

Kampladelse i fotball – En analyse av elitetrenerens opplevelse og håndtering av kampforberedelse, gjennomføring og etterarbeid

Espen Eik Jakobsen, Juni 2015

Universitet i Stavanger





Universitetet
i Stavanger

DET HUMANISTISKE FAKULTET

MASTEROPPGAVE

Studieprogram: Master i utdanningsvitenskap profil i idrett/kroppsøving	Vårsemesteret, 2015 Åpen
Forfatter: Espen Eik Jakobsen (signatur forfatter)
Veileder: Rune Giske	
Tittel på masteroppgaven: Kampladelse i fotball – <i>En analyse av elitetreneres opplevelse og håndtering av kampforberedelse, gjennomføring og etterarbeid</i>	
Engelsk tittel: Management in football - A analyzes of elite coaches experience and handling of match preparation, implementation and evaluation	
Emneord: "Performance coaching", coaching-prosessen, kampladelse, forberedelse, gjennomføring, evaluering, stress, stressfaktorer, trenerstil	Antall ord: 31999 + vedlegg/annet: 34257 Stavanger, 11. juni 2015 dato/år

Forord

Først og fremst må jeg få takke veilederen min Rune Giske for gode og faglige diskusjoner og kyndig veiledning.

Jeg vil også takke trenerne som tok seg tid midt under oppkjøringen til en ny sesong til gjennomføring av intervju. Dere bidro med store mengder datamaterialet som er med på å realisere denne oppgaven.

Mastergjengen oppe på datarommet i Hagbard Line Hus. Takk for samarbeidet og for alle fine stundene sammen i kantinen opp igjennom årene.

Søstrene mine fortjener også en stor takk. Hege for alltid å ha en klart opprett seng og middag når ”lillebror” har pendlet de siste årene, og Stine som alltid stiller opp med korrekturlesing og veiledning.

Mamma, takk for fantastisk støtte i alle valg. Dine verdier og ditt pågangsmot gjør meg inspirert. Tusen takk.

Sist, men ikke minst Silje, takk for den tålmodigheten du har vist i en travel hverdag. Din solide optimisme og støtte kunne jeg ikke vært foruten.

Juni 2015
Skudeneshavn

Espen Eik Jakobsen

Sammendrag

Oppgavens hensikt var å utarbeide en empirisk analyse av hvordan trenere på elitenivå innen norsk toppfotball opplevde og håndterte forberedelse, gjennomføring og evaluering av en fotballkamp.

Det teoretiske rammeverket består av faglitteratur som beskriver ”performance coaching” tilknyttet elitetreneres kampløp, samt forskning som belyser hvordan stress og press påvirker emosjonene til elitetrenere.

Den metodiske tilnærmingen som er benyttet er kvalitativ metode, med dybdeintervju som verktøy. Utvalget bestod av fire elitetrenere i norsk toppfotball.

Resultatene viser at elitetrenere påvirkes av ulike emosjoner under forberedelsen, gjennomføringen og etterarbeidet av fotballkamp, der flere stressfaktorer påvirker disse. Elitetrenerne rapporterte bruk av mentale teknikker for emosjonsregulering under kampforberedelsen. Den taktiske forberedelsen til trenerne bar preg av systematiske rutiner knyttet til videoanalyse av motstanderlag, og egne taktiske beslutninger i forhold til kampstrategi på treningsfeltet. Under kampgjennomføringen rapporterte trenerne at analyse og engasjement preget deres trenerstil. Involvering av assistenttrener og spillere i beslutningsprosessene i pausen viste ulikhet av trenernes utnyttelse. I forhold til kampevalueringen, opplevde trenerne press fra klubbens organisasjon. Den taktiske evalueringen foregikk direkte etter kampslutt, der videoanalyse av kampgjennomføringen ble benyttet av trenerne. Analysen ble presentert for spillerne ved bruk av video eller ved taktikktavle, der trenerne gav taktiske instruksjoner til spillerne.

Nøkkelord: Performance coaching, coaching-prosessen, kampløp, kampforberedelse, kampgjennomføring, kampevaluering, stress, stressfaktorer, trenerstil

Innholdsfortegnelse

Forord	III
Sammendrag	IV
Innholdsfortegnelse	V
1.0 Innledning	1
1.1 Problemområdet	3
2.0 Teoretisk rammeverk	4
2.1 ”Performance coaching” vs. ”Participation coaching”	4
2.2 Modeller for Trenerrollen	5
2.2.1 ”Coaching process model” (CM)	5
2.2.2 Flerdimensjonale modell for lederskap i idretten og ”Leadership scale of sport”	7
2.3 Trenerstil	9
2.4 Treneres valgtaking	9
2.5 Stress	11
2.5.1 Tidligere forskning; Stressfaktorer knyttet til toppidrettstrenerne	11
2.5.2 Mestringsstrategier	14
2.6 Tidligere forskning: Trenerens kampløp	16
2.7 Annen relevant litteratur	21
3.0 Metode – metodiske overveielser	23
3.1 Kvalitativ Metode	23
3.1.1 Kvalitative intervju	23
3.2 Utvalg	24
3.3 Validitet og Reliabilitet	25
3.4 Utforming av intervjuguide	26
3.5 Gjennomføring av intervju	27
3.6 Etske overveielser	28
3.6.1 Prinsippet om informert samtykke	29
3.6.2 Prinsippet om konfidensialitet	30
3.6.3 Konsekvenser av deltakelse i forskningsprosjektet	30
3.7 Analyse	31
3.8 Presentasjon av data	32
4.0 Resultat og drøfting	33
4.1 Kampforberedelse	33
4.1.1 Emosjoner	34

4.1.2 Taktisk/Kognitivt	39
4.2 Kampgjennomføring	50
4.2.1 Emosjoner	50
4.2.2 Taktisk/Kognitiv	57
4.3 Etterarbeid	64
4.3.1 Emosjoner	64
4.3.2 Taktisk/Kognitivt	69
5.0 Konklusjon	76
5.1 Begrensninger	77
5.2 Videre forskning	77
6.0 Litteraturliste	79
Vedlegg	85

1.0 Innledning

Tidligere undersøkelser belyser en treners sentrale rolle for utvikling av gode prestasjoner og resultater for utøvere (Thelwell, Weston, Greenlees & Hutchings, 2008b). Jeg føyer meg i rekken av de som mener at trenere har denne sentrale rollen, og snevrer videre inn på trenerrollen innenfor fotball på elitenivå. Trenerfunksjonen for en fotballtrener på norsk elitenivå består som oftest av lederansvar for gjennomføring av både trening og kamp. ”Trener”-begrepet skal ses i lys av det mer universelle ”Coach”-begrepet, og disse ordene vil bli brukt som synonymer videre i denne masteroppgaven.¹ Begrepet Coach stammer fra det 15. Århundre i Ungarn, der ordet betyr hestevogn. ”Coachen” skulle ha ansvaret for omsorgen og stellet av hesten (Stelter, 2002). Begrepet ble først brukt i England om lærere, hvor deres oppgave var å være moralske veivisere og medhjelpere for å utvikle dannelse, høy etisk standard og fair play i skolene i landet (Høigaard, 2009). Ifølge Høigaard (2009) kom begrepet til Norge via det anglosaksiske skolevesenet, og har fra idretten i USA kommet inn i den norske idrettsterminologien. Isberg (1997) beskriver ”Coach” som et engelsk ord som kan brukes om trenere eller lagledere. Det er med utgangspunkt i begrepet ”Coach” sin historie og i Isbergs definisjon av begrepet at jeg i det videre skal bruke ordet i samsvar med en hovedtrener innenfor norsk elitefotball.

Faglitteraturen omtaler trenerrollen på elitenivå som en stor og kompleks rolle (Isberg, 1997, 2001; Thelwell, et al., 2008a). Crust og Lawrence (2006) beskriver at det å være trener er et stressende og turbulent yrke, der treneren ender opp med å bli holdt ansvarlig for resultatene offentlig. Dette kan vi for eksempel se innenfor de ulike nivåene i de profesjonelle ligaene i engelsk fotball, der 2004/2005-sesongen viste at mer enn halvparten av managerne ble sparket i løpet av sesongen, eller kort tid etter sesongen (Crust og Lawrence, 2006). I forbindelse med kampene som spilles, er det også flere andre oppgaver som skal gjøres forutenom å spille selve kampen. I forkant av kamper på elitenivå, må laget gjennom ulike sentrale forberedelser som skal være med for å styrke inngangen mot kampen som skal spilles. Deretter følger selve kampledelsen under kampen, hvor hovedtreneren har hovedansvaret for hvordan spillernes

¹ Begrepene ”trener” og ”coach” brukes om hverandre og om det samme. Leseren vil kunne gå ut ifra dette ved videre gjennomlesing av masteroppgaven.

prestasjoner og resultater blir gjennomført. Videre følger etterarbeid og evaluering av det som har blitt prestert under selve kampen, dette for å kunne kartlegge hva som fungerte og hva som ikke fungerte i kampen laget spilte. Alt dette er det hovedtreneren som i størst grad har ansvaret for at blir gjennomført (Isberg, 1997, 2001; Wiström, 1990). Som vi ser, er trenerrollen på elitenivå i norsk fotball en kompleks rolle som forenklet kan sies å kreve en god del forarbeid mot kampen som skal spilles, et våkent øye under selve kampen, og etterarbeid og evaluering etter kampen. Med forenklet menes det at flere faktorer spiller inn i trenerrollen enn de ytre konkrete arbeidsoppgavene. Det gjenstår i det videre å undersøke disse ulike faktorene som gjør en trener til en god trener innenfor fotball på elitenivå i Norge.

Coaching-begrepet er ifølge Jones og Wallace (2006) noe som krever målsetting, balanse mellom ansvar og frihet, bestemmelse og fordeling av oppgaver, innsats og utbytte. Ifølge Sabock (1985) er det vesentlig for en trener at han eller hun står for sine egne menneskelige kvaliteter i stedet for å imitere andre. Dette handler om å ha egen innsikt og å kunne sette den inn i en filosofi for hvordan coaching skal gjennomføres. Samtidig er det viktig at trenere har velargumenterte og veltenkte forklaringer på handlingene sine overfor utøverne ved å vise interesse for individets utvikling, samt det å arbeide hardt for individet, er en viktig faktor for trenerne. Dette vil gi bedre status blant spillerne, samtidig som treneren vil bli mer respektert i spillergruppen (Sabock, 1985).

Som fotballspiller og fotballtrener de siste årene, er trenerrollen noe som har gjort meg nysgjerrig på og interessert i å utforske dette nærmere. Spesielt interessant blir det å se på hvordan trenerrollen utføres på elitenivå innenfor norsk toppfotball. Det å være trener på et høyt nivå, er en kompleks rolle med et stadig skiftende miljø som pålegger mye stress på treneren (Fletcher & Scott, 2009). Mye av det samme kan vi også si om det å være hovedtrener på det høyeste nivået i norsk toppfotball. En hovedtrener på elitenivå i norsk fotball er utsatt for en enorm medieoppmerksomhet og mediedekning over hele landet. Samtidig som at treneren skal være tilgjengelige for medieeksponering av sine respektive klubber, har de også det tyngste sportslige ansvaret for å oppnå resultater som både organisasjonen, sponsorer, andre støttespillere og ikke minst at tilhengerne er fornøyde med. Lyle (2002) skriver at man skiller mellom to typer coaching: ”performance coaching” og ”participation coaching.” Disse begrepene blir belyst videre i teorikapittelet.

1.1 Problemområdet

Intensjonen med denne undersøkelsen er å utarbeide en empirisk analyse av hvordan trenere på elitenivå innen norsk toppfotball opplever forberedelse, gjennomføring og evaluering av en fotballkamp i form av emosjoner², samt på et taktisk/kognitivt nivå. Det skal i denne oppgaven gjøres en nærmere analyse av hvilke opplevelser de ulike trenerne gjør seg med trenerrollens tilknytting til fotballkamp, og hvordan forberedelsen, gjennomføringen og etterarbeidet påvirkes av emosjonene til treneren.

For å enklere kunne finne frem til en løsning på denne problemstillingen, ønsker jeg også å tilføye tre forskningsspørsmål. Disse er: (1) Hvordan opplever og håndterer elitetrener kampforberedelse? (2) Hvordan opplever og håndterer elitetrener kampgjennomføring? (3) Hvordan opplever og håndterer elitetrener kampevaluering?

² Begrepet ”emosjon” blir definert som biologiske reaksjoner som koordinerer responser til muligheter eller utfordringer, der sinne, glede, tristhet, avsky og frykt blir betegnet som grunnemosjoner. Ulike emosjoner kan tenkes å passe til ulike tilpasningsutfordringer (Gross og Muñoz, 1995).

2.0 Teoretisk rammeverk

For en masteroppgaven som konsentrerer seg om fotballidretten, ville det være *forventet* å kun gjengi fotballrelatert teori for å besvare problemstillingen og de ulike forskningsspørsmålene som jobber opp mot denne problemstillingen. Men siden jeg mener at fotballen ikke har monopol på ulike emosjoner og taktisk/kognitive egenskaper, velger jeg å ta med annen relevant litteratur – som i stor grad også omhandler andre eliteidretter. Grunnen er selvfølgelig at jeg ønsker å utvide vår kjennskap til disse emosjonene og egenskapene både uavhengig av fotballidretten og avhengig av denne. I det videre ønsker jeg derfor å belyse ulike elementer og faktorer som til slutt vil danne et bedre grunnlag for min undersøkelse senere i denne oppgaven.

2.1 "Performance coaching" vs. "Participation coaching"

Ifølge Lyle (2002) blir coaching i all hovedsak beskrevet som to ulike prosesser. Man skiller hovedsakelig mellom "participation coaching" og "performance coaching". Ved "Performance coaching", og særlig trenere som driver "High performance coaching" med toppidrettsutøvere, vil arbeidet være annerledes enn trenere som arbeider med "participation coaching". "Performance coaching" karakteriseres i større grad av forpliktelse, trener/utøver relasjon, planlegging, overvåking, beslutningstaking, og ledelsesferdigheter for å tilrettelegge for sterkere prestasjoner av utøverne (Lyle, 2002). "Participation coaching" handler om introduksjon av idretten til utøverne. I denne prosessen skal treneren gå gjennom de grunnleggende ferdighetene i idretten, der det ikke i like stor grad blir knyttet forventninger til utøverne, men heller med fokus på positive følelsesmessige utfall, som økt kompetanse og glede. Unge og talentfulle utøvere vil ofte gå raskere igjennom dette stadiet enn utøvere som ikke er like talentfulle (ibid.). I forhold til trenere som arbeider med toppidrettsutøvere ("high performance"), holdes trenerne ofte ansvarlig for resultatene som utøverne presterer. Selv om en trener ikke alltid kan kontrollere eksterne faktorer som for eksempel skader/sykdom eller uerfarne spillere som kan ha påvirkning utfallet av konkurransen. I denne oppgaven vil jeg komme innom respondenter som på mange måter kan sammenlignes med "high performance," siden de i større grad har arbeidet eller arbeider med elitespillere innenfor norsk toppfotball (ibid.).

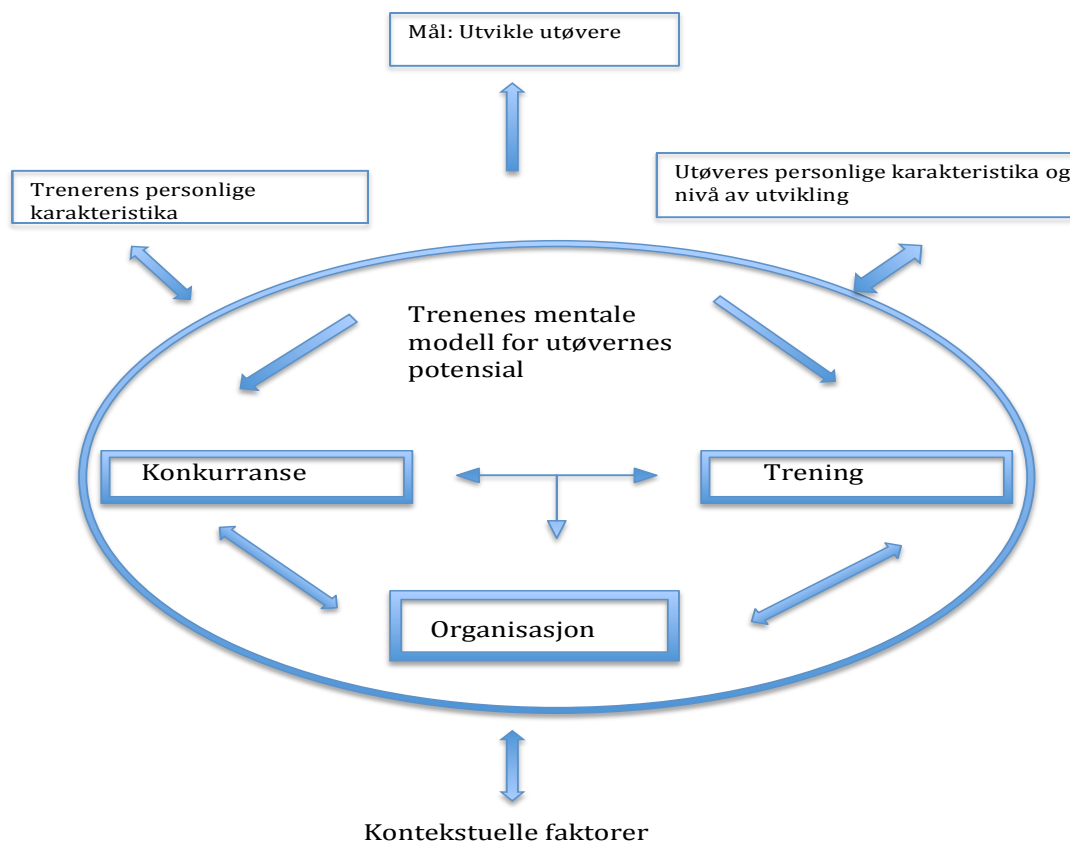
2.2 Modeller for Trenerrollen

2.2.1 "Coaching process model" (CM)

Côté, et al. (1995) utarbeidet modellen "The coaching model"³ etter en studie basert på erfaringer, meninger og ekspertise fra dybdeintervjuer med turntrenere, der dataen fra intervjuene dannet grunnlaget for modellen. Komponentene i CM beskriver og definerer trenerens arbeid ut fra trenerens perspektiver. De tre sentrale komponentene er; konkurranse, trening og organisasjon, som videre blir definert som coaching prosess. Tre sentrale variabler påvirker dessuten trenerprosessen. Disse er: (1) trenerens personlig karakteristika, (2) utøvernes personlige karakteristika, og nivå av utvikling og (3) kontekstuelle faktorer. Disse er også beskrevet som perifere komponenter, der det i tillegg er det endelige mål og trenerens mentale modell for utøvers potensial som er to andre faktorer som fullfører modellen (Côté, et al., 1995).

Styrkene til CM er, ifølge Lyle (2002) at informasjonen blir hentet fra empirisk data som forklarer trenerpraksis på en god og autentisk måte. Samtidig finnes det også begrensninger med denne modellen. Begrensningene Lyle (2002) tar opp er at modellen ikke er en innlysende prosessmodell med sine utilstrekkelige detaljer, at modellen ikke er aktuell eller overførbar i praksis, og at det kun er faktorene som undersøkes snarere enn relasjonen mellom disse faktorene. Dynamikken i prosessen blir altså ikke undersøkt grundig i forhold til blant annet emosjonene og de mellommenneskelige dimensjonene. Faktorer i modellen blir snarere beskrevet enn hva forholdene mellom dem blir, og det er ikke tilstrekkelig skille mellom trenere og hvordan modellen skal kunne analysere dette i praksis på (Lyle, 2002). Siden modellen er basert på en individuell idrett som turn, kan det være utfordrende å generalisere og sammenligne dette med rollen som fotballtrener for lagidrett. Overføringsverdien fra turn til fotball blir problematisk. Samtidig antydes det at modellen har en generell anvendbarhet, men den bør tilpasses til den aktuelle konteksten (Côté, Trudel & Salmela, 1993).

³ Heretter kalt for CM.



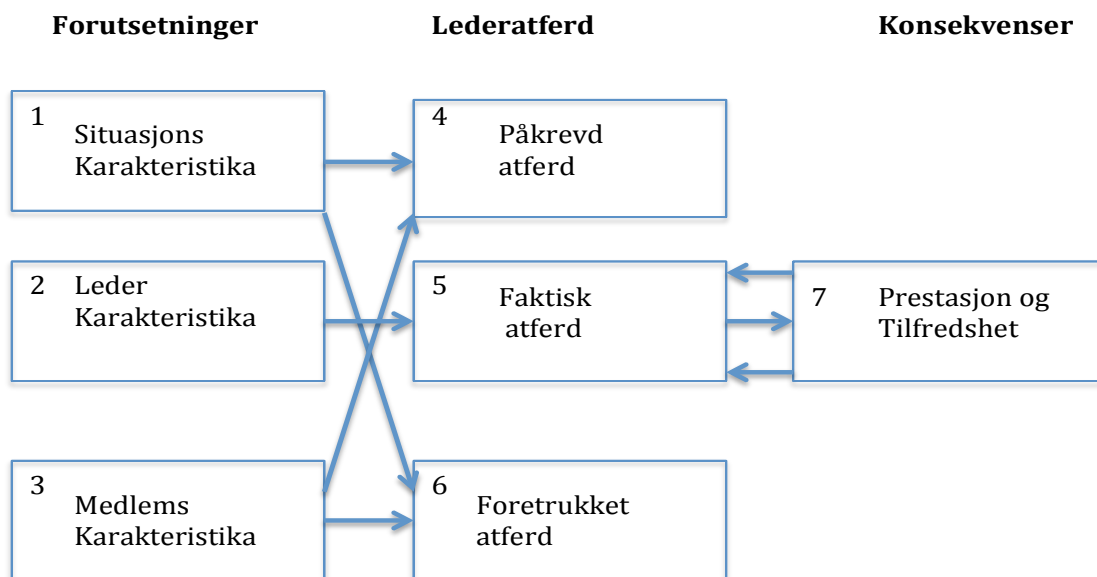
Figur 1. Côté, et al. (1995) ”Coaching process model”, modifisert

Rouse og Morris (1986) beskriver at felles mentale modeller blir brukt av mennesker for å strukturere kunnskap som gir individet meningsfulle mønstre som blir memorert. Giske, Rodahl og Høigaard (2015) hevder at det er blitt gjort lite idrettsvitenskapelig forskning på hvordan felles mentale modeller er utviklet for elitelag innen ballidretter, og spesielt hvordan kognitive faktorer av enkeltspillere koordineres sammen. Giske, et al. (2015) ser på hvordan felles mentale modeller blir testet ut, etablert og videreutviklet på elitenivå innen lagidretter. 231 idrettsutøvere (155 ishockeyspillere og 76 håndballspillere) deltok i denne undersøkelsen. Resultatene viser at felles mentale modeller forekommer innenfor lagene til deltakerne. Trenerne gjennomfører flere ulike pedagogiske tilnærminger for å etablere og videreutvikle egen felles mentale modell og en motstanderspesifikk felles mental modell. Det er positiv sammenheng mellom rolleklarhet og felles mentale modeller. Derfor ville det vært et interessant perspektiv å studere hvordan felles mentale modeller kunne utviklet seg i forbindelse med nyere forskning i forhold til hvordan en elitetrener i fotball utvikler dette i

sammenheng med laget. Samtidig ville det vært interessant å se på dette knyttet opp mot forberedelsen, gjennomføringen og evalueringen av en fotballkamp på elitenivå.

2.2.2 Flerdimensjonale modell for lederskap i idretten og "Leadership scale of sport"

Chelladurai (1990) utviklet en flerdimensjonal modell for lederskap for å fremheve kompleksiteten på de ulike nivåene for lederskap. Modellen er også nyttig for å kunne skape en ramme rundt identifisering og spesialisering av effektiv lederskapsatferd i ulike idrettslige situasjoner. Ifølge Chelladurai (1990) vil gruppeprestasjon og medlemmenes tilfredsstillelse bli ansett for å være en funksjon av samsvar mellom tre ulike lederatferdskarakteristika; det som er påkrevd, det som er foretrukket og det som er det faktiske. Forløperne til disse tre stadiene av lederatferd er karakteristikaene av; situasjonen, lederen og medlemmene.



Figur 2. Chelladurai (1990) flerdimensjonal modell for lederskap, modifisert

Påkrevd treneratferd

Det er nødvendig at lederen oppfører seg i bestemte retninger i forhold til kravene og begrensningene av situasjonskarakteristika, og i forhold til organisasjon og miljø. Dette kan både være i forhold til målsetningen innad i laget og den formelle organisasjonsstrukturen for laget og høyere system, sosiale normer, kulturelle verdier og statlige reguleringer. Disse faktorene påvirker lederatferden enten direkte eller indirekte (Isberg, 2001).

Treneratferd foretrukket av medlemmene

Medlemmenes foretrukne lederatferd er en stor funksjon av individuell karakteristikk for medlemmene i gruppen. Isberg (2001) beskriver at spillere og trenere sosialiseres i et mønster for å løse ulike oppgaver. Denne sosialiseringen gjør at spillere som har vært i en klubb over lengre tid, delvis vil bli sosialisert til mønsteret som er der, og er derfor mer påvirket av dette enn det nye spillere er. Personlige variabler vil i like stor grad som trengselen for prestasjon, trengsel for tilhørighet, kognitive struktur og kompetanse i en oppgaven, påvirke medlemmenes preferanser for coaching, veiledning, sosialt støtte og tilbakemeldinger. Samtidig påvirker situasjonskarakteristikaene også medlemmenes preferanser (Chelladurai, 1990; Isberg, 2001).

Den faktiske treneratferden

Den faktiske treneratferden blir beskrevet av Isberg (2001) som at den foretrukne lederatferden påvirkes av trenerens personlighet, spillernes forventninger og klubbens foreskrevne mønster. Derfor er det viktig i det foretrukke mønsteret at trenerens evne til å utnytte

Chelladurai (1990) slår fast at effektiv ledelse er en dynamisk prosess som er basert på en kompleks serie av interaksjoner mellom leder og utøvere, samt de ulike situasjonskarakteristikaene. Modellen antyder at for å utvikle positive resultater som er prestasjon og tilfredshet, må det være samsvar mellom den påkrevde treneratferden, medlemmenes foretrekkende atferden, og den faktiske treneratferden og det som kreves fra de situasjonene treneren møter. I denne undersøkelsen skal jeg derfor se på hvordan lederkarakteristikken (Boks 2) og Situasjons karakteristikken (Boks 3) kreves for å nå den prestasjonen og tilfredsheten som kreves for en trener i en norsk eliteklubb.

”Leadership scale of Sport”

I forbindelse med utarbeidelsen av den flerdimensjonale lederskapsmodellen har Chelladurai og Saleh (1980) utviklet ”Leadership of scale og Sport” (LSS). LSS⁴ har ifølge Enoksen,

⁴ Heretter kalt LSS

Johansen, Hageskog, Christensen og Høigaard (2014) blitt nyttet for å undersøke treneres oppfatning av egen lederatferd. LSS dekker fem ulike dimensjoner av atferd. Disse dimensjonene er: (1) opplæring og instruksjon atferd, (2) sosial støtte, (3) positive tilbakemeldinger, (4) demokratisk atferd og (5) autokratisk atferd. Tidligere forskning belyser at foretrukket treneratferd er forbundet med dimensjoner som opplæring, instruksjoner og positiv feedback, samt at atferden er korrelert med utøverens tilfredshet (Enoksen, et al., 2014; Høigaard, Jones & Peters, 2008).

Både i den flerdimensjonale lederskapsmodellen og i LSS, blir det ikke eksplisitt fokusert på de emosjonelle båndene mellom trener og utøver, men studiene belyser, ifølge Enoksen, et al. (2014) at mellommenneskelig forhold som emosjoner, tanker og atferd mellom trener og utøver er forbundet med hverandre.

2.3 Trenerstil

”Coaching style” eller trenerstil som er det uttrykket som vil bli brukt i denne oppgaven, kan ifølge Lyle (2002) ses i sammenheng med distinktive aggregering av atferder som kategoriserer trenerpraksis. Autoritær, autokratisk, demokratisk og personsentrert er vilkår som kan ses i sammenheng med de ulike trenerstilene. Trenerstil er en nyttig mekanisme for å beskrive og analysere trenerpraksis, samtidig kan det være en overfladisk måte å karikere de mest åpenbare elementene av trenerens atferdsmønstre på. Et sentralt spørsmål i forbindelse med dette, er om man kan konkludere med at trenerstilen er en relativ stabil gruppe av atferd, eller om det er en forbigående tilnærming som endres ved situasjonenes krav. Martens (2012) beskriver at det er kontinuum blant trenerstiler, der trenerne vil variere fra de ulike ytterpunktene.

Isberg (2001) la frem i sin studie av fremgangsrike fotballtrenere på toppinternasjonalt nivå, at det finnes felles kjennetegn mellom de ulike trenerne og deres stiler. Kjennetegnene som Isberg (2001) erkjente, var faktorer som gikk på egenskaper, kunnskaper og ferdigheter.

2.4 Treneres valgtaking

Claxton (1998) beskriver at intuisjon ikke har bevisste nevralt sammenhenger. Intuisjon er en del av intelligensen, men som ikke er bevisst. Ordet intuisjon brukes ofte for å beskrive trenernes handlinger. Dette betyr at en trener implisitt tyr til uforklarlig kognitiv prosess, der

treneren ikke har en reflektert tilnærming til beslutningen som blir tatt. Det kan være flere tilfeller med ulike problemer på banen, der treneren som en siste utvei kan velge en løsning som ikke har noen prinsipiell basis. De fleste intuitive handlingene beskrives dessuten som kognitive snarveier (Lyle, 2002). En god del av trenerens beslutningsprosesser er langsomme og bevisste. Dette kan ses i sammenheng med forberedelser og planlegging av beslutningene, samt tildeling av resursene som trenerne må forholde seg til. Samtidig er det, ifølge Lyle (2002) åpenbart ved disse forklaringene av intuisjon at det er basert på erfaring og god kunnskap. Beslutningene som tas er avhengig av naturen for problemet og foreslå et kontinuum av erfaring og kunnskap for å fatte avgjørelsene, i stedet for at det skiller en skarp todeling mellom de (Lyle, 2002).

Det er allmenn kjent at trenere har en sentral påvirkning på ytelsen til utøvere og lag, men det som er mindre klart er i hvilket omfang dette gjenspeiler seg i (Thelwell, et al., 2008b). Elitetrenere må ta mange vanskelige valg og avgjørelser som for eksempel selektering, taktikk, spillestil og andre utøver/lagproblemer. Samtidig må treneren også ivareta sin egen mentale og emosjonelle tilstand. (Isberg, 1997, 2001; Johansson, 2010; Lyle, 2002) Ifølge Bowes og Jones (2006) er treneren ofte den personen utøvere søker råd, veiledning og støtte fra når de opplever motgang, spesielt inn mot konkurransesituasjoner. Ifølge Thelwell, et al. (2008b) vil det være klart at trenerrollen har påvirkning på de tekniske, fysiske-, koordinasjons-, og psykologiske utfordringene til utøverne. Det som ikke er så klart er i hvilken grad dette er. Men i forhold til det emosjonelle aspektet ved å være trener, vil det være avgjørende at en kjenner til sitt eget følelsesregister, og hvordan dette påvirkes ved ulike situasjoner. Spesielt blir det, i forhold til ”performance coaching” som karakteriserer elitetrenere gjennom en dynamisk prosess, avgjørende å etablere tillit med deres mange relasjoner som: Trener-utøver, trener-ledelse, trener-assistenttrener og trener-støtteapparat. Samtidig må trenere dessuten også forholde seg til andre faktorer som media og supportere. Følelser og emosjoner påvirker kvaliteten på disse mellommenneskelige relasjonene, samtidig som treneren leder ”coaching”-prosessen for å skape sportslige resultater (Chan & Mallett, 2011; Lyle, 2002). Chan og Mallett (2011) beskriver emosjonell intelligens om personers evne til å konstruere effektivt samspillet mellom emosjoner og kognisjon. For å trekke dette inn til idretten, kan det være trenere som klarer å finne den riktige fremtoningen for få ut sitt eget og spillernes potensial ut fra gitte situasjoner. Derfor vil det være nyttig å se på hvilke faktorer som predikere stressemosjoner, som påvirker emosjonene for elitetrenere.

2.5 Stress

Stress blir ifølge Lazarus og Folkman (1984) definert som en ubalanse mellom det som oppfattes som et krav i en situasjon og en persons ressurser. Fletcher, Hanton, Mellalieu, Hanton og Mellalieu (2008) beskriver at stress er representert i alle prosesser som omfatter stressfaktorer, belastninger, vurderinger og mestringsrespons. Stressfaktorer blir definert som de miljømessige kravene eller stimuli som oppdages av et individ (Fletcher, et al., 2008).

Man skiller mellom to typer stress: negativt stress og positivt stress. Lazarus, Folkman og Visby (2006) hevder at negativt stress er den destruktive formen for stress, og at den kommer til uttrykk i form av sinne og aggresjon, som kan være helseskadelig. Positiv stress er konstruktiv stress som kommer i forbindelse med følelser. Denne positive formen for stress kommer til uttrykk ved følelser som man forbinder med empatisk bekymring i forhold til andre, og blir omtalt som nyttig for samfunnet (Lazarus, et al., 2006).

2.5.1 Tidligere forskning; Stressfaktorer knyttet til toppidrettstrenerne

Det har vært noe fokus på stress knyttet til trenerrollen, men det som primært har opptatt den tidligere vitenskapelige forskningen, har imidlertid vært mer fremtredende elementer som trenernes atferd og egenskaper (Gilbert, 2002). Forskning har belyst at trenere blir utsatt for stress i forhold til jobben sin, noe som påvirker deres fysiske og psykiske velvære (Frey, 2007).

Gould, Guinan, Greenleaf og Chung (2002) gjorde en surveystudie som omhandlet 46 amerikanske trenere som deltok under Atlanta OL (1996) og 19 amerikanske trenere som deltok under Nagano OL (1998). Undersøkelsen tok for seg de variablene trenerne antok som gunstige for utøvernes prestasjoner under de olympiske leker i Atlanta (1996) og Nagano (1998). Gould, et al. (2002) peker på viktigheten av en god kohesjon som viktig for gode prestasjoner. Distraksjonsplaner og opprettholdelse av ro vil også være gunstig for utøvernes prestasjoner. Dette gjenspeiler viktigheten av at trenere må kunne hjelpe utøverne med å mestre mulige distraksjoner som kan ha negativ påvirkning på prestasjonen. Samtidig rapporterte trenerne viktigheten av høy selvtillit blant utøverne i forbindelse med konkurranse i forhold til vanskelige beslutningsvalg som selektering og utforming av taktikk, og at dette påvirket den mentale tilstanden til treneren. Olympiske utøvere har tidligere påpekt at

trenerens evne til å håndtere press er en stressfaktor for spillerne – om trenerne ikke håndterer dette på riktig måte (Gould, Guinan, Greenleaf & Chung, 1999). Derfor vil det være viktig at trenerne også klarer å se på seg selv som om de var utøvere (Gould, et al., 2002).

Thelwell, Weston, Greenlees og Hutchings (2008b) hevder i sin studie at det primært er stressfaktorer fra utøverne og organisasjonen som er fremtredende for elitetrenerne. Disse gjorde en undersøkelse der hensikten var å se på hvilke stressfaktorer som blir forbundet med elitetrenerne. Etter intervjuene med 11 elitetrenerne, ble det gjengitt 182 stressfaktorer. Disse ble plassert i 34 kategorier før de videre ble delt inn i seks ulike dimensjoner av stressfaktorer som kan påvirke elitetrenerne. De seks dimensjonene er som følgende av Thelwell, et al., (2008b):

1. Prestasjonsrelatert – utøver (trenerens evne, treningsprestasjon, konkurranseforberedelser, konkurranseprestasjon og skader). Disse stressfaktorer knyttes til utøvernes prestasjoner.
2. Prestasjonsrelatert – trener (trening, konkurranseforberedelser, konkurranseproblemer, press, motstandere og støtteapparat). Disse stressfaktorene knyttes til trenerens erfaringer med deres egne prestasjoner som trenere.
3. Organisasjonsmiljø (treningsmiljø, konkurransemiljø, økonomi, stabilitet, selektering, reise, sikkerhet og administrasjon). Disse stressfaktorene knyttes til trenerens erfaringer med organisasjonsmiljøet i forhold til deres arbeidsmetoder.
4. Organisasjon – lederskap (organisasjon, andre trenere og utøvere). Disse stressfaktorene knyttes til trenerens erfaringer fra organisasjonen i forhold til deres lederskap.
5. Organisasjon – personlig (privatliv, sosialt liv, og kontraktsforhold). Disse stressfaktorene knyttes til trenerens erfaringer med organisasjon i forhold til de private forhold.

6. Organisasjon – lag (lagatmosfære - utøvere, lagatmosfære - støtteapparat, roller, kommunikasjon, og diverse). Disse stressfaktorene knyttes til trenerens erfaringer med laget.

Ut fra denne studien, ble omtrent 50 prosent av stressfaktorene registrert fra prestasjonene knyttet til utøverne. Selv må utøverne være klar over hvilke stressfaktorer som påvirker treneren, og hvilket miljø trenerne arbeider i, for at utøverne skal kunne identifisere den hensiktsmessig atferden i miljøet (Thelwell, et al., 2008b).

Levy, Nicholls, Marchant og Polman (2009) har gjort en longitudinellstudie, der målet var å undersøke hvordan en elitetrener opplevde og identifiserte organisasjonsstress, samt å undersøke hvilke mestringsstrategier som ble brukt for å hankses med disse. Det endelige målet var å undersøke subjektive vurderinger av mestrings effektivitet for trenere på elitenivå. Deltakeren måtte loggføre i en dagbok over en periode på 28 dager. Det ble rapportert 66 organisatoriske stressfaktorer og 70 mestringsstrategier. Av de organisatoriske stressfaktorene var det administrasjonsrelaterte problemer som hyppigst ble rapportert. Også overbelastning, konkurransemiljø, laget og lagatmosfæren var andre organisatoriske stressfaktorer som ble hyppig rapportert. Det ble foreslått mestringsstrategier som treneren nyttet, hvor kommunikasjon ble det hyppigst rapporterte problemet. Også i henhold til forberedelse, planlegging, sosial støtte og indre dialog, var dette noe som en kunne arbeide med for å forebygge stressfaktorene.

Olusoga, Butt, Hays og Maynard (2009) har nærmere undersøkt hvordan stress påvirker verdensklasse elitetrenere. 12 verdensklassetrenere ble ved kvalitative intervju, intervjuet. Blant respondentene var seks av respondentene mannlige og seks var kvinnelige. Funnene fra studien ble kategorisert i disse 10 høyere ordende temaene; konflikt, press og forventning, leder under konkurranse, utøverbekymringer, trenerens ansvar for utøverne, idrettens status, konkurranseforberedelse, organisatorisk ledelse, personlig tid og isolasjon. Forskerne beskriver at trenere på høyt internasjonalt nivå opplever et bredt spekter av stressfaktorer knyttet til sin stilling, både ved organisatoriske- og konkurransedyktige opprinnelser. Stressfaktorer som direkte knyttes til utøverne, har i den tidligere forskningen blitt beskrevet som en stressfaktor som påvirker trenerne i stor grad, noe som også kommer frem i denne studien. Utøvernes atferd, som for eksempel mangel på motivasjon og engasjement eller dårlige treninger, er stressfaktorer som påvirker trenerne. Samtidig rapporterte trenerne også

at å kunne administrere utøvernes psykiske behov (for eksempel arbeide med utøvere som selv opplever stress) også var en faktor som påvirket dem. Konflikt innad i organisasjonen ble også rapportert, samt mangel på tillit fra ledelse, spenninger og viktige beslutninger som blir tatt var også påvirket trenerne. Fem av informantene i denne studien registrerte at de opplevde stress ved å være i en isolert rolle, noe som kan komme av mangel på samhold i organisasjonen rundt laget. Flere av trenerne opplevde rollekonflikt som belastende ved flere ulike aspekter, og kontroll over laget og deler av organisasjonen. Samtidig kunne alle trenerne i denne studien identifisere seg med stressfaktorer knyttet opp mot konkurransemiljø og de aspektene rundt det.

Året etter gjorde Olusoga, Butt, Maynard og Hays (2010) en studie med de samme informantene, der de konkluderte med at trenerne kunne oppleve symptomer som utbrenthet og andre fysiske og psykiske reaksjoner som også hadde sin påvirkning på det sosiale livet utenfor idretten. Samtidig rapporterte trenerne at deres reaksjoner på stress enten hadde direkte eller indirekte påvirkning på utøverne de trente. Funnene fra Olusoga, et al. (2010) antyder at elitetrenerne som er utsatt for stress, bør arbeide sammen med idrettspsykologer/mentaltrenerne for å få hjelp til å utvikle strategier og ferdigheter for å kunne takle kravene i toppidretten. Endringer i trenernes atferd i stressende perioder er også potensielle kilder til belastning for utøverne (Olusoga, et al., 2010). Pensgaard og Ursin (1998) hevder på sin side at stressfaktorer knyttet til utøvere har sammenheng med trenerne. For å få bukt med stress som påvirker i negativ forstand, er det imidlertid viktig å se på ulike mestringsstrategier. Disse skal beskrives i det videre.

2.5.2 Mestringsstrategier

Ifølge Lazarus, et al. (2006) har mestring to hovedfunksjoner. Disse er problemfokuserert funksjon og følelsesfokuserert funksjon. Ved problemfokuserende funksjonen tilegner personen seg informasjon om hva som er utfordringen, hva som må gjøres, og deretter foreta handling. Disse mestringshandlingene kan rette seg enten mot en person eller et miljø. Ved følelsesfokuserende funksjoner er det rettet mot en regulering av følelsene som knytter seg til den stressende situasjonen, som for eksempel kan være at man prøver å unngå å tenke på trusselen eller prøver å revurder den (Lazarus & Folkman, 1984; Lazarus, et al., 2006).

Orlick og Partington (1988) gjorden en studie som omhandlet 235 canadiske utøvere som hadde deltatt under de olympiske leker i Sarajevo i 1984. 75 av utøverne deltok i et kvalitativt

intervju, mens de resterende 160 utøverne svarte på kvantitative spørsmål i et spørreskjema. Studien skulle se på hvilket nivå av mental forberedelse og mental kontroll utøverne opplevde i forhold til deltakelsen i konkurransen. Konklusjonen fra studien fremla at mental forberedelse er en ekstremt viktig faktor som påvirker utøvernes prestasjon. En stor prosentdel av utøverne opplevde at de ikke fikk vist sitt fulle potensial fordi de ikke var godt nok forberedt på distraksjonene de kunne komme til å møte. Ved utøvernes mentale klargjøring, måtte de avledes fra en rekke lærte mentale ferdigheter som deretter stadig måtte praktiseres for å få utøverne til å nå sitt fulle potensial på konsistent basis.

Oppmerksomhetsfokus, kvalitet og kontroll av prestasjonsvisualisering, var de viktigste statistiske signifikante treffene til at utøverne klarte å prestere på et høyt nivå. Av de utøverne som presterte best under de olympiske lekene, beskrev de at de kjente på forpliktelsen for å prestere, og at kvalitet på trening måtte inneholde daglige målsetninger. Samtidig måtte de bruke aktiv simuleringstrening og visualisering som en del av den mentale forberedelsen inn mot konkurransene, og mente at dette ville være avgjørende for gjennomføringen. Endring av faste mønstre, sen selektering og manglende evne til å re-fokusere i møte med distraksjoner, ble sett på som de tre største forstyrrelsesfaktorene for utøverne. Orlick og Partington (1988) konkluderte også med at trenerne kunne vært mer meningsfull ved å hjelpe utøverne med mental forberedelse i forkant av store konkurranser.

Hvordan vi kan mestre stress og stressfaktorer i forhold til trenere, er som nevnt ikke utforsket tilstrekkelig. I tidsrommet 1970-2001 ble det kun gjennomført fire studier som undersøkte treneres bruk av mestringsstrategier i forhold til distraksjoner og stressfaktorer (Gilbert, 2002). Thelwell, et al. (2008a) la i sin studie frem hvordan elitetrenere kan bruke psykologiske teknikker/ferdigheter i forbindelse med deres trenergjerninger. Det ble gjennomført 13 kvalitative intervjuer med elitetrenere, der de gikk gjennom disse fire sentrale psykologiske ferdigheter; indre dialog (1), visualisering (2), avslapningsøvelser (3) og målsetning (4). Ut fra intervjuene ble det lagt frem at indre dialog og visualisering ble nyttet mer enn avkobling og målsetning. Ved å nytte indre dialog før, under og etter trening og konkurranse, kommer det frem fra studien at det er hensiktsmessig for å kontrollere trenerens følelser. I tillegg ble det rapportert at trenere bruker indre dialog for å finne sitt rette humørstemning i forkant av trening og konkurranse for å få økt tillitt blant utøverne, samt stimulere rasjonell tenkning i forhold til de ulike oppgavene de står overfor (Thelwell, et al., 2008a).

Visualisering er en mental teknikk som er kjent innenfor idrettspsykologien, hvor man kan utvikle indre bilder av situasjoner eller teknikker innenfor ulike idretter (Stelter, 2002). Ved bruk av visualisering, vil det også være gunstig i forkant, under og etter trening og konkurranse. Dette fordi visualisering kan bidra til å forutse problemer som kan oppstå under trening og konkurranse, og som på grunn av dette kan være nyttig for trenerens taktiske forberedelse inn mot den konteksten de møter på. Samtidig kan visualisering være til nytte for å legge til rette for riktig fokus, avslapning og kontrollere følelser. Det ble ikke rapportert bruk av avslapningsøvelser for trenere inn mot trening, men det ble derimot gjort funn på at det kan være gunstig for å stille inn riktig kroppsspråk, roe ned tankemønsteret for å være klar for å tenke rasjonelt, noe som også vil ha en gunstig effekt på kommunikasjon (Thelwell, et al., 2008a; Voight & Carroll, 2006). Å benytte målsetning som en psykologisk ferdighet, ble sett på som den minst viktige psykologisk ferdigheten av de trenerne som var med i studien. De som rapporterte bruk av dette, antok at det var nyttig for å øke ambisjonsnivået sitt for hver enkel trening og kamp, samtidig som det ville være til nytte for kommunikasjon og hjelpeorganisasjonen. For spillerne sin del, ble det rapportert at det kunne være gunstig for å få dem til å holde fokus på økten, om dette hadde konkrete målsetninger som de kunne strekke seg etter og nå (Thelwell, et al., 2008a).

Siden utvalget i nevnte studie var utført på idrettstrenerne fra ulike idretter, gjorde Freitas, Dias og Fonseca (2013) en videre studie av hvordan elitetrenerne innen fotball bruker disse fire mentale teknikkene. 13 elitetrenerne ble kvalitativt intervjuet mellom 60-90 minutt om bruken av mentale teknikker. Resultatene underbygger det tidligere forskning også har belyst, at indre dialog og visualisering var de mest fremtredende mentale teknikkene som var nyttet (Thelwell, et al., 2008a). Samtidig belyste intervjuene at trenerne brukte disse mentale teknikkene mer i forbindelse med forberedelse til kamp enn under selve kampen. Disse funnene belyser hvor viktig tiden før konkurranse er for å bruke slike mentale teknikker for å øke prestasjonen i coaching-prosessen i forberedelsen (Freitas, et al., 2013).

2.6 Tidligere forskning: Trenerens kampløp

For å kunne utvikle en tydeligere definisjon av trenerrollen, er det hensiktsmessig å avklare trenerens oppgaver før, under og etter konkurransen/kampen. Hvordan treneren gjør taktiske grep i forbindelse med kampsituasjon, skal videre belyses fra faglitteraturen.

Sabock (1985) beskriver flere viktige faktorer om hvordan trenerne skal få spillere til utføre det som ønskes å oppnå under selve kampgjennomføringen, der mellommenneskelige faktorer som å involvere utøver, spiller stor rolle for hvordan denne relasjonen mellom trener og utøver kan styrkes. Treneren må være en god lytter, gi konstruktiv kritikk og kritisere utøverne adskilt. Videre fremholdes det at alle positive tilbakemeldinger bør gjøres fremfor alle utøverne. Trenerens ønsker og mål bør komme i form av forslag eller oppmaning, og treneren må beskrive grunnen til dens ønsker og oppmaninger. En trener må også forankre beslutninger med assistenttrenerne, bruke positivt engasjement, beskrive sine feil, vise utøverne at en har tro på dem og forklare at det forventes at de gjør sitt beste.

Samtidig må en trener være forsiktig med hva en sier og hvordan en sier det, bruke effektiv kommunikasjon, som er et av lederskapets menneskelige verktøy, og til sist være klar og informere utøverne om saker og ting som påvirker dem.

Videre forklarer Sabock (1985) at "Gimmik trenerne" er trenere som utelukkende er avhengige av å inspirere spillerne gjennom for eksempel slagord eller musikk i garderoben, samtidig som han eller hun ikke har tenkt gjennom sin egen situasjon. Grunnen til dette er deres tro på at disse faktorene er tilstrekkelige for å motivere spillerne. Treneren må dessuten forberede spillerne før kamp flere dager før kampen (Sabock, 1985). Dette kan ses i sammenheng med å bruke oppsatte mål både for individ og spillergruppen, både langsiktige og kortsiktige mål.

Lynch (2001) beskriver også viktigheten av god kommunikasjon for å oppnå effektivitet. Dette gjøres ved å skape gode relasjonsbånd til utøvere, støtteapparat og andre involverte i treningsopplegget, og kommunisere effektivitet, noe som er det viktigste for en trener. Lynch (2001) fremlegger følgende forhold som avgjørende for å kommunisere effektivt; Høre etter, overlevering av beskjed, fokusere på det positive, vise og tjene respekt, bygge og vedlikeholde tillit og vise medfølelse.

Foruten om kommunikasjon, vil også andre faktorer være av betydning for trenere. En av disse er evnen til å være observant, og utøve en god kampanalyse. Tidligere forskning fremhever betydningen av nettopp dette, og lister opp tre spørsmål en trener må kunne svare på for å utøve en god kampanalyse:

1. Hva vil treneren vite og hvorfor ?
2. Hva gjør treneren med en positiv spilleratferd ?
3. Hvordan vurderer treneren spillernes belastning ?

Samtidig belyses det at når treneren gjør en slik kampanalyse, må han eller hun kunne observere og samtidig vurdere de observasjonene som blir gjort (Isberg, 1997). Det må tas hensyn til at spillerne tar inn informasjon og at de tar mange valg og beslutninger som senere fører til et resultat. Om resultatet ikke svarer til forventningene, må treneren kunne se hva det var som ikke fungerer, og deretter komme med en tiltak for- og en beslutning på hvordan det kan forbedres. Samtidig må en i forkant av kamp være sparsommelig med informasjonen en sender ut, og heller være oppmerksom på å vise spillerne tillit og gi ros, samt å opptre positivt for å mestre oppgaven de står overfor. Under første omgang skal treneren gjøre observasjoner som fører til tiltak, og forberede seg på hvordan han eller hun i pausen kan legge frem sine meninger og synspunkter. Det vil også være gunstig å bruke assistent treneren som sparringspartner (ibid.). For at spillerne skal kunne gjøre ordene til treneren om til handlinger, er det gunstig at treneren anvender et vokabular som spillerne forstår, og forenkler det for dem. Trenerne har ofte en tendens til å prate for mye på slike møte under selve kampen, noe som kan få negative konsekvenser for kampen videre. Isberg fremhever også betydningen av relasjonen mellom trenerne og spillerne, og at treneren bør respektere spillerne som intelligente individer, og prøver å sette seg inn i deres situasjon (ibid.).

Andre forskere hevder imidlertid at en skikkelig kampevaluering kun kan gjøres ved å ha et objektivt blikk på selve kampsituasjonen. Carling, Williams og Reilly (2005) skriver seg inn under her, og hevder at fotballtrenerne evaluerer kamper for å øke prestasjonen til laget de leder. Men det er bare med objektiv data en kan gi en grundig informert analyse av enkeltspillere eller lagets prestasjon under kampene. Evalueringsprosessen er basert på observasjonene treneren gjør, og derfor vil bruk av video være nyttig som et objektivt hjelpemiddel. Ved bruk av videoanalyse kan en evaluere eget lag, og se på forbedringspotensialet som finnes. Samtidig kan treneren dessuten gjøre en analyse av motstanderne i kampforberedelsen, ved se på styrker eller svakheter knyttet til laget en møter eller å se på enkeltspillere, og gjøre taktiske endringer i forhold til motstanderen. Dette er et gunstig hjelpemiddel for en trener, da det ville vært umulig å se og huske enhver handling under en kamp, hvor ulike distraksjoner kan blokkere fokuset til treneren. Det er for mange

inntrykk som skjer på en bane under en kamp, og bruken av videoanalyse gjør at en får tid til å fordøye og memorere alle disse inntrykkene bedre (Carling, et al., 2005)

Isberg (1997) undersøkte en treneres betydning innenfor lagspill, og derfor også innenfor fotball. Undersøkelsen diskuterer hvordan trenere på elitenivå i fotball skaper forutsetninger før kampen, og hvordan de gjennomfører og evaluerer selve coaching-prosessen i selve kampsituasjonen. Det ble gjennomført observasjoner og intervjuer med tre trenere på elitenivå innenfor svensk fotball. Undersøkelsen omhandler coaching-prosessen i fotball, der han fremlegger hvordan treneren forbereder før, under og etter en kamp. Disse tre stadiene vil bli vist til i de tre neste avsnittene.

1. Kampforberedelse

En trener har alltid en bevisst holdning til filosofien om hvordan han eller hun ønsker å utføre sitt lederskap. Isberg (1997) beskriver at jo mer bevisst en er på denne filosofien, desto lettere blir det å forklare den for spillerne, og å få dem til å forstå hva filosofien innebærer.

Filosofien er viktig for å få gehør for den taktiske planen en ønsker å gjennomføre, slik at laget skal prestere bedre og bli suksessfullt.

Salmela (1996) hevder at kvaliteten på trenerens ledelse er sammenfallende med den fysiske og mentale forberedelsen laget har utført før en aktuell kamp. Den mentale delen handler om å kunne forestille seg hva som kan forstyrres under kampen, og se for seg tiltak som en kan iverksette og benytte seg av om det skjer. Orlick (2008) mener at bruken av video av motstandere var en viktig del av forberedelsen for de indonesiske verdensmestrene i badminton. En av de viktigste grunnene til det var at de brukte simuleringstrening, der de simulerte alle aspekt av en kamp. Trenerne og spillerne studerte svakheter, spillestil og andre tekniske særegenheter ved videoanalyse av motstanderne (Orlick, 2008; Orlick & Partington, 1988).

2. Coaching-prosessen under kamp

Valg en trener tar i selve kampsituasjonen kan også påvirke spillet til utøverne. Ifølge Isberg (1997) svarte respondentene i hans undersøkelse at ved å tenkte høyt under kamper, gjør at en klarer å opprettholder konsentrasjonen på spillet, og klarer å kontrollere sin egen nervøsitet.

Samtidig kan treneren klarere vise sitt engasjement for de øvrige på innbytterbenken. Den private kommunikasjonen er en viktig faktor for å kunne sende budskap med et egnet innhold når det gjelder å forandre noe i spillet under kampen. Det kan både handle om at spillerne ikke utfører sine roller tilstrekkelig i forhold til kampplan, slik at treneren kan forandre det taktiske mønster som han eller hun har valgt ut. Under pausene i kampene, får treneren samlet spillerne og gitt taktiske budskaper og kan motivere spillerne til å gjøre den forandringen en ønsker (Isberg, 1997). Men samtidig viser undersøkelsen til Isberg (1997) at det er markante skiller i den private kommunikasjon, der en av respondentene rapporterte at ved for høy nervøsitet kommenterer en ofte for mye. Dette mener han påvirker i negativ forstand, og at han mister fokus på å analysere selve spillet.

3. Evaluering etter kamp

Isberg (1997) forklarer at trenere i undersøkelsen foretrekkte å ta evalueringen av kampen med spillerne på første trening etter kampen. Rett etter kampen gir trenerne korte kommentarer og takker for gjennomføringen. Et særskilt interessant trekk var å se at trenerne tok for gitt at spillerne oppfattet meldingene som trenerne hadde gitt under kampene. Ingen av trenerne kontrollerte hvordan spillerne hadde oppfattet sine tildelte oppgaver. Om trenerne ikke ser effekt av et sendt budskap, sendes derfor et nytt for å endre hensikten.

På elitenivå mener trenerne at det ikke var så mye å forbedre på det rent tekniske hos spillerne. Den viktigste oppgaven var å få spillerne til å fungere i det taktiske systemet, og derfor å få laget til å fungere godt sammen.

Den primære teorien jeg har forholdt meg til i dette kapitlet er listet opp ovenfor i dette kapitlet. Dette er litteratur som har vært interessant å undersøke med tanke på nettopp trenerens rolle for utøvere før, under og etter kamp, men i ulike idretter – både individuell idrett og lagidrett. Mye har allerede blitt undersøkt og overføringsverdien fra en idrett til en annen er stor. På grunn av omfanget på denne masteroppgaven må derimot noe litteratur vike for at den jeg har tatt med skal få plass. Jeg anerkjenner at det finnes mer, og ønsker i det neste underkapitlet å se noe av denne litteraturen som er interessant for denne oppgaven – om fotball på elitenivå.

2.7 Annen relevant litteratur

Potrac, Jones og Armour (2002) har sett på fotballtreneres rolle i engelsk toppfotball. Studien inneholdt både observasjon og intervjuer av en engelsk trener fra Premier League. Ut fra tidligere forskning konkluderte de med at sterke sosial bånd mellom spillere og trenere var både viktig og påkrevd dersom spillergruppen skulle respektere trenernes kunnskaper og væremåter. Etter å ha foretatt observasjoner gjorde forfatterne flere interessante funn. Ved bruk av ros som tilbakemelding brukte denne treneren 33 (33:1) ganger så mye mer ros enn han brukte på negativ tilbakemelding. Samtidig brukte han omtrent 64 % av alle tilbakemeldinger til instruksjon, noe som gjorde spillerne bevisste på hva de kunne forbedre.

Potrac, Jones og Cushion (2007) publiserte fem år senere en undersøkelse som tok for seg observasjon av fire trenere fra engelsk fotball. Studiens bakgrunn var å fremlegge empirisk data som enten støttet eller motbeviste det medieskapt bilde av engelske fotballtrenere. Dette gikk på fordommene om og spekulasjonene i at trenerne var dominerende, maktbevisste og fryktskapende. Observasjonene ble gjort over tre ulike tidspunkt innenfor en sesong, og ble gjort før, under og etter treninger og kamper. Et interessant funn knyttet seg til trenernes bruk av positive tilbakemeldinger. I observasjonene ble det registrert at treneren brukte positive tilbakemeldinger 23 (23:1) ganger mer enn negative tilbakemeldinger. Forskerne mener at suksessfulle trenere i større grad benytter seg mer av positive tilbakemeldinger enn de trenerne som ikke er like suksessfulle. Forfatterne delte funnene i instruksjon, skryt, kjeft og stillhet. Skryt utgjorde omtrent 15 prosent av tilbakemeldinger, mens kjeft på sin side representerte kun omtrent en halv prosent av tilbakemeldingene. Mindre overraskende var det at det å gi instruksjon til utøverne var den mest dominerende tilbakemeldingen fra trenernes side, slik jeg også har nevnt tidligere.

For å kunne se hvordan trenere på elitenivå i norsk toppfotball opplever forberedelse, gjennomføring og evaluering av en fotballkamp i form av emosjoner, samt på et taktisk/kognitivt nivå, har jeg nå vært innom litteratur som har vært aktuell i forhold til nettopp dette. Teorien har ikke tatt sikte på å kun undersøke fotballrelatert litteratur, men har snarere diskutert ulike idretter som har overføringsverdi til fotballidretten. Fra å diskutere ulike former for ”coaching” (Performance og Participating), ulike modeller for trenerrollen, trenerstilen og trenerens valgtaking og kampløp, har også stress og mestringsstrategier en avgjørende rolle innenfor toppidretten og fotballen. Jeg gjentar forskningsspørsmålene, og

viser med det at disse har vært med i utvelgelsesprosessen av litteratur i dette teorikapitlet.

(1) Hvordan opplever og håndterer elitetrenerne kampforberedelse? (2) Hvordan opplever og håndterer elitetrenerne kampgjennomføring? (3) Hvordan opplever og håndterer elitetrenerne kampevaluering?

Det blir interessant å se hvordan alt dette spiller inn på trenerrollen på elitenivå i Norge, men før dette, ønsker jeg i det neste kapitlet å forklare hvordan jeg har tenkt å undersøke denne trenerrollen i forhold til de forskningsspørsmålene jeg har stilt.

3.0 Metode – metodiske overveielser

”Veien til målet”

Ifølge Kvale og Brinkmann (2010) har metode fått en viktig posisjon i det moderne samfunnsvitenskapen. For å kunne belyse et tema på en god måte, er riktig metodebruk avgjørende. Den opprinnelige greske betydningen av ordet metode er definert som ”*veien til målet*,” og på denne veien er det mange retningslinjer som en må ta hensyn til. Disse er blant annet validitet, reliabilitet, etiske faktorer og metoder for transkribering (Thagaard, 2009).

3.1 Kvalitativ Metode

Thagaard (2009) konstaterer at en kvalitativ tilnærming blir preget av et mangfold av typer data og analytiske fremgangsmåter. Kvalitative metoder har tradisjonelt blitt forbundet med nær kontakt mellom forsker og de som studeres. I dette masterprosjektet skal jeg benytte meg av intervju for å få informasjon om treneres rolle i fotballidretten. Formålet med et forskningsbasert intervju er å registrere, og ikke minst å tolke muntlig informasjon om informantens egne erfaringer, hvor forskeren vil nå inn til informantens livsverden (Lund & Haugen, 2006).

3.1.1 Kvalitative intervju

Thagaard (2009) beskriver at intervju har en sentral plass i vår kultur. Det anvendes i presentasjoner i for eksempel nyheter i avis og TV, portretter i media og i underholdningsbransjen. Ved kvalitative forskningsintervju søker en å forstå verden sett fra intervjupersonenes side, der målet er å få frem betydningen av personers erfaringer, og å avdekke deres opplevelse av verden (Kvale & Brinkmann, 2010). Formålet med intervju er å få fylldig og omfattende informasjon om hvordan andre mennesker opplever sin egen livssituasjon og hvilke synspunkter og perspektiver de har på temaer som blir tatt opp i intervjusituasjonene. Det gir også et godt grunnlag for å få innsikt i informanters erfaringer, tanker og følelser (Thagaard, 2009). Ifølge Thagaard (2009) kan et forskningsintervju utformes på ulike måter. Den kvalitative metoden kan preges av lite struktur, og det kan betraktes som en samtale mellom forsker og informant, hvor hovedtemaene er bestemt på forhånd. Men samtidig kan man også benytte seg av et strukturert opplegg, der spørsmålene

er fastlagt i en rekkefølge. Fordelen med denne strukturerte tilnærmingen, er at svarene er sammenlignbare siden informantene har svart på de samme temaene. En tredje tilnærming til kvalitative intervjuer, og den som blir mest brukt i dag, karakteriseres ved at den har en delvis strukturert tilnærming. Denne tilnærmingen prøver å balansere en strukturell og en mindre strukturell fremtoning av intervjuet og intervjusituasjonen, der temaene til intervjuet er fastsatt på forhånd, men rekkefølgen av disse temaene kan bestemmes underveis. Kvale og Brinkmann (2010) beskriver denne tilnærmingen som et semi-strukturert intervju, et forskningsverktøy der spørsmålene er formulert på forhånd. Forskeren har dermed mulighet til å sammenligne intervjudataen som hentes inn fra de ulike informantene. Strukturen på intervjuet vil da være ganske åpen og forskeren kan dermed endre på hvilke spørsmål som kommer ut fra situasjonene som oppstår (Thagaard, 2009). Forskeren gis dermed muligheten til å følge fortellingen til informanten, og kan heller stille spørsmål når det måtte passe inn i informantens fortelling.

3.2 Utvalg

Dette forskningsprosjektet skal fokusere på et strategisk utvalg av informanter. Det vil si at de informantene som er valgt ut, har kvalifikasjoner som er strategiske i forhold til problemstillingene i denne undersøkelsen (Thagaard, 2009). Antall av informanter avhenger selvfølgelig av formålet med undersøkelsen, og en må intervjuer så mange personer som det trengs for å finne svar på det som er ønskelig å vite og belyse (Kvale & Brinkmann, 2010). Utvalget består av fire norske elitetrenere som enten har vært tidligere trenere i en fotballklubb i Tippeligaen for herrer, i toppserien for kvinner i Norge, eller fortsatt er det. Ifølge Kvale og Brinkmann (2010) vil det være vanskelig å generalisere resultatene når antall informanter er så lavt. Mitt formål er derimot ikke å generalisere i denne undersøkelsen, men heller studere enkeltpersoner i forhold til tematikken, noe som også vil være hensiktsmessig med tanke på å svare på forskningsspørsmålene som ligger til grunn for denne undersøkelsen. Disse fire informantene innfrir kravet til denne oppgaven om være trener på elitenivå i norsk toppfotball, og samtlige av dem har tidligere også spilt i det som i dag blir kategorisert som norsk toppfotball. Tre av informantene er eller har vært trener for en eller flere tippeligaklubber, mens den fjerde informanten har trent lag i toppserien for kvinner og vært trener for en klubb i norsk 1. divisjon for herrer. Informasjon om informantene blir fremvist i tabellen nedenfor:

Informant	Kjønn	Alder	Typetrener	Tidligere spillererfaring	Trenerutdanning
T1	Mann	40-50 år	Hovedtrener	Ja	Ja
T2	Mann	50-60 år	Hovedtrener	Ja	Ja
T3	Mann	50-60 år	Hovedtrener	Ja	Ja
T4	Mann	40-50 år	Hovedtrener	Ja	Ja

3.3 Validitet og Reliabilitet

Kvalitet og troverdighet av forskning vurderes gjennom forskningens validitet og reliabilitet (Thagaard, 2009). Validitet handler om gyldigheten av tolkningene som forskeren har kommet frem til ut fra datainnsamlingen, og vurderingen kan bedømme om metodebruken i undersøkelser er egnet til det den blir brukt. Der målet med forskning vil være å etterstrebe mest mulig validitet (Kvale og Brinkmann, 2010).

Man skiller mellom intern og ekstern validitet, der intern validitet beskriver om det er overensstemmelser mellom de tolkningene en har utført og det som har blitt forsket på. Ekstern validitet ser på om studien har en overførbarhet, altså om resultatene kan være overførbare ved et annet utvalg eller i andre situasjoner. Forutsetningene for om resultatene er overførbare i en studie som dette, er fortolkningen av datamaterialet, og om informasjonen fra datamaterialet er overførbart til andre studier eller sammenhenger (Thagaard, 2009).

For å styrke validiteten bør forskerne, ifølge Thagaard (2009), anvende begrepet gjennomsiktighet. Dette innebærer at forskeren tydeliggjør selve grunnlaget for fortolkninger ved å gjøre rede for hvordan analysen gir grunnlag for den konklusjonen forskeren kommer frem til. Forskeren må være kritisk til egne tolkninger gjennom hele analyseprosessen, og bruke en kollega eller en veileder til å vurdere forskerens analyser. Ved bruk av andre

instanser til å se på analysen, kan validiteten derfor styrkes (Thagaard, 2009). I denne undersøkelsen benyttet jeg veileder til se på analysen for å styrke validiteten.

Ifølge Thagaard (2009) blir reliabilitet på mange måter knyttet til spørsmålet om en kritisk vurdering av studiet, og gir inntrykk av at forskningen er gjort på en pålitelig og tillitsvekkende måte. Kvalitativ forskning skal vurderes med hensikt til troverdighet og ses på med tillit til forskningen som uttrykk for troverdighet. Dette gjøres ved å beskrive hvordan forskeren analyserer dataen, samtidig som en beskriver hvilke strategier som benyttes i forskningsarbeidet. Alt dette vil dessuten hjelpe den kritiske leseren til å følge forskerens prosess steg for steg (Thagaard, 2009). Det vil derfor være vesentlig å beskrive hvilke teoretisk ståsted jeg som forsker har, og samtidig legge frem dataen på en tydelig måte som gjør at jeg kan skille dette fra mine egne vurderinger og refleksjoner. I utgangspunktet refererer reliabilitet til spørsmålet: kan en annen forsker som anvender samme metodene, komme frem til det samme resultatet? (Kvale & Brinkmann, 2010; Thagaard, 2009). En beskrivelse av utformingen av min intervjuguide vil presenteres i det neste avsnittet.

3.4 Utforming av intervjuguide

Et sentralt mål med kvalitative intervjuer, er å gå i dybden på de temaene en skal få informasjon om. Kunsten vil være å stille spørsmålene på en måte som gjør at informanten reflekterer over temaene de blir spurt om slik at de kan gi fylldige svar (Thagaard, 2009). En intervjuguide blir av Kvale og Brinkmann (2010) beskrevet som et manuskript som tar sikte på å strukturere selve intervjuforløpet.

I første fase av utformingen av intervjuguiden fokuserte jeg på utforming av spørsmål som konsentrerte seg om trenerens emosjoner og mentale forberedelse i forhold til kampforberedelse. Etter gjennomføringen av pilotintervjuet ble dette gjort om på, fordi jeg innså at man ikke kan se på dette uten å anerkjenne sammenhengen mellom emosjoner og det taktisk/kognitive blant trenerne. Det kognitive og det taktiske måtte derfor innlemmes i intervjuguiden (vedlegg 1). Jeg la om selve strukturen på intervjuguiden sammen med veileder.

Alle informantene jeg intervjuet har utført mange intervjuer og har derfor mange erfaringer knyttet til settingen rundt et intervju. Den endelige intervjuguiden starter med noen grunnleggende bakgrunns-spørsmål om informanten. Dette kan, ifølge Thagaard (2009), være med på å berolige informanten og sette en fin atmosfære. Etter at inngangen til intervjuet er

satt, og informantene føler seg komfortable, følger noen innledende spørsmål knyttet til trenerens opplevelser av det å være trener under kamp på elitenivå innen norsk toppfotball. Dette for å komme i gang med temaet som er knyttet til problemstillingen. Videre er intervjuet delt inn i tre deler som går på forberedelse til kamp, kampgjennomføring og evaluering av kamp. Disse tre temaene er videre delt inn i to deler, der det første blir spurt om temaet på et emosjonelt nivå, og den andre på et taktisk/kognitivt nivå. Gjennomføringen av intervjuene startet med en gang intervjuguiden var blitt godkjent av veileder.

3.5 Gjennomføring av intervju

Samtlige av informantene som ble kontaktet og svarte ”ja” til å delta i forskningsprosjektet, ble kontaktet via telefon. Informantene fikk også muligheten til å oppgi epost-adresse, slik at de kunne få tilsendt intervjuguiden på forhånd. Dette var det kun en som benyttet seg av, og ønsket å se igjennom intervjuguiden på forhånd.

Det som blir sett på som det viktigste elementet i et kvalitativt intervju, er at samtalen ikke blir utført på en standardisert og rigid måte (Lund og Haugen, 2006). Blir samtalen utført på en standardisert måte, kan det nemlig gå ut over fleksibiliteten på svarene som informanten kommer med. Fordelen med å dette designet, kan være at en kan fange opp ny kunnskap og utfyllende svar som en ikke kunne fanget opp ved for eksempel en lukket spørreundersøkelse. Intervjuene vil bli tatt opp ved hjelp av lydopptak, og transkribert for videre analyse. Alle informantene møtte jeg ansikt til ansikt.

Et viktig mål med intervjusituasjonen er å skape en tillittfull og fortrolig atmosfære som kan være gunstig med tanke på at informanten åpner seg, og snakker friere om temaene som intervjueren ønsker mer informasjon om (Thagaard, 2009). Når intervjuene gjennomførtes var det viktig at det skjedde uforstyrret på et egnet sted der informantene kunne snakke fritt om de ulike temaene som ble tatt opp. En annen årsak var også at intervjuene skulle foreviges ved bruk av opptak fra Iphone og Ipad. Det ble brukt to enheter for opptak på grunn av frykten for at den ene enheten skulle slutte å ta opp eller lignende. Dette kunne ført til bortfall av intervjudata. Alle informantene ble gjort oppmerksom på dette, og hadde ikke noen problemer med at de skulle bli tatt opp. En ulempe med bruk av lydopptaker kan, ifølge Thagaard (2009), være at intervjuet kan virke for formelt og anspent. Men fordelen ved bruken av det, er at alt som sies blir bevart, noe som gjør det enklere med transkribering på grunn av alt som

blir sagt ligger ordrett på lydopptaket. Fordelene overskred derfor ulempene, og til tross for en noe påtatt formalitet, var ikke dette noe informantene hadde noen innvendinger mot (ibid.).

Intervjuene startet med å informere informantene om rettighetene de hadde, og om deres rett til å kunne trekke seg når som helt fra prosessen. De to første intervjuene med Trener 1 og Trener 2 ble gjort på informantens kontorer, på deres respektive stadioner, noe som gjorde at rammene var tryggere, og informantene derfor åpnere. Under intervjuene var det kun forsker og informant tilstede, noe som kan ha vært en fordel siden det var med på skape en fin atmosfære som gjorde at informantene var i vante og trygge omgivelse. Det tredje intervjuet ble holdt i en hotelrestaurant, der det var noen hotellansatte som arbeidet rundt oss, og derfor opp til flere uromomenter for informanten å måtte forholde seg til. Dette så imidlertid ikke ut til å påvirke informanten eller intervjugjennomføringen i noen grad. Det siste intervjuet ble holdt på et kontor på informantens arbeidsplass. Intervjuenes hadde forskjellige varighet, hvor det korteste intervjuet varte i 1 time og 8 minutter, og det lengste varte i 1 time og 54 minutter. Dette var på grunn av at noen av trenerne svarte mer utfyllende, mens noen svarte mer konsist, og derfor fikk kortere svar. I ettertid har det nok også vært en innvirkning at jeg ved det første intervjuet ikke hadde samme erfaring, noe som også gjorde at jeg var enda mer oppmerksom og spørrende med informantene som jeg intervjuet senere. Jeg var oppmerksom på å prøve å stille åpne spørsmål, men måtte av og til bryte inn og prøve å lede intervjuobjektene inn på de ulike temaene som jeg var ute etter å finne svar på.

3.6 Ethiske overveielser

I selve intervjusituasjonen kan etiske problemer være knyttet til forskerens avveininger om hvor nærgående og personlige spørsmål forskeren kan stille, der det vil være viktig at forskeren viser informantene respekt, slik at han ikke vil angre på noe i ettertid. Derfor er et viktig etisk prinsipp at deltakelse i forskningsprosjektet ikke bidrar til å berøre eller skade informantene som deltar. Et annet etisk dilemma er i forhold til om informanten sender motstridene budskap, der for eksempel tonefall og kroppsspråk gir et inntrykk av noe annet enn det som sies (Thagaard, 2009). Kroppsspråk er derfor like viktig å analysere, ikke bare i forhold til spørsmålene en stiller, men også for å se om informanten er komfortabel med situasjonen. På grunn av at forskeren i dette prosjektet har måttet behandle personalopplysninger, er forskningsprosjektet meldepliktig til NSD. Derfor må søknad sendes inn og bli godkjent før prosjektet kan sette i gang, noe som er blitt gjort. Jeg skal videre i

oppgaven se nærmere på disse tre etiske grunnprinsippene som Kvale og Brinkmann (2010); Thagaard (2009) legger frem.

3.6.1 Prinsippet om informert samtykke

Informert samtykke betyr at forskningsdeltakerne i en studie informeres om undersøkelsenes formål, og om hovedtrekkene i designene, samt mulige risikoer eller fordeler ved å delta i forskningsprosjektet (Kvale & Brinkmann, 2010). Det er, ifølge Thagaard (2009), en nødvendighet med informert samtykke som utgangspunktet for ethvert forskningsprosjekt, der forskeren må ha informantens samtykke. Kalleberg et al. (2006) definerer prinsippet om informert samtykke på følgende måte:

Som hovedregel skal forskningsprosjekter som inkluderer personer, settes i gang bare etter deltakernes informerte og frie samtykke. Informantene har til enhver tid rett til å avbryte sin deltakelse, uten at dette får negative konsekvenser for dem (Kalleberg, et al., 2006, s. 13).

Ifølge Thagaard (2009) baserer prinsippet seg på respekten for respondentenes råderett over eget liv, samtidig som de har kontroll over de opplysningene om seg selv som deles med andre. Det at dette er fritt, betyr at respondentene ikke er med på undersøkelsen på grunn av ytre press. At det er informert betyr at respondentene blir orientert om hva det innebærer å delta i prosjektet (Thagaard, 2009). Før intervjuet fikk informantene utdelt informert samtykke (vedlegg 3), og en muntlig gjennomgang av skjemaet før intervjuet. Informantene skrev under på informert samtykke etter intervjuene var fullført. De ble også gjort oppmerksomme på at de kunne få tilsendt transkripsjonen når de var ferdig transkribert. Dette benyttet de seg ikke av på grunn av de stolte på meg som forsker, og at jeg ville overholde prinsippet om konfidensialitet så godt som mulig.

3.6.2 Prinsippet om konfidensialitet

Samtidig som prinsippet om informert samtykke er gjeldene etisk krav for forskningspraksis, er også prinsippet om konfidensialitet et viktig forskningsetisk krav. Kalleberg, et al. (2006) beskriver prinsippet om konfidensialitet som følgende:

De som gjøres til gjenstand for forskning, har krav på at all informasjon de gir, blir behandlet konfidensielt. Forskeren må hindre bruk og formidling av informasjon som kan skade enkeltpersoner det forskes på. Forskningsmaterialet må vanligvis anonymiseres, og det må stilles strenge krav til hvordan lister med navn eller andre opplysninger som gjør det mulig å identifisere enkeltpersoner oppbevares og tilintetgjøres (Kalleberg, et al., 2006, s. 18)

På grunn av dette konfidensialitetsprinsippet, må forskeren være omhyggelig med å behandle all informasjon som kommer frem fra forskningsprosjektet på en måte at informantenes identitet forblir skjult, og at all sensitiv informasjon må anonymiseres i forskningsprosjektet (Kvale & Brinkmann, 2010; Thagaard, 2009).

I denne oppgaven har informantenes navn blitt kodet med Trener 1, Trener 2, Trener 3 og Trener 4. I tillegg blir alle klubber som nevnes i oppgaven kodet med Klubb X uansett om informantene nevner klubben som en selv er trener for eller andre klubber. Når informantene snakker om ulike spillere eller trenere blir disse også kodet som Spiller X eller Trener X. Dette blir gjort for å ikke skade informantene.

3.6.3 Konsekvenser av deltakelse i forskningsprosjektet

Ifølge Kvale og Brinkmann (2010) bør man forholde seg til konsekvenser et kvalitativt forskningsprosjekt kan innbefatte. Dette, både av hensyn til en mulige skade det kan påføre informantene, og de fordelene de kan forventes å få ved å delta i forskningsprosjektet. Som forsker bør en være klar over at den åpenheten og intimiteten som kjennetegnes ved kvalitativ forskning, kan være forførende og føre til at informantene gir opplysninger som de senere kan angre på (Kvale & Brinkmann, 2010). Kalleberg, et al. (2006, s. 12) oppsummerer det slik: ”Forskeren har et ansvar for å unngå at de som utforskes utsettes for skade eller andre alvorlige belastninger” (s.12). Det er derfor viktig å ivareta informantene ved å informere om de ulike konsekvensene det kan medføre ved deltakelse i forskningsprosjektet.

3.7 Analyse

Analyseprosessen er noe som begynner idet forskeren starter med det enkle intervjuet (Kvale og Brinkmann, 2010). Thagaard (2009) beskriver at ved analyse av kvalitative forskningsintervju bør forskeren starte med stille seg spørsmålene om hvilke enheter som er sentrale i datamaterialet, samt hvordan disse relaterer seg til hverandre. Analysen stiller krav til forforståelsen til forskeren, siden forskeren avgjør hvilke enheter i datamaterialet som kan fungere meningsbærende enheter (ibid.). Der jeg vil fokusere på utsagn fra informantene som er relevante for å belyse forskningsspørsmålene. Disse utsagnene i denne oppgaven vil fungere som meningsbærende enheter.

Kvale og Brinkmann (2010) påpeker at analyseprosessen kan være enklere ved at en bedriver tolkning underveis. Transkribering er transformasjon fra muntlig intervjusamtale til skriftlig språk, og blir ansett som grunnleggende data i ethvert forskningsprosjekt, der kommunikasjonen foregår muntlig (Kvale & Brinkmann, 2010). Ved dataanalysen transkriberte jeg intervjuene inn i Nvivo som er et analyseverktøy for kvalitativ data. Dette ble benyttet på grunn av at dette analyseverktøyet er nyttig for å få en god oversikt over intervjuene, samt å kategorisere utsagnene på en oversiktlig måte. Ifølge Kvale og Brinkmann (2010) er koding eller kategorisering to av de vanligste formene dataanalyse, for å transkribere intervjuene, og benytte meg hjelp ved koding av utsagn. Kvale og Brinkmann (2010) beskriver at koding innebærer å knytte ett eller flere nøkkelord til et tekstavsnitt med henblikk på senere å kunne identifisere ulike uttalelser. Jeg vil videre fokusere på utsagn og uttalelser, for videre å diskutere dette opp mot det teoretisk rammeverket i forskningsprosjektet. Dette ble brukt under analyseringen i denne undersøkelsen. Jeg valgte å transkribere intervjuene direkte etter gjennomføring på grunn av at da hadde jeg muligheten til å kunne notere ned viktige poeng i forhold til kroppsspråk under selve intervjuene.

Det etiske prinsippet i forhold til konfidensialitet måtte jeg benytte meg av. I transkripsjonene brukte jeg koding i forhold til alle klubber, spillere og steder som informantene hadde vært i spiller eller trener sammenheng. Transkripsjonene tilsvarte 97 sider med datamateriale fra informantene. Dette kan ses på som et "luksusproblem", men samtidig vil sitater som fremmer oppgavens problemområde forsvinne i mengden (Thagaard, 2009).

3.8 Presentasjon av data

Ifølge Kvale og Brinkmann (2010) benytter man meningsfortetting når man forkorter uttalelsene til informantene, for å gjøre datapresentasjonene oversiktlig. Derfor har det blitt utelatt enkelte sitater som jeg har ansatt som irrelevante i forhold til forskningsspørsmålene. Når jeg presenterer resultatene, har jeg valgt å gjøre nettopp dette. I de ulike sitatene i resultats- og drøftingskapittelet, kommer det en forklarende formulering av rapporteringene. Dette ønsker jeg å gjøre for å få med hva som kommer inn som nyttig informasjon. Men samtidig presenteres det til tider lange tekstsitater fra informantene på grunn av at det er viktig at uttalelsene blir fremstilt på autentisk og riktig måte. Uttalelsene er samtidig viktig for å kunne belyse problemstillingen og forskningsspørsmålet på en riktig og god måte, og for at leseren skal kunne få en helhetlig forståelse fra utsagnene fra informantene.

4.0 Resultat og drøfting

I dette kapitlet skal jeg legge frem resultatene/rapporteringen fra informantene. Utsagnene blir presentert og drøftet, både i forhold til likheter og ulikheter i utsagnene, og opp mot oppgavens teoretiske innramming. Dette for å få en god oversikt mellom trenernes utsagn og diskusjon av disse.

Kapitlet blir delt inn i tre hovedtemaer: kampforberedelse, kampgjennomføring og kampevaluering, samt undertemaene: emosjoner og taktisk/kognitivt blir tildelt plass under hvert hovedtema.

4.1 Kampforberedelse

Forskningslitteraturen beskriver at elitetrenere i ulikt omfang opplever konkurranse- og kampforberedelser som en stressende del av trenerrollen. Derfor vil det være avgjørende at elitetrenere nytter mentale teknikker for å kunne mestre de emosjonene de innehar for å kunne skape best mulig forutsetninger for forberedelsen inn mot konkurranse/kamp (Gould, et al., 2002; Levy, et al., 2009; Olusoga, et al., 2009; Olusoga, et al., 2010; Thelwell, et al., 2008a).

I tillegg til at elitetrenere opplever ulike emosjoner i forberedelsesfasen, er det også avgjørende med en god taktisk-strategisk kampforberedelse. En hovedtrener på elitenivå innen norsktoppfootball har det sportslige hovedansvaret for forberedelsene til kamp, med både planlegging og forberedelse. Faglitteraturen hevder treneren må både forberede laget kortsiktig inn mot neste kamp eller planlegge for en flerårig syklus, som også er en spesialisert del av trenerkompetansen (Lyle, 2002). En hovedtrener blir ”målt” av resultatene som leveres. Derfor er det, i forkant av kamper på elitenivå, vesentlig at trenerne har gode taktiske forberedelser i inngangen mot ny kamp (Isberg, 1997, 2001; Wiström, 1990). Det eksisterer to diametralt ulike perspektiv i forbindelse med taktisk forberedelse:

1. En vektlegger informasjon og bruker denne som utgangspunkt for en taktisk/strategisk plan.
2. En anser informasjon om motstanderne som uvesentlig og fokuserer i stedet på egne ferdigheter.

Som nevnt fra teorien, vil disse to perspektivene være med på å avgjøre trenerens beslutningsprosess for hvilket tilnærming trenerne skal ha i forberedelsen til kamp. Faglitteraturen viser til at dannelse av felles mentale modeller er sentralt for hvordan lag etablere felles mentale modeller for eget spill –både offensivt og defensivt, men også mentale modeller som er spesifikke inn mot motstanderne (Giske, et al., 2015).

4.1.1 Emosjoner

I dette underkapittelet ønsker jeg å få frem ulike rapporteringer om hva de ulike trenerne opplever av emosjoner under kampforberedelsen.

Rapportering: Opplevelse av dagen foran kamp

”Da har jeg brukt tiden på familien som regel. Mulig vi gjør om på det dette året og kjører en økt lørdagen. Men som regel er de siste dagene før kamp greie, fordi vi har gjort ferdig arbeidet. Det er bare gjennomføringen. Slagplanen er lagt og du har valgt ut laget og ikke minst hvordan en skal utføre det. Du føler deg egentlig klar.” - Trener 1

”Når vi møter kvart på 10 på lørdagsmorgenen og skal ha siste treningen da er det ofte å holde kroppen i gang. For vi trener såpass mye, så holder vi kroppen i gang med litt teknikk og så kjører vi litt dødballer offensivt. Og så er det litt for spenning og muskulaturen for å få litt fotballbevegelser... Jeg gir som regel laguttaket dagen før kamp slik at spillerne skal få forberedt seg. Da har jeg roen og føler meg klar for kamp. ” –Trener 2

”Dagen før kamp er kanskje den mest vanskelige på en måte for da har vi siste trening før kamp. Da skal du ha tatt ut laget. Jeg gir alltid laget dagen før kamp. Du skal ha tenkt gjennom en del taktiske ting som.. Dagen før kamp så føler jeg at jeg har mange tanker i hodet, men når jeg kommer på trening da så har jeg brukt mye av dagen på å finne det laget og måte å spille på eller elementer å fokusere på. Den dagen føler jeg er mye... ofte er det gjerne en kort økt, det er lite vi skal gjøre, men da å prøve å gripe inn i noen retning om hva jeg ønsker å se igjen dagen etter da. Det er ting vi har jobbet med hele uka, eller ting vi har jobbet med lengre enn det, men jeg opplever den litt urolig kan du si. Mye tanker frem til jeg er ferdig med treningen. Umiddelbart etter trening er jeg mye mer avslappet og slikt, men da skal jeg vite når jeg har gjort det forarbeidet at jeg vet at jeg har tatt ut det rette laget. Det aller verste er visst jeg føler at jeg har tatt ut feil lag. Da får jeg ikke fred altså. Det har jeg gjort i ”Klubb X” en gang og to. Hvor jeg føler etter treningen at jeg ikke har tatt ut det rette laget.” - Trener 3

”Vi har fri på fredagen og legger til rette for lørdagsøkten for så å smelle på... på søndagen. Det var en endring vi gjorde det året vi rykket opp. Der vi la om... for alle har jo fri som regel tirsdagen, men vi begynte å trene på tirsdagen med

rolletrening, terpe på detaljer uten intensitet, men rolletrening på tirsdagen. Fri fredagen også fungerte det sykt bra også fortsatte vi med det og så har vi holdt på det. Men jeg kjenner jo at spenningsnivået stiger og du er litt der at du skal guttene på, på grunn av at jeg vil ha den god følelsen inn mot kampen. Jeg kjenner jo at spenningsnivået stiger og du er litt der at du skal guttene på, på grunn av at jeg vil ha den god følelsen inn mot kampen.” - Trener 4

Det ble rapportert flere ulikheter mellom trenernes oppfattelse av egne emosjoner i dagene foran kampen. Siden lagene hadde forskjellig treningsdager i uka, brukte de dagen foran kamp ulikt. Laget til Trener 1 hadde treningsfri dagen før kamp, mens hos Trener 2 og Trener 3 hadde de kun en rolig treningsøkt i forkant. I den fjerde trenerens klubb, hadde de alltid treningsfri to dager i forkant, men brukte den siste treningsøkten til å få opp intensiteten i deler av økten inn mot selve kampen.

Siden Trener 1 sitt lag hadde treningsfri dagen i forkant av kamp, rapporterte han inn rolige emosjoner. Trenerne opplevde i ulik grad at spenningsnivået steg jo nærmere kampstart de kom, og at dette derfor var avgjørende for å kunne få spillerne til å få opp stemningen maksimalt. Dagen foran kampen, rapporterte informantene at så lenge de følte at forberedelsene hadde vært optimale, ville de føle seg rolig i forkant. Da benyttet de seg av aktiviteter med venner og familie for å koble av, som også kan ses i sammenheng med Thelwell, et al. (2008a) fremleggelse av å nytte avslapningsøvelser som en mental teknikk for å forebygge negative emosjoner i forbindelse med kampgjennomføringen. Avkobling er derfor en teknikk som forskningen burde studert nærmere for å funnet effekten av. Ut ifra rapporteringen av bruken av avkobling som mental teknikk, rapportere trenerne en positiv effekt av nyttelsen av det.

Ut fra rapporteringene, sier Trener 2 at han er rolig og klar dagen foran kamp når treningen er gjennomført og laguttaket gitt til spillerne. Trener 3 forteller imidlertid at det er avgjørende at han følte at han hadde valgt ut det rette laget på den siste treningen i forkant, og når han opplevde dette, var emosjonene rolige. At selekteringen til laguttak er en stressfaktor som påvirker elitetrenerne, er noe som er godt dokumentert i forskningen knyttet til forberedelse av konkurranse/kamp (Gould, et al., 2002; Thelwell, et al., 2008b). Dette samsvarer sterkt med rapporteringen til Trener 3. Selv om de andre informantene (Trener 1, 2 og 4) ikke rapporterte tilsvarende, kan det ut fra forskningen, imidlertid tenkes at også de blir emosjonelt påvirket av selekteringsprosessen i forbindelse med laguttak. Siden laguttak innen ”performance coaching” er kritisk med tanke på prestasjonene, kan det ha store konsekvenser med tanke på

den enkelte spiller i forhold til hva trenerne sette som kriterier for utvelgelsen. Litteraturen fra Lyle (2002) poengterer flere elementer som spiller inn. Da må trenere bestemme seg for hvilken tilnærming en skal sette til grunn for utvelgelsen av en lagoppstilling. Innen ”performance coaching” er det innlysende at trenernes prioriteringer bestemmes ut fra hva som gagnar felleskapet og laget til best mulig prestasjoner, enn hva det er for det enkeltes spillers utvikling. Dette er et sentralt tema som ”performance”-trenere må beherske i sine valg av laguttak, og kan ses i samsvar med coaching-modellen til Côté, et al. (1995) Ifølge modellen vil spillernes karakteristika og nivå av utvikling, påvirke trenerens mentale modell for å utvikle utøverne til bedre prestasjoner. I forhold til hvordan trenerne opplevde emosjonene på kampdagen, var det ulik rapportering i forhold til opplevelsen av denne, samt bruken av mentale teknikker.

Rapportering: Opplevelse av kampdag og bruk av mentale teknikker

”Alltid føler jeg at jeg har kontroll, og når det blir for gale så har du teknikker som gjør at du roer deg ned. Det kan være at du kobler ut med litt musikk eller at du går deg en tur, jogger deg en tur eller sykler deg en tur. Så du klarer alltid å justere ned tenningsnivået og nervøsiteten.” Trener 1

”Jeg går alltid en tur på kampdag, og da tenker jeg igjennom mange scenarioer. ”Ok, hvis motstanderen får en mann utvist hva gjør vi da? Visst vi får en mann utvist, hvilke grep gjør vi da? Visst vi står og stanger hvilke virkemidler har vi da?” Så jeg har tenkt igjennom forskjellige scenarioer.” -Trener 2

”Kommer det en storkamp og jeg blir kanskje spent da tar jeg meg en joggetur for å få ut litt energi og få bort litt støy, klarne tankene litt. Går en tur.” –Trener 3

”Jeg gjør det. Jeg har alltid visualisert mye. Jeg også mediterer mye. Eller ikke mye, en del. Jeg har alltid søkt en ro før kamp. For meg er for eksempel høy musikk i garderoben ekstremt distraherende.” - Trener 3

”Jeg synes det er greit å gå ut og slå plenen, at du sykler bort og kjøper avisen, eller at du tar deg en liten joggetur for at du... at du slapper av på en måte, men du gjør noe. Jeg klarer ikke bare å sitte opp ned og tenke på kampen. Jeg liker å prøve og gjør litt andre ting slik at tiden går.” – Trener 4

Som beskrevet i teorien, opplever trenerne ulike emosjoner knyttet til kampdag. Hudson, Davison og Robinson (2013) funn viser at trenere i deres studie opplevde en økning av fysiologisk ubehag og psykologiske ubehagelige emosjoner under konkurransedagen. Selv om Trener 1 rapporterte at han var rolig dagen forkant av kamp, var han den informanten som forteller om sterkeste reaksjoner på hvordan kampdagen kunne påvirke emosjonene:

” Av og til lurere du på hvorfor du vil deg så vont. For du føler deg fysisk syk til tider. Du blir, du blir, du føler deg ikke vell rett og slett.” Trener 1

Trener 1 rapporterte videre at han kjente både fysiologisk og psykologisk ubehag når spenningsnivået økte jo nærmere kampen han kom, noe som også samsvarer med faglitteraturen. At trenere benytter seg av mentale teknikker som kan være hensiktsmessig, er dokumentert i faglitteraturen (Freitas, et al., 2013; Thelwell, et al., 2008a). Trenerne i undersøkelsene rapporterte også bruk av ulike mentale teknikker i forberedelsen inn mot kamp, dette for å kunne regulere de ulike emosjonene, men også for å forberede seg inn mot det taktisk/kognitive. Informantene rapporterte bruk av ulike aktiviteter som for eksempel å ta seg en joggetur eller gåtur på kampdagen for regulere spenningsnivået ved å koble av og roe seg ned til kampen. Både Trener 1, Trener 2 og Trener 3 rapporterte at de kunne bruke tiden til å visualisere kampforløpet, og se for seg ulike scenarier. Dette kan ses i sammenheng med litteraturen til Lazarus, et al. (2006) ved at de prøver å mestre de ulike situasjonene som de kan møte. Trener 2 brukte problemfokuserende mestringsfunksjon når han tilsynelatende virket klar og rolig i forkant av kamp. Det er kampen som er i fokus, og som i dette tilfellet blir det problemfokuserende funksjonen en trenger å mestre. For Trener 1 og Trener 4, vil de i større grad være følelsesfokuserende funksjon, siden de trenger en regulering av følelsene som knytter seg til situasjonen (Lazarus, et al., 2006). Det kan, ut fra rapporteringen, tolkes som om alle trenerne bruker disse teknikkene som en kognitiv mestringsstrategi, siden forholdet som påvirker emosjonene er både knyttet til person og miljø (Lazarus, et al. 2006). Trener 4 prøver å distansere seg fra tankene knyttet til kampene, og var veldig tydelig etter siste treningsøkt inn mot kamp at forberedelsene var unnagjort – det var ikke mer som kunne gjøres, mente han. Dette samsvarer også med det faglitteraturen tar for seg avbruken av avslapningsøvelser som mentale teknikker (Freitas, et al., 2013; Thelwell, et al., 2008a). Avkobling er en mental teknikk som er med på å rette konsentrasjon over på noe annet enn oppgaven. Da kan det å løpe seg en tur i skogen, være med på å gjøre at man glemmer de stressfaktorene knyttet til kamp, og i stedet kan konsentrere seg om andre ting (Stelter, 2002). Informantene rapporterte at de pleier å gjøre ulike aktiviteter for å koble av inn mot selve kampen. De rapporterte derimot ikke noen konkrete avslapningsøvelser som pusteøvelser og lignende, som faglitteraturen mener at kan ha en gunstig effekt for idrettsutøvere (Thelwell, et al., 2008a). I forhold til bruk av mental trening i forkant av kamp, var det i rapporteringen en større variasjon i denne bruken fra informantene. Trener 3 beskriver at han benyttet konkret visualisering som mental trening for å påvirke sin emosjonelle tilstand, og å få koblet av fra stresset utenfor. Han benyttet seg også av meditasjon for samme nytten, ved at han følte at

han ble roligere før kampen. Trener 1 og Trener 2 rapporterer at de bruker visualisering mer som en taktisk/kognitive forberedelse, ikke for å regulere spenningsnivået. Dette samsvarer med litteraturen fra Gould, et al. (2002) som hevder at systematisk bruk av mentale forberedelsesstrategier inkluderer forberedelsrutiner, fokus på taktikk, og motivasjonsstrategier for å optimalisere tanke og det emosjonelle mønsteret. Det kan imidlertid diskuteres med henhold til litteraturen, om det også påvirker det emosjonelle nivået hos informantene. Trener 3 beskriver videre hvordan han bruker visualisering som en mental teknikk:

”Jeg visualiserer... Ofte så går det på løsninger i... Det ene jeg visualiserer er talen jeg skal holde. Altså i forberedelsen. Jeg er veldig på det jeg skal legge i den motivasjonstalen. Den biten som går på inngangen til kampen. For det setter på en måte en tone. Det setter på en måte en forventning. Du skaper en ramme på en måte for det som skal foregå og hva jeg forventer av dem. Så den bruker jeg en del tid på. Jeg bruker en del tid på finne ordene, jeg øver også høyt på hvordan jeg skal si...” – Trener 3

Trener 3 bruker altså visualisering og indre dialog som mentale teknikker, dette bruker han som en forberedelse på hva han skal formidle til spillerne. Det kan ses som både en forberedelse for sitt eget emosjonelle nivå, og også som en taktisk forberedelse for både seg selv og spillerne (Freitas, et al., 2013; Thelwell, et al., 2008a).

Kristiansen (2011) har i sin forskning vist til at alder og erfaring hos idrettsutøvere har positiv effekt når det kommer til å kunne takle og mestre motgang. Eldre utøvere er bedre forberedt på å møte og takle motgang på grunn av deres evne til å bruke problemfokuserende strategier. Disse har oftere bedre fokus og konsentrasjon på hva som må gjøres for å mestre de ulike stressende situasjonene, samtidig som de er i bedre til å kunne kontrollere sine negative følelser og emosjoner etter stressende hendelser (Kristiansen, 2011). Trener 2 beskriver videre hvordan han håndterer slike situasjoner:

”Nei, du kan si at det var da jeg begynte å lære meg de teknikkene der, eller jeg erfarte det for det er klart at det. Som trener nesten uansett hvordan det går, og særlig når du taper fotballkamper så er det spillere som har gjort sitt beste og det ikke har strekt til og vi har tapt... Så er det det at mann søker ofte trygghet. Noe som kan gi dem den optimismen da, at dette kan vi snu. Og visst du da som leder eller trener da er helt frustrert og det kommer som et sjokk for deg også, da skaper du utrygghet. Så det der med å skape en trygghet og ha en trygghet som leder for deg selv og omgivelsene, det er utrolig viktig som trener. At du både internt og eksternt, og det tror jeg som sagt er veldig viktig. For å kunne greie det så må du faktisk visualisere da, å gjennom flere faser, også går det på erfaring. Men det er sjelden jeg blir overasket eller tatt på sengen. Om det er kampforløp, eller om det er

*spørsmål fra journalister eller så sjelden at jeg "å her vet jeg ikke hva jeg skal si" eller "hva jeg skal gjøre" fordi det har du innarbeidet på en måte. Du kan si at spillerne forbereder seg og, men det gjør vi trenere også" –
Trener 2*

Trener 2 som er den mest erfarne informanten benytter seg av ulike teknikker bevisst for å skape trygghet for både seg selv som trener, samt for spillerne. Han bruker visualisering for å skape en trygghet for seg selv, og videre hvordan han skal formidle tryggheten videre til spillerne. Dette kommunikasjonsmønsteret beskriver han som en nødvendighet når det kommer til forberedelsene til kampene. Dette gjøres for å kunne opprettholde optimismen om spillernes egne ferdigheter inn mot kamp, der han ikke viser frustrasjonen han kan sitte inne med.

I tillegg til visualisering som går direkte på trenerrollen og spillerne, bruker han også visualisering før han skal møte media. Dette betyr at Trener 2 forbereder seg inn mot de hovedoppgavene som han har i forhold til kampgjennomføringen, samtidig som han også er bevisst på at mediehåndtering er en del av disse forberedelsene. Han bruker indre dialog for å forberede seg på hvilke spørsmål som kan komme fra media. Samtidig kan det tolkes som at erfaringen som denne treneren har opparbeidet, er med på å gi en trygghet og ro for hvordan han mentalt forbereder seg før kampforløpet og media. Der det kan tolkes som at andre trenere opplever det å snakke med media som mentalt belastende, har Trener 2 på forhånd forberedt seg mentalt for hvilke vinklinger og spørsmål som vil komme, noe som gjør at han ikke kommer i mental ubalanse i møte med media.

4.1.2 Taktisk/Kognitivt

I dette underkapittelet ønsker jeg å få frem ulike rapporteringer om hvordan de ulike trenerne foretrekker å forberede seg og laget taktisk/kognitivt under kampforberedelsen.

Rapportering: Taktiske forberedelser

”Det har variert i løpet av åra. I en periode brydde vi oss ikke om motstanderen og bare kjørte på med våres egne ting. Brukte ikke bilder eller analyse programmer eller slike ting. Enkelte ganger så satt vi oss bare ned og så kampen og noterte ned ”dette var vi gode på, eller dette kan vi forbedre”. Da var nesten utelukkende nesten bare fokus på oss selv. Men med åra har vi også blitt mer opptatt av motstander og ser på deres styrker og svakheter. Hvor vi kan angripe de og hvor vi må forsvare oss. Så det blir nok også oppskriften dette året og ha såpass kontroll på motstanderen, samtidig som du utvikler ditt eget opp i det her. Men du er nødt for å ta hensyn til motstander lag. Fordi det er så stor variasjon i det å treffe et lag her hjemme på et type underlag i forhold til å reise til et annet sted og treffe de på deres underlag. Det kan være to helt ulike fotballkamper og ulike scenarioer.” -Trener 1

” Det kan være å vurdere motstanderne. Liksom hva er dem sterke på for å si det slik, og hvilke svakheter har dem. Og så tenker jeg motsatt da... Ok da må vi demme opp for det dem er gode på også må vi utnytte det dem er dårlige på. Da er slik at vi ofte spiller 11 mot 11 på fredagen, hvor du da lager det laget vi møter og situasjoner som gjør at det blir så likt som mulig. Enten om at det er at motstanderlaget slår veldig lang opp mot et oppspillpunkt og jobber etter og vinner andre baller og etablerer spill derfra. Da blir det viktig i forhold til duellspill og kampen om andreballer og fokuset på det. Også kjører dem opp mange som skal vinne andreballer der, og da er det ok viktig for oss at vi vinner første duell og andre ball og tar av det presset. Og da blir det mye rom som dem har etterlatt seg, og hvordan vi utnytter det rommet der om det er kanter som skal komme inn i banen og utnytte det rommet der eller det også... Visst dem har trege midtstopperer som er... Som er duellsterk enten at du bruker forrommet der eller bakrommet, og bruker motsatte bevegelser ved spissene våres. Så der mange slike ting som vi ser på. Hvis det er et lag som prøver å spille ut bakfra som er veldig spillende, da er det det med kompakthet, avstander, og du ser at den svakeste bilspilleren hos motstanderen er høye midtstopper for eksempel. Siden dem spiller med to venstrebeinet midtstopperer så lar vi ham få ballen veldig ofte, så lar vi han styre oppspillene. Slike ting er vi tydelige på...” – Trener 2

”Jeg sjekker motstanderen litt. Men bare litt. Fordi at hvis... all min erfaring nå, enda mer dette året her bekrefte jo mer du fokuserer på motstanderen, jo mer bygger du opp en slags frykt. Og du glemmer... glemmer... du undervurder det du er god på, på en måte. Så jeg bruker noen ganger ingen tid på motstanderen, men la meg si litt på noen. Jeg henter litt informasjon, jeg ser om det er... om det er noe spesielt noe nytt om hvordan jeg kjenner laget fra før. Men jeg er ikke blitt overrasket en eneste gang, heller ikke i fjor da bare for å ta det. Det var ikke noe nytt som duket opp som jeg ikke forventet eller visste om, eller noe nivå høyere eller noe slik. – Trener 3

”Det er egentlig... Der er jeg ganske klar. Jeg ser alltid motstanderlaget. Jeg ser hvordan de spiller og jeg liker å se de siste kampen. Siste kampen hvis vi møter de på hjemmebane så vil jeg se når de spiller hjemme og jeg vil se når de spiller borte. Så jeg ser alltid den kampen og som regel så syns jeg det er greit om jeg kan se den sammen med en eller annen i teamet. Men det er ikke alltid vi får til. Så ser jeg den kampen både hvordan de gjør det i det oppbyggende spillet, hvordan er de i forsvarsspillet sitt. Er der momenter her som gjør at vi kan svekke dem. Hva må vi være obs på hos motstanderne, og helst ikke for mye, men at det gjerne er 2,3,4 ting som på en måte gjerne kjennetegne dem. Det kan

gjerne være en spiller vi må ta ut. Det kan gjerne være dødball. Det kan være kontringsspillet deres. Det kan være mot etablert så bygger de innom sentral... Så må liksom jeg finne ut at ok dette er etablert, dette er kontringsspillet så vi gjerne vil ta ut hos motstanderne.” Trener 4

Informanter rapporterte at de bruker mye tid på taktiske forberedelser av laget inn mot kamp, og at de berører begge disse perspektivene: Om de vektlegger informasjon om motstanderlaget som et taktisk utgangspunkt (perspektiv 1), eller om de anser informasjon om motstanderlaget som uvesentlig, og i stedet holder fokus på egne ferdigheter (perspektiv 2) i de taktiske forberedelsene. Ut i fra beskrivelsene kan det tyde på at bearbeidelsen av felles mentale modeller, viser seg å være sentralt i coaching-prosessen til en fotballkamp, i samme grad som andre ballidretter på elitenivå (Giske, et al., 2015). Informantene belyser at de bruker treningene systematisk for å innarbeide taktiske spillemønstre, som videre er vist til i forskningen til Giske, et al. (2015). Her ble det belyst at dannelse av en felles mental modell var innarbeidet i forhold til elitehåndball-lag og eliteishockey-lag, for å se hvordan spillerne skulle fremtre i et kollektivt system under kampgjennomføringen. I forhold til det første perspektivet, rapporterer informantene at bruk av video som analyseringsverktøy for å observere motstanderlagene, var vanlig. Tidsbruken trenerne legger ned i slike forberedelser, varierer med bakgrunnen i prestasjonene til laget i løpet av sesongen. Trener 1 beskriver at i en periode, gjorde de utelukkende taktiske forberedelser ved å berøre perspektiv 1, men at dette har endret seg over tid. Informantenes bruk av video under kampforberedelsene, samsvarer dessuten med litteraturen som Carling, et al. (2005) fremlegger angående bruk av video som et nyttig analyseverktøy for å studere styrker og svakheter hos motstanderne, og nytte informasjonen til de taktiske beslutningene som gjøres. Trener 2 og Trener 4 er ganske tydelige på at de gjør nettopp dette, og bruker mye tid på det, noe som danner grunnlag for de taktiske forberedelsene til kampene. Dette samsvarer også med undersøkelsen til Giske, et al. (2015), som belyser at trenerne både etablerte og videreutviklet en egen felles mental modell, samtidig som de også bearbeidet felles mentale modeller inn mot spesifikke motstanderne. Trener 4 poengterer dette tydelig i dette utsagnet:

”Ellers så er det en baktanke når vi spiller 8 mot 8. Da spiller vi den formasjonen, da skal vi arbeide med det. Og da vil jeg se det. Mens en gjerne nå spiller vi med en ellever da må vi jobbe med disse ballbanene, og på den må vi jobbe med det presset, vi jobber med avstand og vi jobber med... Det er veldig mye taktisk slik. Det er lite sånn bare fritt, nå bare spiller vi, nå har vi det litt gøy. Og det kan på en måte bli for mye på den taktiskanalytiske biten i sekvenser når vi er på banen. Stopp! Nå skal vi spille bakover her. Få ballen tilbake igjen. Visst den går fremover. Ja da er vi 4 mot 3 ok da får vi den situasjonen på nytt.

Bort til han fremover, 4 mot 3 ok. Sant... Så nok så krevende på den analytiske biten på treningsfeltet hvordan jeg vil at det skal se ut. Det kan være krevende og det kan bli kjedelig. Særlig fordi som ikke er så mye involvert i... og det har jeg fått tilbakemeldinger på, når jeg selv har blitt evaluert også at mange føler nok at jeg er veldig på coaching og veldig på de som er i elleveren. Mens de andre føler seg litt glemt” – Trener 4

Utsagnet kan tilsynelatende tolkes som at utarbeidelsen av felles mentale modeller, er sentralt for coaching-prosessen i forberedelsen på hvordan laget skal spille i den kommende kampen. Treneren er bevisst på hvordan han vil at laget skal opptre i den aktuelle kampen, når han baserer treningsøktene spesifikt inn mot kampsituasjon. Tilbakemeldingene fra trenerne under de taktiske forberedelsene preges i stor grad av taktiske instruksjon som også belyses i teorien.

Trener 4 opplever det som en utfordring når det kommer til kommunikasjon og instruksjon til de spillerne som ikke er tildelt en plass i laguttaket. Faglitteraturen viser at den største delen av kommunikasjon fra trenere til spillere, er instruksjon for å forberede spillerne (Potrac, et al., 2002; Potrac, et al., 2007). Videre kan dette synes å være en belastning for coaching-prosessen, på grunn av at de spillerne som ikke involveres i de felles mentale modellene, ikke får samme mengde instruksjon og tilbakemeldinger på deres roller innad i laget. Dette kan påvirke utviklingen av spillerne i negativ retning, både emosjonelt og taktisk (Côté, et al., 1995; Giske, et al., 2015). Denne kommunikasjonen med spillerne kan også ses i lys av den flerdimensjonale lederskapsmodellen til Chelladurai (1990) som sier at den foretrukne lederatferden fra spillernes side, ikke er gunstig for de som ikke involveres i samme grad. Dette vil være en faktor som kan få negative konsekvenser for både prestasjon og tilfredsheten for spillerne og treneren i forbindelse med trening og kamp. Alle må bli sett, hørt og snakket til. Når spillere som ikke opplever samme grad av instruksjon og tilbakemelding fra treneren, og som ikke opplever treneratferden som optimal, vil det påvirke det mellommenneskelige forholdet mellom disse spillerne og trener (Enoksen, et al., 2014).

Trener 3 beskriver videre en forsiktighet ved å bruke for mye tid og anstrengelse på analyse av motstanderen, siden han opplever at jo mer tid en bruker på det, desto større frykt kan en skape for seg selv og spillerne. Derfor prøver han å berøre perspektiv 1 kun ved å fokusere på hva eget lag må arbeide videre med i forhold til eget spill for å optimalisere prestasjonene. Begrunnelsen fra Trener 3 spriker litt både fra de andre informantenes rapportering og det som faglitteraturen beskriver. At Trener 3 opplever frykt for å bruke for mye tid på

motstanderen, kan tyde som at han er skeptisk til at han selv og laget skal legge for mye fokus på motstanderens spill, der den strategiske kampplanen bygges på motstanderens styrker og svakheter, og ikke på eget lags styrker. Dette sier Trener 3 har med å gjøre at han frykter for seg selv og laget, at de undervurderer egne styrker. Videre kan dette ses i sammenheng med faglitteraturen fra Isberg (1997) og Sabock (1985) med viktigheten av at en viser spillerne tillit og oppmerksomhet, og at Trener 3 er observant på at kommunikasjonen med spillerne skal handle om eget lags styrker i oppbygningen til den kollektive kampplanen. Han gir spillerne tillit og oppmerksomhet ut ifra deres egne ferdigheter, og bør ikke fokusere for mye på motstanderen. Trener 3 beskriver videre hvordan han arbeider for å optimalisere lagets taktiske spillemønstre:

”Jeg er veldig opptatt av og ”tichte” opp strukturen hvis det er det som jeg føler er det mest dagsaktuelle. Så jeg bruker mye av det som har vært... Det dagsaktuelle fra sist kamp da til å få ”tichte” opp liksom til å gjøre det bedre. Det kan være generelt noe vi jobber med, men det kan også være på å hente inn åpenbare ting som vi ikke var gode på. Så jobber vi en del med det den uka frem mot kamp. Så spesielt fra onsdagen frem mot kamp så er vi... Da er det rettet frem mot det som skal skje på lørdag eller søndag. Og så tenker jeg en del på hvilke spillere her er det som fungerer sammen. Er det justeringer i laget vi skal gjøre osv... Skal jeg bytte ut den og den, eller skal jeg prøve med 2 på topp i stedet for den. Så det er alltid noen slike justeringer i forhold til formasjon da eller måten vi skal spille på. Så jeg ser egentlig mest på våre egne spillere og hvem jeg har til rådighet og hvordan jeg skal få oss til å... eller til å optimalisere det.” – Trener 3

Trener 3 virker å være bevisst i forhold til å utvikle og forbedre lagets spillestil. Dette samsvarer også med teorien om å utvikle mentale modeller (Giske, et al., 2015). For å bygge opp tryggheten, må eget spill være avgjørende for å skape gode prestasjoner, og ikke bare være avhengig av hvordan motstanderne spiller.

Rapporteringen fra informantene bygger videre på det som kommer frem i litteraturen, at trenerne legger ned mye tid på å analysere motstanderlagene inn mot aktuell kamp for å være taktisk forberedt på hva de risikere å møte (Carling, et al., 2005; Orlick, 2008). Samtidig rapporterte disse at de aldri brukte mye tid av fremvisning av video for spillerne. Carling, et al. (2005) fremhever viktigheten med at videoanalyse gir en visuell beskrivelse av styrkene og svakhetene til motstandernes spill. Dette samsvarer med trenernes rapportering i forhold til bruken av video. Rapporteringene belyste også at det måtte en involvering av assistenttrenerne til i videoanalyse av motstanderlagene i den taktiske/kognitive forberedelsen. Dette var selvfølgelig for å være flere som observerte motstanderlagene, og ikke bare én.

Rapportering: Assistenttrenerinvolvering og spillerinvolvering i den taktiske forberedelsen

”Som regel er det meg og assistenttreneren som tar oss av det. Utelukkende så er det vell det. Jeg vet at enkelte andre klubber har egne analyseansvarlige men vi er ikke så stort apparat så det blir, meg og assistenttrener som tar oss av det” – Trener 1

”Vi har en ledergruppe på 5 etablerte spillere. Som vi har jevnlig møter med hvor jeg bruker dem som litt forlenget arm. I stedet for kaptein og visekaptein så har jeg tatt med 5 spillere. Nettopp på grunn av at jeg følte at dem må få større forståelse i forhold til hvordan jeg tenker og vi tenker. Og få mer erfaring i forskjellige settinger. Men det er ikke slik at vi gjør det før hver kamp. Vi har kanskje møte en gang i måneden. Men når det gjelder jeg og assistenttrener og keepertrener, vi trenerne har mye møter innen hver kamp. Og det er selvfølgelig at 3 hoder tenker bedre enn ett hode. Så er det viktig som jeg ser det å involvere dem slik at dem får et eierskap, og lar dem føle at de er med. Det har med å utvikle dem også og.” – Trener 2

”Ja det gjør jeg tidlig. Forholdsvis tidlig. Kapteinen noen ganger, ikke alltid og assistenttrener. Men når det kommer til den siste fasen så stoler jeg mest på meg selv og det er fordi at jeg har vært veldig sånn sosialdemokratisk på assistenttrenerne tidligere, og la andre ha meninger og hørt på det. Jeg innser kanskje at det er jeg som har den beste ”feelingen” på det... altså ”fingespitzengefühlen”, er tettest på, har gjort flest vurderinger i løpet av uka, og jeg ser at det i 99 % av tilfellene er rett.” - Trener 3

”Ja da er det som jeg sier assistenttrener i tilfellet at vi ser det sammen eller at vi ser det hver for oss også diskuterer hvordan. Men mye har jeg gjort alene også det må bare være de siste årene at vi har vært to ellers så har jeg sittet mye alene. Men jeg er nesten nødt, og føler at jeg er nesten nødt til å se det altså. Det er utrolig. Jeg har ingen god følelse visst jeg går inn i mot kamp uten og være helt klar på hvordan det er.” – Trener 4

Det er lite forskning på og informasjon om assistenttrenerens rolle i et lag, og opp mot hovedtreneren i laget. Wiström (1990) belyser imidlertid viktigheten av å benytte seg av assistenttrenerne og andre trenere til å bistå i analysen av motstanderlagene. Samtidig beskriver han at ved denne formen for delegering av oppgaver, kreves det at hovedtreneren lytter til deres synspunkter og markerer at en lytter til dem. Informantene bruker også andre støttespillere til dette, og først og fremst assistenttrenerne i de respektive klubbene. Trener 3 forklarer at han tidligere år lyttet mer til assistenttrenerne og var mer demokratisk enn hva han er nå, siden han sitter med den største kunnskapen i forhold til vurderingene av laget. Det meste av forskningen om elitetrenere, belyser hovedtrenerens rolle og de ulike dimensjonene som omhandler praksisen deres. Informantene rapporterte at assistenttrenerne var med på analyseringsarbeidet. Ingen av de nevnte informantene rapporterte at de hadde noen

spesifikke analyseteam som tok seg av disse forberedelsene, siden økonomien i de fleste tippeligaklubbene ikke tillater det.

Trener 2 og Trener 3 rapporterte også involvering av spillerne i sine taktiske forberedelser. I Trener 2 sin klubb hadde de satt sammen en ledergruppe på 5 spillere (kaptein, visekaptein og 3 andre spillere), der de hadde jevnlig møter. Vi har begrenset vitenskapelig forskning som belyser hvordan spillerinvolveringer er med på danne kampstrategien. I forhold til informantene, kan dette ses på som en strategi for å skape sterkere relasjoner mellom spillerne og trenere, der det virker som om trenerne er bevisst på å la spillerne få innflytelse og eierskap til den taktiske kampplanen. Stapley (2002) beskriver at det handler om å kunne forstå spillernes tanker og følelser ut ifra valgene de gjør, ved at treneren klarer å sette seg inn i spillernes posisjoner (Stapley, 2002). Trener 2 rapporterte at det kunne være nyttig å spørre de som faktisk spiller ute på banen hva de føler og tenker frem mot kommende kamp, og hva som kan være hensiktsmessig og taktisk riktig å gjøre i forberedelsene inn mot kampen. Utsagnene til Trener 2 og Trener 3 tyder på at disse bruker en demokratisk trenerstil i den taktiske forberedelsen, siden de involverer spillerne i så stor grad under forberedelsene, men at de samtidig er bevisst på de sitter med den største makten i forhold til beslutningsprosessen. Dette samsvarer med faglitteraturen som belyser at det er et kontinuum blant ytterpunktene i trenerstilene til elitetrenere (Lyle, 2002; Martens, 2012). Videre skal det fremlegges hvordan taktiske spillermøter ble gjennomført med spillerne.

Rapportering: Taktiske spillermøter

”Det er som regel onsdagen det blir brukt men det er helst på treningsfeltet. Via ett øvelsesutvalg om det er ett bestemt type press-spill du skal, høyt eller lavt, om det er en formasjonsendring, om det er en 3'er i midtbaneleddet, eller en 4'er. Så blir det gjort på onsdagen eller torsdagen og fredagen. Så da blir det gjennomsyret da litt som jeg sier. Da skal øvelsesutvalget være deretter, da skal spillet være deretter og da skal lagsammensetningen være deretter. Så det hender aller helst onsdag, torsdag og fredag, alle de 3 øktene. Da har du momenter om hvordan du ønsker å fremstå på søndagen.” – Trener 1

”Når vi trener så trener vi ca klokken 3 da. Da møter vi ferdig byttet kvart på 3. Og da tar jeg ting på tavlen og involverer der, og da tar vi ett kvarter. Så går vi ut og så trener vi. Så kan det være situasjoner der ute at vi prater om de ute på banen eller feltet. Så vi har ikke noen lange møter, det lengste vi har er når vi kommer til evalueringen.” – Trener 2

”Jeg kan tenke meg det var ikke siste treningen inn mot kamp, men to dager før kamp at vi der kunne ha en... ett kvarter til en halvtime da, hvor vi har en teori i forbindelse med den treningen. Og gjerne før treningen før vi går ut. At vi da har

en seanse som på en måte bygger om mot kampen, taktikk, og spillere og slikt. Når vi dagen før kamp så er det snakk om 5 minutter eller noe slik. Da får di laget og her tenker vi, sånn tenker vi og da skal vi sånn og sånn. Og da er det på en måte en oppkjøring til spiller møte dagen etter på.” – Trener 3

”Når vi trente torsdag og lørdag så følte jeg meg nesten nødt til at jeg... ikke så mye, men litt innom det på torsdag. For da var vi litt i den taktiske biten. Det trengte ikke å være så mye på torsdagen, men litt da. Men lørdagen så var det en del. Da kunne det gjerne være 20 minutter eller 25 minutt foran trening på hva og hvordan. Jeg tror du... du skal være forsiktig på lengden og på den og på hvor mye en skal gjøre. Fordi det tapper energi det også. Så du skal være ganske forsiktig med at en klarer å sile ut det som virkelig er kjernen. For fotball skal være gøy, det skal være lekende, det skal være noe du gleder deg til, ser frem til samtidig skal du ha en forventning av, eller å være klar over hva som venter deg. Men å sitte og høre på for mange detaljer det kan bli kjedelig, og det tror jeg på en måte dreper gjerne litt av det lille ekstra energien som vi vil ha ut.” – Trener 4

Trenerne rapporterte at de i gjennomsnitt brukte 15-30 minutter på de taktiske spiller møtene i garderoben i forbindelse med kampforberedelse. Trener 2 rapporterte at de heller brukte mer tid til spiller møter i evalueringene etter kampene, mens Trener 4 fremhever at slike typer møter ikke måtte dras ut i tid, siden det kunne være ”energidrepende” for spillerne.

Rapporteringen viser at informantene har utviklet en tydelig systematikk i forhold til de taktiske forberedelsene, der systematikken får konsekvenser for treningsinnholdet de siste øktene inn mot aktuell kamp. Det meste av de taktiske forberedelsene som spillerne tok del i, foregikk på treningsfeltet. Dette har også undersøkelsen til Giske, et al. (2015) hevdet, hvor treneren arbeidet aktivt med å skape felles mentale modeller som et virkemiddel for å fremme lagprestasjoner. Dette startet som en regel midtveis i en uke når lagene var ferdig med evalueringsarbeidet etter kampen som ble spilt sist. Møtene virker å være preget av et kommunikasjonsmønster hvor trenerne gir instruksjoner til spillerne. Rapporteringene belyser at trenerne legger stor vekt på at de taktiske spiller møtene er sentrale i utarbeidelsen av en felles strategisk kampplan. Sentrale taktiske faktorer fra trenerens analyse av motstanderlaget, står derfor sentralt for planleggelsen av kampgjennomføringen. Det kan imidlertid tolkes som om informantene er bevisste på å ikke bruke for lang tid på taktiske spiller møter i garderoben, siden det kan være trøttende for spillerne å få mye informasjon om motstanderne. Ved rapporteringen av bruk av spiller møter, ble det dessuten også her rapportert bruk av video i forhold til motstanderlag.

Rapportering: Videoeksponering av motstanderne for spillerne

”Ja det kan være video via bilder, det kan det være. Men vi har ikke tradisjon for utbredt bruk av bilder, det har vi ikke. Men det blir benyttet.” – Trener 1

”Nei vi har gjort det enkelte ganger. Men vi har ikke gjort det så veldig mye. Men det har litt med utstyret. Hadde vi hatt og det hadde ligget til rette med TV-skjerm i garderoben og alt hadde ligget til rette så kunne du brukt det. For det har jeg gjort før i andre klubber med mer ressurser for og kunne forsterke det du sier. For å ha en større effekt. Og vi bruker det i evalueringen ved at vi ser igjen situasjoner hvor spillere blir tatt inn her (kontoret) enten 1 og 1 eller i lagdeler. Så kan det være om hele laget samles og da rigger vi opp skjermer, storskjermer og hele pakken. Men det er ikke så ofte vi gjør det. Men det er litt som hvilke faser vi er i. For det er litt om vi har tapt mye så kan det være at ok nå må vi sette oss grundig ned og se om hva det er. Så kan det var når vi vinner kamper så går det litt av seg selv. Så kan det var om vi vinner veldig mye så kan det var at om det er noe vi kan bli enda råere på og forsterke. Du varier litt lengde på de evalueringsmøtene etter hvordan ting er.” – Trener 2

”Vi bruker ikke alltid video, men vi bruker mer ”flippover” og tavle. Taktikktavle... Og vi har en tavle på bordet også og vi diskuterer brikker og flytter brikker osv. Vi tar situasjoner og prinsipper og får dem opp på... tydeliggjør dem. Jeg vil gjerne at alle skal diskutere. Jeg vil at alle skal være med å snakke. Det hender også at jeg bare gjør ting med forsvarer for eksempel, bare forsvarsspillerne og går gjennom ting med dem. Lagdel messig bare midtbanespillerne, bare angrepsspillerne.” – Trener 3

”Jeg har ikke mye lagt frem bildene til spillerne som jeg vet de fleste gjør med at du... men jeg viser det på tavla med å føre spillerne igjennom når den og den klubben angriper mot etablert så har du navnene... Du har skrevet opp navnene på... Så er det her vi må ta ut så er det dette” – Trener 4

Rapporteringene belyser at dette ikke var en rutine inn mot hver kamp som trenerne benyttet seg av. Trener 2 hevdet dessuten at ved videoanalyse av motstanderne, har de ikke gode nok ressurser og fasiliteter som tillater at de kan gjøre det i garderoben, men at de heller legger til rette om nødvendig. Han beskriver at det kan være nødvendig etter spesielt en tapsrekke, men også seiersrekke, for å se på hva det er som gjør at de er så gode eller ikke så gode i prestasjonene. Rapporteringene tyder også på at trenerne bruker vel så mye taktikktavle som redskap, som video ved fremlegging av ny informasjon av taktiske disposisjoner. Et likhetstrekk fra rapporteringene, er at informantene er bevisste på at de ikke skal bruke for mye tid på instruksjon under et taktisk spillermøte. I forhold til benyttelsen av videofremleggelse kan det være nødvendig for fremtidig forskning å studere effektene nærmere. Carling, et al. (2005) belyser at videoanalysering er et godt hjelpemiddel for studere nærmere motstanderlagets styrker og svakheter. Det kan være analyse av motstanderlagets

kollektive styrker og svakheter, og hva som kjennetegner deres felles mentale modell, eller enkeltspiller nivå om hvilke egenskaper som kjennetegner deres spillestil.

Videre skal vi se på hvordan organisasjonene eller andre omstendigheter påvirket informantenes taktiske forberedelser.

Rapportering: Opplevelse av press fra omgivelsene

”Å nei ikke. Press utenifra har ingenting å bety. Du er så... Du er ganske fortrolig med den spillergruppen du har så de redskapene en har de kjenner jeg best til. Hvordan jeg benytter meg av dem det har jeg aldri tvilt på. Men der respekterer jeg at andre har andre meninger. Så det er ikke det jeg sier, men jeg kjenner de best.” – Trener 1

”Ja jeg synes at det slik som i denne klubben da er det ikke... Selv om det er alvorlig for at klubben har en veldig , er veldig sterk i distriktet, og det er mange som bryr seg og du har to lokalaviser som følger oss veldig tett så det er... Og du merker at folk har meninger. I Liga Y er det enda mer riksaviser også som er inne, og da er det enda mer trøkk. Men for meg personlig så vet jeg selv hva jeg kan og hva jeg står for og hvordan vi jobber så jeg greier å distansere meg fra akkurat det ytre presset.” – Trener 2

”Jeg gjorde en tabbe ett år med en kamp hvor jeg fokuserer for mye på ”Klubb X” så det blir en sånn frykt greie. Vi hadde til og med et møte hvor vi snakket om ”Klubb X” om hvordan vi skulle slå dem liksom. Det var bortkastet. Vi burde bare oversett det totalt, og bare gått ut og spilt fotball for laget var i egentlig kanonform og vi var i full stand til å slå dem. Så går vi ut og starter med noe håpløse greier hvor vi kommer fort under, og da blir alt gærent. Så nei... Noen ganger så føler jeg at... Og grunnen til at jeg gjorde det var at ledere rundt meg mente at jeg burde snakke med den, og kunne snakke med den og han har sett dem nettopp. Det ble et slags press, og jeg følte for at jeg kanskje burde gjøre det. Og jeg gjorde litt for mye av det og det ble slik.” – Trener 3

”Nei jeg kan nesten... jeg skal ikke si det er motsatt men jeg blir mer... Jeg syns mer det blir litt latterlig når... om det er supportere... det er skjermen, det er ikke de jeg sier. Det er på en måte litt skjermen, med tilskuere, journalister. De skal sitte på sidelinjen, det gjør jeg også når jeg ser Premier League. Det er litt av det som skaper et engasjement at folk bryr seg. At folk skal ha meninger om det, men det blir mer latterlig for meg folk som ikke har sett en trening og så ser de en kamp og så vil de at jeg skal spilt med en spiss. Nei du skulle spilt med to, nei han burde ikke spilt, nei han burde vært der. Hadde jeg gått bort og tatt meg på en måte... Latt meg påvirket av det så hadde vi aldri vært i tippeligaen.” – Trener 4

Tidligere forskning har belyst at press fra organisasjon og omgivelser kan påvirke de taktiske beslutningene til elitetrenerne i forberedelsesfasen. Det kan for eksempel være press fra administrasjon og ledere rundt klubben, om hvilken strategi eller laguttak som er å foretrekke, eller det kan for eksempel være trykk fra media om hvordan en skal fremstå (Olusoga, et al., 2009; Thelwell, et al., 2008b). Informantene rapporterte at de ikke prøver å la presset fra

andre omgivelser virke innpå emosjonene forhold til kampforberedelsene. At personer (i styre, administrasjon, støtteapparat eller spillere) og det rundt (media og supportere), kommer med synspunkter og meninger, er noe informantene virker å ha ta avstand til. Dette fordi de mener at det er de som er hovedtrenerne som har naturligvis den beste oversikten over hva som er det beste å gjøre for laget. Det ble registrert ulik rapportering i forhold til hvor forskjellig grad av press fra omgivelser som påvirket den taktiske forberedelsen inn mot en kamp. Informantene sier at de klarer å distansere seg fra det presset. Det som skiller seg ut og som er verdt å legge merke til, er rapporteringen fra Trener 3, hvor han beskriver hvordan han lot seg påvirke av presset med å rette fokus på motstander i forberedelsen til en kamp. Han ble nemlig påvirket av andre ledere i klubben til å gjøre om på forberedelsene. Dette samsvarer med faglitteraturen som hevder at press fra ledere i administrasjonen, kan fremme stress for elitetrenerne (Thelwell, et al., 2008b). Levy, et al. (2009) fremhever også at press fra organisasjonsmiljøet har en viss innvirkning på trenerens taktiske beslutninger. Derfor vil det være viktig å tydeliggjøre hva som kan forventes av organisasjonen i slike situasjoner med påvirkning på trenerens taktisk inngang. Klare grenser mellom hvilke oppgaver treneren har, og resten av personene i hele organisasjonen i klubben, fremmer Stapley (2002) som en viktig kilde til å oppnå resultater. Trener 3 sin opplevelse av rollekonflikt, kan komme av mangel på samhold i organisasjonen rundt laget (Olusoga, et al., 2009). Dette kan også ses i sammenheng med Côté, et al. (1995) ”coaching” modell som beskriver sammenhengen mellom organisasjon, konkurranse og trening, der distraksjoner fra organisasjonen i klubben kan påvirke prestasjonen knyttet til trening og konkurranse i ulik grad ut fra gitte situasjoner.

Trener 4 poengterer sterkt at han blir ganske provosert over tilskuere og media som uttaler seg, men at det ikke virker inn på hans taktiske forberedelser. Dette kan tyde på at han bruker disse distraksjonene bevisst som en motivasjonsfaktor for å belyse sin kompetanse.

Oppsummering: Kampforberedelse

I forhold til temaet kampforberedelse, rapporterte to av informantene når den taktiske planen for kampgjennomføringen var fastlagt, opplevde de en behagelig følelse. Flere av trenerne opplevde at spenningsnivået økte, jo nærmere kampstarten kom. På kampdagen, rapporterte trenerne at de likte å fylle tiden med fysiske aktiviteter i forkant av kampen. Tre av informantene brukte visualisering aktivt for å forberede seg til kampen under aktivitetene, mens en prøvde å koble kampen helt ut for å få tiden til å gå sammen med barna.

Visualiseringen ble brukt aktivt for å forberede seg til den taktiske gjennomføringen, men også for å kunne bli rolig til de ulike oppgavene de stod overfor.

Den taktiske kampforberedelsen startet som regel med en videoanalysering av motstanderne. Disse bildene kunne bli fremvist for spillerne, men dette varierte fra kamp til kamp, og ble ikke fastlagt som noen systematisk rutine. Informantene beskrev at analysen av motstanderne, var med på danne inngangen til den felles taktiske planen for eget lag. Men samtidig kunne de ikke la motstanderlaget diktere hva de skulle gjøre, og derfor ble det viktigere å ha fokus på eget spill.

4.2 Kampgjennomføring

I forbindelse med kampgjennomføring, belyser forskningslitteraturen at konkurranse- og kampgjennomføring har en sentral innvirkning på elitetreneres emosjoner. Stressfaktorene som oppleves av elitetrenerne under selve konkurransen, er primært knyttet til relasjonen trener/utøver. Samtidig viser det seg at press fra andre distanser i organisasjonen, som for eksempel administrasjon, supporter og media, også er stressfaktorer som kan påvirke elitetreneres emosjoner. (Gould, et al., 2002; Levy, et al., 2009; Olusoga, et al., 2009; Olusoga, et al., 2010; Thelwell, et al., 2008b)

Elitetrenerne opplever et bredt spekter av emosjoner, og de er også personene med den største sportslige ansvaret med mest innflytelse på de taktisk beslutningene knyttet til coaching-prosessen kampgjennomføringen (Côté, et al., 1995). Det gjenstår i det videre å se på kampgjennomføringen i forhold til trenernes emosjoner og til det taktisk/kognitive aspektet.

4.2.1 Emosjoner

I dette underkapittelet ønsker jeg å få frem ulike rapporteringer om hvilke emosjoner trenerne opplevde under kampgjennomføringen, og drøfte opp mot gjeldende teori.

Rapportering: utfordringer

”Den må jeg ha. Den tror jeg alle må ha. Kommer du likegyldig til en kamp hvor du skal prestere, da kan det være litt ”spooky.” Jeg liker å ha den nervositeten for det gjør deg litt på alerten. Det er da du har fingrene litt ute.” – Trener 1

”Nei det er å få være rolig og få oversikt på hva som hender faktisk. Det er greit at du skal være engasjert, men hvis du blir så veldig opphengt i, at engasjementet blir så stort i forhold til... Du lever så med i kampen så mister du noe av... hva skal jeg si... Oversikten. Så jeg prøver å være rolig, når da etter kampen husker jeg veldig godt situasjoner og hvordan ting ser ut selv om det går veldig fort utpå der. Så er det mange ganger jeg har blitt revet med og. Særlig når jeg var litt yngre, da ble du kanskje veldig engasjert også husker du omtrent ingenting fra selve kampen. Du må være rolig, du må se og du ser raskt om motstanderen gjør det som du trodde eller om de har gjort noe annerledes siden dem skal møte oss. Da må du bare gi beskjed til kaptein at ok nå gjør dem det. Og ”ja jeg har sett det selv jeg også.” Så du prøver hele tiden å være reflektert og analyserende.” – Trener 2

”Det kan være visst det er mye slike uforutsette ting og det skjer mye rett før kampstart. Da syns jeg det er ubehagelig. Jeg vil ha ro jeg, jeg vil ha fred, jeg vil konsentrere meg. Hvis det er mye, hvis det er folk som skal ha tak i deg og ditt og datt. Hvis det er TV der og det er radio der og slike ting så syns jeg det kan være stressende. Er jeg i balanse og helt rolig så er det helt greit at jeg gjør det, men hvis jeg får for mye tytt, altså for mye greier og for mange slike uforutsette greier som dukker opp rett før så syns jeg det er ubeleilig. Jeg vil helst ha fred, jeg vil helst bare ha noen minutter der jeg kan sitte for meg selv og konsentrere meg inn mot kamp. Og ikke ha for mye... For mye oppgaver for å si det slik. Få laget på banen og se at ting går greit. Det kan være utfordrende visst du har spillere som er sure fordi dem er satt ut. Altså som mer åpenbart er med på å skape ubehagelig stemning i gruppa, men det er sjeldent. Men når det skjer så syns jeg det er utfordrende. For da føler du at du må gå også starte med å sette folk på plass på benken liksom. Det er kjipt. Så det syns jeg kan være utfordrende, for det er fokusfjerning. Det tar deg fra det du... Så jeg prøver å ikke la det røre meg, men jeg rører vell heller ikke så mye med det. Men jeg kjenner det på meg altså at slike ting kan være med og ødelegge harmonien for det som skal foregå. Det er... det er fokuset på meg istedenfor laget og det som foregår og det skaper noe slike skyer. Andre ting er visst du får noe skader på oppvarming, rokeringer... Altså uforutsette ting som hender rett før kan være utfordrende.” – Trener 3

”At visst du ser på andre som gjerne kan sitte og være mer analytikere på sidelinjen, mens jeg blir veldig på og engasjert og ja. Klarer liksom ikke å sitte i ro. Klarer liksom ikke å ok. Nå noterer jeg ned det. Jeg er veldig, ja veldig engasjert på det som hender og kunne kanskje med fordel vært noe roligere. Men det og er vanskelig fordi av og til er det smittende på spillerne også med at du er på der og smeller på. Og klapper litt på der og der, og litt munnhuggeri med treneren på andre siden. Så jeg er veldig på når en er der. Så det er klart det også på en måte. Hva skal jeg si. Du har ett spillesystem som du tror på. Noe som du har arbeidet med hele uka. Og så har du en plan b. Og så har du noen spillere som du på en måte har veldig tro på. Som du mener er egentlig de beste eller bør spille. Så det er vanskelig visst du ser at de ikke fungerer og endrer over. Gjerne ikke til plan b men du må gjerne litt over på plan c, og bytte litt spillere og sette inn på noen som du ikke helt vet hva du får. At der kan det gjerne være... vil ikke si feig, men du vil gjerne på en måte. Du går mer på det trygge du bare fortsette og dure på her så kommer dette, så snur det.” – Trener 4

I forhold til kampgjennomføringen, opplevde de ulike informantene ulike utfordringer som påvirket dem emosjonelt. Det å kontrollere engasjement var noe som Trener 2, Trener 3, og Trener 4 så på som en utfordring under kampgjennomføringen. Informantene beskriver, i likhet med Isberg (1997), at å være analytisk og å ha konsentrasjonen på kampforløpet, er avgjørende for trenernes kampledelse. Trener 1 beskriver at han er avhengig av å kunne kjenne litt på nervøsiteten, slik at han ikke opptrer likegyldig under kamp. Dette er noe som han også beskrev at kunne være utfordrende og krevende når en ikke kjente til denne følelsen inn mot enkelt kamper. Ut i fra faglitteraturen er det tidligere belyst fra elitetrenere at stress også kan ha en positiv effekt ved at det er et motiverende verktøy som gjør en observant på problemene en møter (Frey, 2007). Dette kan også ses ut fra Trener 1 sitt perspektiv, at han er mer konsentrert om kampanalyseringen ved at han føler så sterk tilstedeværelse under kampgjennomføringen.

Trener 3 påpekte også at selekteringsprosessen i forhold til laguttak, var en utfordrende oppgave under kampgjennomføringen. Dette, fordi han kan oppleve at noen av spillerne har mistillit til de taktiske beslutningene. Treneren vil derfor ikke samsvare med alle utøvernes foretrekkende lederatferd. Dette kan ses i forhold til Chelladurai (1990) sin flerdimensjonale modell, hvor det kan være en negativ situasjonskarakteristika eller medlemskarakteristika som kan påvirke lagets prestasjon og tilfredshet i en negativ grad. Trener 3 rapporterte at dette hadde en negativ innvirkning på harmonien i laget, og det gjorde at spillerne fokuserte på dette fremfor de oppgavene som de var satt til. Trener 4 beskriver at han føler at det er utfordrende om han ikke får optimale prestasjoner under kampgjennomføringen. Da må han endre kampstrategi og benytte seg av spillere som han er usikker på. I lys av tidligere forskningen, blir laguttaket belyst som en mulig stressfaktor for trenere. Som beskrevet, er dette spesielt komplisert innenfor lagidretter som for eksempel fotball, fordi det er utfordrende å finne gode målevariabler ved å se på tidligere resultater for å predikere fremtidig suksess (Johansson, 2010). Tidligere resultater innen lagidretter gir indikasjon på hvem som var best, men beskriver lite om kvaliteten på den enkeltspillers prestasjon. Dette samsvarer med Trener 3 og Trener 4 sine utfordringer knyttet til selekteringsprosessen under kampgjennomføringen. Trenerne rapporterte også opplevelsen opp mot det å ha hovedansvaret for kampgjennomføringen.

Rapportering: Hovedansvar

”Det tynger ikke. Jeg synes det er gøy. Det er gøy å ha innvirkning på det som hender utpå banen for du kan justere ting underveis. Eller du kan gjøre bytter som får en innvirkning på resultatet. Akkurat det trives jeg med, jeg synes det er gøy... Men da går du så inni en atmosfære at du nesten ikke får med deg hva som hender rundt. Du går inni en boble som er alt opp spisende med fotballen.” – Trener 1

”Ja det synes jeg er greit. Jeg har vært og som assistent. Da blir det en litt annen rolle. Du har litt andre arbeidsoppgaver og da jobber du litt mer mot enkeltspillere. Litt som når vi går tilbake i garderoben og prater litt med enkeltspillere. Men som hovedtrener så har du liksom helheten. Som type så er jeg nok mer hovedtrener enn som assistent for å si det slik.” – Trener 2

”Det opplever jeg som på en måte komfortabelt. Eller jeg ville følt det ubehagelig visst jeg ikke følte det. Jeg føler alltid når kampen kommer i gang så er jeg veldig rolig. Da... Jeg kan være nervøs, og jeg kan være spent, men når kampen er i gang da er på en måte da er det det som foregår så får min oppmerksomhet kan du si. Så jeg blir normalt sett ganske rolig.” – Trener 3

”Det liker jeg. Jeg kunne ikke tenke meg og sittet der og ikke hatt det.” – Trener 4

”Det er vanskelig å si hva det gjør, men jeg liker liksom å stå i det der når det virkelig brenner og det står på, og krigen er der. Så liker jeg jo det at nå kan jeg stå og ta de avgjørelsene og foreta det som... Det hadde kriblet veldig å sittet stilt og rolig der og måttet kjent at en annen stod og gjorde det. Men det er nok kanskje for jeg er vandt med det. Fordi at jeg har gått i det sporet så lenge og.” – Trener 4

Som allerede nevnt, har trenerne i norsk toppfotball hovedansvaret for kampgjennomføringen. Men hvordan opplever informantene det å være den som sitter med dette hovedansvaret under kamper på elitenivå? Informantene beskriver at de sitter med følelsen av at det er komfortabelt å sitte med hovedansvaret. Både Trener 2 og Trener 4, som også har vært assistenttrener tidligere, beskriver at de føler seg mer til rette med å ha hovedansvaret enn å være assistenttrener. Dette på grunn av at det er de som har det avgjørende og siste ordet i valgtakningene til den strategiske planen for kampgjennomføringen. Trener 3 beskriver at han kan kjenne på følelsen av nervøsitet, noe som han også ser igjen i starten av kampene, men at dette går over, og han betegner seg da som rolig. Det er ikke funnet tilstrekkelig forskning som belyser hvilken oppfatning elitetrenerne har av å sitte med hovedansvaret under konkurranse/kamp, annet enn at elitetrenerne kan kjenne på at de føler seg i en isolert rolle (Olusoga, et al., 2009). Dette skal beskrives videre med den forskningen som er fremlagt om de ulike stressfaktorene som påvirker trenerne under kampene.

Trenerne rapporterte følgende stressfaktorer knyttet til kampgjennomføringen:

Rapportering: Stressfaktorer knyttet til kampgjennomføring

”Tanken på ett rødt kort kan stresse meg litt.” – Trener 1

”Det er. Eller stresset vil jeg ikke bruke, men fortvilet. Det er når det ikke fungerer. Når du ser at her stemmer ikke verken rytme eller du ser at folk ikke er helt på og du prøver helt fortvilet for du skjønner at det ikke bare er en spiller. Er det en spiller så kan du prøve å hjelpe han og visst ikke det hjelper så må du bare bytte han. Men du ser det at der kollektivt så er det en slik... Og føle at dem ikke er på. Det fungerer ikke. Det er der og publikum begynner å pipe og kroppsspråket er... Når alt bare, du føler alt bare går til helvete for å si det rett ut. Og da har du... Vi har hatt noen slike kamper også at etter kampen så... For det første så er det en utrolig vond følelse i selve kampen. For du føler hele treningen og spenningsnivået og oppbygningen gjennom uken har vært fantastisk. Så plutselig er det ingenting som stemmer der ute. Og da er slik at folk må jo begynne å lure på hva det er vi holder på med hele uken. Den følelsen der , for den går litt på stoltheten og produktet du skal levere og så er du ikke i nærheten av, langt unna minste nivå. Da føler du deg stresset.” – Trener 2

”Det som kan gjøre meg stresset under en kamp, spesielt på en vårsesong tidlig i en sesong det er hvis det hender mange ting på en gang. Også om det er noe som tar oppmerksomheten min bort fra spillet” – Trener 3

”Jeg kjenner det visst vi ikke er på i forhold til forflytningene. Eller visst vi ikke holder oss til den kamplanen vi har lagt. Det går litt på innsatts, vi trekker oss i duell. Elle litt som jeg sier litt om dette med ”passion” og det at en er dedikerte og at vi ikke er på på det enkle basistingene som vi har snakt om. Da blir jeg veldig frustrert og forbannet.” – Trener 4

I forbindelse med hvilke stressfaktorer som påvirker elitetrenerne, er det som i undersøkelsen til Thelwell, et al. (2008b) flere dimensjoner ved konkurranseforløpet som påvirker stressemosjonene for trenerne. Ved informantens rapportering, er det til dels ulike resultater i forhold til situasjonene som fremprovoserer stress. De taktiske elementene knyttet til utøverne, påvirker den emosjonelle tilstanden, og belyses sterkt ut fra utsagnene til informantene. Spillere som ikke er mentalt tilstede og som ikke holder fokus på å følge den planlagte taktiske strategien, opplevdes som stressende for Trener 2 og Trener 4. Dette kan også ses i sammenheng med faglitteraturen som fremhever elitetreners stressfaktorer knyttet opp mot utøverne i kamp- og konkurransesituasjon (Olusoga, et al., 2009; Olusoga, et al., 2010; Thelwell, et al., 2008b). Orlick (2008) beskriver at når utøvere og trenerne innenfor eliteidretter er fokusert, klarer en å være engasjert i det en gjør. Trener 2 rapporterer at frustrasjonen kjennes spesielt når forberedelsene i inngangen har vært optimale, mens det under kampgjennomføringen er ingenting som fungerer. Trener 3 rapporterte at distraksjoner som fjernet fokuset bort fra kampforløpet, påvirket emosjonene og kunne virke stressende.

Derfor ville distraksjoner påvirke negativt når det gjaldt hans fokus på den taktiske analysen under kampforløpet, som også vil diskuteres senere i diskusjonen.

Situasjoner med uforutsette hendelser som for eksempel røde kort, skader på egne spillere eller feilaktige dommeravgjørelser, belyses fra videre fra faglitteraturen som kan fremprovosere stress, og ha en negativ påvirkning på treneres emosjoner (Stapley, 2002). Trener 1 forklarer videre opplevelsene angående uforutsette hendelser som mulige stressfaktorer under kampgjennomføringen:

”Ja uforutsette ting som du ikke har helt kontroll på kan stresse meg, men. Nei det som tenner mest på meg er oppførsel til motstanderlagets trener og dommer og 4. Dommer. Det er vell... Og publikum selvsagt, om det kommer noe gale fra publikum kan det bite seg fast i bakhode” – Trener 1

Trener 1 belyser at oppførselen til dommere etter svake avgjørelser, og oppførselen til motstanderlagets trener, er med på å øke temperamentet og engasjementet. Dette kan ha en negativ innvirkning på oversikten og analysen under selve kampgjennomføringen. Det som strider imot nettopp dette, er forhold som Trener 2 rapporterer, om at uforutsette hendelser ikke virker inn på hans emosjonelle tilstand i nevneverdig grad:

”Nei det stresser ikke fordi det har jeg vært mental gjennom før da, at det kan hende.” – Trener 2

Trener 2 har i sine mentale og taktiske forberedelser allerede vært igjennom de ulike scenarioene, slik at han vet hvilke taktiske grep han må gjøre i forhold til de ulike situasjonene han møter, og disse situasjonene påvirker ikke negativt inn på emosjonene. Dette kan være vanskelig å belyse, og få medhold i fra forskningen som har blitt gjort, det at dette ikke påvirker inn på emosjonene til Trener 2. Det belyser imidlertid hvilken avgjørende betydning bruk av mentale teknikker for elitetrener har i forberedelsen til kamp, og hvilken positiv gevinst det kan skape for trenernes emosjoner å ha dette på plass før kampen (Freitas, et al., 2013; Thelwell, et al., 2008a). Ut fra rapporteringene til hvilke stressfaktorer informantene opplevde, beskrev også Trener 1 at publikums reaksjoner kan påvirke emosjonene. Det som litteraturen beskrev om at trenere bruker mental teknikker i forberedelsene til kamp, samsvarer også med rapporteringene (Freitas, et al., 2013). Ut fra rapporteringene i forhold til opplevd press fra omgivelser, er det flere likehetstrekk som bør og skal belyses nærmere i neste avsnitt.

Rapportering: Press fra omgivelsene

”Du merker ikke så stor press da. Det er mer det og... Presset for å få frem en godt prestasjon det kjenner du på. At du lyst til å spille god fotball. Den kjenner du på. Men det er, det er tungt å høre på mishagsyttringer i fra tribunen. Enten det er til meg eller det er til spillerne så synes jeg det er tungt å høre det og det er ikke gøy å høre. Da tenker du på hvorfor faen du gidder dette her. Dere skal få si meningen deres, men enkelte ganger kan det være greit å pakke det litt bedre inn enn å være så direkte negativ tenker jeg.” – Trener 1

”Vi hadde en kamp mot ”Klubb X” her ett tidligere år hvor vi tapte 5-0. Og låg under 4-0, det var 5-0 nesten etter en halv time. Da byttet jeg 2 mann. Da byttet jeg 2 mann for da måtte jeg signalisere ett eller annet. Og da måtte jeg si til de, og bruke litt tid på de to etterpå og si at jeg kunne tatt hvem som helst. Men her måtte jeg gjør noe for laget, for å signalisere at dette her gikk ikke og da... Klart da, reiste folk seg opp og gikk, og folk peip. For meg personlig så er det klart at jeg blir lei meg selv også fordi det går på stoltheten min, men jeg tenker mest på spillerne der utpå som er unge gutter som jeg vet er dønn ærlig som blir straffet så veldig, og som ikke helt lyktes. Å få den der pipekonserten, for dem har stolthet dem også. Dem er ikke like flink til handtere det, fordi de har ikke vært i slike situasjoner så mange ganger. Så jeg får mest følelser på spillerne og da er slik at etter sånne kamper går jeg aldri og henger ut spillere, da tar jeg heller skylden selv. At det er feil strategi og det er mitt ansvar. Det er ikke sikkert det er feilt strategi, men jeg sier det og påtar meg det for å ta av noe press. Og når vi gjør det bra så dyrker du spillerne og slike ting, og toner ned...” – Trener 2

”Det gjør jeg ikke. Nei det gjør jeg ikke. Det er... Jeg er så i spillet med spillerne at da føler jeg ikke press fra noen hold andre enn... Jeg er nok sånn, veldig i akkurat laget og meg og kampen at da er det det som foregår. Alt annet er under kampen borte. Jeg evaluerer ingenting underveis, eller lytter til andre ting eller føler meg presset av noe annet, det gjør jeg ikke i det hele tatt. Jeg er hele tiden bare opptatt av hvordan vi skal få det resultatet best mulig,” – Trener 3

”Det gjør du jo... Ikke press, men du merker mer en irritasjon. Visst det liksom begynner at... litt sutring, piping eller ett eller annet fra... Når du ser at guttene vil og de står på at det liksom... Det er små marginer her og da kjenner du mer at det er en irritasjon. I forhold til det, men....Sjelden jeg blir skuffet. Jeg blir mer forbannet. Mer forbannet og mer... men av og til så er det på sin plass om du spiller hjemme og du ligger under 3-0 så er jeg helt enig. Men det er mer dette om der er 0-0 eller ligger under 1-0 hjemme mot klubb X og du er fortsatt litt inni kampen og så begynner på en måte folk og liksom melde seg... vende seg litt mot guttene utpå der. Da syns jeg det på en måte ikke er på sin plass fordi vi møter ett lag som vi skal ha en ekstrem god dag for i det hele tatt klare å slå” – Trener 4

I forhold til å føle press fra omgivelsene inn mot de taktiske beslutningene under kampgjennomføring, rapporterte flesteparten av informantene at misnøye fra publikum kunne påvirke deres emosjoner. Samtidig gjorde ikke opplevelsen at det økte presset på informantene, og deres taktiske beslutninger. Av trenerne i undersøkelsen, rapporterte tre av fire at misnøye fra publikum påvirket emosjonene deres og leder til negative tanker. Trener 1

og Trener 2 rapporterer at de kunne bli emosjonelt lei seg av å høre på det. Trener 4 beskrev derimot at han ikke ble lei seg eller skuffet, men at han i stedet kunne føle emosjoner som irritasjon, samtidig som han videre beskrev at han aksepterte det om spillerne ikke presterte som forventet. Dette fordi det ville være lettere for ham å være enig med publikums misnøye. Utsagnet til Trener 4 kan tolkes som at han ikke stiller spørsmålsteget ved sine egne beslutninger og valg i forhold til hva som kan forventes av ham og de taktiske forberedelsene han har utført med laget. Han flytter i stedet ansvaret over på spillerne. Det kan synes at Trener 4 har en stor mestringstro på at de taktiske beslutningene som ble valgt er det som vil være det beste for en god prestasjon av laget.

Trener 3 rapporterte at ytringer fra publikum ikke påvirker emosjonene hans i noen grad. Det kunne ha noe å gjøre med hans tidligere erfaringer som fotballspiller i utlandet, med det publikumstrøkket som han registrerte der. Han beskriver at han er ”så i spillet” at han ikke registrer noe fra det som hender rundt selve kampen. Samtlige av informantene rapporterte at de ikke opplevde press fra administrasjon og øvrige ledere i klubben under selve kampgjennomføringene. Ut fra analysen tolkes det slik at Trener 3 har et så sterkt oppmerksomhetsfokus på kampgjennomføringen at distraksjonene fra publikum ikke påvirker dette i samme grad som det gjør for de øvrige informantene. Trener 3 sin tidligere erfaring som spiller i en internasjonal liga, gjør at han har utarbeidet en ”teknikk” som ikke observerer distraksjoner rundt kampgjennomføringen.

4.2.2 Taktisk/Kognitiv

I dette underkapittelet ønsker jeg å få frem ulike rapporteringer om hvordan de ulike trenerne håndterer sin egen trenerstil under kamp, og hvordan pausen kan benyttes til å gjøre taktiske endringer.

Rapportering: Trenerstil/Lederstil

”Ja den er preget av tilstedeværelse... Så kan den også være entusiastiske... Kanskje vell mye entusiasme enkelte ganger.” – Trener 1

”Jeg vil beskrive det at jeg er rolig, reflekterende og analytisk.” – Trener 2

”Jeg er tilstede, men jeg prøver å være rolig og jeg skulle ønsket jeg kunne vært roligere enn jeg var i fjor. Men det kan noe med kunnskapen og kulturen å gjøre. På slutten var jeg nok mye mer rolig enn til å begynne med, men leder stilen er

nok at jeg er rolig og jeg håper at jeg kan være... informativ. At når jeg roper så er det beskjeder ut som de kan ha hjelp av og nytte av.” - Trener 3

”Jeg er engasjert, veldig på, veldig... og applauderende mer enn å sitte bare i ro og analysere det som skjer.” -Trener 4

Opplevelsen av egen trenerstil under kampgjennomføring, ble det rapportert fra Trener 1 og Trener 4 at deres stiler var preget av veldig mye engasjement. Trener 2 og Trener 3 opplever at de er mer rolige på benken, for å forsøke å analysere kampforløpet, som samsvarer sterkt med det elitetrenere fra undersøkelsen til Isberg (1997), hvor trenere forsøke å være rolige og analytiske for å kunne opprettholde konsentrasjonen til analysering av kampgjennomføringen. Selv om Trener 3 også rapporterte engasjement, belyste han at dette ikke måtte påvirke emosjonene hans:

”Jeg er engasjert, men jeg prøver ikke å la meg rive med det følelsesmessige da, for mye.” – Trener 3

Smith og Cushion (2006) beskriver at elitetrenere ofte er bevisste på bruk av stillhet som en del av treneratferden, slik at spillere skal få mulighet til å tenke selv. Trener 3 fremhever, i lys av Isberg (1997), at kommunikasjonen med spillerne må være begrenset til det taktiske og ikke la engasjementet i form av emosjoner prege kommunikasjonen:

”Det stresser spillerne. Jeg tror ikke jeg kan påvirke spillerne i det hele tatt med noe som helst. Å stå og skrike på sidelinjen er i beste fall bortkastet tid. Så jeg tror ikke på det i det hele tatt. Det er usjarmerende og u... Det tilfører ikke kampen noe som helst, men... jeg har bedt min trener holde kjeft selv når jeg har vært kaptein. Så liksom... jeg vet hvor forstyrrende det kan være, men jeg prøver og forstå hva er det som foregår når ting ikke funker. Hva er det som foregår ? Så prøver jeg da å gjøre noen justeringer i forhold til det. Og derfor prøver jeg på en måte så godt jeg kan og være analytisk på ett eller annet vis. Altså beholde det analytiske blikket som gjør at jeg kan foreta ta meg noe, hvis det er mulig.” – Trener 3

Det kan tolkes som at Trener 3 er bevisst på at selvreguleringen blant spillerne er høyere jo roligere han som trener er fra sidelinjen. Trener 3 beskrev det som unødvendig, og opplevde selv som spiller at trenere viste for stort engasjement. Dette kan ses i sammenheng med Chelladurais (1990) flerdimensjonale modell, hvor engasjementet som Trener 3 opplever i ulike situasjoner, påvirker lederatferdskarakteristika i negativ grad, noe som vil gi konsekvenser for lagets prestasjon og tilfredsstillelse. Trener 4 nevnte tidligere (sitat under emosjonelt nivå kampløp) at dette kunne være en utfordring, det å sitte rolig på benken og å være analytisk, og at dette var en handling som han benyttet seg av for å få spillerne skjerpet

og konsentrert til oppgavene de var blitt tildelt. Det kan tyde på at Trener 4 er den som skiller seg mest ut i fra rapporteringene, når han beskriver at han er mer engasjert enn analytisk. Trener 1 beskriver at han kun bruker engasjement som en bevisst handling for å få opp sitt eget aktivitetsnivå, og prøve å få dette over på spillerne:

Av og til gjøre du det bevisst. Som vi var inne på for å få justert tenningsnivået ditt for om du har behov for å få opp tenningsnivået ditt så kan det være at det er bevisst. Men i de tilfellene hvor du ubevisst er negativ til en dommeravgjørelse eller til fjerde dommeren eller til mostander laget så er det feil. Da er det feil disponering av energi. – Trener 1

Samtidig som han poengterer at om en gjør dette ubevisst, er det en negativ handling som er energitappende for hans egen del, og som ikke virker positivt for kampløpet. Videre kan også kan Trener 1 sitt negative oppmerksomhetsfokus ses i sammenheng med Chelladurai (1990) sin modell, der den faktiske atferden påvirker den emosjonelle tilstanden negativt i forhold til å disponere energi på oppgavene han har, for å skape best mulig prestasjon og tilfredshet av under kampgjennomføringen. Under kampgjennomføringen rapporterte trenerne deres opplevelse av utnyttelse av pausen, noe jeg skal diskutere videre.

Rapportering: Analyse og forberedelse inn mot og under pausen

” Nei, sjelden eller aldri. Jeg går til pausen, og da har jeg tenkt mitt og så har assistent treneren som jeg har jobbet med de siste årene tenkt sitt.” – Trener 1

” Nei da har jeg ikke så mye... Det kan var at visst vi vurderer ett spillerbytte så diskuterer vi det. Men ellers så holder jeg tankene for meg selv akkurat der. Så kan det være at assistenten min sier at nå føler han det, så sier jeg at det er jeg enig i. Så da vet han at jeg har kontroll på det.” – Trener 2

” Ja litt assistenttrener, det gjør jeg og de på benken om det er noe de ser. Det kan være spillere også. Litt avhengig av spillerne også, du merker noen av spillerne du har på benken de liker å prate litt og kommentere litt, men altså... Mine vurderinger gjør jeg stort sett på egenhånd, assistenttrener er mer enig i ting om vi ser det samme.” – Trener 3

” Ja det også sa jeg litt. Da er det gjerne at vi liker å ha 3 minutt der vi på en måte setter deg ned stilt og rolig og snakker med en eller to av de nærmeste med hvordan tenker vi nå.” – Trener 4

I forhold til de taktiske vurderingene underveis i kampene og inn mot pausen, legges det frem fra faglitteraturen at pausen er en nyttig anledning for trenere å gi en taktisk analyse av hendelsesforløpet og eventuelt gjøre om på det taktiske (Isberg, 1997). Under kampgjennomføringen og i inngangen til pausen, rapporterte to av fire informanter at de ikke har faste rutiner når det kommer til diskusjon av kampforløpet med sin assistenttrener eller

støtteapparat. Trener 1 og Trener 2 rapporterer at de holder tankene og analysene sine for seg selv, samtidig som Trener 2 belyser at han kan diskutere med assistenttrener om det skal gjøres eventuelle spillerbytter. Trener 4 rapporterte at han diskuterer med assistenttrener og støtteapparat under pausen i forkant av pausepraten med spillerne. Ut fra rapporteringene, kan det videre tolkes at informantene opplevde en stor grad av tillit til deres egne refleksjoner og analyser under kampgjennomføringen, men at de i tilfeller hvor lite stemte overens med de felles mentale modellene, opplevde det motsatte. Trener 4 rapporterte videre at han opplever at inngangen til pausen kan være utfordrende:

”Det er et godt spørsmål faktisk for det er vanskelig. Det opplever jeg som vanskelig. Jeg føler meg litt dårlig på det. Jeg prøver å se hva det er som kan forbedres. Selv om vi leder 7-0 som vi gjorde et år. Kampen er kjørt så det er for så vidt greit, men når spillere ikke, åpenbart ikke har dagen, ikke er på, så er spørsmålet om det har noe å si... med struktur eller taktikk i det hele tatt. Jeg prøver å finne hva er det som forårsaker dette som vi nå er oppe i. Er det for at folk ikke er våkne og påkoblet. Er det fordi vi gjør noen feil taktisk, åpenbart strukturelle ting, er det fordi at vi ikke tørr, er det fordi vi er redde. Så jeg prøver å se om det er noe som sitter i hodet eller om dette er noe som ligger i mine forberedelser og taktisk ting med at de ikke har forstått det osv. Så prøver jeg da... Og det hender at når jeg går til garderoben at jeg er helt tom i hodet, og du vet egentlig ikke hvor du skal angripe det hen.” - Trener 3

Utsagnet fremhever utfordringene en trener kan oppleve med analyseringen av kampforløpet. Emosjonene som Trener 3 beskriver stammer ikke bare fra spillernes prestasjoner, men også på hvordan han som trener forberedte laget inn mot kamp. Treneren analyserer også om det er åpenbare taktiske mangler, eller om det er negative emosjoner som påvirker spillerne.

I forskjell til andre lagidretter som ishockey, håndball og basketball som bruker time-outer i tillegg til pausen, er det bare under pausen en fotballtrener har mulighet til å samle hele laget for taktiske instruksjoner. De følgende rapporteringene skal belyse informantenes utnyttelse av pausen.

Rapportering: Pausen

”Du føler du kan få utrettet en god del i pausen. Men du må ha oppmerksomheten til spillerne og så må du ha sitt den samme omgangen som spillerne dine. Du kan ikke komme med et eventyr i pausen. Du må være så dønn ærlig på hva som er bra og hva som må forandres på som mulig. Så må du gjøre de tiltakene deretter. Det er slik vi prøver å bruke pausen.” – Trener 1

”Så når vi kommer inn så er det veldig rutine på at spillerne sitter seg ned og får 2, 3, 4 minutter egentlig uten at jeg sier noen ting. Fordi dem er høyt oppe med adrenalin og om du skulle brukt å pratet med en gang så... Dem må roe seg ned. Da roer dem seg ned, og da merker du at dem diskuterer situasjoner og

dommeravgjørelser og slikt. Dem er høyt oppe. Så ofte sier jeg slapp av nå, sett dere ned og ta dere noe å drikke og ta deg en banan. Så når du har fått dem ned på det laveste eller et rolig nivå så begynner du å ta tak i det positive som har vært og forsterker alltid det positive. Og fortsett med det slik og slik. Så tar du de utfordringene som har vært. At ok vi må være litt obs og der må vi være litt mer nøye på slik, og slik, og slik. Også er det ikke for mange beskjeder. Det er bare korrigeringer, også kan det være en eller annen veldig konkret beskjed som vi må gjøre om det er på det defensive eller offensive det er alt etter som men som er veldig tydelig.” – Trener 2

”Det jeg gjør da er at jeg går inn i garderoben og ... mer og mer spesielt visst ting ikke funker så har jeg en del formeninger om ting. Jeg sitter ikke kanskje med den ene tingen som ”dette må vi bare få endret på slik også vil det bli bra... Da bruker jeg tavlen taktikktavlen aktivt.” – Trener 3

”Da bruker jeg tavlen. Og bruke å flytte på brikker og fortelle om hvordan de spiller og hvor rommene er.” - Trener 4

Informantenes utsagn viser at taktiske korrigeringer er dominerende under pausesekvensen, der sekvensen preges av en strukturert strategisk inngang til hvordan pausene utføres. Trener 2 var tydelig på at både han selv og spillerne fikk tid til å roe seg ned, noe også Chan og Mallett (2011) mener er sentralt for at treneren ikke skal gi instruksjoner som er for meget preget av emosjoner. Trener 1 og Trener 4 poengterer viktigheten av å være ærlig i forhold til analysen av kamforløpet overfor spillerne. Trenerne bruker å ha en taktisk instruksjon med spillerne av analysen og opplevelsene av gjennomføringen. Rapporteringene til informantene kan ses i sammenheng med litteraturen som beskrev viktigheten av å være analytisk og reflektert under kamforløpet, slik at de kan utføre nødvendige taktiske endringer (Isberg, 1997; Wiström, 1990). Trener 3 og Trener 4 bruker aktivt taktikktavlen for å fremme instruksjonene for spillerne.

I forhold til pausepraten, rapporterte Trener 1 og Trener 2 en tydelig rollefordeling mellom hovedtrener og assistenttrener:

*”Så da tar jeg mitt på generelt, så har assistent trener X gått inn på mer spesifikk på taktiske disponeringer og slike ting. Der vokste du inn i forhold som egentlig styrte seg selv. Og litt så er det assistenttreneren også. Du ser den samme kampen det er derfor vi arbeider i sammen. Fordi at vi har, om ikke likt syn så har vi i alle fall de samme referanserammene på hva som er godt eller dårligt.”
- Trener 1*

Trener 1 beskriver en trygghet på assistenttrenerens bemerkninger av kamforløpet. Dette gjør at de har en klar fordeling av hvilke arbeidsoppgaver de har foran spillerne. Han involverer assistenttreneren i stor grad, dette for å gi taktiske instruksjoner i plenum:

”Også jobber assistent veldig mye med å gå bort med enkeltspillere og si litt i enkelte situasjoner han har vært oppi, kommentert positivt eller ting som han kan bli enda bedre på.” – Trener 2

Trener 2 beskriver også en tydelig rollefordeling mellom ham og assistenttrener, der assistenttrener har ansvar for enkeltspillere, og han tar de felles taktiske instruksjonene i plenum foran alle spillerne. Hvordan hovedtrenerne involverer assistenttrener under kampgjennomføringen og i pausen, er som tidligere nevnt i oppgaven noe som fremtidig forskning bør studere nærmere, og belyse hvordan trener-assistenttrener relasjonen kan optimaliseres innenfor eliteidretten.⁵

Rapporteringene belyser, i likhet med faglitteraturen, at det i all hovedsak er assistenttrenerne som involveres som samtalepartner under kampgjennomføringen, og inn mot pausen. Trener 1 belyser sterkest at han kan utføre sentrale endringer, men poengterer samtidig at det må samsvare med spillernes oppfatning av kampbildet. Derfor rapporterer informantene ikke bare involvering av assistenttrener, men også involvering av spillerne. Trener 3 beskriver at det å være godt forberedt inn mot pausepraten, kan være utfordrende når ingenting fungerer, og at han da bruker spillerne aktivt under pausepraten:

”Men da involverer jeg nok spillerne en del i garderoben når vi kommer inn og spør dere som er utpå ”hvordan opplever dere dette her ?” ”Hva er det som ikke funker ?” Også får jeg høre litt hva de sier. De som faktisk er utpå og opplever det og da får jeg ofte hva skal jeg si... Underlag for det jeg selv føler som da gjør det lettere på en måte og gå inn og gjøre de justeringene.” – Trener 3

Involveringen av spillerne hjelper ham til å høre deres meninger, samt å få større grunnlag for å gjøre taktiske grep, og utarbeide en plan for hvordan de skal endre kampbildet. Dette belyser viktigheten av spillerinvolvering under coaching-prosessen for å kunne danne en felles strategisk plan for øke prestasjonene for laget. Trener 1, Trener 2 og Trener 3 påpeker at de benytter seg aktivt av det å involvere spillerne i slike avgjørelser:

”Ja det kan være at... Jaja de får i hvert fall muligheten til å si hva de føler. For den er jo vesentlig den at vi er på samme bølgelengde når vi snakker om den omgangen vi har vært igjennom. Og det kan være via kommunikasjon med enkelte spillere som har vært utpå der gjør at det blir forandringer, taktiske

⁵ Jeg har blitt gjort oppmerksom på nettopp denne problemstillingen som tar for seg relasjonen mellom hovedtrener og assistenttrener, og at dette ikke har blitt forsket nok på. På grunn av det begrensede omfanget på denne masteroppgaven, er det imidlertid ikke mulig å belyse denne problemstillingen, annet enn at jeg ønsker å vise til selve problemet.

forandringer eller fysiske bytter. Det kan hende, men det er vell ikke det som er mest vanlig.” – Trener 1

”Det kan være en eller annen gang at jeg tar kapteinen for eksempel før jeg ber om ordet i pausen at vi står i gangen eller går inn på toalettet. Og sier at... Eller assisten tar jeg også med... Og sier at: ”Ok vi føler nå.” – Trener 2

”Jeg bruker spillere for å få underbygd min egen... Altså ikke bare min usikkerhet bare, men også mine følelser... Jeg aner ting, jeg fornemmer ting. Så det er de fornemmelsene og når jeg hører spillerne begynner å snakke så stemmer ofte de fornemmelsene da, og noe stemmer ikke heller da. Og de ser kanskje andre ting enn meg også og da er de med på å hjelpe meg på og ta den avgjørelsen eller den korrigeringen som vi må gjøre. Så noen ganger er det en enetale for meg, andre ganger så er det en samtale om hvordan vi skal gjøre det bedre. Men jeg vil gjerne at de skal få ut frustrasjonen eller få ut... få ut... komme med forslag hvis de føler at noe åpenbart må skje. Det hender også at spillere har en fornemmelse om noe som skjer og at årsaksforholdene er forskjellige.” – Trener 3

Rapporteringene samsvarer her med teorien som Lyle (2002) fremlegger angående demokratisk trenerstil som kan beskrive trenerne på dette området. Det som skiller rapporteringen fra Trener 2 fra Trener 1 og Trener 3, er at Trener 2 benytter seg ikke av spillerinvolveringer under selve pausepraten, men at han kan diskutere med kapteinen på laget eller andre ledertyper for å få belyst hvilke emosjoner spillerne som er på banene opplever. Ut ifra rapporteringene, kan vi også se et mønster i forhold til Chelladurai (1990) sin flerdimensjonale modell, der informantene er spesielt fokuserte på medlemmenes foretrukne lederatferd, og deres karakteristika til de ulike taktiske endringene en skal utføre for oppnåelse av ønskelig prestasjon og tilfredsstillelse. Ut ifra disse beskrivelsene, spiller kommunikasjonen mellom trener og spillere en avgjørende rolle for coaching-prosessen. At trenerne involverer og kommuniserer med assistenttrenerne, spillere og øvrig støtteapparat er dessuten veldokumentert og gunstig for å kunne bygge opp tillit til at personer som er involvert i og rundt laget. Dette, fordi det vil være gunstig for trenerne å spørre spillerne for å få sikkerhet i informasjon, noe som vil hjelpe med å sikre bedre beslutningsprosesser.

Oppsummering: Kampgjennomføring

Som en oppsummering i forhold til rapporteringene angående kampgjennomføringen, belyser trenerne at lederstilen under kampgjennomføringen preges av analyse og engasjement. De emosjonelle utfordringene som rapporteres, knyttes i hovedsak opp mot spillernes utførelse av de strategiske kamplanene. Kun en av informantene beskriver at uforutsette hendelser som skader eller røde kort, preger emosjonene i negativ forstand. Faste systematiske rutiner for

organiseringen preger pausene, der flere av informantene involverer assistenttrenerne aktivt i instruksjonene for de taktiske korrigeringsene. Involvering av spillere blir også rapportert som en nødvendighet for å fremme problematikken i gjennomføringen, og mot eventuelle taktiske endringer. Kommunikasjonsfasen synes å bestå av at trenerne gjorde en analyse av spillernes utførelse av første omgang, og forslag til endringer for andre omgang. Trenerne som rapporterte at de kunne benytte seg av spillerinvolveringer, benyttet seg av det i forhold til situasjonenes nødvendighet. Det er mye som kan gjøres under selve kampen, og informantene har vist hvordan de gjør dette med basis i det emosjonelle og taktisk/kognitive.

4.3 Etterarbeid

For emosjonene elitetrenerne opplever i forbindelse med etterarbeidet, har det teoretiske rammeverket for denne oppgaven belyst at stressfaktorer stammer fra organisatoriske påvirkninger fra ledelse i klubbene, som for eksempel mangel på tillit og andre spenninger som kan påvirke emosjonene til elitetrenerne (Olusoga, et al., 2009).

Elitetrenerne har hovedansvaret for den taktiske evalueringen i etterarbeidet av kamper (Isberg, 1997). Videoanalyse vil være et nyttig verktøy for å kunne fremlegge en objektiv analyse av de kollektive prestasjonene, men også av prestasjonene til enkeltspillere (Carling, et al., 2005). Det er med utgangspunkt i disse undersøkelsene, jeg ønsker å se hva informantene opplever av emosjoner og det taktisk/kognitive etter kamp.

4.3.1 Emosjoner

I dette underkapittelet ønsker jeg å få frem ulike rapporteringer om hvordan de ulike trenerne opplever emosjoner i etterarbeidet av kamp.

Rapportering: Opplevelse ved kampslutt

”Første tiden etter kamp det er kanskje den som jeg liker aller best. Spesielt om du har vunnet en fotballkamp og kan ta del i spillernes opplevelser av kampen. Og det å være fornøyd med en prestasjon det er kanskje den største tilfredsstillelsen jeg har i løpet av den uka. Men så blir det bryt ned 5 minutter etterpå hvor du skal ut til media og pressekonferanse og dette her da er det egentlig den neste kampen som betyr noe. Da skal du egentlig forsvare en seier eller du skal spille en kamp som blir enda viktigere for at du har tapt den som du

har vært inne i. Det er en sånn emosjonell berg-og-dal-bane fordi du er der oppe og 10 minutter etterpå er du bare tom, og kjenner en tomhetsfølelse så da er det bare den neste kampen som teller.” – Trener 1

”Nei da blir det ofte en veldig tomhet. Du blir liksom utladet på en måte. Du blir... Du føler deg... Du føler deg ikke trøtt eller sliten fordi du har så mye adrenalin i kroppen, men du blir veldig tom.” – Trener 2

”Rett etter kamp er jeg ganske lettet. Jeg er lettet og jeg føler meg mentalt... Kanskje utladet også. Du får en utladning, det gjør du. Men jeg føler også en slags lettelse. Ikke en lettelse over at jeg er lettet over at det gikk sånn og sånn, men du føler liksom at noe blir tatt av skuldrene. Du føler du kan se opp og den katakomben du har vært igjennom, du ser skylaget og du kan puste igjen. Så jeg føler en slags, en slags lettere sinns tilstand. Du føler deg lettere på en måte.” – Trener 3

”Men etter kampen går det veldig mye tanker på hva gikk feil, hva gikk galt, hva var rett, hva og hvordan vant vi. Har du vunnet så er det mer en lettelse eller mer en utmattelse. Du springer ikke rundt og er fantastisk glad. Det er mer det var de 3 poengene (puster ut), deilig.” – Trener 4

I forhold til informantenes opplevelse av kampslutt, ble det rapportert flere likheter av emosjoner.

Informantene beskriver at de opplever en kombinasjon av tomhet og lettelse i emosjonene knyttet til kampslutt. Trener 3 sin rapportering av en lettere sinnstilstand, belyser nok dette sterkest. Jeg tolker dette som at stressfaktorene som påvirker Trener 3, er knyttet til spillernes prestasjoner under kampgjennomføringen. Dette kan ses i sammenheng med noen av de mest dominerende stressfaktorene som påvirker den mentale tilstanden til elitetrenerne, og at disse går på bekostning av utøvere i kombinasjon med konkurranse, der utøverrelaterte faktorer har størst innvirkning (Levy, et al., 2009; Olusoga, et al., 2009; Olusoga, et al., 2010; Thelwell, et al., 2008b).

Trener 1 beskriver at han umiddelbart etter kampslutt foretrekker å ta del i spillernes opplevelse av kampen, samtidig som han poengterer at denne emosjonen går over etterhvert som en får roet seg ned. Dette viser hvor sterkt kampsituasjonen påvirker trenernes emosjoner, noe også den nevnte teorien hevder. Trener 4 sine rapporteringer, beskriver som faglitteraturen til Isberg (1997) at analyseringen av kampforløpet forsetter direkte etter kampslutt. Dette samsvarer også med rapporteringene fra de andre informantene som jeg skal se nærmere på under det taktiske etterarbeidet.

Trener 4 rapporterer videre også hvordan han enkelte ganger bruker tiden etter kampene for å forberede seg inn mot media:

” Rett etter kampen kan jeg være jævlig kokt og jævlig forbannet. Og veldig slik at du går inn og høvler spillerne på en eller annen måte.... Så kan jeg gjerne si at jeg trenger 5 minutt nå, også må jeg tenke hva er min taktiske inngang til media nå. Hva selger jeg inn i forhold til å verne om gruppa. I forhold til å bevare troen. I forhold til.... Da er jeg mer på den taktiske biten. Hva skal media nå få vite. Hva er det viktig at jeg gjør nå i forhold til inn mot neste kamp. Nå må jeg ta av press fra de. Nei guttene ville, det var ikke det, og pressen er klar for å slakte han og slik og slik...” – Trener 4

Her beskriver han hvordan han bruker tiden etter svake kamper til å finne den rette inngangen mot media, for å verne om presset på spillerne etter kampslutt. Trener 4 beskriver at han trenger tiden enkelte ganger når han er sint og frustrert for å forberede seg inn mot media. Rapporteringen samsvarer på mange måter med rapporteringen til Trener 2 om hvordan han i kampforberedelsen brukte å forberede seg på møte med media etter kampgjennomføringen. Der Trener 2 gjør disse forberedelsene på forhånd av kampene, bruker Trener 4 å gjøre de etter kampene. Selv om Trener 4 viser sine frustrerte emosjoner for spillerne, er han bevisst på hvilken negativ effekt det for presset på spillerne, om han gir samme svar til media.

Rapportering: Trenerens emosjoner knyttet til spillerne

”Jeg er voldsomt fysisk av meg. Jeg liker å gi de en klem. Det er noe av det gøyeste av alt når vi har opplevd noe sammen. Å både gi og få en god klem hos spillerne det synes jeg er godt.” – Trener 1

”men det er noen som kan trenge en god klem etter en dårlig prestasjon. Det er alt etter hva situasjonen krever.” – Trener 1

”Jeg takker alltid for kampen. Så har vi ett rop når vi vinner fotballkamper og da er du en del av det da. Da har du en som står og slår på en benk her og roper heiaropet og slike ting.” – Trener 2

”Jeg prøver å være ærlig. Jeg prøver å fortelle de at jeg er glade i dem når jeg er glad i de, jeg prøver å... legger ikke skjul på at jeg er skuffet. Det samme som de er også, jeg deler liksom de emosjonene med de. Jeg prøver å komme tett på de. Jeg synes det var fantastisk å jobbe med internasjonale spillere som hadde ett utenlands lune. Som det er lettere å si at jeg er glad i deg og mener det uten at du blir feiltolket.” – Trener 3

”Du går rundt til alle da og gir de en klem og high five og står i ring med guttene og... nei det har jeg ikke noe vanskelig med. Går bort og gratulerer med en god kamp, og god innsatts. Men det gjør jeg jo om vi har tapt også. Jeg går jo som regel og tar alle og gir de en klapp på skulderen eller ett eller annet. Men det er jo det jeg liker litt med å være i garderoben, enkelte ganger så er det jo ikke slik at du er i garderoben.” – Trener 4

Informantene rapporterte at de viser emosjoner overfor spillerne direkte etter kampslutt. Trener 1 og Trener 4 rapporterte at de deler sine emosjoner med spillerne etter kampslutt, uansett resultat. Trener 1 fremhever at det kan være spillere som trenger fysisk kontakt, som for eksempel en klem, for å vite at en som trener bryr seg. Trener 3 beskriver viktigheten av å være ærlig i fremvisningen av emosjonene han sitter inne med, og beskriver at det er lettere å vise følelser overfor utenlandske spillerne enn norske uten at det misoppfattes blant spillerne. Dette kan også ses i forhold til at sterke sosiale bånd mellom spillere og trenere, er avgjørende for at spillergruppen skal respektere trenernes kunnskap og væremåte (Potrac, et al., 2002). Det kan tolkes som at informantene er bevisste på den mellommenneskelige biten, og er støttende til spillerne, også etter svake prestasjoner. De prøver å være emosjonelt intelligente når de forsøker å konstruere den riktige fremtoningen med spillerne etter kampen (Chan & Mallett, 2011).

Rapporteringen belyser videre også at trenerne er emosjonelt påvirket av kampopplevelsen når de kommer hjem for å sove.

Rapportering: Søvnrytme

”Nei du blir tom, du blir fysisk sliten og mentalt utslitt. Du er trøtt, men du får allikevel ikke sove så godt, så derfor liker jeg å bruke tid og bli helt utladet den dagen og få sove godt.” – Trener 1

”Også begynner du å tenke. Som jeg sa så er den natten der da sovner du ikke før 2-3 og våkner 7, og da er du lys våken. Da har du vært igjennom mange scenarioer og mange kampbilder. Og det er uansett om du taper eller vinner. Så begynner du å tenke på neste utordring, neste prestasjon i den kampen der. Skal du forandre noe, hvilken inngang til uken du begynner liksom...” – Trener 2

”Uansett om vi har vunnet eller tapt. Det har noe med inntrykkene, altså de er sterke. Så jeg sover nesten dårligere om vi har vunnet eller tap så det er for så vidt ganske likt.” – Trener 3

”Nei og det har jeg akkurat... Da sitter vi samlet og får på en måte samlet tankene rundt det. Mens jeg er jo der at når klokka går i mot 11 da så kan jeg gå å legge meg og sover helt fint fordi da har du gått igjennom det og det har gått slik og slik. Så våkner du heller tidlig igjen og er på igjen.” – Trener 4

Samtlige av informantene opplever ulike problemer med søvnrytme natten etter kampslutt. Tre av informantene beskriver at de har problemer med å sovne på kvelden. Trener 2 og Trener 3 beskriver at hendelsesforløp og inntrykk fra foregående kamp, påvirker deres søvnmønster, mens Trener 4 rapporterer at han ikke har problemer med å sovne, men våkner i

stedet tidlig morgenen etter. Ut fra rapporteringene, viser det seg at kampgjennomføringen er noe som fremprovoserer ulike emosjoner hos trenerne i ettertid. Tanker og undring i forhold til den taktiske gjennomføringen, blir belyst som den faktoren som har størst påvirkning, og som påvirker elitetreneres søvn natten etter kamp. I tillegg til evaluering av selve kampene, flyttes tankene til trenerne inn mot neste kamp, og hvordan de skal få optimalisere forberedelsen til neste kamp. I forhold til opplevelsen av press fra omgivelsene, opplevde informantene dette fra ulike instanser.

Rapportering: Opplevelse av press fra omgivelsene

”Jeg føler presset fra klubben og administrasjon. Vi er blitt en stor administrasjon som du vet er avhengig av god sportslige resultater eller så blir det kutt i både arbeidsplasser og lønn. Så der ligger det press. Så ligger det press ut i mot supporterne. Så ligger det press ut i mot media og tilhengerne. Det er kanskje der det største presset ligger fordi du skuffer så mange om at du ikke får resultater som forventet.” – Trener 1

”Jeg føler ikke noe press, men jeg føler at slik som her da, så er det. Så føler jeg supportere og denne klubben som sted føler jeg fortjener ett løft her nå. Så du går liksom veldig på at jeg skjønner skuffelsen til dem på at vi ikke innfrir det. Men jeg føler ikke noe press. For jeg legger presset på meg selv.” – Trener 2

”Ja tidvis. Visst det er motgang og laget sliter og omgivelsene begynner å... De nære omgivelsene begynner å stresse så kan det gjøre det. Ikke visst publikum og folk på avstand gjør det, men hvis de nære omgivelsene begynner og stresse.” – Trener 3

”Det største presset det er det du legger på deg selv. Skuffelsen over at om du ikke får resultater eller du har vunnet så legger du et press på deg selv. Og du analyserer alle mulige måter for hvordan skal vi komme tilbake igjen, eller hvordan skal vi fortsette å vinne. Så det presset det legger en så på seg selv at du stenger litt alt annet ute. Jeg har ikke noen problem med å lese avisa, og nå var de kritiske til det eller de var det. Det er jo deres jobb så jeg nei, jeg kjenner ikke på det der presset. Jeg gjør ikke det.” – Trener 4

Det er ulik rapportering blant informantene når det kommer til opplevelsen av press fra omgivelsene. Som beskrevet fra teorien opplevde to av informanter at de kunne føle på organisasjonspress fra administrasjonene i klubbene. To informanter opplevde derimot ikke tilsvarende press fra klubben, men heller det presset de la på seg selv.

Trener 1 er den som rapporterte at han følte på press blant fra klubben, samtidig som han også registrerte press fra media og supportere. Utsagnet til Trener 1 belyser i sterk grad kompleksiteten i rollen som fotballtrener på elitenivå. Resultatene fra kampene påvirker hele organisasjonen. Han beskriver at det er presset fra supporterne som påvirker emosjonene mest, siden det berører så mange. Trener 3 opplevde ikke presset fra supportere som noe

problem. I stedet kunne han føle på emosjonene i nære omgivelser i klubben, som eksempel administrasjonsstresset. Rapporteringen til Trener 4 belyser som tidligere at press fra media ikke påvirker emosjonene knyttet til forberedelsen av kampgjennomføringen, som også samsvarer med disse utsagnene knyttet til evalueringen. Derfor kan det betraktes som at trenerne i denne undersøkelsen blir emosjonelt berørt spesielt etter kamper og perioder der laget har gått på en tapsrekke. Sett ut ifra faglitteraturen som Crust og Lawrence (2006) viser, er det trenerne som holdes ansvarlig for resultatene, noe også elitetrenerne vil føle, dette presset fra administrasjon og øvrig ledelse når laget ikke klarer å skape resultater. Som tidligere vist i faglitteraturen, er konkurranse- og kampsituasjoner betegnet som sentrale stressfaktorer for elitetrenerne (Gould, et al., 2002; Levy, et al. 2009; Olusoga, et al 2009; Olusoga, et al. 2010; Thelwell, et al. 2008). Av den grunn kan det tolkes at resultatpresset fra ledelsen og omgivelsene vil påvirke emosjonene til elitetrenerne.

4.3.2 Taktisk/Kognitivt

I dette underkapittelet ønsker jeg å få frem ulike rapporteringer av hvordan de ulike trenerne foretrekker å gjøre det taktisk/kognitive etterarbeidet for seg selv og for spillerne.

Rapportering: Evaluering direkte etter kampslutt

”Nei aldri. Eller jeg kan si at dette her var drit dårlig eller dette her. Men som regel så takker vi for kampen da også tar vi den på mandagen eller dagen etterpå. For å begynne da med slitent og tomt hode og masse følelser, og begynne å prate om det er helt feil. Folk må få tenke igjennom og roe seg ned, reflektere og evaluere også kommer vi med friske hoder til dagen etterpå. Og så er vi konstruktive da.” – Trener 2

”Sjelden mye. Jeg samler de kanskje bare 1 minutt rett etter kampslutt der jeg føler behov. Det kan være om vi har gjort noe overaskende eller bra, men rett etter tap så samler jeg oss og så sier jeg ett ord også... Men jeg ønsker ikke å skjelle noen ut etter en kamp vi har tapt. Det er minst psykologiske eller dårligste øyeblikk for å gå inne og verken hive ut noe frustrasjon eller ikke.” – Trener 3

Som nevnt ved tidligere rapporteringer, belyste trenerne at de fremviste følelser både fysisk og verbalt sammen med spillerne ved kampslutt. Det som imidlertid ikke er belyst, er hvordan trenerne starter den taktiske evalueringen med dem. Kun Trener 2 og Trener 3 rapporterte bruk av evaluering direkte etter kampslutt. Informantenes beskrivelser tyder på at disse to trenerne er bevisste på at de ikke utgir en grundig analyse av kampgjennomføringen, men i stedet en rask oppsummering. Trener 2 begrunnet dette med at spillernes emosjoner ikke er

tilgjengelig for en grundig analyse av kampgjennomføringen, da inntrykkene etter kampen ennå sitter i spillerne. Trener 3 poengterer at han også er bevisst i forhold til sine egne emosjoner, og at det ikke gir noen psykologisk positive øyeblikk å bruke frustrasjon i en analyse foran spillerne. Dette samsvarer i stor grad med det informantene i Isbergs (1997) undersøkelse om bruken av kampanalyse direkte etter kampslutt.

Rapportering: Videoanalyse

”Nesten umiddelbart etter kampen.” – Trener 1

”Det er det at jeg før mandagstreningen kan du si at... Jeg har som regel ett ganske klart bilde på hva jeg ser, men vi ser som regel kampen på video dagen etterpå.” – Trener 2

”Jeg... For det første så gjør jeg meg mange tanker underveis. Du får en... du får en ide om en slags standard underveis. Hvor er dette i forhold til oss, normalen vår. Du ser i offensive og defensive overganger hva som funker og ikke funker. Så du... når kampen er ferdig så har du en sterk formening om hvor var dette i forhold til der vi er osv. Så den første evalueringen gjør jeg egentlig umiddelbart, sånn grovt. Som jeg sa i sted også så noen ganger så eller alltid så når jeg får noen timer på meg, når kampen kommer i ”replay” da noter jeg alle disse tingene og da kommer gjerne 10-20 punkter som jeg ikke får med meg med en gang. Men de kommer etterpå når jeg sier dem høyt. Det kan være helt blankt, men når jeg sier dem høyt så kan det plutselig være sånn at 10-20 punkter plutselig kommer.” – Trener 3

”Vi sitter rett etter alltid... først så er det alt dette med intervjuer og dette her. Så er det gjerne et kort møte med bare oss trenere i garderoben, og så reiser vi som regel hjem til meg som er nærmest. Meg og assistenttrener. Der ser vi kampen om igjen.” – Trener 4

Den taktiske kampevalueringen er blitt belyst som en sentral del av coaching-prosessen (Isberg, 1997). Informantene får frem at de har systematiske rutiner på hvordan de utfører evalueringen av kampforløpet. Informantene rapporterer ulikt i forhold til hvilken del av evalueringen de starter med. Nyere forskning har fremhevet betydningen av videoanalyse i forhold til evalueringsarbeidet av utøveres prestasjoner på elitenivå (Carling, et al., 2005). Trener 1 og 4 rapporterer at de nesten umiddelbart etter kampen bruker video i sin evaluering av kampforløpet. Trener 4 involverer assistenttrener i stor grad i sin gjennomgang av kampevalueringen. Rapporteringen til Trener 2 og 3 viker fra sistnevnte informants rapportering. Disse benytter først tiden på å visualiserer kampforløpet, og gjøre seg opp en mening før de ser kampen på video. Trener 2 rapporterer dessuten at han ikke bruker video i evalueringen før dagen etter kamp:

”Det er det at jeg før mandagstreningen kan du si at... Jeg har som regel et ganske klart bilde på hva jeg ser, men vi ser som regel kampen på video dagen etterpå. Før treningen på mandagen, da trener vi som regel klokken 3.” – Trener 2

Trener 3 rapporterer at han først etter å ha gjort unna de første delene med analyse ut fra tanker og emosjoner, går over til videoanalyse:

”Så danner jeg meg et inntrykk på dette, og her legger jeg mye av basen i den evalueringen. Så går jeg gjerne innom videoen også ser på videoen etterpå om det stemmer. Da får jeg av og til overraskelser på video. Det viser en og annen ting, men i grove trekk når du tar en del av disse tingene så ender det ned til 1 og 2 hovedting.” – Trener 3

Tidligere undersøkelser har vist at trenerne ikke bruker lang tid på taktisk kampevaluering med spillerne i garderoben direkte etter kamper (Isberg, 1997). I rapporteringene kom det frem at to av informantene beskrev at de brukte minimalt med tid til dette. I samsvar med resultatene fra undersøkelsen til Isberg (1997), blir det rapportert at disse underbygger beskrivelsene om tidsbruken på taktisk evaluering direkte etter kampslutt. Trener 2 beskriver at både trenere og spillere må reflektere og evaluere for seg selv først, og at det fort kan være for mye utløp av emosjoner som fjerner fokuset på den konstruktive taktiske evalueringen. Dette kan tolkes som at informantene er bevisste på ikke å fremvise emosjonene som preges av den taktisk/kognitive analyseringen av kampgjennomføringen.

Trener 1 beskriver imidlertid at det er kamper som han ikke ser om igjen:

”Ja, ja. Men det kan og være at jeg ikke ser kampen.” – Trener 1

Dette sier også Trener 4, som i stedet kan starte på forberedelsene inn mot neste kamp, og heller ser kampen som motstanderen har spilt, for så å starte direkte på inngangen til neste kamp:

”At ok vi møter det laget. Så jeg tror ikke vi skal se så mye mer på denne kampen, det blei seier og det er vi ferdige med nå. Det så var bra det var det og det, jeg gidder faen ikke å se kampen. Skal vi se motstanderlaget som liksom...” – Trener 4

Trener 4 sine beskrivelser kan tolkes som at bruk av videoanalyseringen benyttes hyppigere ved dårligere resultatmessige perioder i løpet av sesongen, enn etter gode perioder. Informantenes rapportering av bruk av video under evalueringen samsvarer med faglitteraturen som er lagt frem i denne undersøkelsen. Derimot er det ikke belyst forskning som beskriver når det er mest hensiktsmessig å bruke videoanalyse, som vil gjøre det

vanskelig å sammenligne Trener 1 og Trener 2 sine rapporteringer om å avstå bruken av dette etter enkelte kamper. Som tidligere nevnt, har ikke klubbene til de nevnte informantene økonomiske rammebetingelser som tilsier at disse trenerne har egne personer som analyserer kampene for dem, noe som viser at trenerne må gjøre dette arbeidet selv.

Rapportering: Evalueringsmøte

”Da har vi gått i fra og ikke evaluere til å bruke litt video og bilder, men det varierer. Det er ikke likt i fra gang til gang. Det kan være at jeg driter i å nevne kampen på mandagen og bare gå rett i trening, rett i restitusjon og den andre parten rett i trening. Eller det kan være at jeg samler alle og tar opp og viser videobilder, eller det kan være at jeg tar det nede i garderoben og går igjennom før trening.” – Trener 1

”Før treningen på mandagen, da trener vi som regel klokken 3. Da går vi som regel gjennom kampen.” – Trener 2

”Nei altså når det går på taktisk evaluering av kamper og slik så er det første trening etter kamp. Så fort som mulig. Jeg vil gjerne ha den så fort som mulig. Jeg vil ikke vente for lenge. Har vi tapt så vil jeg gjerne ha den raskt. Har vi vunnet så kan det gå litt lengre tid, men vi tar det på første trening og da bruker jeg det første kvarteret på det. Jeg bruker sjeldent mer enn ett kvarter på kampen i forkant av en trening. Av den treningen... Ja ett kvarter... Det kan være en halvtime, men si at vi bruker ett kvarter til 20 minutter.” – Trener 3

”Du bruker i tillegg... evalueringen går jo og... for min del ikke... når vi har hatt det møtet da i garderoben og vi går ut og restituerer. Da blir det evaluering også når vi restituerer fordi vi går å snakker litt mer enkelt spiller.” – Trener 4

Informantene rapporterte at de bruker tid på evalueringsmøter med spillerne før påfølgende trening, altså dagen etter kamp. Rapporteringene belyser at trenerne ikke bruker mer enn 15-45 minutter på kampevaluering med spillerne, der bruk av videobilder ikke er rapportert som rutine. Derfor kan det virke merkelig at trenerne ikke viser videobildene til spillerne av analysen som de har utført, og underbygger sin egen analyse med eksponering av videobilder for spillerne. Siden faglitteraturen fremhever at videoanalyse er med på å gi en objektiv evaluering av spillernes prestasjoner, kan det tenkes at dette ville hjelpe trenerne med å konkretisert tilbakemeldingene (Carling, et al., 2005). Dette har paralleller til hvordan de taktiske forberedelsesmøtene med spillerne også blir fremført. Informantene beskriver at de i de fleste tilfellene av evaluering med laget, pleier å gjøre det i garderoben. Skal det brukes videobilder, bruker Trener 2, Trener 3 og Trener 4 andre møterom med riktige fasiliteter. Ut fra rapporteringene, kan det tolkes at informantene ikke har noen form systematiske rutiner i forbindelse med presentasjon av evalueringen for spillerne. Dette poengterer Trener 2 nedenfor:

Så kan det være om hele laget samles og da rigger vi opp skjermer, storskjermer og hele pakken. Men det er ikke så ofte vi gjør det. Men det er litt som hvilke faser vi er i. For det er litt om vi har tapt mye så kan det være at ok nå må vi sette oss grundig ned og se om hva det er. Så kan det var når vi vinner kamper så går det litt av seg selv. Så kan det var om vi vinner veldig mye så kan det var at om det er noe vi kan bli enda råere på og forsterke.” – Trener 2

Rapporteringen viser at det brukes videoeksponering for spillerne samlet, i mindre grupper eller individuelt, men at bruken varierer i forhold til kamp til kamp.

Trener 2 poengterer at fremleggelsen av evalueringen avhenger av hvilken fase laget befinner seg i. Det er ikke bare brukt mye når det går dårlig, men også i gode faser benytter han seg av videofremleggelse for å belyse hva som fortsatt kan utvikles mer. Det er ikke funnet forskning som belyser hvor mye tid og fokus trenere bør bruke på dette området, med evaluering av kamp for spillere og hvilken sammenheng det har med resultater å gjøre, og hva tabellplassering har å si for tidsbruken til dette. Ut i fra utsagnene kan tolkes det slik at det virker som trenerne er klar over i hvilke perioder disse metodene har en nytteverdi, og bruker det når de opplever det er nødvendig. Trener 4 rapporterte videre bruken av evalueringsmøter under dårlige perioder i sesongen med dårlige prestasjoner lite poengfangst:

”Det er noen som åpner kjeften alt for ofte og så på en måte sier ting som jeg ser gruppa også rister litt på hode av, og på en måte som setter oss opp på feil spor. Så må du bruke mye tid på å stramme det inn igjen på det som på en måte var... Skulle være fokuset. Jeg er ikke så veldig for det der demokratiet på en måte. Stille noen åpne spørsmål om hva og hvordan. Visst du er jævlig nede i dritten og du få ting opp og få det på bordet og bli ferdig med det så...” – Trener 4

Trenerens rapportering fastlegger at han endrer mønsteret i instruksjonen i forhold til de demokratiske prinsippene ovenfor med enkeltspillers innspill. Dette utsagnet kan tolkes som at Trener 4 virker autoritær i den pedagogiske overveielser overfor spillerne, spesielt når han blir provosert av meningene til enkelte spillere. Faglitteraturen beskriver at elitetrenere har ikke en fast trenerstil de skal forholde seg til, men varierer i et kontinuum av de ulike ytterpunktene av trenerstiler (Martens, 2012).

Utsagnet til Trener 4 kan virke avkrefte i forhold til hva litteraturen beskriver om hvordan trenere skal opptre under kommunikasjonsprosessen med spillerne. Det er viktig at spillerne opplever treneren som lyttende og opprettholder en åpen dialog for spillerinvolveringer (Lynch, 2001; Sabock, 1985). Men samtidig kan dette ses i forhold til hva den samlede spillergruppen foretrekker. Ethvert lag har spillere med sterke personlige meninger, og det

kan tolkes slik at treneren i dette tilfellet er bevisst på å ikke la kommunikasjonen flyte, men komme til en enighet om hva som er det beste for laget å gjøre i tiden fremover. Trener 3 beskriver videre hvordan han foretrekker at inngangen til spillermøtene bør være:

”Også er det ut i fra resultater og modus i perioden du er om du skal ta den positive vinklingen eller om du skal være nøye med detaljene. Det er litt avhengig av modusen” – Trener 2

Trener 2 sin strategiske inngang til spillermøtene handler om hvilken fase laget er i forhold til tabellsituasjon, som tolkes slik at han er grundigere med analysen med spillerne etter svake perioder under sesongen.

Informantene belyser også at de bruker flere pedagogiske overveielser enn bare i fellesskap med samlet spillergruppe:

”Nei videobilder, samtaler, en til en samtaler, gruppesamtaler, nei ikke noe mer enn det.” – Trener 1

”Og vi bruker det i evalueringen ved at vi ser igjen situasjoner hvor spillere blir tatt inn her (kontoret) enten 1 og 1 eller i lagdeler. – Trener 2

Disse rapporteringene beskriver samtidig at kommunikasjonen med spillerne i evalueringen også benyttes ved bruk av andre former enn kun ved felles instruksjon til alle spillerne. Samtaler og instruksjon med enkeltspillere og mindre grupper, blir også benyttet som pedagogiske overveielser. Dette kan være en gunstig metodikk for få alle spillerne til å føle at de blir hørt, og at de får komme med meningene de sitter inne med. Videobilder med enkeltspillere, er med på å gi spillerne en objektiv fremstilling av den enkeltteltes prestasjoner, og hvordan spillerne responderer knyttet til den felles strategiske planen til kampen (Carling, et al., 2005). Trener 4 rapporterte også bruken av videoanalysen opp mot enkeltspillere:

” Og du får det på dine egne spillere også etter de har spilt. Så vi har hengt det på tavlen gjerne. Så de kan se hvor mange pasninger, hvor mange involveringer en har truffet på. Hvor mange korte. Du kan se på alle pasninger. Du kan analysere deg i hel. Jeg tror det er viktig at vi kan ha et innblikk i det men jeg tror du kan analysere deg i hel på det. Jeg tror også at du gjerne skal se det. Så skal du si til han ene spilleren som du ønsker å se den pasningen at du hadde bare 3 av den pasningen den kampen, mens du slo 12 der. Vi må arbeide litt med dette. Så må du sette de opp i det på trening” - Trener 4

Trener 4 bruker informasjonen fra analysen til å underbygge den oppfattelsen han har av den enkelttes prestasjoner i kampgjennomføringen. Dette gjør at han aktivt kan bruke disse

faktaopplysningene i instruksjonene til hver enkeltspiller slik at de skal kunne prestere bedre innenfor de spillemønstrene som er satt.

Oppsummering: Etterarbeid

Rapporteringene fra trenerne i forhold til de emosjonelle opplevelsene i etterarbeidet, viser at trenerne opplevde sterke emosjoner i tiden etter kampslett. Informantene beskrev en form for lettere sinnstilstand, men med mentale belastninger som kampgjennomføringen fremprovoserte. Tankemønsteret og emosjonene trenerne opplevde, preget også søvnrytmen den påfølgende natten, der tre av informantene opplevde problemer med å sovne, og den siste rapporterte at han våknet tidlig morgenen etter. Trenerne opplevde scenarioer fra kampforløpet som preget tankene, samt at tankene flyttet seg over til inngangen mot neste kamp. To av informantene rapporterte at de kunne kjenne på presset fra organisasjonsledelsen, mens de andre informantene la et større press på seg selv enn hva de opplevde fra omgivelsene rundt.

I forhold til det taktisk/kognitive, startet kampevaluering med en gang etter kampgjennomføringen. Informantene benyttet som regel video av kampen til analyse i evalueringen. Informasjonen fra analysen fremla trenerne for spillerne enten samlet, gruppevis eller med enkeltspillere i dagene etter kamp. Den taktiske evalueringen ble dannelsen for hvordan inngangen til påfølgende kamp vil være. Her rapporterte informantene at de kunne bruke video, men at bruken av det varierte ut fra hva den enkelte følte var nødvendig.

forskning fokusere enda mer på hvilken nytteverdi mentale teknikker kan ha for å mestre stress blant elitetrenerne innen lagidretter.

Til slutt bør også den fremtidige forskningen studere hovedtrenerens involvering av assistenttrener og spillere. Dette har jeg nevnt tidligere i oppgaven, og jeg gjentar at hovedtrenerens involvering av assistenttrener i beslutningsprosessen, hvordan spillerne kan ta del i denne prosessen, og i dannelsen av felles mentale modeller innen fotball, bør bli forsket mer på.

5.0 Konklusjon

Hensikten med denne oppgaven var å svare på problemstillingen om hvordan trenere på elitenivå innen norsk toppfotball opplevde og håndterte forberedelsen, gjennomføringen og evalueringen av en fotballkamp. Isberg (1997) og Côté, et al. (1995) har påpekt at det å være elitetrener i fotball, er en kompleks rolle, og de foreliggende intervjuene av trenere i norsk toppfotball underbygger denne antakelsen.

I forhold til det første forskningsspørsmålet, angående hvordan elitetrenerne opplevde og håndterte kampforberedelse, ikke uventet viser rapporteringene at spenningsnivå til trenerne økte jo nærmer kampen de kom. Emosjonene var preget av nervøsitet, spenning og forventninger. Rapporteringene samsvarer med forskningen som sier at visualisering ble nyttet som mental teknikk under kampforberedelsene (Freitas, et al., 2013; Thelwell, et al., 2008a). Igjennom visualisering forberedte trenerne seg taktiske tilnærminger til hvordan ulike kampscenarier kunne oppstå. Resultatene tyder på at flere av trenerne opplevde rolige emosjoner etter at visualisering ble benyttet i forberedelsen. Flere ulike avkoblingsmetoder ble også benyttet i forkant av kamp, som teknikk for kontroll over emosjoner som blant annet nervøsitet. Resultatene belyser at trenernes forberedelse preges av taktiske disponeringer av egne spillere inn i kollektive spillemønstre, samt videoanalyse av motstanderlag.

Ut ifra det andre forskningsspørsmålet om hvordan trenerne opplevde og håndterte kampgjennomføringen, kommer det frem fra rapporteringene at deres trenerstil under kampgjennomføringen bar preg av analyse og engasjement. To av informantene rapporterte at ved mye engasjement, kunne det påvirke deres analyse av kampgjennomføringen negativt. Kampgjennomføringen ble i størst grad benyttet til analysering og taktiske korrigeringer av trenerne. Pausen ble i hovedsak nyttet for å gjennomføre taktisk instruksjon og gi tilbakemeldinger til spillerne, som kunne være med på å øke lagets prestasjon og tilfredsstillelse inn mot andre omgang. Flere av trenerne virket å være bevisst i forhold til å fremstå som demokratiske ledere, der de involverte assistenttrenerne og spillerne i den taktiske instruksjonen som ble benyttet i pausene.

I forhold til det tredje forskningsspørsmål, etterarbeidet av kampgjennomføringen, rapporterte trenerne lettelse og tomhet, som påvirket deres søvnmønster den natten. Trenerne fortalte at søvnrytmen ble forstyrret etter kamp. I den taktiske delen av evalueringen, ble videoanalysering nyttet blant alle informantene. I presentasjon av evalueringen kunne video

bli benyttet, men det ble ikke rapportert noen systematisk sammenheng i bruken av dette. Tiden som trenerne brukte til evalueringsarbeidet sammen med spillerne, avhengte av hvilken fase laget var inne i og det kunne virke fra utsagnene tyder på at i dårlige perioder ble evalueringen utført grundigere.

5.1 Begrensninger

Siden oppgaven fokuserer på fire elitetreners rapporteringer, vil datamaterialet være for snevert til å ha en generaliserende effekt. Undersøkelsens formål var å belyse helhets bilde av trenernes kampløp (forberedelse, gjennomføring, etterarbeid). Det brede perspektivet angående trenernes rolle gjorde at jeg ikke kunne undersøke for smalt i de ulike temaene, men i stedet belyse litt om hvert tema. Om trenerne i denne studien opplever og håndterer noe annet enn det de rapporterte, vil det kunne anses som en feilkilde til denne oppgaven. For å kunne styrke validiteten av resultatene kunne jeg benyttet metodetriangulering i form av intervju og feltobservasjon. Dette kunne vært hensiktsmessig for å undersøke om trenernes utsagn stemmer overens med virkeligheten. På grunnlag av tidsperspektivet ved oppgaven anså jeg ikke dette som gjennomførbart.

5.2 Videre forskning

Under utarbeidelsen av denne undersøkelsen, har det kommet opp flere temaer som forskning bør studere nærmere. Elitetrenenes spesifikke bruk av video som analyseverktøy innen fotball, er begrunnet som et nyttig verktøy for både analyse av motstanderlag i forberedelsen og eget lag i evalueringen (Carling, 2005). Men hvilken effekt dette skaper for lags prestasjoner, kunne vært interessant å studert nærmere. Faglitteraturen i denne oppgaven belyser at dette blir benyttet for å kunne få grundig analyse av enkeltspillers eller lagets prestasjoner, derfor ville det kunne være nyttig å få en sterkere beskrivelse for hvordan videoanalyse av motstandere påvirker trenerne i utarbeidelsen av felles mentale modeller for spesifikke motstandere.

Hvordan trenere mestrer stress, er ut ifra faglitteraturen heller ikke studert grundig nok (Gilbert, 2002). Selv om artiklene fra Freitas, et al., (2013) og Thelwell, et al., (2008b) belyser hvordan elitetreners bruk av mentale teknikker kan være en mestringsstrategi, bør forskning fokusere enda mer på hvilken nytteverdi mentale teknikker kan ha for å mestre stress blant elitetrenere innen lagidretter.

Til slutt bør også den fremtidige forskningen studere hovedtrenerens involvering av assistenttrener og spillere, og i dannelsen av felles mentale modeller innen fotball, bør bli forsket mer på.

6.0 Litteraturliste

- Bowes, I. & Jones, R. L. (2006). Working at the edge of chaos: Understanding coaching as a complex, interpersonal system. *Sport Psychologist*, 20(2), 235.
- Carling, C., Williams, A. M. & Reilly, T. (2005). *Handbook of soccer match analysis: A systematic approach to improving performance*: Psychology Press.
- Chan, J. T. & Mallett, C. J. (2011). The value of emotional intelligence for high performance coaching. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 6(3), 315-328.
- Chelladurai, P. (1990). Leadership in sports: A review. *International journal of sport psychology*.
- Chelladurai, P. & Saleh, S. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. *Journal of sport Psychology*, 2(1), 34-45.
- Claxton, G. (1998). Knowing without knowing why. *The Psychologist*, 11(5), 217-220.
- Côté, J., Salmela, J., Trudel, P. & Baria, A. (1995). The coaching model: A grounded assessment of expert gymnastic coaches' knowledge. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17(1), 1-17.
- Côté, J., Trudel, P. & Salmela, J. (1993). *A conceptual model of coaching*. Paper presented at the Proceedings of the 8th World Congress of Sport Psychology. Lisboa.
- Crust, L. & Lawrence, I. (2006). A review of leadership in sport: Implications for football management. *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*, 8(4), 28-48.
- Enoksen, E., Johansen, B. T., Hageskog, C.-A., Christensen, J. B. & Høigaard, R. (2014). *Perceptions of leadership behavior and the relationship to athletes among Scandinavian coaches*. In *Scandinavian Sport Studies Forum* (Vol. 5, pp. 131-148).

- Fletcher, D., Hanton, S., Mellalieu, S. D., Hanton, S. & Mellalieu, S. (2008). *An organizational stress review: Conceptual and theoretical issues in competitive sport*. Nova Science Publishers.
- Fletcher, D. & Scott, M. (2009). Psychological stress in sports coaches: A review of concepts, research, and practice. *Journal of Sports Sciences*, 28(2), 127-137.
- Freitas, S., Dias, C. & Fonseca, A. (2013). Elite soccer coaches use of psychological techniques. *International Journal of Psychological Studies*, 5(3), p56.
- Frey, M. (2007). College coaches' experiences with stress - "problem solvers" have problems, too. *Sport Psychologist*, 21(1), 38-57.
- Gilbert, W. D. (2002). *An annotated bibliography and analysis of coaching science*: California State University.
- Giske, R., Rodahl, S. E. & Høigaard, R. (2015). Shared mental task models in elite ice hockey and handball teams: Does it exist and how does the coach intervene to make an impact? *Journal of Applied Sport Psychology*, 27(1), 20-34.
- Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, C. & Chung, Y. (1999). Applied research. *Sport Psychologist*, 13, 371-394.
- Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, C. & Chung, Y. (2002). A survey of us olympic coaches: Variables perceived to have influenced athlete performances and coach effectiveness. *The Sport Psychologist*, 16(3), 229-250.
- Gross, J. J., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion Regulation and Mental Health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2(2), 151-164

- Hudson, J., Davison, G. & Robinson, P. (2013). Psychophysiological and stress responses to competition in team sport coaches: An exploratory study. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*.
- Høigaard, R. (2009). Coaching efficacy: Å ha tro på seg selv som trener. *Nyere perspektiv innen idrett og idrettspedagogikk*.
- Høigaard, R., Jones, G. W. & Peters, D. M. (2008). Preferred coach leadership behaviour in elite soccer in relation to success and failure. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 3(2), 241-250.
- Isberg, L. (1997). *Väsentligheter eller floskler. Coachingens betydelse i lagspel*. Örebro Högskolan: Institutionen för idrott och hälsa.
- Isberg, L. (2001). *Supercoach på internasjonell toppnivå i fotball: En kunskapsanalys*. Örebro Universitet: Institutionen för idrott och hälsa.
- Johansson, A. (2010). Deciding who is the best: Validity issues in selections and judgements in elite sport.
- Jones, R. & Wallace, M. (2006). The coach as 'orchestrator': More realistically managing the complex coaching context. *The sports coach as educator: Reconceptualising sports coaching*, 51-64.
- Kalleberg, R., Balto, A., Cappelen, A., Nagel, A., Nymoen, H., Rønning, H. & Nagell, H. (2006). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi*: Oslo: De nasjonale forskningsetiske komiteer.
- Kristiansen, E. (2011). *Perception of and coping with organizational and media stress in elite sport : Does the coach matter?* , Norwegian School of Sport Sciences, Oslo.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2010). *Det kvalitative forskningsintervju* (2. Utg). Gyldendal Akademisk: Oslo.

- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S., Folkman, S. & Visby, M. (2006). *Stress og følelser : En ny syntese*. København: Akademisk Forlag.
- Levy, A., Nicholls, A., Marchant, D. & Polman, R. (2009). Organisational stressors, coping, and coping effectiveness: A longitudinal study with an elite coach. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 4(1), 31-45.
- Lund, T. & Haugen, R. (2006). *Forskningsprosessen*. Oslo: Uipub AS.
- Lyle, J. (2002). *Sports coaching concepts: A framework for coaches' behaviour*: Psychology Press.
- Lynch, J. (2001). *Creative coaching*: Human Kinetics.
- Martens, R. (2012). *Successful coaching* (4th ed. utg.). Champaign, Ill: Human Kinetics.
- Olusoga, P., Butt, J., Hays, K. & Maynard, I. (2009). Stress in elite sports coaching: Identifying stressors. *Journal of applied sport psychology*, 21(4), 442-459.
- Olusoga, P., Butt, J., Maynard, I. & Hays, K. (2010). Stress and coping: A study of world class coaches. *Journal of applied sport psychology*, 22(3), 274-293.
- Orlick, T. (2008). In pursuit of excellence: How to win in sports and life through mental training (4.utgave). Champaign, IL, Human Kinetics.
- Orlick, T. & Partington, J. (1988). Mental links to excellence. *The sport psychologist*, 2(2), 105-130.
- Pensgaard, A. M. & Ursin, H. (1998). Stress, control, and coping in elite athletes. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 8(3), 183-189.

- Potrac, P., Jones, R. & Armour, K. (2002). 'It's all about getting respect': The coaching behaviors of an expert english soccer coach. *Sport, Education and Society*, 7(2), 183-202.
- Potrac, P., Jones, R. & Cushion, C. (2007). Understanding power and the coach's role in professional english soccer: A preliminary investigation of coach behaviour. [Article]. *Soccer & Society*, 8(1), 33-49.
- Rouse, W. B. & Morris, N. M. (1986). On looking into the black box: Prospects and limits in the search for mental models. *Psychological bulletin*, 100(3), 349.
- Sabock, R. J. (1985). *The coach*. Human Kinetics Publishers, Inc., Marketing Director, Box 5076, Champaign, IL 61820.
- Salmela, J. (1996). Great job coach. *Ottawa: Potentium*.
- Smith, M. & Cushion, C. J. (2006). An investigation of the in-game behaviours of professional, top-level youth soccer coaches. *Journal of Sports Sciences*, 24(4), 355-366.
- Stapley, L. F. (2002). *It's an emotional game: Learning about leadership from the experience of football*: Karnac Books.
- Stelter, R. (2002). *Coaching: Læring og udvikling*. København: Psykologisk Forlag.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode* (3. utgave). Bergen: Fagbokforlaget.
- Thelwell, R. C., Weston, N. J., Greenlees, I. A. & Hutchings, N. V. (2008a). A qualitative exploration of psychological-skills use in coaches. *The sport psychologist*, 22, 38-53.
- Thelwell, R. C., Weston, N. J. V., Greenlees, I. A. & Hutchings, N. V. (2008b). Stressors in elite sport: A coach perspective. *Journal of Sports Sciences*, 26(9).

Voight, M. & Carroll, P. (2006). Applying sport psychology philosophies, principles, and practices onto the gridiron: An interview with usc football coach pete carroll. *International journal of Sports Science and Coaching*, 1(4), 321-331.

Wiström, B. (1990). *Coaching: -modern ledarskap inom idrotten*: Stockholm: Konsultförlaget.

Vedlegg

Vedlegg 1: Intervjuguide

Bakgrunnsinformasjon

Alder:

Kjønn:

Stilling:

Antall år i stilling:

Erfaring som trener:

Annet relevant erfaring:

Innledende spørsmål

- Hvordan opplever du som trener fotballkamper på elitenivå?
- Opplever du at motstanderen har betydning for denne opplevelse?
- Opplever du at hjemme-borte kamp har betydning for kampopplevelse ?
- Opplever du at tabellplassering har noe si for denne opplevelsen ?
- Opplever du at andre omgivelser har betydning for denne (organisasjon, supportere, media) ?

1. Kampforberedelse

Emosjoner

- Hvordan opplever du dagen før kamp ?
- Hvordan oppleves kampdagen frem til kampstart ?
- Hva gjør du kampdagen?
- Opplever du at du forbereder deg mentalt til kamp – Hvis ja på hvilken måte ?
- Er det noe som du opplever er spesielt utfordrende i din egen forberedelse- hvis ja – hva ?

Taktisk – kognitivt

- Hvordan gjør du dine taktiske forberedelser ?
- Involverer du andre i disse forberedelsene ? – hvis ja – hvem og hvordan ?
- Hvis dere har taktisk spillermøter - hva er temaet for disse?
- Hvor mye tid bruker dere på disse ?
- Hvordan gjennomføres møtene ?
 - Brukes det video på disse møtene?
 - Presenteres det ny informasjon ?
 - Annet ?
- Påvirker press fra omgivelser dine taktisk beslutninger ? – hvis ja – hvordan ?

2. Kampgjennomføring

Emosjoner

- Er det noe som du opplever er spesielt utfordrende i kampgjennomføringen – hvis ja - hva
- Hvordan opplever du å ha hovedansvaret under kamp ?
- Har du noen vante mentale teknikker som nytter under kamp ?
- Hva gjør deg stresset under kampene ?
- Merker du press fra andre omgivelser under kampene ?

Taktisk – kognitivt

- Hvordan er din lederstil under kamp ?
- Hvordan forbereder du deg taktisk til pausen under første omgang ?
- Involverer du samtalepartnere under kamp ? –hvis ja – hvordan ?

- Hvordan opplever du det når det hender utfordret hendelser ? (eks. Skader, utvisninger, etc.)
- Hvordan bruker du pausen for å gjøre om taktiskegrep ? – involveres spillerne under møtet ? hvis ja – hvordan ?

3. Etterarbeid

Emosjoner:

- Hvordan opplever du den første tiden etter kamp ?
- forskjellen på tap og vinn ?
- Påvirker dette deg når du kommer hjem ? – hvis ja – hvordan ?
- Hva påvirker deg mest av resultat eller prestasjon ? Hvorfor ?
- Hvordan viser du følelser ovenfor spillerne ?
- Føler du presset fra andre omgivelser ? – hvis ja, hvem fra? Og hvordan ?

Taktisk – Kognitivt

- Hvordan evaluerer du kampene ?
- Hvordan gjennomfører du evaluering med spillerne ?
- Hvor lang tid bruker dere på dette ?
- Bruker dere andre hjelpemidler (eks. Video) til dette ? –hvis ja – hvilke ? og hvordan ?

Vedlegg 2: Godkjenning fra NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS

NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



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

Rune Giske
Institutt for grunnskolelærerutdanning, idrett og spesialpedagogikk Universitetet i Stavanger

4036 STAVANGER

Vår dato: 10.02.2015

Vår ref: 41878 / 3 / LMR

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 27.01.2015. Meldingen gjelder prosjektet:

41878	<i>Treneres mentale forberedelser</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Universitetet i Stavanger, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Rune Giske</i>
<i>Student</i>	<i>Espen Eik Jakobsen</i>

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

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

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

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

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 15.06.2015, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Linn-Merethe Rød

Kontaktperson: Linn-Merethe Rød tlf: 55 58 89 11

Vedlegg: Prosjektvurdering

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

Avdelingskontorer / District Offices:

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



Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 41878

Utvalget informeres skriftlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet, forutsatt at kontaktopplysninger også om veileder tilføyes.

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

Forventet prosjektslutt er 15.06.2015. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

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

Vedlegg 3: Samtykkeerklæring

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

I

”Treneres kampløp i fotball”

Bakgrunn og formål

Formålet med studien er å legge frem en teoretisk og empirisk analyse av trenerens kampløp i fotball. Både i forhold til kampløp, kampløp og kamp evaluering på elitenivå i norsk fotball.

Viktig å vite at disse kan endres dersom teorikapittelet endrer struktur.

Dette prosjektet er en masteroppgave som utføres ved det humanistiske fakultetet ved Universitetet i Stavanger (UiS)

Utvalget er basert på at du som respondent har høy faglig kompetanse innenfor ditt fagfelt som er fotball.

Hva innebærer deltakelse i studien?

All data som samles inn blir gjort i form av kvalitative intervju på ca 1 time. Spørsmålene vil i hovedsak legge vekt på respondentens subjektive oppfattelse innenfor temaet «trenerens kampløp i fotball». Og hvordan du som trener arbeider og tenker i forhold til kampløp, kampløp og kampevaluering. Opplysningene blir innhentet i form av lydopptak, for så å bli ordrett transkribert.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Informasjonen som innhentes vil bare være tilgjengelig for meg som student og veileder. Informasjonen vil bli oppholdt på en passord beskyttet datamaskin og minnepenn som bare jeg som student har tilgang til. Dere som deltakere vil ikke kunne gjenkjennes av andre enn dere selv. Årsaken er at alle svar i publikasjonen vil bli anonymisert. Prosjektet skal etter planen avsluttes den 15.06.2015. Etter oppgaven er skrevet og levert vil all informasjon bli slettet. Dersom deres datamateriale skal brukes i andre publikasjoner vil dere bli kontaktet for godkjenning.

Frivillig deltakelse

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

Dersom du har spørsmål angående studien, ta kontakt med Espen Eik Jakobsen (92807487)

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

Samtykke til deltakelse i studien

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

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Jeg samtykker til å delta i intervju