsåg att undersöka. Den globala självkänslan har flera positiva samband med mer specifika områden som berör självkänslan inom fotboll.

Förord

Nedan vill vi passa på att tacka några som har betytt mycket för oss under arbetet med denna uppsats. Den hade inte kunnat genomföras på detta sätt utan era bidrag.

Vi vill börja med att tacka vår handledare Magnus Lindwall för god och vägledande handledning under uppsatsen. Vi vill även tacka alla elever som deltagit på ett seriöst sätt och bidragit till att vår studie kunnat genomföras. Ett speciellt tack till Urban Svensson som varit flexibel och prioriterat vårt arbete högt. Ett jättetack för att du har ställt upp och möjliggjort vår studie! Ett stort tack också till Bosse Nilsson för materiellt stöd som hjälpt oss ekonomiskt. - En fantastisk pappa som alltid ställer upp! /Lisa

Det största tacket vill jag, Lisa Nilsson, ge min vapendragare och käre klasskamrat Jimmie Hansson för ett väl genomfört samarbete ”all da way through” den här uppsatsen! En ny dimension har tillförts uttrycket ”lika som bär”. Tack också för att du stått ut med den siste mohikanen som aldrig checkade ut. Denna uppsats har gett många minnen och jag är nu heller inte längre en deadmou5 inom house. Tack Jimpa! Vill även tacka mina nära och kära som bland annat sett till att jag kontinuerligt fått mat i magen och kunnat behålla fokus under hela denna uppsats. Tack!

Jag Jimmie Hansson, vill först och främst tacka min familj och de nära som finns runtomkring mig. Mina föräldrar som alltid har funnits, och kommer att finnas, till hands skall veta att jag älskar dem och uppskattar allt som dem har gjort för mig under mitt liv. Jag vill även tacka min vapendragare Lisa Nilsson för ett gott samarbete med långa, men väldigt produktiva, dagar vid arbetsbordet. Du är en underbar vän och jag hade inte velat ”plutta” ihop detta arbete med någon annan. Jag önskar dig all lycka i framtiden och hoppas att du fortsätter att vara den förebild som du är för invånarna i Newport.

Innehållsförteckning

Introduktion och syfte	1
Bakgrund	2
Teoretisk referensram	4
Metod	6
Design	6
Urval	7
Instrument	8
Datainsamling	9
Dataanalys	10
Etiska överväganden	10
Resultat	11
Samstämmighet mellan områdenas påståenden	11
Bakgrundsinformation	11
Medelvärden över global självkänsla, upplevd fotbollskompetens, betydelsen av fotbollskompetens, fotbollsidentitet och lärarens värdering	11
Sambandet mellan global självkänsla och upplevd fotbollskompetens samt betydelsen av fotbollskompetens	12
Sambandet mellan global självkänsla och fotbollsidentitet	12
Skillnaden på den upplevda kompetensen och tränarens värdering	12
Diskussion	13
Resultatdiskussion	13
Global självkänsla	13
Upplevd fotbollskompetens	16
Sambandet mellan global självkänsla och upplevd fotbollskompetens	17
Sambandet mellan upplevd fotbollskompetens och betydelsen av fotbollskompetens	17
Fotbollsidentitet	18
Sambandet mellan global självkänsla och fotbollsidentitet	18
Upplevd fotbollskompetens och lärarens värdering	19
Metoddiskussion	20
Konklusion	22
Implikation	23
Referenser	24

Introduktion

I Sverige är ca 2,4 miljoner människor i åldern 7-70 år aktiva medlemmar i en idrottsförening. Av svenska barn- och ungdomar i åldern 13-20 år är 60 % aktiva i en idrottsförening (Riksidrottsförbundet, 2010). På grund av dess utbredda verksamhet utgör idrotten en viktig del av många barns- och ungdomars liv. Stegvis sker en uppdelning av idrottande ungdomar där olika ambitionsnivåer mellan individer innebär att vissa drar ner på ambitionerna och till och med slutar med sin idrott, medan andra fortsätter sin satsning. Denna uppdelning som sker kallas breddidrott respektive elitidrott (RF, 2009). Dock är det få av alla aktiva idrottsutövare som når den yttersta eliten. Gränserna mellan breddidrott respektive elitidrott kan uppfattas obestämda då man fortfarande kan vara satsande och seriös inom sin idrott utan att vara elitidrottare. Den ökning som skett inom den organiserade tävlingsidrotten har också inneburit medföljande krav på dess utövare. Målmedvetenhet, betydelsen och vikten av att vinna och prestera, att vara modig både fysiskt och psykiskt, att se kroppen som ett ”verktyg” och att alltid kämpa och arbeta hårt är några av de egenskaper som idrottande ungdomar idag förväntas ha och utveckla. Idrotten bildar därmed en kultur där involverade barn och ungdomar påverkas av dess normer, värderingar och moraler. Individer som är aktiva idrottsutövare kan få möjlighet att uppleva både självförverkligande och framgång tillsammans med upplevelser av gemenskap med andra. Idrotten spelar en stor roll för många barn- och ungdomar då den ses som en viktig miljö för individens personliga utveckling där många av de grundliga värderingarna formas (RF, 2007).

Av alla idrotter som utövas i Sverige är fotboll den idrott som har flest antal utövare. Bland ungdomar i åldern 13-20 år har svensk fotboll cirka 156 000 aktiva utövare. Detta innebär att 38 % av alla ungdomar som är aktiva i en idrottsförening återfinns i en fotbollsklubb (RF, 2010). Enligt vissa bestämmelser som frambringats av Svenska Fotbollförbundet ska fotbollsspelare vara licensierade och därmed representera den förening de spelar i. År 2011 var totalt 311 960 fotbollsspelare licensierade i Sverige varav 70 825 av dessa var i åldern 17-19 år (Svenska fotbollförbundet, 2011).

Avsikten med denna studie är att undersöka olika samband inom självkänslan hos ungdomar i en specifik, tävlingsinriktad och selektiv miljö där handplockade elever utövar fotboll som inriktning på gymnasiet. Elever som väljer en idrottspecifik inriktning på gymnasiet gör ett medvetet val att utöva sin idrott såväl på fritiden som på skoltid. Då elever erbjuds möjligheten att specialinrikta sig på en idrott i skolan, syftar det till att ge idrottsutövande gymnasieungdomar möjlighet till utveckling inom den idrott man utövar på organisationsnivå till vardags. Studien kan därmed vara av intresse för såväl lärare som tränare och andra aktiva inom och runt om den organiserade fotbollen som arbetar med fotbollsspelande ungdomar. Studien kan tillföra ny kunskap och bidra med ytterligare bredd inom området självkänsla hos ungdomar då den berör ett specifikt område. Detta är troligtvis den första studien i sitt slag då ingen tidigare forskning på detta specifika område har hittats.

Syfte

Syftet med studien är att undersöka samband mellan fotbollsspelarnas globala självkänsla, deras upplevda fotbollskompetens, fotbollslärares värdering av spelarnas fotbollskompetens och spelarnas fotbollsidentitet.

Frågeställningar:

- Finns det något samband mellan global självkänsla och fotbollskompetens?
- Hur ser sambandet mellan upplevd fotbollskompetens och betydelsen av fotbollskompetens ut?
- Finns det något samband mellan global självkänsla och fotbollsidentitet?
- Finns det någon skillnad på sambanden mellan spelarnas uppskattning av sin egen fotbollskompetens och den globala självkänslan, jämfört med lärarens uppskattning av spelarnas fotbollskompetens och deras globala självkänsla?

Bakgrund

Det är sedan tidigare känt att fysisk aktivitet har en positiv inverkan på bland annat självförtroendet, koncentrationsförmågan, muskelstyrkan och inlärningsförmågan. När det gäller barn och ungdomar finns det även forskning som pekar på att fysisk aktivitet är en bidragande faktor till den fysiska och intellektuella utvecklingen (RF, 2009). I en undersökning som Riksidrottsförbundet (2005) har utfört visar det sig att majoriteten (93 %) av svenska idrottande ungdomar är nöjda med livet. Samma undersökning visar att dessa ungdomar också är mer nöjda med livet än de ungdomar som inte idrottar. Orsaker till varför ungdomar idrottar visar sig främst vara för att ”ha kul”, ”hålla kropp och hälsa i form”, samt ”att utvecklas och nå idrottsliga framgångar” (Hinic, 2004; RF, 2005).

I tonåren händer mycket både fysiskt och psykiskt hos varje människa och dessa år kan ofta ses som en stormig period för ungdomar som är på väg att träda in i vuxenlivet (Hinic, 2001; RF, 2007). Under ungdomsåren sker stora förändringar av den fysiska utvecklingen där kroppen och individens egen uppfattning om denna blir viktiga faktorer för individen (RF, 2009). Människor som ägnar sig åt fysisk aktivitet 2-3 gånger i veckan har visat sig löpa mindre risk att drabbas av psykisk ohälsa som depression, ilska/aggression och upplevd stress (Hassmén, Kuivola & Uuetala, 2000). Ungdomar som visar sig vara ostabila i sina värderingar om sig själva och om sitt fysiska yttre, riskerar att i högre grad drabbas av depression och aggressivt beteende än de som är mer stabila i sina självvärderingar (Tevendale, DuBois, Lopez & Prindiville, 1997). Det har också visats att de som ägnar sig regelbundet åt fysisk aktivitet och träning, förutom att hantera stress mer effektivt, också får en bättre kroppsuppfattning, ökad självmedvetenhet tillsammans med att de uppvisar ökad psykisk styrka (Berger, Pargman & Weinberg, 2002).

Det finns olika utvecklingsteorier som talar för att ungdomsåren framförallt är en kritisk period när det gäller utveckling av den egna identiteten (Houle, Brewer & Kluck, 2010). Under dessa ungdomsår sker då också förändringar av den idrottsrelaterade delen av identiteten. Den idrottsliga identiteten hos idrottsutövare ökar från barndomen till

ungdomsåren och består till vuxen ålder om inte individen slutar eller begränsar sin idrottsliga tävlingsaktivitet. Av de faktorer som påverkar ungdomars välmående under tiden av identitetssökande har självkänsla visats sig vara en mycket betydelsefull faktor (Hinic, 2001; Modrcin-Talbott m.fl. 1998). Genom att utveckla en god självkänsla i ungdomsåren ökar också möjligheterna att utveckla en stark och god identitet som vuxen (Hinic, 2001). Flera studier har visat att regelbunden fysisk aktivitet och träning har positiva effekter på barns- och ungdomars mentala hälsa och självkänsla (Ekeland, Heian, Hagen, Abbott & Nordheim, 2009; Tyson, Wilson, Crone, Brailsford & Laws, 2010). Mer specifikt har det visat sig att svenska fotbollsspelare ungdomar med hög självkänsla upplever högre idrottslig kompetens än de med låg självkänsla (Hinic, 2004).

På idrottande ungdomar i åldern 15-20 år som befinner sig i övergången från junior- till senioridrott visar det sig att de upplever högst krav vad gäller att förbättra sin fysiska förmåga, de mentala färdigheterna samt sin egen förmåga att själv kunna analysera sina prestationer efter tävling (Stambulova, Franck & Weibull, 2009). I studien som undersökte denna övergång från junior- till senioridrott angav ungdomarna även att den största idrottsliga stressen uppkom i samband med skaderehabilitering. De undersökta idrottarna visade sig ha stark idrottslig identitet, stark självkänsla och låg upplevd styrka.

Vad är självkänsla?

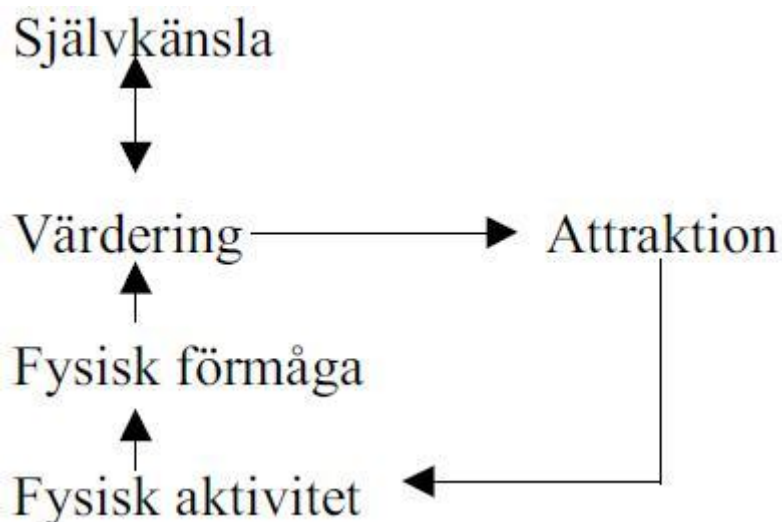
”Vad är det som alla vill ha, men som ingen egentligen vet vad det är, vad det gör eller var man kan hitta det?” (Brown & Marshall, 2006). Ett svar på denna fråga skulle kunna vara självkänsla. Det är något vi inte ägnar så mycket tanke åt förrän den dag vi får en märkbar brist på den (Lindwall, 2011). Det kan vara först då man inser hur viktig den är för en människas välbefinnande. Idag är självkänsla ett begrepp som är vanligt förekommande i folkmun, media och andra vardagliga kanaler. Eftersom självkänsla oftast är kopplat till ett lyckligare liv kan det ofta användas som en enkel lösning på flera svårare sociala problem i vår vardag. Självkänslan får därmed ofta skulden när olika beteenden och situationer sticker ut från det normala, exempelvis vid alkoholism eller arbetslöshet. Med detta i åtanke kan man tro att självkänsla är något man har en klar bild av, är lätt att förstå och något alla är överens om. Men att definiera självkänsla är svårt. Det är ett brett ämne som kan uppfattas och diskuteras på många olika sätt och olika från person till person. Brown & Marshall (2006) beskriver tre olika betydelser eller sätt att se på, och tala om självkänsla. Det händer att individer använder självkänsla som ett personlighetsdrag som representerar den övergripande bild man har om sig själv. Detta kallas global självkänsla eftersom denna form av självkänsla anses vara relativt stabil över tid och i olika situationer. Man använder även självkänsla för att beskriva sin reaktion och självutvärdering vid känslomässiga händelser eller situationer, man talar om känslor av självvärde. Detta perspektiv på självkänsla används när någon situation i livet hade en direkt inverkan på självkänslan vilket resulterade i att den höjdes eller sänktes. Exempelvis kan man ha fått beröm eller kritik av sin tränare vilket i sin tur gör att man kan känna sig stolt respektive förödmjukad. Eftersom detta begrepp relaterar till förändringar i självkänslan som är situationsbaserade eller händelsespecifika anses den vara temporär till skillnad från det tidigare nämnda stabila perspektivet global självkänsla. En tredje aspekt berör självutvärderingar. Här används självkänsla som ett sätt för individer att värdera sin

kompetens inom olika områden. Exempelvis kan en person känna sig mindre bra i skolan men mer bra inom idrott. Det går även att skilja på självförtroende som handlar om ens egen uppfattade kompetens inom mer specifika områden än vad självkänsla gör (Lindwall, 2011). Man kan dock se tydliga samband mellan en persons självkänsla överlag och självförtroendet.

I en undersökning där relationen mellan självkänslans tre delar granskats, visade resultaten att människor med hög självkänsla ofta ansåg sig ha förmåga när det kändes viktigt att ha just den efterfrågade förmågan (Brown, Dutton & Cook, 2001). Det visade sig även att människor med hög självkänsla ansåg att förmågor de har också är viktiga förmågor att inneha. Människor med hög självkänsla har därför lättare att bygga upp och bevara höga känslor av självvärde. Detta görs genom att de påstår sig äga nödvändiga karaktärsdrag och/eller att de inte anser sig ha önskade karaktärsdrag.

Teoretisk referensram

Den modell och teori som studien utgår ifrån är en modifierad version av Sonstroems modell från 1978 (se figur 1). Modellen beskriver sambandet mellan fysisk aktivitet och självkänsla (Sonstroem, 1978). Då fotboll är en form av fysisk aktivitet ses modellen som väsentligt att utgå ifrån. Sonstroem (1989) som ligger bakom modellen, menar att fysisk aktivitet (i detta fall fotboll) leder till upplevelsen av förbättrad fysisk förmåga. Individen känner sig därmed mer kompetent inom området desto mer den tränar. Om detta sedan värderas positivt bidrar det till att individen fortsätter med aktiviteten. Individen ser då sitt idrottande som positivt och attraktivt och fortsätter att ägna sig åt det, attraktionen ökar. Detta leder till olika mentala fördelar och påverkar därmed bland annat självkänslan på ett positivt sätt (Hinich, 2004). När individen upplever att träningen ger resultat ökar även motivationen till att träna ännu mer. Detta står i linje med Harters teori om att det finns ett behov hos människan att visa kompetens och demonstrera att man är duktig (Harter, 1978). Detta gäller framförallt inom de områden man anser vara viktiga för sig själv. För de medverkande i denna studie kan detta vara just fotboll, där mycket tid och energi ligger investerad. Harter (1985) menar även på att inom områden som anses viktiga för en individ, kommer den generella självkänslan att påverkas av den upplevda kompetensen individen har inom detta område. Samtidigt kommer självvärderingen av kompetensen inom de områden som inte anses lika viktiga, ha en mycket mindre inverkan på den generella självkänslan. Detta betyder att individen kan räkna bort betydelsen av de områden där de har en låg kompetens, och på så sätt beskydda sin självkänsla.



Figur1: Sambandet mellan fysisk aktivitet och självkänsla (Sonstroem, 1997).

Modellen ovan har sedan utvecklats till Exercise and Self-Esteem Model (EXSEM) som är en utökad version av Sonstroems tidigare modell över kopplingen mellan fysisk självuppfattning och träning (Sonstroem, Harlow & Josephs, 1994). EXSEM visar länken mellan träning och fysisk självkänsla, med fler domäner som lagts till. Dessa domäner fokuserar på länken mellan träning och självkänsla, som enligt forskare verkar gå via förbättrad självförmåga, fysisk kompetens och fysisk acceptans (Alferman & Stoll, 2000). Domänerna lades till för att utveckla sambandet mellan träning och självkänsla ytterligare och göra modellen mer träffsäker (Sonstroem m.fl. 1994).

Självrapportering

Självkänsla mäts nästan enbart, av förklarliga skäl, genom självrapportering (Baumeister, Campbell, Krueger & Vohs, 2003). Samtidigt verkar det, enligt tidigare forskning, finnas ett starkare samband mellan människors egna skattningar och deras självkänsla i jämförelse med om andra får skatta dem, framförallt vid hög självkänsla. Sambandet mellan hur individer skattar sin självkänsla och hur utomstående personer skattar den är oftast svagare och har en tendens att inte vara signifikant. Tidigare studier som har tittat på samband mellan två självuppskattade variabler, exempelvis självkänsla och kompetens inom något område, hittar oftast ett starkt positivt samband. När självrapportering kombineras med en utomstående skattning finns det dock en tendens att resultatet visar på ett svagare samband. I en studie gjord på sambandet mellan självkänsla och fysisk attraktion (utseende, se bra ut) samlades testresultat på självkänsla in samtidigt som alla deltagare fotograferades (Diener, Wolsic & Fujita, 1995). En utomstående jury värderade sedan deltagarnas utseende för att på så sätt få en oberoende objektiv värdering som inte var påverkad av självrapportering. Alla tester som utfördes mellan den rapporterade självkänslan och juryn visade på låga samband som oftast inte var signifikanta ($r = .06$ till $r = .14$). När man sedan tittade på den rapporterade självkänslan i förhållande till den självrapporterade fysiska attraktionen fick man ett mycket större samband ($r = .49$). Fler studier har utförts med liknande resultat (Gabriel, Critelli, & Ee, 1994). Med ovanstående teori och utförda studier i åtanke ses det som relevant att, i denna studie, undersöka hur en utomstående faktor värderar deltagarnas fotbollskompetens gentemot

deras självkänsla jämfört med hur eleverna själva uppskattar sin fotbollskompetens i förhållande till den globala självkänslan. Detta för att se om det finns någon skillnad på dessa samband.

Big fish little pond

För att sätta denna studie i ett större sammanhang anses teorin om Big Fish Little Pond (BFLP) (Marsh m.fl. 2008) vara relevant då den bidrar till att ge ett bredare perspektiv på uppskattning av kompetens. Enkelt sagt menar teorin på att det finns risk för lägre akademisk självkänsla hos elever som läser vid en skola där nivån är högre än genomsnittet, jämfört med elever med samma kompetens som läser vid en skola där nivån är lägre än genomsnittet. Denna teori har fått stöd inom forskning tidigare (Marsh & Hau, 2003) och motarbetar tanken om att det skulle vara bättre för en elev att vistas i en miljö där förmågan är högre än sin egna för bättre utveckling. Den fundamentala tanke som underliggjer BFLP är att självuppfattning inte kan förstås på ett korrekt sätt om man ignorerar de ramar man jämför sig med (Marsh m.fl. 2008). Det finns även en hypotes om att vid brist på tydliga objektiva kriterier att jämföra sig med, eller osäkerhet på den egna förmågan, kommer människor att jämföra sig med andra personer som man anser vara lik sig själv (Festinger, 1954).

Den mesta forskningen har utförts inom skol- och länderamar och det finns väldigt lite forskning med BFLP kopplat till idrott. En studie som berör BFLP i samband med fysisk aktivitet innehåller teorin applicerad på gymnaster (Chanal, 2005). Tyngdpunkten ligger i att individer troligtvis även inom idrott jämför sig med prestationer och förmågan hos personer runt om sig för att utvärdera sig själva. Det är enligt författarna den första studien av sitt slag och den påvisar ett klart stöd för BFLP- effekten i samband med fysisk aktivitet. Resultatet anses ha, förutom teoretiska fördelar, även praktiska fördelar för forskare, utövare och tränare inom fysisk aktivitet och idrott.

Med tanke på det tidigare nämnda resultatet kan det vara relevant att undersöka hur teorin kan te sig på ett fotbollsgymnasium. Eleverna som vår studie är baserad på befinner sig redan i en så kallad ”stor damm”. Detta innebär ett selektivt urval av de, enligt fotbollsläraren, bästa spelarna på orten där studien utförts.

Metod

Design

Studiens syfte var att samla in data från en grupp människor, vid en specifik tidpunkt, för att undersöka om det fanns koppling och samband mellan olika variabler. Studien har en tvärsnittsdesign då samband mellan olika variabler kopplat till självkänsla, hos en specifik grupp fotbollsspelande ungdomar, undersöktes (Bryman, 2001; Ejlertsson, 2003). Denna grupp (fotbollsspelande ungdomar som valt fotboll som inriktning på sitt gymnasium) har bevisligen inte undersökts i detta syfte tidigare. Då frågeformulären som ingick i undersökningen anpassades specifikt till fotboll genomfördes en förundersökning, en pilotstudie, för att testa de modifierade frågeformulären. Då en pilotstudie kan bidra med att upptäcka eventuella brister i undersökningens frågeformulär innan själva datainsamlingen

sker, sågs denna som en fördel att genomföra då frågeformulären modifierats (Hassmén & Hassmén, 2008). För att pilotstudien skulle befinna sig så nära undersökningsslagarna som möjligt fick två pojkar och två flickor i två fotbollslag frivilligt genomföra enkäten.

Deltagarna i denna pilotstudie representerade vardera kön, samma ålder som deltagarna och var fotbollsspelare. Frågeformuläret justerades sedan efter den genomförda pilotstudien för att undvika eventuella bortfall och missförstånd i enkätens frågor/påståenden. Dock behövdes inga större förändringar göras efter genomförd pilotstudie då endast någon fråga ansågs behöva klargöras för att bli tydligare och lättare att förstå. Det sågs även som relevant för att spara tid i undersökningsprocessen.

Urval

Som skolungdom på gymnasial nivå i Sverige har man möjlighet att läsa ämnet specialidrott, senare kallat specialisering (Skolverket, 2011). Innan den nya kursplanen GY11 fastställdes kunde alla Sveriges gymnasieskolor erbjuda ämnet specialidrott (RF, 2009). Dock ser kursplanen olika ut på olika skolor runt om i landet beroende på om gymnasiet har nationell idrottsutbildning (NiU) eller lokal idrottsutbildning (LiU) (Skolverket, 2011). Utbildningen är huvudsakligen praktisk men innehåller även teoretiska delar. Eleverna i denna studie läser en lokal idrottsutbildning, (LiU). Eleverna i årskurs 2 och 3 läser den föregående kursplanen där kurserna har benämningen A och B i fotboll (RF, 2009). Dessa kurser har nationella kursplaner men det finns även undervisning i specialidrott C och D som är lokalt fastställda. Den gamla kursplanen innefattar utbildning i idrottslig förmåga, träningslära, idrottsledarskap, pedagogik/psykologi samt kost- och näringsfrågor. Sedan det 2011 tagits fram nya riktlinjer för specialidrotten läser årskurs 1 på gymnasiet, där denna studie äger rum, GY11 medan årskurs 2 och 3 läser den ”gamla” typen av specialidrott (Skolverket, 2011).

Studien är gjord på ett lokalt fotbollsgymnasium i Västra Götaland där eleverna läser vanliga gymnasieprogram tillsammans med en idrottsprofil där inriktningen, enligt GY, är Idrott och hälsa – specialisering 1 och 2 kombinerat med träningslära 1 och 2. Denna specialisering för eleverna är alltså fotboll. Eleverna har två tillfällen per vecka där de, på skoltid, har schemalagd fotbollsundervisning två timmar per tillfälle. Dessa tillfällen leds av gymnasiet fotbollslärare som fått i uppgift att värdera spelarnas fotbollskompetens. Fotbollsklasserna tränar årskursvis och flickor och pojkar tränar tillsammans. Antagningskraven för att komma in på fotbollsgymnasiet där denna undersökning ägt rum sker på fotbollsmässiga grunder med specifika krav på kompetens utifrån lärarens perspektiv, samt att spelaren måste vara aktiv och föreningsanknuten till ett fotbollslag.

Undersökningsslagarna var 54 elever och av samtliga deltagare blev det ett bortfall (i årskurs 2) på grund av sjukdom vid undersökningstillfället. Detta medförde att totalt 53 elever deltog i enkätundersökningen. Undersökningen gjordes på samtliga årskurser; 1, 2 och 3. Antalet elever i årskurs 1 var 19 stycken varav 7 flickor och 12 pojkar. Antalet elever i årskurs 2 var 19 stycken varav 5 flickor och 14 pojkar. Antalet elever i årskurs tre var 16 stycken varav 3 flickor och 13 pojkar. Deltagarna var mellan 16-19 år gamla. Det externa bortfallet (Hassmén & Hassmén, 2008) var en pojke i årskurs 2 vilket medförde att deltagandet i denna årskurs slutligen bestod av 5 flickor och 13 pojkar. Sammanlagt deltog 15

flickor och 38 pojkar i enkätundersökningen. För att möjliggöra en objektiv värdering av deltagarnas fotbollskompetens deltog även läraren i undersökningen. Fotbollsläraren undervisar i fotboll sedan 18 år tillbaka och har kvalificerad utbildning inom bland annat fotboll och ledarskap. Studien innefattade en totalundersökning då den utfördes på samtliga elever på ett fotbollsgymnasium. Urvalet var ett bekvämlighetsurval då fotbollsgymnasiet kontaktades med hjälp av kontakter som författarna drog nytta av.

Instrument

Eleverna besvarade en svensk version av Revised Physical Self-Perception Profile (PSPP-R), vilket är en enkät som människor kan använda för att beskriva sig själva (Lindwall, Aşçı & Hagger, 2011). Enkäten modifierades och anpassades så att studiens syfte kunde undersökas (se bilaga 1). Då enkäten innefattade olika påståenden som berörde specifika områden hade varje påstående en nyckel där det gick att urskilja vilket område påståendet tillhörde. Detta innebar att endast de påståenden som ansågs relevanta för denna studie behölls och resten valdes bort. Alla så kallade nycklar togs sedan bort för att deltagarna inte skulle ta del av dem. De påståenden som behölls ändrades för att utgå ifrån ett fotbollsperspektiv. Det var områden som beskrev; global självkänsla, fysiskt självvärde, betydelsen av fysiskt självvärde, idrottskompetens samt betydelsen av idrottskompetens. Området idrottskompetens ändrades till fotbollskompetens. Varje påstående hade fyra olika svarsalternativ där ruta 1 räknades som ett poäng, ruta 2 som två poäng, ruta 3 som tre poäng och ruta 4 som fyra poäng. De påståenden som innehöll negationer räknades ut på samma sätt men poängräkningen gjordes omvänd i SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Detta innebar att desto högre den totala poängsumman blev på respektive område, desto positivare blev värdet på varje område. Då den ursprungliga enkäten endast behandlade ålder och kön under bakgrundsinformation lades ett antal frågor till för att få en mer informativ bild av gruppen. Frågorna anpassades utifrån gruppen som ingick i undersökningen för att på så sätt få fram information som ansågs relevant för studien (Hassmén & Hassmén, 2008). De frågor som tillades behandlade hur många timmar per vecka som ägnades åt att träna/spela fotboll, hur länge man spelat klubbfotboll, om man spelade seniorfotboll, om man spelade i sin moderklubb samt om man ägnade sig åt någon annan idrott utöver fotboll. Deltagarna ombads även skriva namn på enkäten. Detta för att möjliggöra en jämförelse med enkäten som var avsedd för läraren. Den modifierade enkäten innehöll även en kort presentation av författarna.

I kombination med PSPP-R användes en modifierad version av Athletic Identity Measurement Scale (AIMS) (se bilaga 2). Denna valdes för att mäta till vilken grad deltagarna uppfattade och identifierade sig själva som fotbollsspelare. AIMS bestod av 10 olika påståenden där deltagarna fick skatta sig själva på en skala med ett intervall från 1 till 7 genom att sätta ett kryss på den rad som bäst markerade i vilken utsträckning de höll med påståendet (Brewer, Van Raalte, & Linder, 1993). Ett kryss ovanför siffran 1 innebar att man inte höll med medan ett kryss ovanför siffran sju innebar att man höll med. Även AIMS modifierades och anpassades till fotboll då den ursprungligen behandlar idrottsidentitet. Detta för att deltagarna skulle uppskatta i vilken utsträckning de identifierade sig som fotbollsspelare. På samma sätt som PSPP-R:s totala poängsumma innebar den totala poängsumman på AIMS att desto högre den var desto högre var fotbollsidentiteten.

Människor som visar sig ha hög självkänsla tenderar att värdera sin förmåga och egenskaper högre än vad andra kan uppfatta (Baumeister m.fl. 2003). Därför ombads även läraren att värdera sina elevers förmåga inom fotboll. Detta för att undersöka om det fanns någon skillnad på sambanden mellan spelarnas uppskattning av kompetens och den globala självkänslan, jämfört med lärarens uppskattning av spelarnas kompetens och deras globala självkänsla. Enkäten som fylldes i av läraren bestod av en skattningsskala med ett intervall från 1 till 5. Enkäten bestod av samtliga deltagares namn varav läraren värderade var och en med hjälp av skattningsskalan. En etta stod för ”inte bra” och en femma för ”extremt bra” med ett intervall däremellan (se bilaga 3).

Datainsamling

Inledningsvis togs kontakt med läraren på fotbollsgymnasiet för en presentation av studiens syfte och önskat samarbete. Därmed erhöles tillstånd att träffa eleverna. Datum bestämdes för enkätundersökningen och sattes till tre olika dagar under en vecka då varje årskurs tränar vid separata tillfällen. Läraren förklarade för eleverna lektionen innan vad som skulle ske denna vecka. Syftet med detta var att ingen skulle riskera att känna sig illa till mods eller tvingad att genomföra undersökningen. Första och andra dagen genomfördes enkätundersökningen på årskurs 3 respektive årskurs 1. Tredje och sista dagen genomfördes undersökningen på årskurs 2. Vid mötet med varje årskurs presenterades författarna och studiens syfte muntligt men även skriftligt på varje enkät. Varje presentation tog cirka fem minuter då viktig information skulle framgå klart och tydligt. Det var viktigt att deltagarna fick tillräckligt med information om undersökningen för att sedan själva kunna göra ett medvetet val att delta (Hassmén & Hassmén, 2008). Då svaren skulle vara så spontana som möjligt uppmanades detta. Enkätundersökningen genomfördes vid början av varje lektion i samråd med läraren. Det framgick tydligt att undersökningen var helt frivillig och att varje deltagare när som helst under undersökningen gång kunde välja att avbryta deltagandet. Då det även ingick i bakgrundsinformationen på enkäterna att skriva namn förklarades även att detta var helt frivilligt. Förklaringen till varför namn skulle ingå klargjordes då läraren även skulle besvara en enkät och att det skulle vara möjligt att göra en jämförelse mellan lärarens enkät och elevernas enkäter. Dock framgick det tydligt att eleverna kodades om och endast blev en siffra vid denna jämförelse. Det förklarades även både muntligt och skriftligt att endast författarna kunde se svaren och att resultaten sedan kommer att presenteras på gruppnivå och därmed kommer ingen kunna se svaren individuellt vad varje enskild deltagare svarat. Det klargjordes även att läraren inte kunde ta del av vad eleverna svarat och resultaten i mer utsträckning än på gruppnivå i den färdiga uppsatsen, vilket även eleverna skulle få möjlighet till. Deltagarna genomförde sedan PSPP-R tillsammans med AIMS som de sedan fick lämna in till författarna så att enkäterna samlades in på plats. Författarna var hela tiden närvarande ifall eventuella frågor skulle dyka upp under undersökningens gång. Efter tredje och sista undersökningstillfället genomförde även läraren sin enkät. Även här var författarna närvarande om något behövde klargöras. Författarna tog sedan hand om all datainsamling.

Dataanalys

Efter färdigställd datainsamling fördes enkäterna in manuellt i SPSS, version 20.0. SPSS är ett statistikprogram som ofta används vid statistiska analyser (Hassmén & Hassmén, 2008). Inga interna bortfall noterades. Varje besvarad enkät kodades i programmet om till ett anonymt ID som även fick samma ID på enkäten, detta för att kunna jämföra lärarens skattning på ett etiskt korrekt sätt. Utifrån studiens frågeställningar bestämdes vilka variabler som skulle mätas. Då enkäten bestod av kvantitativa frågor slogs PSPP-R respektive AIMS ihop var för sig. Frågorna slogs ihop och bildade flera kvantitativa variabler. Dessa variabler som mättes kategoriserades utifrån deras egenskaper där de delades in under olika områden; global självkänsla, fysiskt självvärde, betydelsen av fysiskt självvärde, upplevd fotbollskompetens och betydelsen av fotbollskompetens. Då PSPP-R bestod av subjektiva skattningar där variabelvärdena var rangordnade men där det inte går att skilja på hur stor skillnaden mellan varje påstående är, hörde dessa variabler till ordinalskala. Då AIMS rangordnades från 1-7 med lika skalsteg, hörde dessa variabler till intervallskala. Dessa frågor slogs ihop och bildade kategorier; fotbollsidentitet. Med hjälp av Spearmans korrelation kunde samband undersökas mellan de olika områdena som berörde studiens huvudsyfte. Genom att titta på sambandet mellan exempelvis upplevd fotbollskompetens och betydelsen av fotbollskompetens kunde ett positivt eller negativt samband, samt huruvida det var signifikant eller inte, fastställas. Signifikansnivån på testen fastställdes till $p < .05$. Deskriptiv statistik användes för att räkna ut det aritmetiska medelvärdet på de sammanslagna variablerna, inklusive AIMS, lärarens skattning och träningstimmar per vecka.

Etiska överväganden

De etiska överväganden som gjorts är utifrån de fyra forskningsetiska principerna; informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet samt nyttjandekravet (Bryman, 2001). Utifrån informationskravet, informerades berörda deltagare om syftet med studien och deras roll i undersökningens olika delar (Bryman, 2001; Hassmén & Hassmén, 2008). Vidare har deltagarna blivit medvetna om att deras deltagande är helt frivilligt och kan avbrytas när som helst, utan krav på att ange skäl för detta (Bryman, 2001). I enlighet med samtyckeskravet har deltagarna, var och en, fritt fått bestämma om de velat delta i undersökningen. För att tydliggöra detta informerades läraren lektionen före (vilket var en vecka innan) att en undersökning skulle genomföras. Detta för att ge eleverna chans till eventuella funderingar och eftertanke kring deltagande. Eleverna i årskurs 1 var under 18 men godkännande från vårdnadshavare ansågs inte vara nödvändigt då inget fysiskt eller psykiskt experiment skulle genomföras på deltagarna (Hassmén & Hassmén, 2008). Utifrån forskningsetikens konfidentialitetskrav behandlades alla deltagares uppgifter med största möjliga konfidentialitet (Bryman, 2001). Detta innebar att alla personuppgifter om deltagarna har förvarats så att endast författarna kommit åt dessa samt att all personlig information har beskrivits och behandlats på ett konfidentiellt sätt. Då enkäterna innehåller deltagarnas namn kodades dessa om i SPSS och det är endast författarna som kunnat se deltagarnas namn. Tillsammans med nyttjandekravets principer om att informationen som samlades in från deltagarna endast använts i denna studie, framgick information till samtliga undersökningsdeltagare om att dessa fyra etiska principer var underlag för studien. Det klargjordes även att om deltagarna ville delta men inte skriva namn gick detta bra då

namngivandet var helt frivilligt. Att skriva namn tar bort deltagarnas totala anonymitet vilket innebar att frivilligheten angående detta klart och tydligt skulle framgå. En tydlig förklaring till varför namn önskades framgå i enkäterna genomgicks dock så att deltagarna själva kunde ta ställning, med all information om namngivandet tillhands. Då denna undersökning syftar till att fråga ungdomar om hur de uppfattar och ser på sig själva, sin identitet och sitt självvärde är det viktigt att ta hänsyn till de forskningsetiska principer som finns då detta kan ses som ett känsligt ämne. För att behandla enkätsvaren på ett etiskt korrekt sätt förvarades lärarens svarsenkät på annan plats än elevernas svarsenkäter.

Resultat

Samstämmighet mellan områdenas påståenden

Ett reliabilitetstest genomfördes på varje område som enkäten, eleverna fick besvara, avsåg att mäta med hjälp av Cronbachs alfa (Hassmén & Hassmén, 2008). Detta var nödvändigt för att säkert kunna konstatera att varje område verkligen mäter samma sak, alltså att varje fråga/påstående inom området ”global självkänsla” verkligen mäter just ”global självkänsla”. Med hjälp av Cronbachs alfa tas ett medelvärde på varje område fram och därmed är det möjligt att avgöra om frågorna/påståendena inom varje område har ett högt samband mellan varandra. Detta medelvärde kan variera mellan 0 och 1, där ett värde över 0.70 anses vara acceptabelt.

I tabell 1 redovisas medelvärdena för Cronbachs alfa under ”r”. Medelvärdet för global självkänsla visar .86 vilket är det högsta värdet i tabellen och visar på ett starkt samband mellan de frågor som avser att mäta just global självkänsla. Vidare visar medelvärdet för upplevd fotbollskompetens .80, betydelse av fotbollskompetens .75 och fotbollsidentitet .76. Samtliga värden anses vara acceptabla.

Bakgrundsinformation

Totalt deltog 53 fotbollsspelande gymnasieelever i åldern 16-19 år där genomsnittsåldern var 17,54 år. En majoritet av deltagarna, 54,7%, tränar 7 timmar eller mer per vecka. En stor del av resterande deltagare, 41,5%, tränar 5-7 timmar per vecka. Av de totalt 53 deltagarna angav 8 stycken, 15.1 %, att de sysslar med en annan idrott utöver fotboll. En stor del av deltagarna har spelat fotboll i 10 år eller mer då 75 % angav detta. 20,8 % angav att de spelat klubbfotboll i 6-10 år. En ännu större del av deltagarna angav att de spelar fotboll på seniornivå, 88,7 % medan 11,3 % svarade nej på denna fråga. På frågan huruvida man fortfarande spelar i sin moderklubb angav 67,9 % av deltagarna att så var fallet medan 32,1 % spelar i annan än sin ursprungliga klubb.

Medelvärden över global självkänsla, upplevd fotbollskompetens, betydelsen av fotbollskompetens, fotbollsidentitet och lärarens värdering

I en jämförelse, ligger medelvärdena för de olika områdena i PSPP-R nära varandra och har inte särskilt stor spridning. Medelvärdena på dessa områden får anses vara relativt höga då

lägsta möjliga poäng var 1 och högsta var 4 (se tabell 1). Medelvärdet för den globala självkänslan låg på 3.33 av 4.00 vilket får anses vara högt i förhållande till skalans intervall. Lägsta medelvärdet återfinns på området upplevd fotbollskompetens som visar 2.94 medan betydelsen av fotbollskompetens har ett medelvärde på 3.23. Medelvärdet för AIMS- skalan ligger på 5.22 och får även det anses vara relativt högt då lägsta poäng var 1 och högsta poäng var 7. Lärarens värdering visar ett medelvärde på 3.49 över de totalt 53 spelarna som medverkade, vilket visar på ett relativt högt snitt på en skala från 1-5.

Sambandet mellan global självkänsla och upplevd fotbollskompetens samt betydelsen av fotbollskompetens

Korrelationen mellan global självkänsla och upplevd fotbollskompetens visar på ett positivt samband (.36) som är signifikant ($p < .05$) (se tabell 1). Ju högre upplevd global självkänsla, desto högre upplevd fotbollskompetens har individen, och vice versa. Vidare visar resultatet ett positivt signifikant samband mellan upplevd fotbollskompetens och betydelsen av fotbollskompetens (.42). Detta innebär att ju högre upplevd fotbollskompetens desto högre är betydelsen av den, och vice versa.

Sambandet mellan global självkänsla och fotbollsidentitet

Vidare noteras att korrelationen mellan den globala självkänslan och fotbollsidentitet inte visar på något signifikant samband. Det finns alltså inget som med säkerhet tyder på att hög global självkänsla även skulle kunna resultera i hög fotbollsidentitet, eller vice versa.

Skillnaden på den upplevda kompetensen och tränarens värdering

Vidare presenteras sambandet mellan deltagarnas globala självkänsla och upplevda fotbollskompetens, jämfört med lärarens värdering av deltagarnas fotbollskompetens utifrån deras rapporterade globala självkänsla. Resultatet visar här att sambandet mellan lärarens värdering och spelarnas globala självkänsla är lägre (.15) än sambandet mellan spelarnas upplevda fotbollskompetens och deras globala självkänsla (.36). Dock finns det ett signifikant men svagt samband mellan upplevd fotbollskompetens och lärarens värdering (.30).

Tabell 1: Spearmans korrelation mellan variablerna samt medelvärde och standardavvikelse:

Spearmans korrelation	m	std	r	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Global självkänsla	3.33	.50	.86	1							
2. Upplevd Fotbollskompetens	2.95	.47	.80	.36*	1						
3. Betydelse av fotbollskompetens	3.23	.45	.75	-.12	.42*	1					
4. Fysiskt självvärde	3.02	.48	.85	.55*	.20	-.03	1				
5. Betydelse av fysiskt självvärde	3.36	.44	.81	-.06	.03	.34*	.27*	1			
6. Fotbollsidentitet	5.22	.78	.76	-.09	.23	.32*	.05	.20	1		
7. Lärarens värdering	3.49	.57		.15	.30*	-.00	.29*	-.09	.16	1	
8. Antal timmar per vecka	3.49	.63		.038	.076	.198	-.149	-.210	.188	.154	1

*. Korrelationen är signifikant vid $p < 0.05$

m: Medelvärde

Skala 1-4: 1, 2, 3, 4, 5, 8.

std: Standard avvikelse

Skala 1-5: 7

r: Reliabilitet

Skala 1-7: 6

Diskussion

Resultatdiskussion

Studiens syfte var att undersöka samband mellan fotbollsspelarnas globala självkänsla, deras egna upplevda fotbollskompetens, lärarens upplevda fotbollskompetens hos spelarna och spelarnas fotbollsidentitet. Till grund för studiens syfte ligger Sonstroems modell (1997) som beskriver sambandet mellan fysisk aktivitet och självkänsla. I modellen är en individs värderingar om kompetens och förmåga en central grund till varför denne idrottar. Modellen hävdar att dessa värderingar (om de är positiva) påverkar den mentala hälsan positivt, som i sin tur påverkar självkänslan positivt. En annan teori som studien tar stöd ifrån är Harters teori om människans behov av att visa kompetens inom de områden som anses vara viktiga för en själv, i detta fall fotboll (Harter, 1978).

Global självkänsla

Resultaten från undersökningen visar att den globala självkänslan hos eleverna på detta fotbollsgymnasium är relativt hög. Viktigt att ta i beaktning kring det resonemang angående att den globala självkänslan anses vara relativt hög i denna studie är att detta endast ses i förhållande till den skala som eleverna svarat utifrån. Medelvärdet bland de 53 undersökningsslagarna var 3.33 på en skala där lägsta alternativet var 1 och det högsta alternativet var 4. Den globala självkänslan kan beskriva den helhetsbild som en individ har

av sig själv och kan ses som den mer stabila självkänslan en individ har över tid (Brown & Marshall, 2006). I enlighet med detta kan resultatet spegla att dessa elever har en relativt hög stabil självkänsla som också håller över tid och olika situationer.

En möjlig förklaring till varför medelvärdet befinner sig på en relativt hög nivå kan bero på att dessa ungdomar ägnar sig åt fotboll regelbundet. Genom att de spelar fotboll regelbundet kan deras psykiska hälsa påverkas i positiv riktning (Hassmén m.fl. 2000). En viktig del av den psykiska hälsan, självkänslan, tenderar nämligen att påverkas positivt hos ungdomar som regelbundet ägnar sig åt fysisk aktivitet (Hinic, 2004). Har ungdomarna då en relativt god psykisk hälsa kan det innebära att de också är mer stabila i sina värderingar om sig själva och sin kropp vilket kan vara en förklaring till varför resultatet på global självkänsla blivit relativt högt (Tevendale m.fl. 1997). Med försiktighet kan resultatet möjligen bekräfta att ungdomar som regelbundet tränar får bättre kroppsuppfattning, ökad psykisk styrka och självmedvetenhet (Berger m.fl. 2002). Ungdomarna kan även få tillfredställda behov genom fotbollen då idrottsutövande innebär att ungdomar får möjlighet till självförverkligande och framgång tillsammans med upplevelser med andra (RF, 2007). Detta kan vara en påverkbar faktor till psykiskt välmående och därmed en positiv påverkan på självkänslan. Idrotten påverkar ungdomar på många sätt genom att vara en viktig miljö för den personliga utvecklingen. Ungdomstiden är en period där individens egen uppfattning om kroppen blir viktig. I linje med detta kan dessa ungdomar ha en fördel då majoriteten, 75 %, har spelat fotboll i 10 år eller mer. Ungdomarna kan därmed ha påverkats mycket av fotbollen vilket skulle kunna speglas i det höga resultatet på den globala självkänslan.

Viktigt att ta i beaktande är dock att denna studie inte har jämfört två grupper (idrottande ungdomar mot icke-idrottande ungdomar) och kan därför inte uttala sig något om den globala självkänslan är högre eller lägre hos undersökningsgruppen jämfört med andra. Studien kan heller inte uttala sig något om orsakerna till ungdomarnas relativt höga globala självkänsla eller i vilken utsträckning ungdomarnas idrottande under tidigare år kan ha bidragit till den globala självkänslan. Många faktorer spelar in på en individs självkänsla då det är ett mycket komplext begrepp (DuBois & Hirsch, 2000). Studiens resultat kan endast spegla idrottens möjliga påverkan på dessa 53 elevers relativt höga globala självkänsla. Denna studie kan däremot med försiktighet bekräfta tidigare forsknings resultat om att fysisk aktivitet och idrott har en positiv inverkan på en individs självkänsla.

Då dessa elever har valt fotboll som inriktning på sitt gymnasium, och blivit uttagna på fotbollsmässiga grunder med specifika krav på kompetens, kan det även antas att eleverna är relativt seriösa i sitt fotbollsutövande fast de inte befinner sig på elitnivå (RF, 2009). Majoriteten av eleverna ägnar sig åt fotbollsutövande 7 timmar per vecka eller mer, vilket kan ses som tämligen många timmar att ägna sig åt samma idrott per vecka. Att den globala självkänslan är relativt hög hos eleverna kan ses i enlighet med tidigare undersökningar som visat att majoriteten av idrottande ungdomar är nöjda med livet (RF, 2005). Dock skulle det kunna diskuteras hur ungdomar egentligen påverkas av de krav som medföljer när de ägnar sig åt tävlingsidrott (RF, 2007). Krav som innefattar målmedvetenhet, betydelsen och vikten av att vinna och prestera, att vara modig både fysiskt och psykiskt, att se kroppen som

ett ”verktyg” och att alltid kämpa och arbeta hårt kanske inte alltid påverkar ungdomar i positiv riktning. Deltagarna i denna studie lever antagligen under dessa krav då de gjort ett medvetet val att seriöst ägna sig åt fotboll, inte bara på fritiden utan även på skoltid. Ett resonemang som kan föras utifrån ovanstående påståenden om idrottens krav och denna studies resultat, är att dessa krav ändå inte verkar påverka elevernas globala självkänsla vidare negativt. Däremot skulle fler deltagare från fler fotbollsgymnasium behöva delta för mer tillförlitliga resultat. Det skulle också behövas en mer djupgående undersökning angående huruvida ungdomarna upplever olika krav för att kunna föra djupare resonemang kring detta.

Resultatet som visar på att den globala självkänslan är relativt hög hos eleverna bekräftar Sonstroems modell/teori (1978) om kopplingen mellan fysisk aktivitet och självkänsla. Eleverna ägnar sig åt fotboll många timmar per vecka vilket, enligt modellen, leder det till att de upplever sig få en förbättrad fysisk förmåga. Därmed borde de känna sig mer kompetenta inom området, desto mer de tränar. När detta då sker och värderas som något positivt hos eleverna kommer de fortsätta träna och attraktionen till fotbollen ökar. Det kan tilläggas att genom att attraktionen till fotbollen ökar, antas eleverna också känna en utveckling inom området. Dessa steg som modellen beskriver innebär att självkänslan påverkas positivt vilket kan vara en förklaring till att resultatet av den globala självkänslan visar på relativt höga värden. Det anses även vara relevant att, utifrån denna modell och studiens resultat på den globala självkänslan, koppla in Harters teori (1978). Teorin beskriver människans behov att visa kompetens inom områden man anser vara viktiga för sig själv. I enlighet med Sonstroems modell (1978) ökar elevernas attraktion till fotbollen när de känner sig mer kompetenta inom området. Detta innebär att eleverna spelar fotboll och fortsätter med det just för att de känner sig kompetenta, vilket i sin tur påverkar självkänslan positivt. Ovan nämnda teorier stärks därmed av denna studies resultat.

För resonemanget kring Harters teori (1978) vidare kan ytterligare en förklaring till den relativt höga globala självkänslan vara att det sker intag av eleverna på utbildningen, utifrån fotbollsmässiga grunder och vissa krav på kompetens. De som sökt och blivit antagna kan därmed antas ha gjort ett eget aktivt val och sökt sig till utbildningen just för att de känner sig relativt kompetenta som fotbollsspelare. De som sedan kände att deras kompetens inom fotboll inte var tillräckligt hög kan ha hoppat av i början av utbildningen för att istället läsa andra skolämnen. De som läser utbildningen nu ses därmed som en selektiv grupp med förhållandevis hög kompetens och därmed också relativt hög självkänsla. Denna studie tenderar därför att i ganska liten grad få med personer som inte känner sig kompetenta och därmed, möjligen till viss del, heller inte de med lägre självkänsla.

Då Sonstroems modell (1997) syftar till att visa sambandet mellan fysisk aktivitet och självkänsla kan modellen göra denna koppling både stark och mindre stark. Det finns forskning som stärker modellen och menar att den fysiska statusen hos en individ påverkar och hänger samman med att individen får en mer positiv uppfattning om sig själv (Lindwall, 2011). Modellen hävdar att den fysiska statusen faktiskt ger upphov till en mer positiv uppfattning om sig själv och bidrar därmed till en högre självkänsla. Dock har ett litet antal

studier kunnat identifiera detta samband. Om det är just en bättre fysisk förmåga som gör att en individ får en högre självkänsla är därmed svårt att uttala sig om, utifrån modellen.

Upplevd fotbollskompetens

Trots att medelvärdet för upplevd fotbollskompetens är relativt högt, 2.95 av 4.00, är det den variabel som fått lägst medelvärde. Då majoriteten av frågorna under denna variabel handlar om att jämföra sig själv med andra är det relevant att undersöka varför just denna variabel har fått ett lägre resultat. Som tidigare nämnts finns det ett uttalat behov av att vid vissa tillfällen och under vissa förhållanden jämföra sig själv med andra personer man anser vara lik sig själv (Festinger, 1954). I en så specifik och selektiv miljö som denna studie har utförts på är det i princip omöjligt att inte jämföra sig själv med andra individer då det handlar om en tävlingsinriktad idrott under tävlingsinriktade förhållanden.

Enligt teorin om BFLP- effekten finns det risk för lägre självkänsla hos individer som vistas i en miljö där förmågan är högre än genomsnittet, jämfört med individer på samma nivå som vistas i en miljö där förmågan är lägre än genomsnittet (Marsh & Hau, 2003). Eftersom den arena som studien har utförts på är en tävlingsinriktad, selektiv miljö med handplockade spelare efter kompetenskrav är det rimligt att tro att den representerar en så kallad ”stor damm” inom fotboll. När medelvärdet för upplevd fotbollskompetens visar sig vara det lägsta kan resonemang föras kring huruvida denna teori kan vara relevant i sammanhanget. Problemet är dock att denna arena inte är den primära för utövandet av fotboll. Då samtliga deltagare spelar klubbfotboll (innebärande träning och matcher) i en annan organisation än på fotbollsgymnasiet, spenderas antagligen mer tid på en annan arena än den som studien är utförd på. Det kan därmed finnas en bred skillnad på vilken nivå deltagarna spenderar sin övriga fotbollstid på i form av division. Detta kan leda till att det finns en direkt skillnad på kompetenskraven hos deltagarna som sedan ska ingå i en och samma studie. För att exemplifiera problemet; om en spelare vistas i en sämre miljö till vardags kan det finnas risk att denne skattar sin fotbollskompetens högre, än en individ på samma kompetensnivå som vistas i en mycket bättre miljö vid sidan av fotbollsgymnasiet. Eftersom deltagarna befinner sig i olika divisioner inom den organiserade fotbollen kommer de således också ifrån olika miljöer, med olika krav och olika nivå av kompetens att jämföra sig med. Den arena som studien utfördes på blir då en ny ”damm” och kanske inte uppmanar till samma svar som hade kunnat visa sig om studien utfördes i respektive klubbtag. Ovanstående resonemang skulle kunna påverka resultatet i den mån att spelaren från den högre divisionen skattar sin fotbollskompetens mycket högre då den är van vid ett tuffare klimat. Även då detta är fullt möjligt bör hänsyn tas till att arenan som valts bevisligen är en ”tuff” miljö då den har kompetenskrav och selektivt handplockat spelare för den regionen. Nivån kan därför antas vara relativt hög då många av de duktiga fotbollsspelarna i åldern 16-19 år i stadens närområde spelar på gymnasiet tillsammans. Det borde med andra ord vara en stor ”damm” för de flesta av studiens deltagare att ”simma i”.

Då denna studie inte kan utföra en direkt jämförelse med andra individer, på samma nivå, inom ”lättare” eller ”tuffare” miljöer är det svårt att helt och hållet verifiera teorin om att en mindre ”fisk” har lägre självkänsla i en större ”damm”. Det är även viktigt att ta hänsyn till att

det mesta av den forskning som utförts kring BFLP- teorin har genomförts inom akademiska ramar. Faktum kvarstår dock att det finns ett tydligt resultat som visar att det är den upplevda kompetensen inom fotboll som resulterat i lägst medelvärde bland variablerna. Då det ändå kan sägas att studien är utförd i en ”stor damm” kan teorin om BFLP vara relevant för denna studie och bör inte uteslutas i resonemanget kring resultatet på spelarnas upplevda fotbollskompetens. Viktigt att ta i beaktning är dock att denna studie inte specifikt testat BFLP- teorin då den endast bidrar med att sätta studiens resultat i ett större sammanhang.

Sambandet mellan global självkänsla och upplevd fotbollskompetens

Studiens resultat visar att sambandet mellan global självkänsla och upplevd fotbollskompetens är positivt och signifikant. Detta innebär att desto högre global självkänsla en individ har, desto högre är också den upplevda fotbollskompetensen och vice versa.

En förklaring till varför sambandet är positivt kan vara att de som har hög självkänsla också tenderar att skatta sig som kompetenta inom områden som är viktiga för dem (Harter, 1978; Hinic, 2004). Detta stärker även teorierna i Sonstroems modell (1997), att självkänslan nedåtgående även påverkar hur en individ värderar sig själv. Tvärtom kan resultatet också tolkas som att de som anser sig ha hög kompetens inom fotbollen också skattar sig högt på området global självkänsla. I enlighet med Sonstroem (1997) och Harter (1978) kan en förklaring vara att de helt enkelt känner sig mer kompetenta desto mer de tränar. När de idrottar och känner en attraktion till idrotten samtidigt som de utvecklar sin förmåga kan det leda till att de får en känsla av stolthet och därmed ett högre självvärde. De känner sig mer nöjda med sig själva och värderar sig också därefter vilket mynnar ut i att självkänslan påverkas positivt (Sonstroem, 1997; Lindwall, 2011).

Sambandet mellan upplevd fotbollskompetens och betydelsen av fotbollskompetens

Ovan nämnda resonemang stärks ytterligare av att resultatet visar ett måttligt starkt samband mellan upplevd fotbollskompetens och betydelsen av fotbollskompetens. Detta kan ses i enlighet med Harter (1978), vilket här innebär att ju högre kompetens eleverna anser sig ha inom fotboll, desto viktigare är det att vara duktig inom detta område och vice versa. Harter (1985) menar även att individer tenderar att räkna bort de områden de inte anser sig ha hög kompetens inom. I linje med denna teori stärks det positiva samband som resultatet mellan upplevd fotbollskompetens och betydelsen av fotbollskompetens visar.

Dock bör det tas i beaktande att individer med hög självkänsla tenderar att själva skatta sin kompetens högre än när någon annan får skatta dem (Baumeister, 2003). Individer med hög självkänsla tenderar även att tycka sig ha förmåga inom ett område när det anses viktigt att ha en specifik efterfrågad förmåga (Brown m.fl. 2001). Som nämnts ovan i resonemanget kring upplevd kompetens och BFLP- teorin, bör det ifrågasättas hur den egna kompetensen utvärderas hos olika individer. Denna studie visar på en relativt hög global självkänsla hos ungdomarna men en lägre utvärdering vad gäller den upplevda fotbollskompetensen. Vad en individ sätter sin kompetens i förhållande till, är alltså viktigt att ifrågasätta. Vad/vem jämför man sin kompetens med när man ska utvärdera sig själv? För att få ytterligare förståelse för

hur detta kan se ut undersöks sambandet mellan deltagarnas globala självkänsla och upplevda fotbollskompetens, jämfört med lärarens värdering av deltagarnas fotbollskompetens utifrån deras rapporterade globala självkänsla.

Fotbollsidentitet

Som tidigare nämnts florerar det en hel del teorier som talar för att ungdomsåren är en kritisk period för identitetsutvecklingen (Houle m.fl. 2010). Tidigare forskning menar även att självkänslan är en mycket betydelsefull faktor för välmående under tiden av identitetssökning för ungdomar (Hinic, 2001; Modrcin-Talbott m.fl. 1998). I resultatet kan man utläsa ett medelvärde för fotbollsidentitet på 5.22 av 7.00. Detta får anses vara ett högt resultat och visar på att deltagarna allmänt har en positiv syn på sin identitet som fotbollsspelare. Resultatet stämmer överens med att idrottande ungdomar i åldern 15-20 år som befinner sig i övergången mellan junior- och senioridrott har en stark idrottslig identitet (Stambulova m.fl. 2009). En stor majoritet av deltagarna angav att de redan spelade på seniornivå men med tanke på deras ringa ålder kan denna övergång ha skett relativt nyligen. Det påpekades även tidigare att om individen inte slutar att utöva sin idrottsliga tävlingsaktivitet kommer den idrottsliga identiteten att växa ända från barndomen, upp till ungdomsåren och bestå även in i vuxenlivet (Houle m.fl. 2010). Samtidigt visar Sonstroems modell (1997), som beskriver sambandet mellan fysisk aktivitet och självkänsla, att fysisk aktivitet leder till upplevelsen av förbättrad förmåga. Om detta sedan värderas positivt bidrar det till att individen fortsätter med aktiviteten. I kombination bör detta betyda att idrottsidentiteten ökar med hjälp av självkänslan ju längre en individ håller på med sin idrott. Samtidigt ökar självkänslan med hjälp av fysisk aktivitet som i sin tur gör att individen fortsätter med sin idrott.

Sambandet mellan global självkänsla och fotbollsidentitet

Resultatet har tidigare visat att den globala självkänslan hos deltagarna var relativt hög med ett medelvärde på 3.33 av 4.00. Samtidigt visar fotbollsidentiteten 5.22 av 7.00, men finns det något samband? Enligt studiens resultat, nej. Sambandet mellan global självkänsla och fotbollsidentitet visade på -.09 och ingen signifikans. Man kan alltså inte, utifrån denna studie, säga att bara för att man har en hög självkänsla betyder det att man har en stark fotbollsidentitet.

Varför sambandet mellan global självkänsla och fotbollsidentitet inte visar sig vara starkare kan diskuteras. Majoriteten av eleverna har spelat klubbfotboll i 10 år eller mer, vilket bör innebära att deras idrottsliga identitet borde ökat under ungdomsåren och vara relativt hög i deras nuvarande ålder då de närmar sig vuxenlivet (Houle m.fl. 2010). Självkänslan ses här som en viktig faktor (Hinic, 2001; Modrcin-Talbott, 1998) och sambandet mellan dessa faktorer bör kanske på grund av det också vara starkare. Fotboll bör vara en viktig del av dessa ungdomars liv och man kan ifrågasätta varför sambandet inte visades vara starkare. En möjlig förklaring kan vara att ungdomarna känner sig ha starkare identitet till andra områden som också betyder mycket för dem och tar upp mycket av deras tid. I förhållande till deras globala självkänsla, kanske identiteten som fotbollsspelare inte är den del individen känner starkast inför. Detta kan ses i linje med Harters teori (1978) om att de områden en individ anser vara viktiga också är de områden som mest kopplas ihop med identiteten. Har en individ

behovet av att visa sig kompetent även inom andra områden kan sambandet mellan global självkänsla och fotbollsidentitet visa sig vara svagare än om ett samband mellan till exempel global självkänsla och en annan del av identiteten hade undersökts. Denna studie kan dock inte göra några kopplingar till andra områden i livet än just fotbollen vilket medför att det inte med säkerhet går att uttala något om andra delar av identiteten. Eleverna har fortfarande valt att ägna sig åt fotboll på skoltid och därmed bör denna idrott möjligen ha en starkare koppling till den globala självkänslan. En del av deltagarna, 15,1 %, angav att de sysslade med annan idrott utöver fotbollen. Möjligtvis kan det, för dessa ungdomar, innebära att identiteten till fotboll kopplat till den globala självkänslan inte blir så stark då de kanske ser sig mer som idrottare allmänt än just fotbollsspelare. Det var dock en liten del av deltagarantalet som angav att de sysslade med annan idrott utöver fotbollen och antagande om huruvida de kopplar identiteten med annan idrott blir därmed inte vidare intresseväckande.

Upplevd fotbollskompetens och lärarens värdering

Som tidigare nämnts har deltagarna ett medelvärde på 2.95, vilket är förhållandevis högt, då de skattat sin upplevda fotbollskompetens. Medelvärdet av lärarens värdering av varje enskild spelare har ett högre medelvärde än spelarnas egen kompetensskattning då det befinner sig på 3.49. Dock bör hänsyn tas till att maxpoäng för upplevd fotbollskompetens var 4.00 och maxpoäng för lärarens värdering var 5.00. Möjliga förklaringar till varför medelvärdet på faktorn upplevd fotbollskompetens är lägre än de andra områdena har diskuterats tidigare.

Korrelationen mellan global självkänsla och deltagarnas upplevda fotbollskompetens är .36 och signifikant. Det är ett relativt högt värde som innebär att desto högre global självkänsla, desto högre upplevd fotbollskompetens och vice versa. Korrelationen mellan global självkänsla och lärarens värdering är dock lägre. Resultatet visar ett värde på .15 som inte är signifikant. Enligt Baumeister m.fl. (2003) finns det ett starkare samband mellan människors egna skattningar och deras självkänsla jämfört med om andra får skatta dem, speciellt hos människor med hög självkänsla. Det faktum att resultatet visar en skillnad på deltagarnas skattning av den upplevda fotbollskompetensen och lärarens värdering verifierar dessa teorier. De tidigare nämnda studier som utförts på liknande sätt visade upp ett liknande resultat som denna studie fått fram (Diener m.fl. 1994). Även om dessa studier har undersökt andra faktorer gällande självkänsla kvarstår det faktum att självrapportering tenderar att visa på ett starkare samband än objektiv värdering. Om tidigare forskning slås samman med resultatet från denna studie väcks det frågor kring självrapportering i samband med empiriska studier. Enligt Baumeister m.fl. (2003) tyder självrapportering sannolikt på att forskningsresultat kan missledas vilket synnerligen är något att ta i beaktning. Därmed anses material som inkluderar en objektiv mätning vara mycket mer pålitlig än forskning utan detta material. I mångt och mycket kan detta vara svårt då många faktorer såsom exempelvis självkänsla och lycka är svåra, om inte omöjliga, att mäta utan självrapportering. Svårigheterna med att självrapportera den egna kompetensen tas upp vidare under metoddiskussion. Likaså problem med den objektiva värderingen som läraren står för.

Genom att granska Sonstroems modell (1997) kan den ses både ”nerifrån och uppifrån”. Detta innebär att självkänslan stärks av idrottandet men även att idrottandet stärks av självkänslan.

Ses modellen ”uppifrån och ner” påverkar alltså självkänslan hur man värderar sitt idrottande. Detta stärker teorierna om att beroende på hur självkänslan är hos en individ kan detta påverka hur individen värderar sin förmåga och kompetens utifrån sin befintliga självkänsla.

Metoddiskussion

Då denna studie är en kvantitativ undersökning som genomförts med enkäter som instrument kan det först och främst vara intressant att ta ställning till några av de för- och nackdelar som finns vid denna typ av undersökningar (Hassmén & Hassmén, 2008). Genom enkätundersökningen har studien fått ett brett omfång av deltagare med möjligheten att genomföra en totalundersökning på ett fotbollsgymnasium. Denna studie möjliggör dock ingen generaliserbarhet då resultatet endast kan uttala sig om fotbollspelare på ett enda gymnasium. Ämnet som avsåg undersökas kan ses som relativt känsligt då det handlade om att deltagarna skulle reflektera över sig själva; sin självkänsla, sitt fysiska självvärde, sin fotbollskompetens samt sin fotbollsidentitet. Känsliga ämnen riskerar i större grad att leda till bortfall och med tanke på att deltagarna ombads skriva namn riskerades eventuella bortfall i än högre grad. Ungdomar kan redan befinna sig i en stormig tid när det gäller att finna sig själv och sin identitet på väg in i vuxenlivet och det är viktigt att de själva känner den fria viljan att delta i undersökningar som denna. Dock var det tydligt att deltagandet var frivilligt, även att skriva namn, men då inga bortfall har skett på grund av detta kan det tolkas som att informationen om studien och deltagarnas rättigheter och konfidentialitet framkom på ett klart och tydligt sätt. Orsaken till varför endast ett externt samt inga interna bortfall registrerades kan vara för att författarna utförde en så kallad besöksenkät.

Något som kan ifrågasättas är huruvida en undersökning där individer ska bedöma sig själva, utifrån olika skattningssalternativ genom att fylla i en enkät, verkligen mäter det som avses mätas (validitet). Det kan även diskuteras huruvida det går att ”mäta” känslomässiga påståenden. Att med hjälp av en skala beskriva sig själv och sina känslor kan vara en svår uppgift då det inte går att avgöra eller mäta vad som är ”rätt eller fel”. Den typ av enkätundersökning som genomförts innebär att deltagarna ska svara utifrån känslomässiga aspekter, vilket kan ifrågasätta den tolkning som sker hos varje enskild deltagare. Olika individer tolkar saker olika och svaren kan till exempel ske utifrån känslor som för stunden finns hos deltagaren. Detta kan ifrågasätta studiens validitet, om man lyckas fånga in ett rättvisande resultat av just självkänslan och de faktorer som studien avser att infånga. Det bör även tas i beaktande att studien genomförts på endast 53 personer. Det som är en fördel när det gäller urvalet är att gruppen kan ses som relativt homogen då undersökningen görs på endast fotbollselever. Detta kan stärka möjligheten att kunna mäta och utläsa relevanta samband inom gruppen.

Det som kan ses som en fördel är att enkäterna som användes i studien är vedertagna instrument som tidigare använts och värderats som pålitliga verktyg i undersökningar som avser mäta människors självkänsla. Detta ökar både studiens reliabilitet och validitet vad gäller instrumenten som använts. Till exempel återkommer flera av påståendena i enkäten just för att öka validiteten (Hassmén & Hassmén, 2008). Detta sker genom att de får ta ställning till olika påståenden som ger tydliga beskrivningar på hur människor kan värdera sig själva.

Därför ses instrumenten i förhållande till undersökningens syfte som relevanta och användbara så länge man respekterar ämnets svårighet att mäta.

Då reliabiliteten diskuteras kan det ifrågasättas huruvida tidpunkt för undersökningen spelar roll då klasserna fyllde i enkäten på olika dagar där två klasser fyllde i den på eftermiddagen och en klass på förmiddagen. Koncentrationen hos eleverna kan vara annorlunda på eftermiddagen efter en hel skoldag än på morgonen. Det optimala hade istället kanske varit att kunna genomföra enkätundersökning samma tid för alla klasser men då det var utsatt lektionstid per årskull var inte detta genomförbart. Enkätundersökningen hade möjligen istället kunnat genomföras på en förmiddagslektion för alla tre årskurserna för att optimera omständigheterna mellan klasserna. Det finns många aspekter att ta hänsyn till vad gäller reliabiliteten och hur eleverna svarar vid just undersökningstillfället. Hur svaren ter sig kan till exempel bero på såväl allmän dagsform och personliga känslor, som om de spelade match dagen innan och har den senaste prestationen i huvudet. Även om en spelare är inne i en ”svacka” eller befinner sig i ”toppform” under perioden då undersökningen sker kan bidra till att eleverna skattar sig lägre respektive högre på grund av den stundade sinnestämningen. Tre elever i årskurs 1 sprang ett beep-test innan undersökningen ägde rum vilket kan påverka sinnestämningen och tillfälliga självkänslor beroende på hur prestationen värderades. Detta kan påverka en individs känslor av självvärde som kan ha en direkt påverkan på en individs självkänsla (Brown & Marshall, 2006). Andra förklaringar till att självkänslan höjs eller sänks för stunden kan till exempel vara att en spelare fått beröm eller kritik av sin tränare eller någon annan, i samband med att undersökningen ägde rum. Känslor av stolthet eller förödmjukelse kan tillfälligt påverka hur en individ värderar sig själv. Andra faktorer kan vara att en träning/match påverkat spelaren som har legat nära i tid vid undersökningens tillfälle. Detta kan eventuellt bidra till att självkänslan påverkats för stunden hos någon individ som då kan ha svarat högre eller lägre på enkäten. Detta kan ses som små aspekter att ta hänsyn till, men ändå relevanta då ungdomar befinner sig i en period där många fysiska och psykiska känslor kan påverka dem mer eller mindre i olika perioder (Hinic, 2001; RF, 2007). Det kan även ifrågasättas att läraren veckan innan undersökningen talade om för eleverna att en enkätundersökning i ämnet skulle ske. Detta kan ha inneburit att eleverna tänkt till lite extra på tankar kring deras självkänsla vilket kan orsaka att svaren inte blev så spontana som önskat.

Undersökningen genomfördes på endast ett gymnasium där författarna var närvarande för att kunna svara på eventuella svårigheter i enkäterna och vara närvarande under den tid som undersökningen krävde. En nackdel med att deltagarna skrev namn på enkäterna kan vara att de då svarade utifrån en så kallad social önskvärdhet (Hassmén & Hassmén, 2008). Enkäten blir personlig när namn lämnas och därmed kan deltagarna antingen omedvetet ge en överdrivet positiv bild av sig själv (self-deception) eller medvetet anpassa sina svar för att de ska passa in och framstå som mer positiva än de kanske egentligen är (impression management). Att författarna var med under hela undersökningen kan orsaka att eleverna eventuellt i högre grad svarar utifrån just self-deception och impression management då relationen blir mer personlig vid möte än om enkäterna skulle besvarats genom till exempel postenkät. Vidare medför användandet av enkäter i undersökningen att eventuella följdfrågor inte kan ställas som kan ge ytterligare dimension av djup i ett resultat då

undersökningsdeltagaren kan ange hur denne tänker och känner med egna ord. Dock genomfördes en pilotstudie för att fånga just detta då pilotstudien innebar att deltagarna öppet ombads prata kring frågeformulärets helhet, omfattning, dess påståenden, svarsalternativ, tolkningar etc. För att få ut så mycket värdefull information som möjligt av pilotstudien genomfördes den på både flickor och pojkar som representerade den utvalda målgruppen i så hög mån som möjligt. Även skattningsskalan som AIMS innefattade ingick för att försäkra att den var enkel att förstå. Då PSPP-R har fyra svarsalternativ på varje påstående riskerar inte alternativen att bli för många så de ”tröttar ut” deltagaren utan istället vara relativt enkla och överskådliga. AIMS- enkäten, som till skillnad från PSPP-R, bestod av en 7-gradig skattningsskala var även den relevant då 5- eller 7-gradiga skalor oftast rekommenderas.

I efterhand ses det som att en relevant aspekt att ha med i enkätens bakgrundsfrågor, hade varit att deltagarna fick fylla i vilken division de spelar i. Detta för att kunna se samband mellan olika faktorer och nivån på fotbollsutövandet. Frågan kan ses som mer relevant att ha med än frågan om spel i moderklubb.

Då undersökningen baserades på ett bekvämlighetsurval på endast ett gymnasium genom personlig kontakt, bör det understrykas att studien inte bidrar med ett representativt resultat för en större grupp än den undersökta (Hassmén & Hassmén, 2008). Resultatet visar medelvärde och samband mellan variabler för just det här fotbollsgymnasiet och man skall vara försiktig med att, utifrån resultatet, dra några generella slutsatser utanför studiens gränser. Studiens externa validitet är därmed låg och resultat och eventuella slutsatser kan endast utgå ifrån undersökningens specifika fotbollsgymnasium.

Det går även att diskutera den utomstående uppskattningen i form av lärarens värdering. Läraren som värderat deltagarna är samma person som har handplockat eleverna och bedriver alla träningar som gymnasiet har att erbjuda. Det finns därmed en konstant direktkontakt mellan lärare och elev vilket gör personen mycket lämplig för att genomföra en utomstående värdering. Att läraren har kvalificerad utbildning inom bland annat både fotboll och ledarskap och har arbetat med detta sedan 18 år tillbaka, medför att personen också kan ses som mycket lämplig att värdera elevernas förmåga inom fotboll på ett relevant och trovärdigt sätt. Även om instruktioner gavs om att så generellt som möjligt värdera varje deltagare bör man inte blunda för vissa risker. Uppenbara risker kan vara närliggande minnen och upplevelser som kan påverka resultatet både positivt och negativt. Exempelvis om en elev dagarna innan har gjort en väldigt bra eller dålig match enligt läraren. Vidare kan reliabiliteten diskuteras i att en enda person har skattat alla deltagare. Om möjligheten hade funnits hade det kunnat ligga ett värde i att fler lärare/tränare hade skattat samtliga elever och på så sätt hade studien kunnat få ett mer träffsäkert resultat. Å andra sidan kan man se det positiva i att samma person har skattat alla klasser och inte en tränare per klass.

Konklusion

En övergripande slutsats som kan dras utifrån denna studie är att det finns flera positiva samband mellan de områden som studien avsåg att undersöka. Det finns ett positivt och signifikant samband mellan en individs globala självkänsla och hur individen upplever sin

fotbollskompetens och vice versa. Det finns även ett positivt och signifikant samband mellan en individs upplevda fotbollskompetens och betydelsen av fotbollskompetens. Som tidigare forskning visar finns det en klar skillnad mellan sambandet av lärarens värdering och spelarnas globala självkänsla jämfört med sambandet mellan spelarnas upplevda fotbollskompetens och deras globala självkänsla. Dock finns det inget samband som talar för att bara för att en individ har en hög självkänsla betyder det att individen även har en stark fotbollsidentitet. Denna studie visar att den globala självkänslan har flera positiva samband med mer specifika områden som berör självkänslan inom fotboll.

Implikation

Då denna studie inte är generaliserbar kan den enbart tala om resultatet för den grupp som undersökts. För att kunna uttala sig mer generellt om resultatet bör fler studier göras som står för ett mer representativt urval av gruppen; elever som valt fotboll som inriktning på sitt gymnasium. För vidare forskning skulle det även vara intressant att undersöka kompetensnivån hos tränare och ledare inom ämnet självkänsla. Detta för att kunna se vart kunskapsnivån på ett så viktigt område som självkänsla faktiskt ligger på hos ledare och tränare inom fotbollen. Är det ett område som behöver mer fokus inom utbildning av tränare och ledare? Finns begreppet självkänsla med när man arbetar med unga fotbollsspelares utveckling? Då tidigare forskning klart och tydligt visar på självkänslans positiva påverkan på ungdomar bör detta ha hög relevans även hos de människor som arbetar med dessa ungdomar. Tävlingsidrotten innehåller olika krav på bland annat prestation och en god självkänsla kan medföra att barn och ungdomar lättare behärskar alla dessa krav och enbart mår bra av att idrotta. Viktigt att även tänka på i framtida studier som innefattar självuppskattningar är betydelsen av objektiva skattningar då de kan bidra med mer rättvisande resultat. Detta stöds av tidigare forskning och även resultatet i denna studie.

Referenser

- Alfermann, D., & Stoll, O. (2000). Effects of physical exercise on self-concept and well-being. *International Journal of Sport Psychology*, 31 (1), 47-65.
- Baumeister, R.F., Campbell, J.D., Krueger, J.I., & Vohs, K.D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4 (1), 1-44.
- Berger, B.G., Pargman, D., & Weinberg, R.S. (2002). *Foundations of exercise psychology*. Morgantown: Fitness Information Technology. Inc.
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24, 237-254.
- Brown, J.D., & Marshall, M.A. (2006). The three faces of self-esteem. In M. Kernis (Ed.), *Self-esteem: Issues and answers* (pp.4-9). New York: Psychology Press.
- Brown, J.D., Dutton, K.A., & Cook, K.E. (2001). From the top down: Self-esteem and self-evaluation. *Cognition and emotion*, 15 (5), 615-631.
- Bryman, A. (2001). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber AB.
- Chanal, J.P., Marsh, H.W., Sarrazin, P.G., & Bois, J.E. (2005). Big-fish-little-pond effects on gymnastics self-concept: Social comparison processes in a physical setting. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27, 53-70.
- Diener, E., Wolsic, B., & Fujita, F. (1995). Physical attractiveness and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 120-129.
- DuBois, D.L., & Hirsch, B.J. (2000). Self-esteem in early adolescence: From stock character to marquee attraction. *Journal of Early Adolescence*, 20 (1), 5-11.
- Ejlertsson, G. (2003). *Statistik för hälsovetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Ekeland, E., Heian, F., Hagen, K.B., Abbott, J.M., & Nordheim, L. (2009). Exercise to improve self-esteem in children and young people. *The Cochrane Library*, 1, 1-38.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Gabriel, M.T., Critelli, J.W., & Ee, J.S. (1994). Narcissistic illusions in selfevaluations of intelligence and attractiveness. *Journal of Personality*, 62, 143-155.
- Harter, S. (1978). Effectance motivation reconsidered: Toward a developmental model. *Human development*, 21(1), 34-64.

Harter, S. (1985). Competence as a dimension of self-evaluation: Toward a comprehensive model of self-worth. In R. Leahy (Ed.), *The development of the self* (pp.55-122). San Diego, CA: Academic Press.

Hassmén, N., & Hassmén, P. (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Hassmén P., Koivula N., & Uuetala A. (2000). Physical exercise and psychological wellbeing: a population study in Finland. *Preventive Medicine*, 30, 17-25.

Hinic, H. (2001). Självkänsla inom ungdomsidrotten. *Svensk idrottsforskning*, 4, 32-35.

Hinic, H. (2004). *Psykologiska, sociala och motivationsfaktorer inom ungdomsfotbollen*. Lic. Stockholm: Psykologiska Institutionen, Stockholms Universitet

Houle, J.L.W., Brewer, B.W., & Kluck, A.S. (2010). Developmental Trends in Athletic Identity: A Two-Part Retrospective Study. *Journal of Sport Behavior*, 33 (2), 146-159.

Lindwall, M. (2011). *Självkänsla. Bortom populärpsykologi och enkla sanningar*. Lund: Studentlitteratur AB.

Lindwall, M., Aşçı, F.H., & Hagger, M.S. (2011). Factorial Validity and Measurement Invariance of the Revised Physical Self-Perception Profile (PSPP-R) in Three Countries. *Psychology, Health & Medicine*, 16, 115-128.

Marsh, H.W., & Hau, K.T. (2003). Big-Fish-Little-Pond effect on academic self-concept: A cross-cultural (26-country) test of the negative effects of academically selective schools. *American Psychologist*, 58 (5), 364-376.

Marsh, H.W., Seaton, M., Trautwien, U., Ludtke, O., Hau, K.T., O'Mara, A.J., m.fl. (2008). The big-fish-little-pond effect stands up to critical scrutiny: Implications for theory, methodology, and future research. *Educational Psychology Review*, 20(3), 319-350.

Modrcin-Talbott, M.A., Pullen, L., Zandstra, K., Ehrenberger, H., & Muenchen, B. (1998). A study of self-esteem among well adolescents: seeking a new direction. *Comprehensive Pediatric Nursing*, 21, 229-241.

Riksidrottsförbundet (2005). *Idrottens sociala betydelse - en statistik undersökning hösten 2004*. (FoU-rapport, 5).

Riksidrottsförbundet (2007). *Idrotten vill – en utvärdering av barn- och ungdomsidrotten*. Hämtad 2012-04-19 från

http://www.rf.se/ImageVault/Images/id_158/scope_128/ImageVaultHandler.aspx

Riksidrottsförbundet (2009). *Idrotten vill – idrottsrörelsens idéprogram*. Hämtad 2012-04-25 från http://www.rf.se/ImageVault/Images/id_2808/ImageVaultHandler.aspx

Riksidrottsförbundet, (2009). *Ämnet specialidrott i gymnasieskolan – en utvärdering av ämnet läsåret 2008/09*. (FoU-rapport, 5).

Riksidrottsförbundet (2009). *Varför idrotts och fysisk aktivitet är viktigt för barn och ungdom. Fakta och argument*. Idrottens hus: Stockholm.

Riksidrottsförbundet (2010). *RF Verksamhetsberättelse*. Hämtad 2012-04-19 från http://www.rf.se/ImageVault/Images/id_16508/scope_0/ImageVaultHandler.aspx

Skolverket (2011). *Ämne – Idrott och hälsa*. Hämtad 2012-05-09 från <http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/gymnasieutbildning/amnes-och-laroplaner/idr>

Sonstroem, R.J., & Morgan, W.P. (1989). Exercise and self-esteem: Rationale and model. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 21(3), 329-337.

Sonstroem, R.J., Harlow, L.L., & Josephs, L. (1994). Exercise and self-esteem: validity of model expansion and exercise associations. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16 (1), 29-42.

Sonstroem, R.J. (1997) The physical self-system: A mediator of exercise and self-esteem. I Fox, K.R. (red.), *The Physical Self: From Motivation to Well-Being* (s.3-26). Champaign, IL: Human Kinetics.

Stambulova, N., Franck, A., & Weibull, F. (under review). (2009). Assessment of the transition from junior to senior sports in Swedish athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Svenska fotbollförbundet, 2011. *Verksamhetsberättelse - Resultat, statistik, fakta*. Hämtad 2012-04-20 från http://fogis.se/ImageVault/Images/id_73402/scope_0/ImageVaultHandler.aspx

Tevendale, H.D., DuBois, D.L., Lopez, C., & Prindiville, S.L. (1997). Self-esteem stability and early adolescent adjustment: An exploratory study. *The Journal of Early Adolescence*, 17, 216-237.

Tyson, P., Wilson, K., Crone, D., Brailsford, R., & Laws, K. (2010). Physical activity and mental health in a student population. *Journal of Mental Health*, 1, 1-8.