

Fotbollsjuniorers motivation och målorientering

Melinda Andler & Teo Hyske

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Idrott och Hälsopromotion
Identifikationsnummer:	7043 & 7044
Författare:	Melinda Andler & Teo Hyske
Arbetets namn:	Fotbollsjuniorers motivation och målorientering
Handledare (Arcada):	Katri Ruutu
Uppdragsgivare:	Pallo-Pojat Juniorit, PPJ
<p>Sammandrag:</p> <p>Det är oroande att barn slutar fotbollshobbyn mellan 12-18 års ålder och det är viktigt att minska dropout för att förebygga inaktivitet hos barn och ungdomar. Dropout är ett engelskt begrepp som är särskilt använt i USA då skolelever avbryter skolgången innan avgångsexamen, men begreppet används även inom idrott. Det har visat sig att hög motivation minskar dropout. Motivation är stimuli från aktiviteten, som ger energi och styr individens beteende mot att uppnå sina mål. Motivation kan delas in i inre motivation och yttre motivation. Inom verksamheten bör man främja spelarnas inre motivation då denna på lång sikt är nyttigare än yttre motivationen. Syftet med detta arbete var att få en uppfattning om 12-18-åringars motivation, motiv och ambitioner gällande fotbollshobbyn samt att få reda på vad som får barnen att fortsätta med fotboll, vad de vill uppnå via fotboll och hurdan föreningens motivationsklimat är. Metoden i arbetet var en kvantitativ webbenkät, som beställaren Pallo-Pojat Juniorit (PPJ) lade upp på sina hemsidor. De informerade om enkäten i sitt medlemsbrev, via e-post till spelarnas föräldrar samt direkt till målgruppen under ett läger. Allt som allt samlade webbenkäten 38 svar. Av dessa deltagare ansågs de viktigaste motivationsformerna för att fortsätta spela fotboll vara allmänt intresse för hobbyn, viljan att utvecklas som spelare samt viljan att hållas i god fysisk kondition. Möjliga orsaker till att sluta ansågs vara en annan idrottsgren, minskat intresse samt att hobbyn är för tidskrävande. Av alla dem som besvarade frågan om vad de vill uppnå via fotboll ansågs de viktigaste målen vara viljan att hålla sig i god fysisk kondition och att utveckla sig till en bättre spelare oberoende av nivå. Enligt förfrågan angående motivationsklimatet var spelarna aktiva och uppgiftsinriktade och hade en god trivsel. Med hjälp av dessa resultat kan man i PPJ bland annat planera träningar och övningar, med mål att stöda spelarnas motivation och mål och förbättra motivationsklimatet. På basis av resultaten kunde klubbverksamheter vara bra för att öka motivationen inom föreningen. Vidare forskning med en målgrupp av både yngre och äldre spelare kan föreslås för att få en djupare uppfattning kring temat.</p>	
Nyckelord:	Pallo-Pojat Juniorit, PPJ, fotboll, motivation, motivationsklimat, målorientering, dropout
Sidantal:	45
Språk:	svenska
Datum för godkännande:	11.12.2019

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Sports and Health Promotion
Identification number:	7043 & 7044
Author:	Melinda Andler & Teo Hyske
Title:	Youth Footballers Motivation and Goal Orientation
Supervisor (Arcada):	Katri Ruutu
Commissioned by:	Pallo-Pojat Juniorit, PPJ
<p>Abstract:</p> <p>It's concerning that children are dropping out of their football hobbies in the ages of 12-18. It is therefore important to minimize dropout and to decrease inactivity with children and youth. Dropout is a English concept originally used in USA, for students who are dropping out of school before graduation, but in this day also a common concept used in sports. It is proven that higher motivation levels are decreasing the amount of dropout. Motivation is a stimulus from the activity in hand and gives the individuals energy and is guiding them towards their goals. Motivation can be divided into inner motivation and outer motivation. The inner motivation is a more profitable and long-lasting type of motivation that should be encouraged. The purpose of this study is to get an understanding of children's motivation, motives and ambitions relating to the football hobby, in the ages of 12-18. The study also seeks answers to why the players want to continue with the football hobby, what they want to achieve, and what type of motivational climate occurs in the association. This study was ordered by the football association Pallo-Pojat Juniorit (PPJ), from where all our participants were. The method used in the study was a quantitative online questionnaire. The questionnaire was sent to all players in the ages of 12-18 in PPJ by email and the link was also posted on PPJ's website. Information about the study was included in PPJ's newsletter and also promoted on a football camp. Answers were gathered from 38 participants. The most important reasons for continuation was interest for football in general, the desire to improve as a player and to maintain a good physical fitness. The most possible grounds for eventual dropout according to the participants were due to another sport, decreased interest for football and that the hobby is too time consuming. The most common goals were to maintain a good physical fitness and to develop into a better player no matter the level. The categories with the highest values in the motivational climate research was found in the activity level, task orientation and well-being. With the help of these results, the association has the possibility to plan activities which support the players motivation, goals and enhance the motivational climate. Different club-activities could enhance the levels of motivation in the association. Further research is needed for comparing differences between ages and for a deeper understanding of the subject</p>	
Keywords:	Pallo-Pojat Juniorit, PPJ, football, motivation, motivational climate, goalorientation, dropout
Number of pages:	45
Language:	Swedish
Date of acceptance:	11.12.2019

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Liikunta ja terveyden edistäminen
Tunnistenumero:	7043 & 7044
Tekijä:	Melinda Andler & Teo Hyske
Työn nimi:	Jalkapallojunioreiden motivaatio ja tavoiteorientaatio
Työn ohjaaja (Arcada):	Katri Ruutu
Toimeksiantaja:	Pallo-Pojat Juniorit, PPJ
<p>Tiivistelmä:</p> <p>On huolestuttavaa, että lapset lopettavat jalkapalloharrastuksen 12-18 vuoden iässä ja on tärkeää vähentää dropoutia, joutilaisuuden ehkäisemiseksi lapsilla ja nuorilla. Dropout on englanninkielinen käsite, joka on erityisen käytetty USA:ssa, kun koululaiset keskeyttää koulunkäynnin ennen päättötodistusta, mutta käsite käytetään myös urheilussa. On käynyt ilmi, että korkea motivaatio vähentää dropoutia. Motivaatio on ärsykeitä toiminnasta, jotka antavat energiaa ja ohjaa yksilön käytöstä tavoitteitaan kohti. Motivaation voi jakaa sisäiseen motivaatioon ja ulkoiseen motivaatioon. Toiminnassa tulisi edistää pelaajien sisäistä motivaatiota, koska tämä on pitkäaikaisesti hyödyllisempi kuin ulkoinen motivaatio. Tämän työn tarkoitus oli saada käsitys 12-18 vuotiaiden motivaatiosta, motiiveista ja kunnianhimesta koskien jalkapalloharrastusta sekä selvittää mikä saa lapsia jatkamaan jalkapallon parissa, mitä he haluavat saavuttaa jalkapallon kautta ja minkälainen motivaatioilmasto seurassa on. Työssä käytetty menetelmä oli kvantitatiivinen verkkokysely, jonka tilaaja Pallo-Pojat Juniorit (PPJ) julkaisi heidän kotisivuilleen. He tiedottivat kyselystä heidän jäsenkirjeesssänsä, sähköpostin kautta pelaajien vanhemmille sekä suoraan kohderyhmälle leirin aikana. Kaiken kaikkiaan verkkokysely keräsi 38 vastausta. Näiden osallistujien mielestä tärkeimmät motivaationlähteet jalkapallon jatkamiselle olivat yleinen kiinnostus harrastusta kohtaan, halu kehittyä pelaajana sekä halu pysyä fyysisesti hyvässä kunnossa. Mahdolliset syyt lopettamiselle olivat toinen laji, vähentynyt kiinnostus sekä harrastuksen liiallinen ajanvienti. Kaikista, jotka vastasivat kysymykseen liittyen heidän tavoitteitaan, tärkeimmät tavoitteet osoittautuivat olemaan halu pysyä fyysisesti hyvässä kunnossa ja kehittyä pelaajana tasosta riippumatta. Motivaatioilmastokyselyn mukaan pelaajat olivat aktiivisia ja tehtäväorientoituja ja heillä oli hyvä viihtyvyys. Näiden tulosten avulla PPJ:ssä voidaan muun muassa suunnitella harjoituksia ja harjoitteita, joissa on tavoitteena tukea pelaajien motivaatiota, tavoitteita ja parantaa motivaatioilmastoa. Tulosten perusteella kerhotoiminta voisi olla hyvä tapa motivaation lisäämiselle seurassa. Syvemmän käsityksen saamiseksi aiheesta, voidaan ehdottaa jatkotutkimusta, jonka kohderyhmänä olisi sekä nuoremmat ja vanhemmat pelaajat.</p>	
Avainsanat:	Pallo-Pojat Juniorit, PPJ, jalkapallo, motivaatio, motivaatioilmasto, tavoiteorientaatio, dropout
Sivumäärä:	45
Kieli:	ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	11.12.2019

INNEHÅLL

1	Inledning.....	8
2	Bakgrund.....	9
2.1	Fotboll.....	9
2.2	Pallo-Pojat Juniorit	9
3	Motivation.....	10
3.1	Inre och yttre motivation.....	12
3.1.1	<i>Behörighet</i>	13
3.1.2	<i>Autonomi</i>	14
3.1.3	<i>Samhörighet</i>	14
3.2	Målorientering.....	15
4	Dropout.....	16
5	Syfte och frågeställningar	18
6	Metodik och arbetsprocesser	19
6.1	Urval	19
6.2	Datainsamling och analys	20
6.3	Reliabilitet och validitet.....	21
6.4	Etiska överväganden.....	22
7	Resultat	23
7.1	Vad får barnen att fortsätta med fotboll.....	24
7.2	Vad vill barnen uppnå via fotboll	26
7.3	Hurdant är motivationsklimatet inom föreningen	27
8	Diskussion	29
8.1	Resultatdiskussion	29
8.1.1	<i>Vad får barnen att fortsätta med fotboll</i>	30
8.1.2	<i>Vad vill barnen uppnå via fotboll</i>	31
8.1.3	<i>Hurdant är motivationsklimatet inom föreningen</i>	32
8.2	Metoddiskussion.....	33
8.3	Slutsatser och förslag för vidare forskning.....	34
	Källor.....	36
	Bilagor.....	39
	Bilaga 1: Enkät	39

Bilaga 2: Följebrev..... 44

Figurer

Figur 1. Hur länge barnen föreställer sig spela fotboll	23
Figur 2. Deltagarnas åldersfördelning	24
Figur 3. Motiven för att fortsätta fotbollshobbyn	25
Figur 4. Orsaker för att sluta fotbollshobbyn	26
Figur 5. Vad barnen vill uppnå via fotboll	27
Figur 6. Motivationsklimatet i PPJ	29

1 INLEDNING

Det är oroande att barn slutar fotbollshobbyn mellan 12-18 års åldern (Møllerløkken et.al. 2015). Det är också då (i 12-18 års åldern) den mest radikala dropout procenten förekommer. Det är inte bara ett problem inom fotbollen, utan fenomenet förekommer överallt inom all idrott. (Rottensteiner et.al. 2013).

Beställaren för detta arbete är Pallo-Pojat Juniorit (PPJ), som har märkt att dropout procenten varit hög bland tonåringar i föreningen. På grund av detta har föreningen beställt arbetet för att undersöka fotbollsjuniorernas motivation och målorientering i fotboll, inom PPJ.

Syftet med arbetet är att få en uppfattning om 12-18 åringars motivation och målorientering inom föreningen. Med hjälp av resultaten önskar vi få en bättre uppfattning om hur de unga tänker i allmänhet och möjligen hitta åtgärder som kunde bidra till en förbättrad verksamhet i föreningen och undvika eller lindra dropout fenomenet i fortsättningen.

Det är viktigt att undersöka detta ämne, för att kunna förebygga inaktivitet hos barn och ungdomar. Idrott är väldigt viktigt för människor i allmänhet och särskilt för personer i tonårsåldern. Det har visat sig att en högre mängd fysisk aktivitet i ungdomen bidrar till en högre fysisk aktivitet i framtiden. Utöver detta har fysisk aktivitet positiva fysiologiska, sociala och mentala effekter för ungdomar. (Møllerløkken et.al. 2015; Montesano et al. 2016)

Dropout fenomenet har undersökts runt om i världen redan en längre tid. Vi märkte dock att de flesta undersökningar endast handlade om pojkar. På basis av detta anser vi att det finns en arbetslivsrelevans för att inkludera flickor i undersökningen. I arbetet kommer vi att kartlägga möjliga skillnader mellan flickor och pojkar gällande motivation och målorientering i fotbollshobbyn.

2 BAKGRUND

I detta kapitel tar vi fram nödvändig bakgrundsinformation om de centrala teman i vår undersökning. Vi berättar om fotboll som gren och om fotbollsföreningen Pallo-Pojat Juniorit (PPJ), för att ge en bild över vårt utgångsläge för undersökningen.

2.1 Fotboll

Fotboll är en 100 år gammal lagsport som har sitt ursprung i England. Fotbollen utvecklades från många olika kombinationer av lagsporter, med det undantaget att bollen endast fick spelas med fötterna, bröstet, axlarna och ryggen, det vill säga utan händer och armar (FIFA 2018). I dag har fotbollen blivit en populär sport som spelas runt om i världen, även i Finland. Fotbollen i Finland har vuxit så mycket att det enbart i Helsingfors fanns 121 registrerade fotbollsföreningar år 2018 (Suomen Palloliitto 2019).

Fotboll är Finlands populäraste idrott bland juniorer. År 2009 hade 217 000 barn fotboll som sin hobby. Även damfotbollen har blivit populär i och med goda resultat i Europamästerskapet år 2009 (Itkonen & Nevala 2012). För tillfället har Finland över 140 000 registrerade spelare i drygt 1 000 föreningar (Suomen Palloliitto 2019a).

2.2 Pallo-Pojat Juniorit

Fotbollsföreningen Pallo-Pojat Juniorit fungerar i södra Helsingfors och har lag som tränar huvudsakligen i följande stadsdelar; Drumsö, Tölö, Tali, Eira, Gräsviken, Skatudden och Ärtholmen. Föreningen grundades år 1995 och dess verksamhet är en fortsättning på fotbollsföreningen Pallo-Pojat som grundades år 1935. PPJ fungerar i södra Helsingfors som en moderförening för både flickor och pojkar, vilket betyder att föreningen tränar upp juniorer, så att de har en möjlighet att fortsätta sin fotbollskarriär i andra större fotbollsföreningar och eventuellt professionella fotbollsföreningar. PPJ är den näst största fotbollsföreningen inom Helsingfors, med 1505 registrerade spelare (31.12.2017). PPJ har allt som allt över 40 lag inom föreningen. De yngre årsklasserna har stadsdelslag för pojkar i Gräsviken/Busholmen, Eira-Rödbergen-Ulrikasborg och på

Drumsö. PPJ har även flicklag i de flesta årsklasser. För vuxna fotbollsspelare har PPJ även herr och damlag. (Pallo Pojat Juniorit ry 2019b)

Föreningen följer tre värden: glädje, skicklighet och öppenhet. Glädje representerar den glädje som spelarna i föreningen uppnår genom fotbollshobbyn och glädjen att fungera som ett lag, även för föräldrar och andra som medverkar i föreningen. Skicklighet innebär spelarnas skicklighet som utvecklas i varje lag, enligt Finlands fotbollsförbunds (Suomen Palloliitto) riktlinjer med hjälp av utbildade tränare. Öppenhet innebär att vem som helst kan delta i föreningens verksamhet och deltagarna informeras aktivt om aktuell information angående föreningen. Detta innebär även öppen kommunikation med andra fotbollsföreningar. PPJ:s mission är att erbjuda och möjliggöra fotbollshobbyn för alla åldersgrupper, i södra Helsingfors. (Pallo Pojat Juniorit ry 2019b)

För tillfället har PPJ stadsdelslag för pojkar födda 2005 eller senare, varefter stadsdelslagen går samman. PPJ har även ett representationslag för pojkar födda 2007 och tidigare, där de skickligaste och de mest talangfulla spelarna från de olika stadsdelslagen spelar i. I B-juniorena har PPJ två till tre spelgrupper, medan A-juniorena endast har en spelgrupp som spelar i serien P20 Kakkonen. För tillfället har flicklagen inte egna stadsdelslag, utan varje årsklass tränar och spelar i samma lag. (Pallo Pojat Juniorit ry 2019a)

3 MOTIVATION

Med motivation menas stimuli från aktiviteten, vilka får folk att sträva efter sina egna mål eller de mål som föreningen man representerar har. Begreppet motivation beskriver en komplicerad och växlande process, var människans personlighets- och kognitiva faktorer samt sociala variabler förenas. På grund av att motivation inte är ett enkelt tema är det viktigt att undersöka vad som motiverar de unga. (Jaakkola 2010 s. 117-118; Montesano et al. 2016)

Enligt Matikka och Roos-Salmi (2012 s. 48-57) har motivationen två uppgifter i individens beteende. Som första uppgift ger motivation energi. Det här innebär t.ex. att

personen har tillräcklig motivation för att ta sig till träningarna och utföra ansträngande träningspass. Denna uppgiften som motivationen har, är även orsaken till varför idrottaren tillbringar tusentals timmar på träningar för att bli bättre. Den andra uppgiften är att styra personens beteende, för att uppnå sina mål. Till exempel om målet är att lära sig en viss färdighet, styr motivationen vårt beteende och tränandet mot detta mål. En välmotiverad idrottare väljer därför sådana val i det vardagliga livet och inom träning som befrämjar idrottarens utveckling i sin gren. (Matikka & Roos-Salmi 2012 s. 48-57; Jaakkola 2010 s. 117-118)

Då man analyserar motivationen är huvudfrågan alltid varför. De faktorer som påverkar idrottarens motivation kan delas in i två individuella delar, som är idrottsmotivation som en del av personligheten och situationsmässig motivation. Tillsammans med dessa individuella faktorer har utomstående faktorer som fritid, skolgymnastik, idrottsföreningen, familjen och vännerna en stor påverkan på idrottarens motivation. (Matikka & Roos-Salmi 2012 s. 48-57; Jaakkola 2010 s. 117-118)

Motivation påverkar aktivitetens intensitet, beständighet, val av uppgift samt själva prestationen. En motiverad spelare försöker mera, hålls kvar i verksamheten längre, väljer mer utmanande uppgifter, klarar sig bättre och binder sig till verksamheten mer intensivt i jämförelse med spelare vars motivation angående verksamheten är liten. (Jaakkola 2010 s. 117-118)

Motivation kan delas in i två grupper; inre motivation och yttre motivation. Inre motivationen handlar om emotioner, känslor, självkänsla samt förståelse om sin egen kapacitet, medan yttre motivation handlar om bland annat socialt godkännande och eventuella materiella belöningar, t.ex. medaljer eller pokaler. De mest använda teoretiska referensramar för motivation inom motion och idrott är olika modeller om inre och yttre motivation samt målorientering, vilka vi också kommer att använda oss av i detta arbete. (Montesano et al. 2016; Jaakkola 2010 s.117-118)

3.1 Inre och yttre motivation

Det är fråga om inre motivation då man i första hand deltar i aktiviteten för själva aktivitetens skull, alltså för att man tycker att aktiviteten är intressant. Motiven för handlingen är då den glädje och erfarenhet, som aktiviteten ger. Motivationen för aktiviteten kommer av sig självt, så man behöver inte någon speciell orsak för att handla. (Jaakkola 2010 s. 118-119; Ryan & Deci 2000)

Då man deltar i aktiviteten på grund av belöningar eller sanktioner, är det fråga om yttre motivation. Då är handlingen starkt styrd utifrån och den kan vara i konflikt med personliga behag. Belöningarna kan t.ex. vara instruktörens berömmande, pris eller andras uppskattning. Som sanktion eller bestraffning fungerar bland annat känslan av att man tappar ansiktet, instruktörens misstyckande eller negativ feedback. (Jaakkola 2010 s. 118-119)

Jaakkola (2010) presenterar Hagger & Chatzisarantis (2007) tanke om att inre motivation är en väsentlig faktor inom idrott och motion för lärandet, förbättrad trivsel och liten ångest, vilka i sig leder till att man stannar kvar i verksamheten. Ärling (2003) stöder denna tanke med resultatet av sin undersökning angående inre motivationen hos fotbollsspelare, som deltog i ett "Kaikki pelaa" ("Alla spelar") –program. Det kom fram att de spelare som hade slutat hade lägre inre motivation i jämförelse med de som fortsatte (Ärling 2003). Trivsel och liten ångest är väsentliga vid inläring av färdigheter. Inläringen förbättras då den lärande trivs i verksamheten och inte upplever situationerna som ångestladdade. Nissinen (2010) upptäckte att inre motivationen korrelerar med speltiden man får och att mindre speltid försämrar inre motivationen, höjer ångestkänslan och leder till tankar om att sluta (Nissinen 2010). Med att stöda den inre motivationen skapar instruktören en positiv känsloupplevelse för den lärande och med samma minskas de negativa upplevelserna. (Jaakkola 2010 s. 118-119)

Enligt Ryan och Deci (2000) finns det tre hörnstenar för att uppnå inre motivation för en aktivitet. Dessa är känsla av behörighet, autonomi och samhörighet. Dessa hörnstenar är naturliga psykologiska behov hos människor enligt självbestämmandeteorin. I en annan undersökning av Deci och Ryan (2000) kommer det fram att man kan upprätthålla eller

förbättra inre motivationen med att inom aktiviteten stöda dessa behov. (Ryan & Deci 2000; Deci & Ryan 2000)

På kort sikt kan också yttre motivation vara ett effektivt incitament för beteende, men det är inte det på lång sikt på grund av att då yttre motiverande faktorer tas bort slutar deras funktion. Yttre motivationen har ett samband med t.ex. en hobbys avslutande (drop-out), val av undermåliga träningsstrategier och upplevda negativa känslor angående verksamheten. På grund av detta bör man ända från början främst lyfta fram de inre orsakerna för deltagandet i verksamheten och till det integrera yttre motiverade faktorer. (Hagger & Chatzisarantis 2007 citerad genom Jaakkola 2010 s. 118-119; Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000)

3.1.1 Behörighet

Behörighet betyder personens tro på sina egna förmågors tillräcklighet för utförandet av uppgifter och växelverkan med sociala omgivningen. Om hen i allmänhet upplever sig vara bra inom idrott, är behörighetskänslan stor i uppgifter som har en anknytning till idrott. Uppgifter som är lämpade för den egna färdighetsnivån, framgång samt positiv och stöttande feedback är hörnstenar för att öka behörighet inom motion och idrott. Då individen får positiva erfarenheter ökas känslan av behörighet. (Jaakkola 2010 s. 119; Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007 s. 160-161)

Det finns olika områden inom vilka man kan uppleva behörighet. Dessa är fysisk behörighet, kunskaps behörighet och social behörighet. En spelare kan t.ex. känna sig fysiskt avancerad, men inte nödvändigtvis kunskapsmässigt eller socialt. Hur viktiga vardera av dessa områden upplevs, bestämmer dess betydelse för spelaren. För några spelare kan ett visst områdes överlägsenhet ha en väldigt liten betydelse, samtidigt som det för andra kanske utgör en väldigt avgörande faktor för självbilden. Det är dock möjligt att de olika områdens betydelse ändras, oftast via positiva/negativa erfarenheter. (Jaakkola 2010 s. 119; Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007 s. 160-161)

Behörighet är en av hörnstenarna för inre motivationen och det har upptäckts att känslan av behörighet har ett positivt samband med fysisk aktivitet. Med att betona denna faktor

i verksamheten ökas den inre motivationen. Om verksamheten inte innehåller detta element, är den troligen styrd utifrån, vilket leder till att bland annat resultaten inte är så framstående. (Jaakkola 2010 s. 119; Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007 s. 160-161)

3.1.2 Autonomi

Autonomi betyder personens känsla av att hen har en möjlighet att göra val och beslut angående egna handlingar. Inom idrott kan sådana situationer vara t.ex. val av olika idrottsformer, drills, färdigheter och tillvägagångssätt. Enligt Deci & Ryan (2000) är autonomi i huvudrollen för motivationens utveckling. Individens motivation styrs inifrån (inre motivation) eller utifrån (yttre motivation) beroende på hur stor känsla av autonomi individen har. Känslan av autonomi har ett samband med intresse och inre motivation för aktiviteten. Hög autonomikänsla leder till bättre läranderesultat, kompetenskänsla samt aktivitet under träningarna. (Jaakkola 2010 s. 119; Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007 s. 159)

Då aktiviteten styrs och kontrolleras utifrån sjunker intresset för uppgiften, medan autonomiska tillvägagångssätt höjer intresset för uppgifterna. Till exempel i en träningssituation där barnen fritt får leka och spela stöds den inre motivationen, medan om tränaren lägger regler, som begränsar leken/spelet kommer intresset för aktiviteten att sjunka, vilket leder till att även inre motivationen sjunker. (Jaakkola 2010 s. 119; Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007 s. 159)

3.1.3 Samhörighet

Social samhörighet betyder den lärandes strävan efter närhet, samhörighet och trygghetskänsla med andra samt känsla om att hen hör till gruppen och är godkänd inom gruppen. Idrottgrupper, som t.ex. lag, attraherar spelaren och känslan av samhörighet främjar inre motivationen, vilket leder till att personen deltar i verksamheten gång på gång ända till utmattning. Om en grupp vänner på fritiden spelar fotboll är deras inre motivation inom spelandet hög på grund av att alla njuter av spelandet och frivilligt vill fortsätta med det. Om spelet skulle ske någon annanstans, var någon annan bestämmer grupperna, men spelet varar lika länge och kräver lika mycket energi av spelarna, skulle

intresset troligen vara betydligt lägre. (Jaakkola 2010 s. 120; Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007 s. 160)

Idrott är en utmärkt miljö för att skapa social samhörighet, eftersom övningarna ofta görs tillsammans och de lärande lätt kan hjälpa varandra under träningarna. Dessutom ökar känslan av samhörighet då man får ta ansvar för andra, t.ex. inom säkerhetsfrågor. Beroende på om man inom aktiviteten stöder eller utesluter individernas huvudsakliga psykologiska behov främjas eller försämras motivationsklimatet, som skapats. Det har visat sig att då man upplever att tränaren bryr sig och att hen ger en varm känsla ökas motivationen på träningarna. Även känslan av säkerhet man får av laget höjer motivationen. (Jaakkola 2010 s. 120; Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007 s. 160)

Kännetecknen på social samhörighet är bland annat att;

- det diskuteras personliga saker inom gruppen
- man deltar i uppgifterna man får
- man (även) tillbringar tid på fritiden tillsammans
- individen känner sig förstörd och uppskattad inom laget
- deltagandet i lagets aktiviteter är behagliga och njutsamma
- man undviker sådan verksamhet som fjärrar gruppmedlemmarna från varandra samt sådan verksamhet som väcker själviska och osäkra känslor.

(Jaakkola 2010 s. 120; Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007 s. 160)

3.2 Målorientering

Ambition har ett starkt samband med motivation och är ofta ett huvudmål. Motivation i sin tur kan förknippas med målsättningar och målorienterat beteende. Det senare delas in i två perspektiv som kallas uppgiftsinriktat perspektiv och jag-inriktat perspektiv. I uppgiftsinriktade perspektivet ligger idrottarens ambitioner i den egna inlärningen och känslan av kompetens. Medan det jag-inriktade perspektivet tyder på ambitioner som ligger i personliga kunskapen i jämförelse till andra idrottare. Enligt Matikka och Roos-Salmi (2012) är det uppgiftsinriktade perspektivet det mest nyttiga för en framgångsrik utveckling. (Matikka & Roos-Salmi 2012 s.54-56)

I Sverige har Jakobsson (2014) undersökt orsaken till att vissa ungdomar fortsätter med idrott trots att de inte siktar på att bli elitidrottare. Ungdomarna deltar i olika idrottsföreningar på grund av vänner, känslan av hälsa och för nöjet att delta i en grupp. Enligt Jakobsson (2014) är detta grunden till motivationen för idrott. I undersökningen kom det fram att vännerna var en viktig del för att ta itu med en idrottshobby. Även solidariteten mellan deltagarna och tränarna var en viktig orsak till att ungdomarna ville fortsätta med hobbyn. De som fortsatte med hobbyn trots att vännerna slutade, hade ofta en vilja att få nya vänner från idrotten. De som slutade med idrotten på grund av att vänner slutade, hade ofta börjat idrotten på grund av vännerna. (Jakobsson 2014)

4 DROPOUT

Dropout har blivit ett allmänt problem inom idrotten och ämnet har undersökts aktivt under de senaste tre årtionden (Nache et al. 2005). Dropout är ett engelskt begrepp som är särskilt använt i USA då skolelever avbryter skolgången innan avgångsexamen (Nationalencyklopedin 2019). I samband med idrott betyder det att avbryta idrottandet i en idrottsförening. Detta har varit ett viktigt ämne både för organiserad idrott och för ungdomarnas psykologiska upplevelser, vilka kan ha en stor påverkan på dropout i idrottsföreningar (Møllerløkken et al. 2015). Dropout fenomenet har varit ett välkänt fenomen enda sen början av -70 talet, och från och med den tiden har även fenomenet undersökts. Undersökningarna var på -70 talet dock väldigt allmänna och målet med undersökningarna var i allmänhet att beskriva fenomenet. Först på de senaste årtionden har undersökningarna gått ut på att få svar på fenomenets omfattning, problem och orsaker. (Nache et al. 2005; Møllerløkken et al. 2015)

Enligt Temple och Crane (2016) avbryter 18-36% av idrottarna i idrottsföreningarna hobbyn under de två första säsongerna. Mängden dropout varierar stort från land till land och från kontinent till kontinent (Møllerløkken et al. 2015). I Spanien är den årliga dropout procenten i medeltal 35%, medan den i t.ex. Norge är 22% och i Frankrike endast 14-17%. Orsaken till att den spanska dropout procenten är så hög, kan ligga i att de spelare som inkluderats i undersökningen var med i spanska fotbolls federationens fotbollsprogram, vilket betyder att det endast handlar om spelare som siktar på att blir fotbollsproffs och därför valts till programmet. De största skillnaderna som förekom i

dessas undersökningar, var skillnaden mellan pojkar och flickor. I stort sätt har flickor en större risk för dropout (26,8%) än pojkar (21,4%). Det har även kommit fram att flickornas fysiska aktivitetsnivå sjunker mer i tonårsåldern än pojkarnas. (Møllerløgken et al. 2015)

Det anses finnas många olika orsaker som leder till dropout. De orsaker som ofta kommer fram i de flesta studierna är att idrotten är för tidskrävande (t.ex. långa spelresor), dålig kompetenskänsla, att grundläggande psykologiska behov inte uppnåtts, dåligt förhållande till lagkamrater eller tränare, att personerna inte njuter av idrotten och att man inte får speltid. Det visar sig även att de som varit med en längre tid i idrottsgrenen har en mindre sannolikhet att hoppa av idrotten. (Gardner et al. 2017; Rottensteiner et al. 2013; Konttinen 2019; Temple & Crane 2016).

Då orsakerna för dropout jämförs, har orsakerna i stort sätt varit mycket liknande bland flickor och pojkar. Men flickor har dock oftare rapporterat missnöje till tränaren, än pojkar. Dessa resultat tyder på att tränaren kan ha en större inverkan i flicklag, för att förlänga flickornas fotbollskarriär. Man bör även jämföra tränarnas beteende bland flick- och pojklag, för att analysera eventuella skillnader i tränarnas tillvägagångssätt och attityder. (Møllerløgken et al. 2015)

Rottensteiner et al. (2013) undersökte orsaker till dropout hos lagidrottare i Finland i åldern 15 till 16. Undersökningen bestod av fotbollsspelare, ishockeyspelare och basketspelare. Enligt Rottensteiner et al. var största orsaken till dropout att ungdomarna hade annat att göra, entusiasmen för idrotten hade minskat, de hade inte möjligheten att vara med sina vänner, lagandan var inte tillräckligt bra eller att de ville ta itu med en annan sport. Detta tyder på att intresset för idrotten sjunker i den här åldern. Enligt Rottensteiner bör man i framtida undersökningar ta reda på vad det är ungdomarna beskriver som "annat att göra" och vad som för intresset bort från idrotten.

Då intresset för idrotten sjunker och riktas mot något annat, är det sannolikt att motivationen för idrotten sjunker (Gardner et al. 2017). Enligt Gardner et al. är känslan av glädje och nöje i idrotten en klar faktor som ökar sannolikheten till att fortsätta med idrotten. Enligt undersökningen har en minskad nöjes och glädjes nivå inom idrotten, en

större sannolikhet för att idrottaren hoppar av, eller slutar med idrotten. Detta innebär att nöjet och glädjen är viktig att bevara inom idrottsföreningens verksamhet. Därför bör detta tas i beaktande i vårt arbete. (Gardner et al. 2017)

Många av undersökningarna kommer fram till flera orsaker för dropout (Nache et al. 2005; Gardner et al. 2017; Rottensteiner et al. 2013). Dessa orsaker baserar sig mycket på individens känslor samt påverkan från omgivningen. Ett annat känt problem inom fotboll och dropout är den relativa ålderseffekten (Delorme et al. 2010). I fotboll delas barn och unga i lag baserade på födelseåret. Detta kan betyda att ålderskillnaden inom ett och samma lag mellan den yngsta och äldsta spelaren kan vara stor, vilket i sig kan betyda att det finns stora skillnader i den fysiska och kognitiva utvecklingen, speciellt vid puberteten och tonåren (då dropout fenomenet också är relevant). Man har kommit fram till att de som är födda i början av året har en fördel för att t.ex. bli valda till landslaget i jämförelse med de som är födda i slutet av året. Att inte ha denna fördel har också visat sig leda till dropout, vilket betyder att spelare födda i slutet av året löper en större risk för att sluta och lämna idrotten. (Delorme et al. 2010)

5 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR

En stor del av barn och ungdomar slutar med fotbollshobbyn mellan 10-18 års åldern (Møllerløkken et.al. 2015). Detta är även ett problem i PPJ där man strävar efter att förlänga fotbollshobbyn bland barnen. Syftet med vårt arbete är att få en uppfattning om 12-18 åringars motivation, motiv och ambitioner gällande fotbollshobbyn. Resultatet ger PPJ en tydlig kartläggning över spelarnas tankar, vilket leder till att föreningen får en bättre förståelse för spelarna och för hur man kan förbättra verksamheten inom fotbollsföreningen. Med hjälp av resultatet kan man bland annat planera träningar samt övningar, som har som mål att uppfylla de förväntningar spelarna har. Detta kommer förhoppningsvis att leda till att spelarnas motivation och iver ökar och att de fortsätter spela, vilket är viktigt med tanke på deras framtid. Det har nämligen visat sig att en större andel fysisk aktivitet som ung korrelerar med att man även kommer vara fysiskt aktiv som äldre (Møllerløkken et al. 2015). Utöver denna aspekt har det visat sig att

ungas deltagandet i idrott har positiva fysiologiska, sociala och mentala effekter. (Møllerløkken et al. 2015)

Våra forskningsfrågor är;

Vad får barnen att fortsätta med fotboll?

Vad vill barnen uppnå via fotboll?

Hurdant är motivationsklimatet inom föreningen?

6 METODIK OCH ARBETSPROCESSER

Vår studie var en kvantitativ enkätstudie, för att få svar på våra frågor och kartlägga barnens inställning till fotboll som hobby. Med enkät menas frågor som den svarande skriftligt ger svar på. (Troost 2012) Denna sorts undersökning kännetecknas av att resultaten är i form av tal (t.ex. meter) eller symboler för ord (t.ex. siffror från 1-5 beroende på om man är av olik eller samma åsikt med ett påstående i enkäten). (Jacobsen 2007)

6.1 Urval

Då man gör en kvantitativ studie undersöker man ofta ett ganska stort antal enheter. För att studien inte skall innehålla för många enheter, bör man göra ett urval eller avgränsningar. Avgränsningar görs vanligtvis i tid och rum, men man kan också avgränsa efter andra variabler t.ex. ålder. Då man gjort sina avgränsningar får man sin teoretiska population. (Jacobsen 2007 s. 212-215)

Vår teoretiska population är 12-18 åriga fotbollsjuniorer i PPJ. Vi har avgränsat i rum genom att vi enbart studerar de juniorer som spelar i PPJ, som fungerar som beställare för vårt arbete. Vi har använt oss av åldersvariabeln och avgränsat deltagarna till 12-18 åriga juniorer på grund av att detta är åldern då den procentuellt radikalaste dropout:en sker.

Storleksmässigt bör urvalet innehålla 400-600 enheter. Om man har för få eller för många enheter ökar felmarginalen och analysen av informationen försvåras. (Jacobsen

2007 s. 222) Efter vår avgränsning består vår teoretiska population av ungefär 600 enheter.

Genom att vi har data på hur många spelare det finns i varje åldersgrupp inom PPJ, kommer vi att kunna göra en bortfallsanalys. Med bortfall menas mängden enheter man tappar under de olika faserna i forskningsprocessen. Det finns olika typer av bortfall och de avgör vilka som återstår i det slutliga urvalet. Utmaningar gällande bortfall är om det är en särskild grupp i enheterna som faller bort. (Jacobsen 2007) I vår undersökning kunde det vara att vi går miste om en hel åldersgrupp, vilket betyder att vi inte skulle få något resultat för den åldersgruppens motiv och målorientering.

6.2 Datainsamling och analys

För att nå vår målgrupp lade PPJ upp en länk till webbenkäten (bilaga 1) på sina hemsidor och informerade om undersökningen i sitt medlemsbrev, via e-post till spelarnas föräldrar samt rakt till målgruppen under ett läger. Enkäten var avsedd att besvaras av alla 12-18 åriga spelare i PPJ. På grund av att spelarna var unga, måste både föräldrarna och spelarna få följebrevet. Vi önskade att spelarna självständigt besvarar enkäten, men vid behov kunde den besvaras tillsammans med föräldrarna. Enkäten bestod av flervalsfrågor för att underlätta svarandet för barnen. Flervalsfrågor är även en metod för kvantitativa studier då metoden inte är så öppen för ny information, utan baserar sig på hypoteser från tidigare antaganden och teoribakgrund (Jacobsen 2007). Vår enkät innehöll 23 frågor gällande spelarnas bakgrund, motiv, målsättningar samt synvinkel på fotbollshobbyn.

Datainsamlingen utfördes genom ett elektroniskt frågeformulär (Bilaga 1). Informationen samlades av ett datainsamlingsprogram Limesurvey, för att utföra en effektiv analys. Frågeformuläret innehöll tre delar.

Den första delen av enkäten tog reda på svarspersonernas kön, födelseår och hur länge personen varit med i fotbollslaget. Genom dessa svar fick vi en möjlighet att undersöka svaren bland olika kön samt ifall tiden i fotbollslaget, eller åldern hade en påverkan på fotbollshobbyns fortsättning (frågorna 1-3).

Den andra delen bestod av fyra frågor och kallas den egna fotbollsstigen. Denna del gav svar på hurdana ambitioner barnen har inom fotboll (frågorna 4-6) och ifall de planerar att sluta med fotbollshobbyn, vad kunde vara orsaken (fråga 7).

Den tredje delen var en motivationsklimatsförfrågan, där vi använde oss av en modell från Matikka & Roos-Salmi (2012 s. 64). Förfrågan bestod av frågorna nr. 8-23. Frågorna delades in i sex kategorier och bestod av tävlingsinriktning (fråga 10 och 17), uppgiftsinriktning (fråga 9 och 15), social behörighet (fråga 12 och 14), autonomi (fråga 11 och 13), trivsel (fråga 8 och 18) och aktivitet (fråga 16 och 19). För att få reda på kompetenskänslan (fråga 20 och 21) och tryck-, stress-, och spänningsnivån (fråga 22 och 23), valde vi att lägga till fyra frågor. Frågorna 8-23 kartlade motivationsklimatet i de olika kategorierna. Frågorna 16, 19 och 20 omformulerades från de ursprungliga frågorna, för att bättre lämpa sig för 12-18 åriga barn. Vid analysering av motivationsklimatets resultat räknade vi ihop medeltalen av båda frågorna inom varje kategori.

Resultaten av frågorna gav information om motivationsnivån och svar på vad som får barnen att fortsätta med fotbollen. Resultaten kommer att användas för att stärka de positiva faktorernas implementering i verksamheten. Eventuella riskfaktorer kommer även att analyseras för att kunna undvika dropout i fortsättningen och på så sätt förbättra föreningens verksamhet.

6.3 Reliabilitet och validitet

En bra undersökning är både internt och externt valid samt reliabel. Med detta menas att undersökningen mäter det som har sagts, man kan överföra undersökningen till andra områden och att undersökningen är pålitlig. Den största utmaningen med enkätstudier med fasta svarsalternativ är att försäkra sig om att frågorna faktiskt mäter det man har för avsikt att undersöka. Man bör se till att frågorna man ställer inte är för grova, utan i stället hellre använda sig av fler specifika frågor. (Jacobsen 2007 s. 268-271)

I vår enkät ställde vi flera frågor angående samma område för att öka validiteten. Vi lät även sakkunniga både från skolans och föreningens sida kontrollera våra frågor. På grund av att vår målgrupp var barn och unga lät vi även testa vår enkät hos några respondenter för att försäkra oss om att de förstår frågorna samt hur man skall svara på dem. I diskussionsdelen jämförde vi våra resultat med teorier och andra undersökningar vi tidigare tagit upp i arbetet för att mäta validiteten.

Undersökningens reliabilitet påverkas av bland annat utformningen av enkäten, respondenternas egenskaper, miljön där respondenten befinner sig i vid besvarandet av enkäten, kodningen av data samt analyseringen av data (Jacobsen 2007 s. 284-289). Våra största utmaningar vad gäller reliabiliteten är respondenternas intresse för att svara trovärdigt och möjligheten att någon annan person påverkat svaren. Arbetets starka sidor är att vi som sagt noga gick igenom våra enkätfrågor med sakkunniga samt testade enkäten före vi skickade ut den slutliga versionen. Vi kodade svaren två gånger för att kontrollera att det inte uppstått några fel första gången. (Jacobsen 2007 s. 284-289)

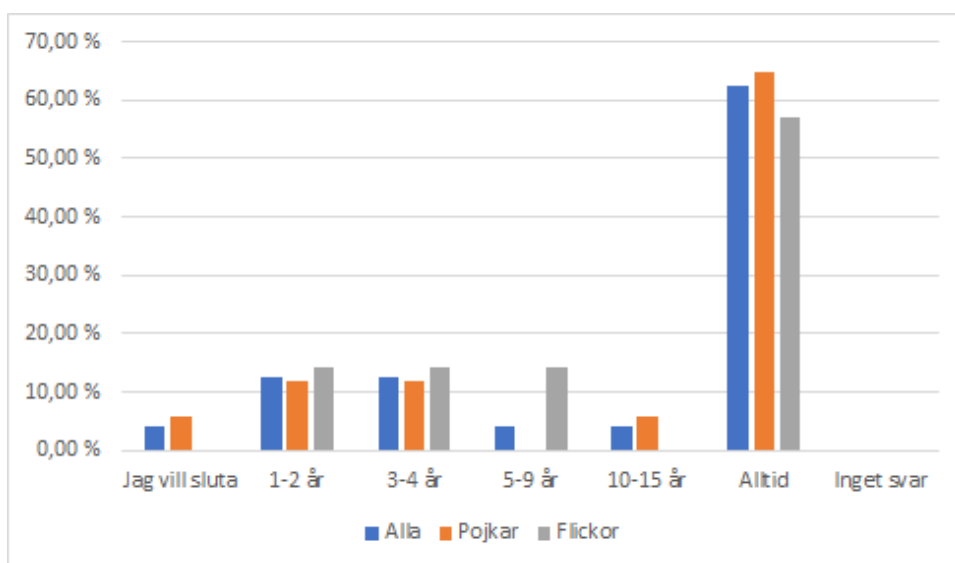
6.4 Etiska överväganden

Vid utförandet av arbetet tog vi i beaktande de etiska aspekterna, så som bland annat informerat samtycke, skydd av privatlivet och korrekt presentation av data. Enligt den forskningsetiska delegationen bör man få informerat samtycke av föräldrarna om barn under 15 år ska delta i en undersökning. Man måste även beakta frågeformuleringen, för att konstruera lämpliga frågor för målgruppen. Det måste vara frivilligt att delta i undersökningen och enkätstudien bör vara anonym, för att försäkra sig om att personernas namn inte används i publiceringen av arbetet och för att bevara deltagarnas integritet. De som undersöks har rätt till sitt privatliv, och därför är det viktigt att enbart fråga sådana privata frågor som är nödvändiga för undersökningen. Vid presentationen av resultatet är det viktigt att presentera det så korrekt och fullständigt som möjligt. All data bör man registrera och förvara på ett felfritt sätt. (Jacobsen 2007 s. 21-27; Forskningsetiska delegationen 2012)

7 RESULTAT

Allt som allt samlade vår webbenkät 38 svar. Av deltagarna var 74% (28) pojkar och 21% (8) flickor samt 5% (2) som inte svarade på frågan angående kön.

Av deltagarna meddelade de flesta (65% av pojkarna och 57% av flickorna) att de föreställer sig spela fotboll hela sitt liv. De andra svarsalternativen fick tydligt färre svar och enbart 4% (1 spelare) meddelade om viljan att sluta fotbollshobbyn. (Figur 1.)

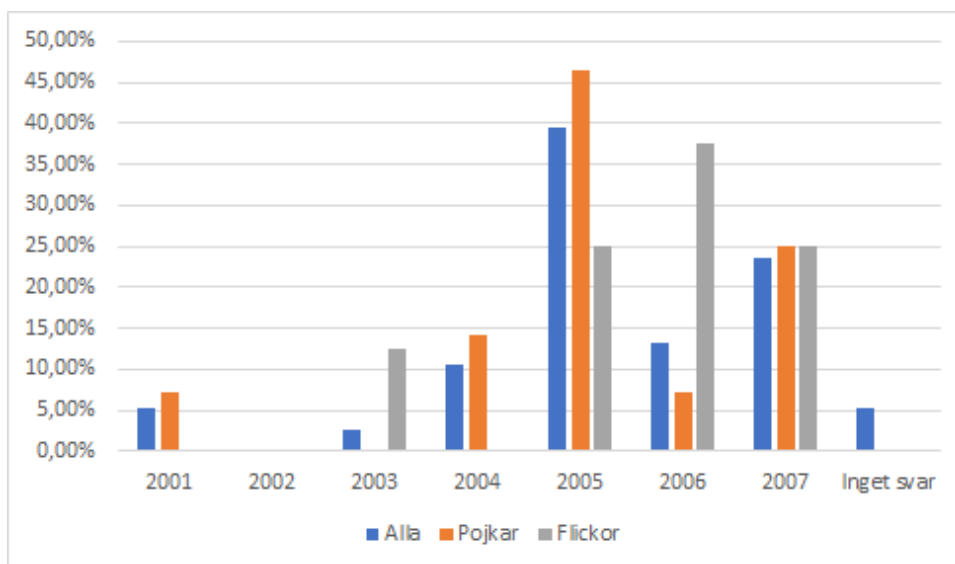


Figur 1. Hur länge barnen föreställer sig spela fotboll

Deltagarnas åldersfördelning var enligt följande (Figur 2.): 24% (9) av deltagarna var 12 åringar, 13% (5) 13 åringar, 39% (15) 14 åringar, 11% (4) 15 åringar, 3% (1) 16 åringar, 0% (0) 17 åringar och 5% (2) 18 åringar.. Färre svar 8% (3) fick vi av de äldre deltagarna (15-18 åringar, födda 2001-2003), med ett bortfall av en hel åldersgrupp (16-17 åringar, födda 2002).

Pojkarnas åldersfördelning var enligt följande: 25% (7) av pojkarna var 12 åringar, 7% (2) var 13 åringar, 46% (13) var 14 åringar, 14% (4) var 15 åringar, 0% (0) 16 och 17 åringar samt 7% (2) 18 åringar. Minst svar 7% (2) fick vi av 13 åriga pojkar (födda 2006) och 7% (2) av 18 åriga pojkar (födda 2001). Pojkarna hade ett bortfall av två åldersgrupper; 16-17 åringar (födda 2002-2003), av vilka vi inte alls fick svar.

Flickornas åldersfördelning var enligt följande: 25 % (2) var 12 år, 38% (3) av flickorna 13 år, och 25% (2) 14 år (födda 2005). minst svar 13% (1) fick vi 16 åriga flickor. Flickorna hade ett bortfall av tre åldersgrupper; 17-18 åringar (födda 2001-2002) samt 15 åringar (födda 2004).



Figur 2. Deltagarnas åldersfördelning

Spelarnas fotbollshistorias längd var varierande. 3% (1) av deltagarna hade spelat fotboll i föreningen 2 år eller mindre, 13% (5) hade spelat 3-5 år och de flesta 53% (20) hade spelat 6-8 år. Det fanns 26% (10) som spelat fotboll i 9-11 år men ingen som spelat över 12 år.

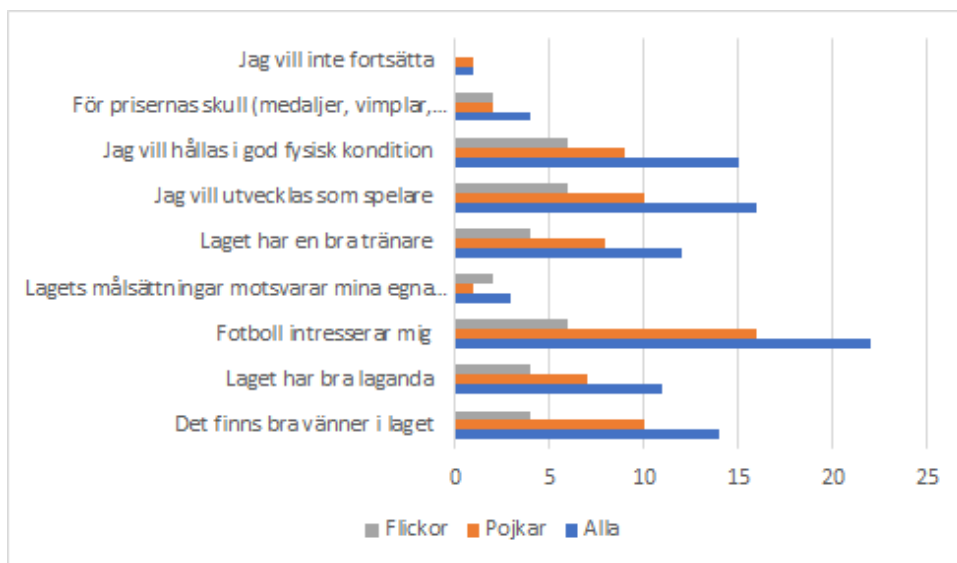
7.1 Vad får barnen att fortsätta med fotboll

Av de 38 spelare som deltog i undersökningen svarade 24 personer på frågorna angående motiven för spelandet och orsaker för att sluta.

Av dessa deltagare ansågs de viktigaste motivationerna för att fortsätta spela fotboll vara allmänt intresse för hobbyn, vilja att utvecklas som spelare samt viljan att hållas i fysiskt bra skick. Även bra vänner i laget och bra tränare påverkade betydligt viljan att fortsätta fotbollshobbyn. Minst betydliga motiv var att lagets målsättningar stämmer

överens med de egna målsättningarna samt olika pris (t.ex. medaljer och pokaler). (Figur 3.)

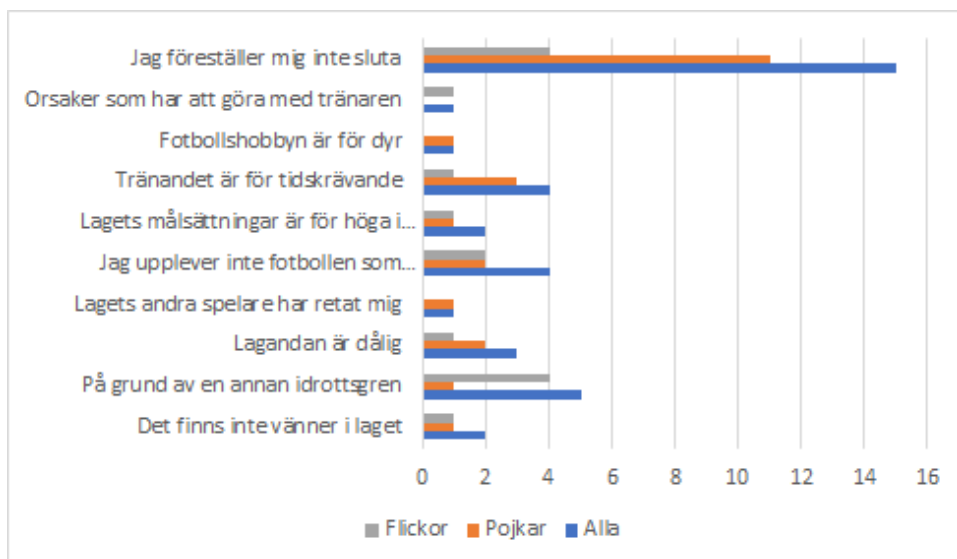
Pojkarnas viktigaste motiv för att spela var allmänt intresse, bra vänner i laget och viljan att utvecklas som spelare. Flickornas tre viktigaste motiv var allmänt intresse, viljan att utvecklas som spelare och viljan att hållas i bra fysiskt skick. (Figur 3.)



Figur 3. Motiven för att fortsätta fotbollshobbyn

Av deltagarna ansåg de flesta en annan idrottsgren som möjlig orsak för att sluta. Andra ofta nämnda orsaker var att man inte mera känner iver för fotboll samt att träningarna tar för mycket tid. Mindre viktiga orsaker för dropout var att de andra spelarna i laget mobbar, att det är för dyrt att spela fotboll samt orsaker som har att göra med tränaren. (Figur 4.)

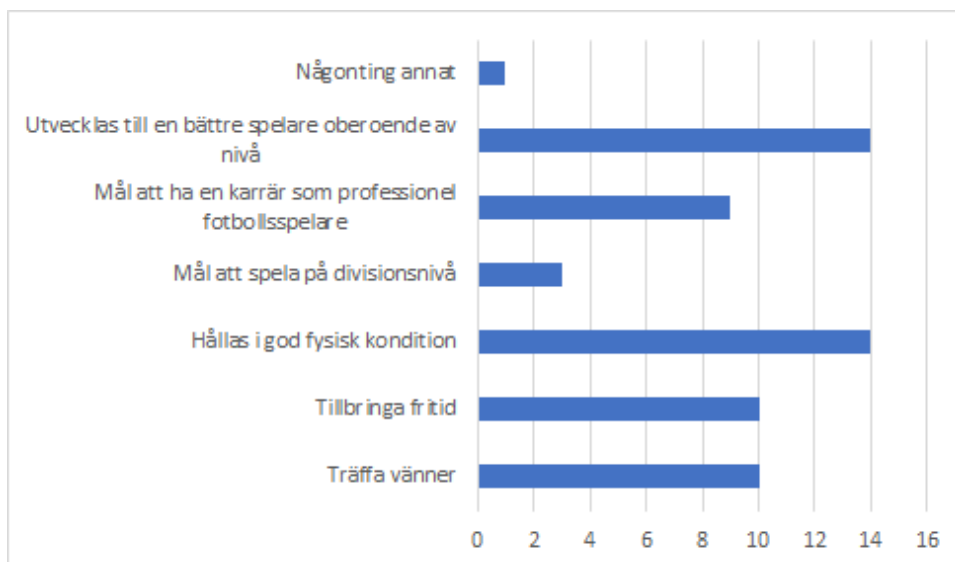
Pojkarnas viktigaste orsaker för att sluta var att tränandet tar för mycket tid, lagandan är dålig och att de inte upplever att fotbollshobbyn är inspirerande mer. Flickornas viktigaste orsaker var en annan hobby och att de inte upplever fotbollshobbyn som inspirerande mer. (Figur 4.)



Figur 4. Orsaker för att sluta fotbollshobbyn

7.2 Vad vill barnen uppnå via fotboll

I helhet besvarade 24 personer på flervalsfrågan om vad de vill uppnå via fotboll. Av alla de som besvarade frågan om vad de vill uppnå via fotboll ansågs de viktigaste målen vara viljan att hålla sig i god fysisk kondition och att de vill utveckla sig till en bättre spelare oavsett nivå. Andra viktiga målsättningar var viljan att möta vänner och att tillbringa fritid. Den minsta andelen svar fick viljan att uppnå en karriär på divisionsnivå. (Figur 5.)



Figur 5. Vad barnen vill uppnå via fotboll

7.3 Hurdant är motivationsklimatet inom föreningen

I detta kapitel beskriver vi resultaten (Figur 6.) för motivationsklimatsförfrågan (Bilaga 1.). Ur alla deltagarna (38) besvarade totalt 21 deltagare på påståenden i motivationsklimatsförfrågan.

Till det första påståendet om tävlingsinriktning (fråga 10.) hade deltagarna i medeltal besvarat ett värde av 3,1. Till det andra påståendet om tävlingsinriktning (fråga 17.) besvarade deltagarna i medeltal 3,33. Tävlingsinriktningen av de båda påståenden gav ett medeltal av 3,21. (Figur 6.).

Deltagarna ansåg sig vara dock mer uppgiftsinriktade. Till det första påståendet (fråga 9.) besvarade deltagarna i medeltal 4,05. Till det andra påståendet (fråga 15.) om uppgiftsinriktning besvarade deltagarna i medeltal 4,67. Deltagarna besvarade frågorna om uppgiftsinriktning i medeltal ett värde av 4,36 (Figur 6.).

Till det första påståendet (fråga 12.) om social behörighet, besvarade deltagarna i medeltal ett värde av 4. Det andra påståendet (fråga 14.) om social behörighet besvarades av deltagarna i medeltal med 3,62. Medeltalet för hur deltagarna ansåg sin sociala behörighet låg i medeltal på en nivå av 3,81. (Figur 6.)

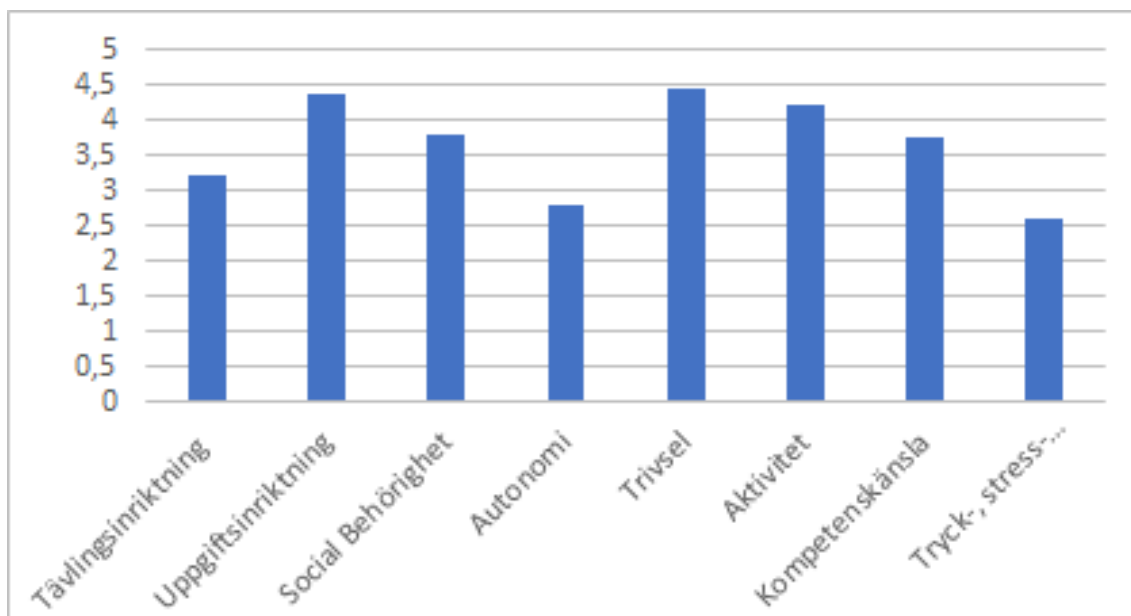
Till det första påståendet (fråga 16.) om aktivitet besvarade deltagarna i medeltal ett värde av 4,43. Till det andra påståendet (fråga 19.) om aktivitet besvarade deltagarna i medeltal ett värde av 4. Deltagarna ansåg att aktiviteten i träningarna var i medeltal 4,21 i träningarna, medräknat båda påståenden. (Figur 6.)

Deltagarna besvarade på det första påståendet om kompetenskänsla (fråga 20) i medeltal ett värde av 3,86. På det andra påståendet om kompetens (fråga 21) besvarade deltagarna i medeltal ett värde av 3,6. Värdet för medeltalet i kompetenskategorin blev då 3,76, vilket motsvarar en god kompetenskänsla. (Figur 6.)

Det första påståendet om autonomi (fråga 11) besvarades i medeltal med värdet 2,57 och det andra påståendet inom samma kategori (fråga 13), med ett medeltal av 3. Ihopräknat var medeltalet för kategorin autonomi 2,78, vilket betyder att autonomikänslan är nöjaktig bland spelarna. (Figur 6.)

Till det första påståendet (fråga 22) om tryck-, stress- och spänningsnivå hade deltagarna i medeltal besvarat ett värde av 2,67. Till det andra påståendet (fråga 23) inom tryck-, stress- och spänningsnivå besvarade deltagarna i medeltal ett värde av 2,59. Detta gav i medeltal ett värde av 2,63 för tryck-, stress- och spänningsnivå (Figur 6.). Inom denna kategori är ett lägre värde bättre då det tyder på en lägre stressnivå. I och med detta är stressnivån inom PPJ berömlig.

Till det första påståendet (fråga 8) om trivsel besvarade deltagarna i medeltal ett värde av 4,52. Till det andra påståendet (fråga 18) om trivsel besvarade deltagarna i medeltal ett värde av 4,38. Det ihopräknade medeltalet om trivsel blev då 4,45 (Figur 6.).



Figur 6. Motivationsklimatet i PPJ

8 DISKUSSION

Den mest allmänna orsaken för att fortsätta i fotbollshobbyn är att fotboll intresserar juniorerna som gren. Andra allmänna orsaker var att juniorerna vill utvecklas som spelare och hålla sig i god fysisk kondition. Endast få meddelade sig vilja sluta med fotbollen och få ansåg att orsaker för fortsättningen inom fotboll kunde vara på grund av priser, eller att målsättningarna i laget motsvarar deras ägna målsättningar. En stor del av deltagarna kunde inte föreställa sig sluta med fotbollshobbyn, men de mest allmänna möjliga orsakerna för att sluta, meddelades vara på grund av en annan idrottsgren, att tränandet är för tidskrävande och att de inte upplever fotbollen som intressant mera. De mest allmänna målsättningarna i fotboll var att utveckla sig till en bättre spelare oavsett nivå och att hålla sig i god fysisk kondition. Motivationsklimatsförfrågan gav högsta värden för trivsel, uppgiftsinriktning och aktivitet. De lägsta värdena förekom inom tryck-, stress- och spänningsnivå, autonomi och tävlingsinriktning.

8.1 Resultatdiskussion

I detta kapitel diskuterar vi de resultaten undersökningen gav i samband med vad som får barnen att fortsätta med fotboll, vad de vill uppnå och hurdant motivationsklimatet i förening är i relation till tidigare forskningar.

8.1.1 Vad får barnen att fortsätta med fotboll

PPJ:s juniorer ansåg att de viktigaste motiven för spelandet var allmänt intresse, viljan att utvecklas som spelare och viljan att hållas i fysiskt bra skick, medan de främsta orsakerna för att sluta var en annan idrottsgren, att intresset minskar och att träning tar för mycket tid. PPJ:s dropout fenomen kunde vara möjligt att förebyggas, om man kan erbjuda åt juniorspelarna en sådan verksamhet var spelarna trivs, har möjlighet att utvecklas samt möjlighet att uppnå sina personliga mål. Detta utan att kräva för hög närvaro. För detta ändamål är olika klubbar bra, vilka PPJ redan ordnar. PPJ har som eftermiddagsverksamhet fotbollsklubbar för 1. och 2. klassister (7-8 åringar) i olika skolor. (Pallo-Pojat Juniorit ry 2019a)

Enligt Møllerløgken et al. (2015) sker dock den radikalaste dropouten i 12-18 års åldern. Med tanke på detta kunde det vara bra att även ordna klubbverksamhet för denna åldern.

De viktigaste dropout orsakerna vi kommit fram till i vår undersökning stämmer överens med tidigare forskningar. De vanligaste dropout orsaker inom junioridrotten är att idrotten är för tidskrävande och att man inte mera njuter av träning. (Gardner et al. 2017; Rottensteiner et al. 2013; Konttinen 2019; Temple & Crane 2016) Dessa kan bero på utvecklingen ungdomarna går igenom. Vår målgrupp var 12-18 åringar, vilket betyder att de är mer eller mindre tonåringar. I denna åldern kan det vara att man får andra intressen, som ersätter fotbollen. Om man har flera hobbyn kan det vara att man får högre intresse för ena hobbyn och därmed slutar den andra, eller sedan kan man få helt och hållet nya intressen och möjligen börja en ny hobby. Enligt Matikka och Roos-Salmi (2012 s. 48-57) har motivation som uppgift att ge energi åt oss. Detta betyder att då motivationen är tillräckligt hög anser man inte mera hobbyn som för tidskrävande, utan istället är man färdig att sätta tid på träning för att bli bättre.

Mobbning, för dyr hobby och tränaren var i vår undersökning de mindre betydelsefulla orsakerna för att sluta. Jakobsson (2014) lyfte fram vännernas och gruppens betydelse i sin egen undersökning. I vår undersökning var vännerna och lagandan en relativt viktig del för att fortsätta med hobbyn, men inte en avgörande del för att sluta.

Enbart 4 personer svarade att motivet för spelandet var de materiella belöningarna (t.ex. medaljer och pokaler). Det är bra att inte flera ansåg detta som motiv, då dessa stöder den yttre motivationen, vilken i sig har ett samband med dropout. (Hagger & Chatzisarantis 2007 citerad genom Jaakkola 2010 s. 118-119; Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000)

8.1.2 Vad vill barnen uppnå via fotboll

Enligt resultaten är de viktigaste målsättningarna med att delta i fotbollsverksamheten att utveckla sig till en bättre spelare oavsett nivån och hålla sig i god fysisk kondition. Enligt Jakobsson (2014) är vänner och känslan av hälsa en viktig del av motivationen för att fortsätta med idrottshobbyn, speciellt då idrottarna inte siktar till professionell idrott. I vår undersökning kom det fram att hälsoaspekten var en viktig motivator genom att deltagarna ansåg att de har som mål att hålla sig i god fysisk kondition. Deltagarna ansåg även att möjligheten för att träffa vänner inom fotbollsverksamheten var viktigt, men detta kom inte fram i de tre viktigaste målsättningarna.

Få av deltagarna i vår undersökning hade som mål att bli fotbollsspelare på divisionsnivå, då endast 6% (3) ansåg detta som en målsättning (Figur 6.). Detta kan bero på att divisionsnivån är mycket bred med 7 olika divisioner (Suomen Palloliitto 2019c) och därför sällan fungerar som en motiverande målsättning. De som möjligtvis kommer att spela på divisionsnivå i framtiden har troligtvis en högre motivation att utveckla sig som spelare oavsett nivå.

Då spelare har målsättningar som att utveckla sig till en bättre spelare oavsett nivå och hålla sig i bra fysisk kondition, kan detta ha en större positiv inverkan på fortsättningen, än om deltagaren endast har som målsättning att träffa vänner inom idrotten. Idrottare med endast vännerna som motivation, slutar med högre sannolikhet ifall vännerna slutar (Jakobsson 2014).

8.1.3 Hurdant är motivationsklimatet inom föreningen

Motivationsklimatsförfrågan gav resultat för tävlingsinriktning, uppgiftsinriktning, social behörighet, aktivitet, kompetenskänsla, autonomi, tryck-, stress- och spänningsnivå samt trivsel.

Tävlingsinriktningen för juniorerna var i medeltal 3,21, vilket betyder att tävlingsinriktningen är lite högre än medelvärdet och att juniorerna är rätt tävlingsinriktade. Detta i sin tur tyder på att sociala jämförelser inom gruppen är vanliga och kan ha en negativ påverkan på motivationen (Matikka & Roos-Salmi 2012 s. 57-59). I en tävlingsinriktad atmosfär förekommer det ofta ångest, yttre motivation och ett minskat intresse för verksamheten. Tävlingsinriktningen måste dock jämföras med uppgiftsinriktningen i gruppen, för att få reda på vilken typ av motivationsklimat som är dominant inom gruppen. Undersökningen kom fram till att uppgiftsinriktningen bland juniorerna var i medeltal 4,36, vilket är högre än värdet för tävlingsinriktningen. I jämförelse med tävlingsinriktningen är uppgiftsinriktningen det dominanta i motivationsklimatet, vilket betyder att idrottarna får känslor av skicklighet i varierande och mångsidiga uppgifter som är lämpliga för individernas skicklighetsnivå än. Resultaten visar att tävlingsinriktning är hög, men på grund av den höga uppgiftsinriktningen utgör inte tävlingsinriktningen ett problem (Matikka & Roos-Salmi 2012 s. 54-57).

I undersökningen gav deltagarna ett värde av 3,81 för social behörighet. Detta betyder att sociala behörigheten är hög och individerna är i allmänhet starkt bundna till gruppen och laget, samt att de njuter av att arbeta med sina lagkamrater (Matikka & Roos-Salmi 2012 s. 50-54). Detta är en viktig motivationskälla och har därför en positiv inverkan på motivationsnivån.

Aktiviteten i lagen enligt deltagarna var i medeltal 4,21, vilket tyder på att aktiviteten under träningarna är hög. Det är en viktig faktor för att upprätthålla en uppgiftsinriktad atmosfär, har positiva effekter på motivationsnivån och bidrar till en god kvalitets träning. (Matikka & Roos-Salmi 2012 s. 61-64)

Enligt resultaten var autonomin inom föreningen på en nöjaktig nivå (2,78), men är en av de kategorierna som kunde mest förbättras. En låg autonomi i föreningen betyder att juniorerna ofta inte får delta i beslutsprocessen och kan på så sätt inte påverka besluten om träningarnas innehåll. Autonomi är en hörnsten för inre motivation och ökar juniorernas kompetenskänsla, vilket utgår ifrån differentiering inom träningen, där varje junior får uppgifter som är lämpliga för deras skicklighetsnivå. För att öka autonomi inom föreningen, bör tränarna och lagen öka differentieringen i träningarna och öka juniorernas deltagande i träningarnas beslutsprocesser. (Jaakkola 2010 s. 119; Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007 s. 159)

8.2 Metoddiskussion

Från urvalet av ca. 600 enheter fick vi totalt 38 svar. Mängden svar var en besvikelse, men gav oss en tillräcklig deltagarmängd för att få svar på våra forskningsfrågor. Vi lyckades inte få några svar från år 2002 födda juniorer, vilket måste tas i beaktande då slutsatser dras. För att nå vår målgrupp skickade PPJ ut länkar till alla spelare födda år 2001-2007 per e-post som planerat. För att rekrytera fler deltagare reklamerades undersökningen även under ett veckoslutsläger för att aktivera juniorerna.

Allt som allt deltog 38 personer i undersökningen. Vi anser att en större mängd svar kunde gett oss mer reliabel information om målgruppen i undersökningen. För att få fler svar kunde vi ha planerat ett systematiskt sätt för att nå vår målgrupp och få mer respondenter till undersökningen.

Vi anser att själva metodvalet för undersökningen var lyckat och kunde inte komma på en bättre och mer effektiv metod för undersökningen. I datainsamlingen kom det fram att flera deltagare hade låtit bli att svara på vissa frågor, vilket kan bero på att frågorna var svåra att förstå, eller att besvarandet av enkäten tog för mycket tid. För att endast få svar från deltagare som svarat på alla enkätsfrågor, kunde enkäten begära svar på varje fråga för att registrera svaren. Detta kunde dock orsaka en mindre mängd svar och på så sätt försvåra datainsamlingen.

8.3 Slutsatser och förslag för vidare forskning

I helhet är de viktigaste orsakerna för juniorerna att fortsätta med fotboll i PPJ, att de har ett intresse för fotboll som en sport och att hålla sig i god fysisk kondition. Verksamheten i framtiden bör innehålla intressant innehåll med en hög aktivitetsnivå. För att få en djupare insikt över vad juniorerna önskar tillägga och ändra inom träningarna, kunde det ordnas en förfrågan där spelarna svarar på hurdana träningar de vill ha, på vilket sätt de vill träna och hur tävlingsinriktade samt uppgiftsinriktade spelarna är.

Enligt resultaten är de största riskerna för att sluta; en annan idrottsgren, minskat intresse och för tidskrävande verksamhet. För att förebygga dropout bör verksamheten vara av hög kvalitet och motiverande för att kunna tävla med andra idrottsgrenar. Lagen bör satsa på att erbjuda en verksamhet som utgår ifrån spelarnas intressen.

Juniorernas främsta målsättningar med att delta i fotbollsverksamheten var att utveckla sig till en bättre spelare oavsett nivå och att hålla sig i god fysisk kondition. De yngre spelarna hade ofta mer konkreta mål och siktade oftare till professionella fotbollsspelare, vilket tyder på högre ambitioner i de yngre åldersgrupperna. De äldre spelarna hade mer abstrakta mål som att utveckla sig till en bättre spelare oavsett nivå, vilket tyder på en högre nivå av inre motivation, som är hållbart på längre sikt, vilket i sin tur kan förlänga tiden inom fotbollshobbyn. Dessa resultat bör tas i beaktande i lagens verksamhet och planera en träningsplan som motsvarar juniorernas målsättningar, för att upprätthålla och öka motivationsnivån inom lagen. (Matikka & Roos-Salmi 2012 s. 50-54)

Motivationsklimatet i föreningen innehåller en stor del uppgiftsinriktning och tävlingsinriktning. Resultaten för undersökningen visar att uppgiftsinriktningen är högre än tävlingsinriktningen, vilket tyder på att spelarna oftare jämför sina prestationer till sin egen kunskap. Tävlingsinriktningen är dock starkt med i föreningens motivationsklimat, men orsakar inte problem inom motivationsklimatet, på grund av att uppgiftsinriktningen visar sig vara högre (Matikka & Roos-Salmi 2012 s. 54-57). På grund av att både tävlingsinriktningen och uppgiftinriktningen är hög, kunde det vara

ändamålsenligt att undersöka de olika åldersgruppernas tävlingsinriktning och uppgiftsinriktning, för att få reda på eventuella riskgrupper för dropout, inom föreningen.

Känslan av autonomi var på en nöjaktig nivå i föreningens verksamhet, och var en kategori med högsta förbättringspotentialen i föreningen. För att öka känslan av autonomi och självbestämmande nivå hos juniorerna, bör verksamheten sikta på att differentiera övningar så att juniorernas autonomi och deltagande i beslutsprocesser under träningen ökar. Detta har även en positiv inverkan på uppgiftsinriktningsnivån. (Matikka & Roos-Salmi 2012 s. 50-54)

En vidare forskning av båda de yngre och äldre spelarnas målorientering och motivation föreslås, för att uppnå en större andel deltagare, för att få en mer information om juniorers målsättningar och motivationsnivå i föreningen. I kommande undersökningar om eventuella riskfaktorer för dropout rekommenderas en kartläggning över de juniorer som funderar på att sluta med fotboll, samt vilka orsaker som ligger bakom då juniorer slutar på grund av en annan gren. Det är även värt att undersöka eventuella skillnader mellan åldersgrupper, för att få reda på eventuella problemområden hos barn i olika åldrar.

KÄLLOR

- Deci, E.L. & Ryan, R.M., 2000, The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior, *Psychological Inquiry*, vol. 11, nr 4, s. 227-268.
- Delorme, N., Boiché, J., Raspaud, M., 2010, Relative age and dropout in French male soccer, *Journal of Sports Sciences*.
- FIFA, 2018, *History of Football – The Origins*, Tillgänglig: <https://www.fifa.com/about-fifa/who-we-are/the-game/> Hämtad: 6.3.2019
- Forskningssetiska delegationen, 2012, God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland, Tillgänglig: <https://www.tenk.fi/sv/god-vetenskaplig-praxis> Hämtad: 1.4.2019
- Gardner, L.A., Magee, C.A., Vella, S.A., 2017, Enjoyment and Behavioral Intention Predict Organized Youth Sport Participation and Dropout, *Journal of Physical Activity and Health*, vol. 14, nr. 11, s. 861-865.
- Heikinaro-Johansson, P. & Huovinen, T. 2007. *Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan*. 2. uud. p. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Itkonen, H. & Nevala, A., 2012, A Popular game in Father Christmas Land? Football in Finland, *Soccer & Society*, vol. 13, no. 4, s. 570-583.
- Jaakkola, T. 2010. *Liikuntataitojen oppiminen ja taitoharjoittelu*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Jacobsen, D.I. & Järvå, H., 2007, *Förståelse, beskrivning och förklaring: Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur.

- Jakobsson, B. T., 2014, What makes teenagers continue? A salutogenic approach to understanding youth participation in Swedish club sports, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19 (3), s. 239-252.
- Konttinen, N., 2019, Jääkiekkoharrastuksen jatkumiseen vaikuttavat tekijät junioreissa, *KIHU:n julkaisukirja*, nr. 65, s. 1-20.
- Matikka, L. & Roos-Salmi, M., 2012, *Urheilupsykologian perusteet*, Liikuntatieteellinen Seura ry, 363 s.
- Montesano, P., Tafuri, D., Mazzeo, F., 2016, The drop-outs in young players, *Journal of Physical Education and Sport*.
- Møllerløkken, N.E., Lorås, H., Pedersen, A.V., 2015, A systematic review and meta-analysis of dropout rates in youth soccer, *Perceptual & Motor Skills: Physical Development & Measurement*.
- Nache, C.M., Bar-Eli, M., Perrin, C., Laurencelle, L., 2005, Predicting dropout in male youth soccer using the theory of planned behavior, *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*.
- Nissinen, J., 2010, Jyväskyläläisten B-juniori-ikäisten jalkapalloilijoiden sisäinen motivaatio ja tavoiteorientaatio, Liikuntapedagogiikan pro gradu –tutkielma, Jyväskylän yliopisto, Tillgänglig: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/23571/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201005191862.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Hämtad: 3.3.2019
- Pallo-Pojat Juniorit ry, 2019a, Tillgänglig: <https://ppj.fi/joukkueet/> Hämtad: 3.5.2019
- Pallo-Pojat Juniorit ry, 2019b, Tillgänglig: <http://ppj.fi/seura/> Hämtad: 13.2.2019
- Rottensteiner, C., Laakso, L., Pihlaja, T., Konttinen, N., 2013, Personal reasons for withdrawal from team sports and the influence of significant others among youth athletes, *International Journal of Sports Science & Coaching*, vol. 8, nr 1.

Ryan, R.M. & Deci, E.L., 2000, Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions, *Contemporary Educational Psychology*, s. 54-67.

Suomen Palloliitto, 2019a, Tillgänglig:

<https://www.palloliitto.fi/jalkapalloperhe/palloliitto> Hämtad: 4.3.2019

Suomen Palloliitto, 2019b, Tillgänglig:

<https://www.palloliitto.fi/jalkapalloperhe/piirit/helsinki/helsingin-piirin-esittely>

Hämtad: 6.3.2019

Suomen Palloliitto, 2019c Tillgänglig:

<https://www.palloliitto.fi/ottelut-ja-sarjat/kaikki-ottelut-ja-sarjat> Hämtad: 19.11.2019

Temple, V.A. & Crane, J.R., 2016, A systematic review of drop-out from organized soccer among children and adolescents, *Soccer & Society*, vol. 17, nr 6, s. 856-881.

Trost, J., 2012, *Enkätboken*, 4. Uppl. Lund: Studentlitteratur.

Ärting, K., 2003, Kaikki Pelaa – ohjelmassa mukana olleiden lopettaneiden ja

jatkaneiden jalkapallon pelaajien sisäinen motivaatio ja tavoiteorientaatio,

Liikuntapedagogiikan pro gradu – tutkielma, Jyväskylän yliopisto, Tillgänglig:

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/9467/G0000419.pdf?sequence=1&isAl>

[lowed=y](#) Hämtad: 3.3.2019

BILAGOR

Bilaga 1: Enkät

Motivaatio- ja tavoitekysely

Tämän kyselyn tarkoitus on kartoittaa PPJ:n junioreiden motivaatiota ja tavoitteellisuutta, sekä selvittää mitkä asiat saavat junioreita jatkamaan jalkapallon parissa. Tavoitteena on saada parempi ymmärrys pelaajista, toiminnan kehittämiseksi.

Kysely pitää sisällään kysymyksiä kilpailusuuntuneisuudesta, tehtäväsuuntuneisuudesta, yhteenkuuluvuudesta, itsemääräämisestä, pätevyydestä, viihtyvyydestä sekä ahdistuneisuudesta.

Taustatiedot

Valitse sopivin vastausvaihtoehto vastaamaan omia tietojasi.

1. Sukupuoli

1. Poika
2. Tyttö

2. Syntymävuosi

1. 2001
2. 2002
3. 2003
4. 2004
5. 2005
6. 2006
7. 2007

3. Kuinka monta vuotta olet harrastanut jalkapalloa seurassa?

1. 0-2 vuotta
2. 3-5 vuotta
3. 6-8 vuotta
4. 9-11 vuotta
5. 12-14 vuotta
6. Yli 14 vuotta

Oma jalkapallopolku

4. Mitkä ovat omat tavoitteesi jalkapallossa?

1. Tavoitteena ammattijalkapalloilijan ura
 2. Tavoitteena divisioonatason pelaaja
 3. Tavata kavereita
 4. Kehittyä paremmaksi pelaajaksi tasosta riippumatta
 5. Viettää vapaa-aikaa
 6. Jokin muu, mikä?
-

5. Kuinka kauan kuvittelet pelaavasi jalkapalloa?

1. Haluan lopettaa
2. 1 vuoden
3. 3 vuotta
4. 5 vuotta
5. 10 vuotta
6. Aina

6. Miksi haluat jatkaa jalkapallon pelaamista?

1. Joukkueessa on hyviä kavereita
2. Joukkueessa on hyvä joukkuehenki
3. Jalkapallo kiinnostaa minua
4. Joukkueen tavoitteet vastaavat omia tavoitteitani
5. Joukkueessa on hyvä valmentaja
6. Haluan kehittyä pelaajana
7. Pysyä fyysisesti hyvässä kunnossa
8. Palkintojen takia (Mitalit, viirit, pokaalit jne.)
9. En halua jatkaa

7. Jos kuvittelet lopettavasi jalkapallon lähiaikoina tai tulevaisuudessa, mikä voisi olla syy?

1. Joukkueessa ei ole kavereita
2. Toisen lajin takia
3. Joukkuehenki on keho
4. Joukkueen muut pelaajat ovat kiusanneet minua
5. En koe jalkapalloa enää innostavaksi
6. Joukkueen tavoitteet ovat liian korkealla verrattuna omiini
7. Harjoittelu vie liian paljon aikaa
8. Jalkapallon harrastaminen on liian kallista
9. Valmentajaan liittyvä syy
10. En kuvittele lopettavani

Motivaatioilmastokysely

Valitse seuraavista kysymyksistä itselle sopivin vastausvaihtoehto 1.-5.

1.- Täysin eri mieltä

2.- Osittain eri mieltä

3.- En osaa sanoa

4.- Osittain samaa mieltä

5.- Täysin samaa mieltä

8. Pidän harjoituksista

1

2

3

4

5

9. Valmentajalle on pääasia, että kehitymme vuosi vuodelta omissa taidoissamme

1

2

3

4

5

10. Minulle on tärkeää näyttää olevani muita parempi harjoituksissa

1

2

3

4

5

11. Minulla on merkittävästi päätösvaltaa harjoituksissa

1 2 3 4 5

12. Ryhmämme on yhtenäinen toimiessaan harjoituksissa

1 2 3 4 5

13. Minulla on mahdollisuus vaikuttaa harjoitusten toteutukseen

1 2 3 4 5

14. Harjoituksissa pelaajat ”puhaltavat yhteen hiileen”

1 2 3 4 5

15. Valmentajalle on tärkeää, että jatkamme yrittämistä, vaikka olisimme tehneet virheitä

1 2 3 4 5

16. Annan kaikkeni harjoituksissa

1 2 3 4 5

17. Minulle on tärkeää onnistua harjoituksissa muita paremmin

1 2 3 4 5

18. Nautin harjoituksista

1 2 3 4 5

19. Olen yksi aktiivisimmista pelaajista harjoituksissa

1 2 3 4 5

20. Olen mielestäni hyvä jalkapallossa

1 2 3 4 5

21. Olen tyytyväinen suoritukseeni peleissä

1 2 3 4 5

22. Tunnen suorituspainetta pelatessani jalkapalloa

1 2 3 4 5

23. Tunnen itseni jännittyneeksi pelatessani jalkapalloa

1 2 3 4 5

Bilaga 2: Följebrev

SAATEKIRJE

Hei,

Olemme liikunnanohjaajaopiskelijoita ammattikorkeakoulu Arcadasta. Teemme opinnäytetyötä, jonka aiheena on lasten ja nuorten motivaatio ja kunnianhimo jalkapalloharrastuksessa. Opinnäytetyö tehdään yhteistyössä työn tilaajan jalkapalloseura Pallo-Pojat Juniorit ry:n kanssa kyselylomakkeen muodossa. Opinnäytetyön tavoitteena on kartoittaa 12-18-vuotiaiden lasten ja nuorten motivaatiota ja tavoiteorientaatiota jalkapalloharrastuksessa sekä selvittää syitä, mikä saa lapset ja nuoret jatkamaan jalkapalloharrastuksen parissa. Tietoa hyödynnetään Pallo-Pojat Junioreiden junioritoiminnassa 12-18-vuotiaiden lasten ja nuorten toiminnan kehittämässä jalkapalloharrastuksen lopettamisen ehkäisemiseksi.

Tämä kysely on tarkoitettu 12-18-vuotiaille jalkapalloharrastajille Pallo-Pojat Junioreiden joukkueissa. Toivomme, että lapsesi voisi vastata kyselyyn mahdollisimman itsenäisesti, mutta tarvittaessa vanhemman avustuksella. Kyselyyn vastaaminen on täysin vapaaehtoista ja kyselyyn osallistutaan nimettömästi. Lasten vanhemmilla on lasten puolesta täysi oikeus kieltäytyä vastaamasta kyselyyn. Vastaathan kyselyyn viimeistään 14.07.2019 mennessä, kiitos!

Kyselyn tiedot ja tulokset käsitellään luottamuksellisesti niin, että yksittäisiä vastaajia ei voida tunnistaa. Valmis opinnäytetyömme julkaistaan osoitteessa www.thesis.fi, jossa se on vapaasti luettavissa. Kyselyn tiedot ja tulokset säilytetään salasanoin suojattuna Arcadan palvelimilla, joihin ainoastaan tutkijoilla on pääsy. Data säilytetään puoli vuotta opinnäytetyön valmistuttua, jonka jälkeen se tuhotaan.

Mikäli teillä on kysyttävää kyselylomakkeesta tai opinnäytetyöstä, pyydämme olemaan yhteydessä.

Helsingissä 10.06.2019

Terveisin,

Melinda Andler
Liikunnanohjaajaopiskelija
Ammattikorkeakoulu Arcada
melinda.andler@arcada.fi

Teo Hyrske
Liikunnanohjaajaopiskelija
Ammattikorkeakoulu Arcada
teo.hyrske@arcada.fi

Axel Orrström
Valmennuspäällikkö
Pallo-Pojat Juniorit ry
akke@ppj.fi

Katri Ruutu
Liikuntatieteiden lehtori
Ammattikorkeakoulu Arcada
katri.ruutu@arcada.fi