



Bacheloroppgave

IDR600 Sport Management

Tidlig spesialisering i den organiserte idretten for barn og ungdom: Hva det har med inaktivitet og frafall i ungdomsidretten å gjøre.

Romāns Kamzols

Totalt antall sider inkludert forsiden: 34

Molde, 26.5.2016



Obligatorisk egenerklæring/gruppeerklæring

Den enkelte student er selv ansvarlig for å sette seg inn i hva som er lovlige hjelpemidler, retningslinjer for bruk av disse og regler om kildebruk. Erklæringen skal bevisstgjøre studentene på deres ansvar og hvilke konsekvenser fusk kan medføre. Manglende erklæring fritar ikke studentene fra sitt ansvar.

Du/dere fyller ut erklæringen ved å klikke i ruten til høyre for den enkelte del 1-6:		
1.	Jeg/vi erklærer herved at min/vår besvarelse er mitt/vårt eget arbeid, og at jeg/vi ikke har brukt andre kilder eller har mottatt annen hjelp enn det som er nevnt i besvarelsen.	<input checked="" type="checkbox"/>
2.	Jeg/vi erklærer videre at denne besvarelsen: <ul style="list-style-type: none">• ikke har vært brukt til annen eksamen ved annen avdeling/universitet/høgskole innenlands eller utenlands.• ikke refererer til andres arbeid uten at det er oppgitt.• ikke refererer til eget tidligere arbeid uten at det er oppgitt.• har alle referansene oppgitt i litteraturlisten.• ikke er en kopi, duplikat eller avskrift av andres arbeid eller besvarelse.	<input checked="" type="checkbox"/>
3.	Jeg/vi er kjent med at brudd på ovennevnte er å <u>betrakte som fusk</u> og kan medføre annullering av eksamen og utestengelse fra universiteter og høgskoler i Norge, jf. Universitets- og høgskoleloven §§4-7 og 4-8 og Forskrift om eksamen §§14 og 15.	<input checked="" type="checkbox"/>
4.	Jeg/vi er kjent med at alle innleverte oppgaver kan bli plagiattrollert i Ephorus, se Retningslinjer for elektronisk innlevering og publisering av studiepoenggivende studentoppgaver	<input checked="" type="checkbox"/>
5.	Jeg/vi er kjent med at høgskolen vil behandle alle saker hvor det forligger mistanke om fusk etter høgskolens retningslinjer for behandling av saker om fusk	<input checked="" type="checkbox"/>
6.	Jeg/vi har satt oss inn i regler og retningslinjer i bruk av kilder og referanser på biblioteket sine nettsider	<input checked="" type="checkbox"/>

Publiseringsavtale

Studiepoeng: 15

Veileder: Ole Martin Kleivenes

Fullmakt til elektronisk publisering av oppgaven

Forfatter(ne) har opphavsrett til oppgaven. Det betyr blant annet enerett til å gjøre verket tilgjengelig for allmennheten (Åndsverkloven, §2).

Alle oppgaver som fyller kriteriene vil bli registrert og publisert i Brage HiM med forfatter(ne)s godkjenning.

Oppgaver som er unntatt offentlighet eller båndlagt vil ikke bli publisert.

Jeg/vi gir herved Høgskolen i Molde en vederlagsfri rett til å gjøre oppgaven tilgjengelig for elektronisk publisering:

ja nei

Er oppgaven båndlagt (konfidensiell)?

ja nei

(Båndleggingsavtale må fylles ut)

- Hvis ja:

Kan oppgaven publiseres når båndleggingsperioden er over?

ja nei

Er oppgaven unntatt offentlighet?

ja nei

(inneholder taushetsbelagt informasjon. Jfr. Offl. §13/Fvl. §13)

Dato: 26.6.2016

Sammendrag

I det samfunnet vi lever i dag, er idretten en stor del av vårt liv. Måten idrett organiseres på har endret seg i vesentlig grad, idet kommersialiseringen begynte å slå inn på slutten av forrige århundret. I stadig større grad spesialiseres det i organisert idrett, fordi suksess i konkurranse ofte prioriteres framfor andre immaterielle verdier. Idrettens store bidrag til barns og ungdoms sosiale utvikling er vitenskapelig bevist, men det også er et faktum at slik utvikling kan bremses dersom idretten organiseres med stor fokus på spesialisert trening.

Noe av de viktigste som kom fram gjennom arbeidet med denne oppgaven var de negative konsekvensene som høy spesialisering kan føre til. En glassklar sammenheng mellom tidlig-spesialisering og lav fysisk-aktivitetsnivå ble ikke identifisert, men flere argumenter var lagt frem for hvordan tidlig-spesialisering påvirker deltakerne og således deres motivasjon for langsiktig engasjement.

Konklusjonen er at det ikke er lønnsomt å spesialisere seg i tidlig alder, siden det har lite med langsiktig sportslig suksess og fullverdig sosial utvikling å gjøre. Spesialisert idrett egner seg derimot best for de utøvere som er motivert av ytre belønninger, slik som profesjonelle idrettsutøvere. Idrettsorganiseringsen for barn og ungdom skal inkludere mye ubevisst lek og diversifikasjon av ulike idrettsdisipliner. Fordelen med det er at når ungdommen oppnår en viss alder, har de da samlet inn erfaringer fra ulike kontekster, noe som både gjør dem sterkere mot forskjellige sosiale utfordringer i fremtiden, samt gir dem mulighet å velge mellom flere idretter som de eventuelt vil spesialisere seg i fremtiden. En ung utøver som har spesialisert seg fra tidlig alder og dropper ut med 12 år, har vesentlig mindre sjans for å begynne å engasjere seg i andre aktiviteter.

Nøkkelord: *Idrettsorganisering for barn og ungdom; tidlig spesialisering; indre og ytre motivasjon; kommersialisering; fysisk aktivitet*

Innhold

1.0	Introduksjon.....	1
1.1	Målet med forskingsarbeidet.....	3
1.2	Problemstilling	3
1.3	Lavt fysisk-aktivitetsnivå og frafall i idretten.....	3
1.4	Metode og fremgangsmåte	5
2.0	Idrettens historiske utviklingen.....	7
2.1	Idrettens kommersialisering	8
2.2	Idrettens frie stilling i Norge	9
3.0	Analyse av konkurranse og tidlig spesialisering i idretten	11
3.1	Konkurranse.....	11
3.1.1	Konkurranse i idretten.....	12
3.2	Tidlig spesialisering og frafall	14
3.3	Fordeler med diversifikasjon	15
3.4	Konsekvensene av tidlig spesialisering.....	18
3.4.1	Fysiologiske konsekvenser av spesialiseringen.....	20
4.0	Motivasjon og tidlig spesialisering.....	22
4.1.1	Maslows behovsteori for motivasjon	22
5.0	Referanseliste.....	25

1.0 Introduksjon

Det europeiske departementet til verdens helseorganisasjon (WHO) rapporterte i 12. November 2015 om at en tredjedel voksne og hele to tredjedeler ungdommer (adolescents) ikke har tilstrekkelig mye fysisk aktivitet, noe som har negative konsekvenser på lang sikt. I det inaktiviteten øker, blir ikke-smittsomme sykdommer stadig vanligere, bl.a. diabetes, hjertesykdommer, kreft og luftveissykdommer. Kun 34% av ungdommer på 13-15 er tilstrekkelig aktive. Fallet på aktiviteten er størst i alderen fra 11 til 15 år.

Idrett og fysisk aktivitet gir oss helse, glede og er en effektiv middel mot hverdagslig stress, helseskader og ulike sykdommer. Idrett øker den mentale og sosiale velferden vår (Leblanc og Dickson 1997, s. 3). Deltagelsen i organisert idrettsaktivitet har økt mye i de siste tiårene. Statistikken i USA viser at 75% av familiene har minst et barn som driver med organisert idrett (Merkel, 2013), mens i Tyskland over 70 prosent av barna i aldersgruppe 7-10 år er involvert i organisert idrettsaktivitet (Drenowatz et al. 2013). Denne veksten henger sammen med store endringer i familie- og samfunnsutvikling (Lesjø 2008, 125). Bare for noen tiår siden hadde barn all frihet når det gjaldt å arrangere og organisere sin egen fritidsaktivitet og idrettslek. Barn har blitt lenge holdt utenfor den organiserte idretten, hovedsakelig av medisinske grunn. Det var i Norge fram til 1960-tallet ansett som helsefarlig og uforsvarlig for ungdommer under 16 år å delta i fysisk konkurranse. Som Lesjø påpeker, er den sterke graden av tilrettelegging og organisering, samt aktiv oppfølging fra både trenere og foreldre, et forholdsvis nytt fenomen. Til tross høy deltakelse i organisert idrett, viser statistikken dårlig utvikling når det kommer til overvekt, inaktivitet og helseproblemer blant barn og ungdom i utviklede land. Idrettsrelaterte skader forekommer stadig mer og frafall synes å være et uunngåelig problem. I lys av disse fakta er det mye diskusjon om hvorvidt rammeverket som gir retningslinjer for ungdomsidretten har objektiv vitenskapelig støtte- til tross sosiale, fysiske, psykologiske og helse-relaterte fordeler idretten har, mer og mer bekymring er blitt rettet mot den konkurransebaserte naturen organisert idretten ofte uttrykker (Hedstrom og Gould 2004).

Folk flest er enig om at sportsprogrammer for barn og ungdom kan øke den motoriske, fysiske og den sosiale utviklingen, men likevel når treningsøktene blir så intense at de

resulterer i sosial isolasjon, utmattelse og permanente skader (Coakley, 1992, sitert i Seefeldt & Ewing, 1997, 6), kommer en i tvil over motivene og taktikken (Leblanc og Dickson 1997, 9) bak disse aktivitetene. Det hevdes stadig oftere at altfor lite oppmerksomhet blir viet til barns og ungdommens personlige årsaker for idrettslig engasjement. Forskningen viser at motivene bak deltagelse i idretten er: lyst å ha det gøy, å høre til en gruppe, oppleve spenning, bli erkjent, være suksessfull, forbedre ferdighetene, mens konkurranse mot andre er alltid i bunnen på lista.

Konkurranse er en god form for utfordring, men forskere sier at fornøyelsen er størst når mennesker kan sette egne mål for seg selv og evaluere sin prestasjon deretter.

Tilfredshet kommer ikke så mye fra konkurranse som man har lite kontroll over, som fra konkurranse med eget potensial (LeBlanc og Dickson 1997).

Konkurranse i lagidrettene, for eksempel, innebærer prinsippet om at de beste og mest talentfulle får mye viktigere roller i gruppen enn de mindre talentfulle, for å oppnå det beste utfallet. I følge Leblanc og Dickson kan det gjøre at enkelte barn føler seg mindre verdsatt, mindre kompetent og avvist (Leblanc og Dickson 1997, 9).

Organisert idrett for barn og ungdom har mange fordeler, nemlig sikkerhet, kvalitet og oppfølging av voksne, men det er fort gjort å glemme å holde seg til hovedårsakene til hvorfor barn er lyst å delta i det hele tatt, når de som har ansvaret for organisering av denne aktiviteten begynner å fokusere på konkurranseevne og vinning. Uansett talentnivå, har idretten veldig mye positivt å gi til utviklingen av personlighet, og de som tar for seg å organisere idrettsaktivitet må derfor kunne sørge for at dette potensialet blir utnyttet på en fornuftig måte. Det er viktig å innse at barn og ungdom er en sosialt svakere beskyttet folkegruppe i den forstand at de er mer utsatt for sosial mishandling. I denne sammenhengen er det relevant å vise til bestemmelsene i Barnekonvensjonen av Forente Nasjonene, hvor det slås fast at alle mennesker under 18 år er barn, og omfattes av Barnekonvensjonen (Barns Rettigheter, *FN-Sambandet*, 2016). Den ble vedtatt i 1990 og inkluderer noen veldig relevante punkter når det kommer til beskyttelse av barns rettigheter innenfor organisert idrettsaktivitet:

- Alle barn er født frie og er like mye verdt.
- Alle barn har rett til lek, fritid og hvile.
- Alle barn har de samme rettighetene.

1.1 Målet med forskingsarbeidet

Når en tar hensyn til det hvordan idrettsaktiviteten for ungdommen og sporten generelt har utviklet seg i siste tiårene, blant annet ved hjelp av kommersialisering, profesjonalisering, det økte organiseringsnivå, talent-identifikasjon og talent-utviklingsprogrammer for ungdom, så melder det seg et spørsmål om hvorfor dette ikke bærer med seg like positiv utvikling i samfunnet for øvrig når det kommer til helse og fysisk aktivitetsnivå. Jeg anser dette utviklingsmønstret som bekymringsfullt og interessant.

Jeg er lyst å se på en eventuell sammenheng mellom tidlig spesialisering i barn- og ungdomsidretten og det faktumet at ungdommene blir mer inaktiv og slutter å trene. Det skal forsøkes å forklare opprinnelsene til økt organisering og spesialisering, og hvordan dette har forandret barn- og ungdomsidretten.

Hvorfor spesialiserer vi så tidlig i den organiserte idretten? Blir aktiviteten nødvendigvis høyere hvis organisert idrettstilbud øker? Hvilke faktorer spiller inn når det kommer til frafall og inaktivitet? Hva er alternativene? Det er spennende for meg å gå inn i dypere analyse av det som Hedstrom og Gould (2004) kaller for «rammeverket som gir retningslinjer for organisering av ungdomsidretten». Dette arbeidet skal, forhåpentligvis, hjelpe å forstå fordelene og ulempene med tidlig spesialisering i idretten og hvordan hindre at idretten skaper negative konsekvenser. Idretten er for alle!

1.2 Problemstilling

Hva er årsakene til tidlig spesialisering i idretten og hvilken relasjon tidlig spesialisering har til det lave aktivitetsnivå blant ungdommen i idretten?

1.3 Lavt fysisk-aktivitetsnivå og frafall i idretten.

Frafallet oppstår når unge idrettsutøvere avslutter sportskarrieren før de har nådd toppen av potensialet sitt (Cervello, et.al. 2007), men også når de som ikke nødvendigvis har mål om å strebe etter sportslig perfektjon gir opp treningen. Frafallet i idretten er et faktum som mange forskere prøver å forklare og finne årsaker til.

Også i Norge er fenomenet påfallende og det Norske Idrettsforbund bekymrer seg stadig mer over frafallsstatistikken. I følge rapporten fra Jan E. Ingebritsen (2012) som undersøkte utviklingen av norsk ungdomsidrett i perioden 2006 til 2011, slutter hver tredje tenåring, eller sagt politisk korrekt, «faller fra» idretten i Norge. Enda verre er statistikken for jentene der hver andre slutter å trene i tenårene. Ingebritsens rapport viste at, i Norge, er nedgangen i aktiviteten størst i alderen fra 13-19 år, og at det også var færre deltagere i denne aldersgruppen enn det var fem år tidligere, til tross befolkningsveksten.

Den engelske «Active Healthy Kids England» sin rapport om fysisk aktivitet blant barn og ungdom i 2014 satt en «C-» vurdering på det generelle aktivitetsnivå til engelske barn og ungdommer (Standage, Wilkie, et.al., 2014). Det var kun 57% av alle de 5-16 år gamle undersøkte som sa at de hadde deltatt i organisert fysisk aktivitet, i løpet av siste uka, utenom skoletiden.

En studie av idrettsdeltakelsen og fysisk aktivitet til barn i Irland fant ut at kun 19% av grunnskoleelever og 12% av elever i irske ungdomsskolene (post-primary school) møter det irske helsedepartementets anbefalinger til fysisk aktivitet (minst 60 minutter moderat eller anstrengende aktivitet i løpet av dagen), selv om 63% av de førstnevnte og 73% av de sistnevnte også deltok i utenom-faglig (extra-curricular) idrettsaktivitet (Woods, Tannehill et.al., 2010).

Det ble kartlagt at jentene var mindre aktive enn gutter og at hver fjerde barn var i «dårlig form» (unfit), overvektig og med økt blodtrykk. Antall dagene per uke hvor grunnskolebarn møter anbefalinger til fysisk aktivitet økte markant hvis de deltok i utenom-faglig idrettsaktivitet.

Interessant at proporsjonen til gutter og jenter som er aktive i utenom-faglig idrettsaktivitet og i idrettsaktivitet utenom skole (extra-school), samt andelen barn som gikk eller syklet til skolen hadde økt siden 2004, men det har neppe gjort aktivitetsnivået generelt. En mulig årsak til dårlig deltagelse i utenom-faglig idrett ble nevnt mangel på brei og balansert kvalitetsprogram for idrettsdeltagelse. Følelse av inkompetanse og dårlig tilgang til passende idrettsaktiviteter var hovedårsaker til ikke-deltagelse i idrettsaktiviteter utenom skole (extra-school).

Forskjellen mellom gutters og jenters aktivitetsnivå i idretten utenom skole var ikke markant i grunnskolealder, men kommer stadig fram med tid.

Det var mindre enn 1% av barn i Irland som ikke satt ved TV, data, eller spilte videospill lengre enn 2 timer per dag. Ved overskridelse av denne grensen øker risikoen for utvikling av langsiktige helseproblemer

I USA, en lignende rapport, gjennomført i 2014, ga en "D-" vurdering til det generelle fysiske aktivitetsnivå til barn og ungdom i USA. Der var det 42% prosent av barn fra 6-11 år som hadde minst en time med fysisk aktivitet fem dager i uka, og bare 8% barn i aldersgruppen 12-15 år med samme aktivitetsnivå (Katzmarzyk, Dentro, et.al., 2014). Mindre enn halvpart av barn tilbringer mindre enn 2 timer daglig ved tv-skjermen, og andel barn som går eller sykler til skolen hadde stupt ned til 13 % (til sammenligning var samme andelen oppe på nesten 50% i 1969).

I dag er mer enn halvparten (58,4%) av alle amerikanske ungdommer deltagere i minst ett idrettslag, mens 51,8% deltar i minst en kroppsøvings-time per uke. Det ble også understreket at kroppsøvingen på skolen bidrar veldig positivt på det generelle fysiske aktiviteten til ungdommene.

En annen amerikansk studie fra 2012, viste at en fjerdedel (24,8%) av 12-15 år gamle amerikanerne deltok i minst en time moderat eller anstrengende fysisk aktivitet hver dag. 7,6% av barn i samme aldersgruppe gjorde ingen idrettsaktivitet som helst (Fakhouri, Hughes, et.al., 2014).

Det kanadiske nasjonale statistiske sentralbyrå rapporterer at de aller fleste kanadiske barn og ungdommer i skolealderen ikke er tilfredstillende aktive i forhold til det som helsemyndighetene anbefaler. Kun 13% gutter og 6% jenter mellom 5 og 17 år er aktiv i minst en time per dag. Gutter i alderen fra 5-11 hadde størst aktivitetsnivå, hvor 18% hadde minst en time fysisk aktivitet hver dag. Generelt har 12 til 17 år gamle ungdommer signifikant dårligere aktivitetsnivå enn 5-11 år gamle barn. Ungdommene tilbringer mer tid sittende enn barn, og scorer markant lavere på gjennomsnittstall til hverdagslig aktivitet.

1.4 Metode og fremgangsmåte

Dette forskningsarbeidet baserer seg på innsamlede sekundære data som avspeiler situasjonen med idrettsaktivitet og fysisk aktivitet blant barn og ungdom generelt, både i Europa og Nord-Amerika. For å identifisere den eventuelle årsak-virknings

sammenhengen, analyseres prinsippene for idrettsorganisering, og da særlig med tanke på tidlig spesialisering, ved bruk av relevant vitenskapelig litteratur og publikasjoner. Ved hjelp av Maslows behovsteori styrkes konklusjonene gjort i analysen om hvordan tidlig spesialisering påvirker motivasjonen for langsiktig engasjement.

Siden målet er å finne årsakssammenhengen mellom tidlig spesialisering og inaktivitet blant barn og ungdom, så har oppgaven fått en kausal design. Problemet med slik design er at det i virkeligheten er vanskelig å slå fast om det er sammenheng mellom variablene, fordi det er mange faktorer som kan spille inn samtidig. Valg av dette designet argumenteres med at inaktivitet, som et fenomen, har blitt til et vesentlig samfunnsproblem i siste 15-20 år, nemlig etter at idretten globalt hadde begynt å endre seg, blant annet som følge av kommersialisering og globalisering.

2.0 Idrettens historiske utviklingen

Fordelene som idretten gir til folk er ikke en oppfinnelse av den moderne forskningen. De antikke greker anså en sunn og sterk kropp for en forutsetning til den mentale og åndelige velstanden. Idretten har siden forandret seg mye, men det var ikke før midten av nittende århundret når det virkelig begynte å skje store endringer.

I denne tiden av rask industriell utvikling, begynte statlige myndigheter å vie mer oppmerksomhet til samfunnets utdanning. Industrialisme krevde mennesker som kunne utføre maskinert arbeid og spesifikke arbeidsoppgaver, som førte til at obligatorisk undervisning og utdanning ble innført i stadig større grad. Skoler innførte etter hvert obligatorisk (organisert) idrettsaktivitet som hadde vist seg til å være en god måte å utvikle, i det industrielle samfunn så nødvendige, samarbeids- og beslutningsferdigheter på.

I følge historikeren Robert Halpern, var idretten sett på som en viktig læreinstrument av amerikanske verdier for samarbeid, hardt arbeid, og respekt for myndighet (authority). Progressive reformister trodde at sportslige aktiviteter kunne forberede barn for «det nye industrielle samfunnet» som hadde begynt å utvikle seg. Det krevdes fysisk arbeidskraft og for den grunn ble organisert første grupper som skulle sørge for idrettsaktivitet for barn (Friedman 2013).

Fra begynnelsen av det forrige hundreår og utover fikk man stadig oftere høre om amatør idretten og den profesjonelle idretten. USA og England var en av de første landene hvor profesjonaliseringen begynte å skje tidligst med den første profesjonelle baseball ligaen etablert i USA i 1876, og den engelske rugby liga som ble dannet i 1895.¹ De første profesjonelle idrettsutøvere kom fra lavere samfunns lag med dårligere levevilkår. Ved å profesjonalisere seg, kunne de tjene levebrødet sitt fra pengene som kom inn fra bettingvirksomheten. De som kom fra høyere samfunns lag, med gode arbeidsforhold, hadde rett og slett ikke tid til å trene.

Starten på profesjonalisme var treg og opplevde mye motstand både fra statlige myndigheter i de fleste land og de som arrangerte idrettskonkurransene. Profesjonelle idrettsutøvere var ikke ønsket i Olympiske leker før 1986, når det ble bestemt at profesjonelle skal få lov å delta i alle olympiske idrettsdisipliner. Dette var en start til ny

¹ Ressurs: http://www.teachpe.com/gcse_society/amateurs_pros.php

era i idretten hvor alle dørene til kommersialiseringen ble åpnet opp. Idretten ble som følge dratt fort inn i det kapitalistiske markedssystemet, hvor profitten og økonomisk gode prioriteres framfor det immaterielle, kulturelle og menneskelige.

2.1 Idrettens kommersialisering

Akkurat som Lesjø (2008) påpeker, er hele drivkraften bak økonomisk utvikling, ifølge Karl Marx's analyse, avhengig av samfunnets vektlegging på utsiktene til profitt og økonomisk fortjeneste. Marxistisk inspirert analyse vil derfor legge vekt på at kapitalen vil flytte seg til områder der utsiktene til fortjeneste er stor, og når et område er uttømt, vil den flytte seg over på nye sektorer. Hvis det i tider av industrialistenes samfunn var i all hovedsak viktig å produsere en ting, er det i dagens kapitalistiske samfunn mye viktigere å vite hva er det som er gunstig å produsere her og nå. Slik psykologi i retning økonomisk gevinst preger også den kommersielle idretten.

En viss kommersiell komponent har vært i idretten siden dens formative år, fordi så tidlig som i 590 f.Kr var greske atleter belønnet med penger for en Olympisk seier (Harris 1964, sitert i Slack 1998). Men nå har markedet kommet inn og gjort idretten, hvis hovedprinsipp er forankret i frivillighet, til et produkt som genererer økonomisk gevinst for individuelle, økonomiske aktører så vel som samfunnet for øvrig. Markedet har kommet inn der politikken og offentlig styring tidligere har vært enerådende- og har satt sitt preg på områder der frivilligheten har vært dominerende (Lesjø 2008, 74).

Tiltrekning av kapital og markedsføring har forandret idretten, og da særlig med tanke på profesjonell idrett. Idrettsutøver er blitt et yrke, og mange av utøvere kan tjene veldig mye penger med talentet sitt. Spillere i profesjonelle idrettsklubber har også en markedsverdi, og kan egentlig anses som kapital fra et bedriftsøkonomisk synspunkt. Gigantiske sportsarenaer blir bygd for tilskuere av sportskonkurranser, og idretten har i dag de høyeste tv rangeringer ved de største arrangementer. Sportsklubber kan kjøpes og selges på aksjemarkeder, sponsorrettighetene til store begivenheter kan koste millioner, TV stasjoner betaler store avgifter for å få kringkastingsrettighetene, og merchandising og lisensiering av sportsutstyr er en multinasjonal business (Slack 1998).

Kommersialiseringen har ført til at det strømmer inn pengemidler i idretten, i mye større grad enn før, i form av billettinntekter, sponsing, media avtaler, inntekt fra salg av

supporterutstyr og annen kommersiell aktivitet. Idretten har, med andre ord, blitt til en gigantisk industri av underholdning.

Kommersialiseringen og profesjonaliseringen i lagidretter, der individuelle aktører har kommet inn på eiersiden til idrettslagene har fått konsekvenser for organiseringen av denne sporten, hvis fundament i frivillighet er blitt utfordret (Lesjø, 2008 s.78).

Frivilligheten og de kommersielle interessene har, ifølge Lesjø, inngått i nye samarbeidsformer. Slik samarbeidsform i fotballen har gitt opphav til det som Lesjø kaller for en slags organisatorisk dobbelstruktur, med aksjeselskaper og idrettsklubber side om side. Aksjeeierne bidrar med kapital og har derfor sterk innflytelse på det organisatoriske i profesjonelle klubbene.

Åpner ikke en slik relasjon opp for en slags interessekonflikt, med tanke på det beste for samfunnet og interessene til økonomiske aktører?

En perfekt modell for idrettsorganisering kan tenkes å være en situasjon hvor innvirkning av aksjonærenes beslutninger og maktutøvelse med tanke på økonomisk profittgenerering ikke strekker seg ut lenger enn dørstokken til sportsarenaen for den profesjonelle idrettsklubben. Strukturelt underliggende idrettslag for barn og ungdom forblir uberørt av kapitalistiske interesser og kan fokusere fullt på verdier som felleskap, moro, sosialt likestilling.

Fra et skeptisk standpunkt vil en slik antakelse imidlertid synes å være veldig naiv og i praksis umulig, i og med at unge generasjoner er framtidskapital for aksjonærene som erkjenner veldig godt viktigheten av å få best mulig tilgang til unge talenter, for å opprettholde konkurranseevnen til toppklubben i lang sikt. Andre vil si at det er akkurat slik idretten er organisert i dag, nemlig at bedriftsinteressene er kun til stede i profesjonelle sports-organisasjoner og alt annet idrett er drevet av folks interesser.

2.2 Idrettens frie stilling i Norge

Norge er et av de få land hvor idrettens frie stilling er blitt opprettholdt med regelverk som forbyr å organisere idrettslag som aksjeselskaper. I Norges Idrettsforbundets (NIF) loven om idrettslag (NIFs lov, kapittel 10 § 10-1 (2) bokstav b) er det bestemt at alle idrettslag tilsluttet NIF må være selveiende og frittstående med utelukkende personlige medlemmer. Regelen forsvarer idrettens uavhengighet og skal hindre for at private interesser skal blande seg inn. Døra står åpen, imidlertid, for alle norske idrettslag å inngå

samarbeid med næringslivet, herved også aksjeselskaper. For å «ivareta idrettens særtrekk og ideelle verdigrunnlag» (NIF's lov, § 13-1) er vilkårene for slik samarbeid med kommersielle aktører regulert med følgende bestemmelser:

§ 13-2 (1) sier at: Ved inngåelse av avtaler og etablering av samarbeid med næringslivet skal NIF og tilsluttede organisasjonsledd ta være på sin frie stilling, herunder opprettholde sin posisjon som selveiende og frittstående rettssubjekt.

I andre ledd av loven bestemmes det om organisasjonsleddenes bestemmende myndighet over alle forhold knyttet til medlemskapet og den sportslige aktiviteten. Med andre ord betyr dette at idrettsklubber er åpen for kapitalstrømmen utenfra, herved også direkte finansiering av fasiliteter, sportsutstyr, konkurranse osv., samtidig som samarbeidsaktører ikke erverver myndighet over selve sportsaktiviteten.

3.0 Analyse av konkurranse og tidlig spesialisering i idretten

3.1 Konkurranse

Konkurranse er uerstattelig for enhver utvikling. Konkurranse er også en vesentlig del av den organiserte idretten, hvor det spesialiseres innen en spesifikk idrettsdisiplin for å kunne konkurrere mot andre. I denne delen klargjøres det hva konkurranse som et fenomen representerer, hvilken rolle den spiller i idretten, og hvilke effekter den kan ha. Konkurransens definisjon kan ha mange ulike former i diverse livssituasjoner og sfærer. Konkurranse kan ha ulik karakter avhengig av variabler som tid, plass og kontekst rundt konkurransesituasjonen. Det er mer enn forståelig at konkurranse i økonomi er noe helt annet enn konkurranse i filosofi, for eksempel. Den mangfoldige tolkningen som begrepet konkurranse har, gjør det til et begrep i klassen av permanent uavklarte og bestridte begrep (Thorbjørnsen, 2011, 24).

Coakley (1994, sitert i Weinberg & Gould 2011, 104), definerte konkurransen som:

- En sosial prosess som forekommer når belønninger er gitt til personer på grunnlag av hvordan deres prestasjoner er i sammenligning med prestasjoner til andre som gjør den samme oppgaven eller deltar i samme arrangement.

I følge denne definisjonen er konkurranse en måte å oppnå belønninger på, ved å være bedre enn andre. Belønning her står i fokus og er det som hovedsakelig motiverer en individ til å konkurrere.

En annen vinkling begrepet konkurranse får, når sett i økologisk kontekst:

- Simultan etterspørsel for begrensede naturressurser som næringsstoffer, leverom eller lys, fra to eller flere organismer.²

Også her finnes det en form for belønning som konkurrerende subjekter streber etter, men det handler om en kontinuerlig og naturlig seleksjonsprosess, hvor de sterkeste overlever og de svakeste faller ut av konkurransen. Vi skiller herved mellom to konkurransesituasjoner:

² Ressurs: www.thefreedictionary.com (Nedlastet den 21.5.2016)

1. Hvor målet er oppnåelse av en premie eller ære.
2. Hvor målet er tilfredshet av behov som er viktig for å overleve.

I begge konkurransesituasjoner er forholdet mellom de involverte ikke nødvendigvis fiendtlig. Situasjonen er fiendtlig når det er kamp mellom to motstandere og seieren står i midten. Om det er nødvendig for å vinne, går en ikke av veien for å skade motstanderen (Thorbjørnsen 2011). Kampens hensikt her, ifølge Thorbjørnsen, er ikke premie eller ære, men heller selve seieren over motstanderen. Elementer av slik fiendtlig motstand kan i midlertid også observeres i den profesjonelle idretten, som f.eks. boksing og i noen tilfeller til og med lagidretter som ishockey eller fotball, hvor vinneren også premieres. Men det er ikke konkurranse i seg selv som genererer aggressivitet og fiendtlighet av denne arten, men heller stammer disse følelsene og atferd fra fokuset på å gjøre det som trengs for å vinne, selv om det skulle bety å bryte reglene eller skade motstanderen (Weinberg og Gould 2011, 110). Man kunne stressse at det likevel finnes idrettsdisipliner hvor brutal aggressivitet er en av nøkkelegenskapene ved utøveren, slik som ulike modifikasjoner av boksingen - MMA, UFC og lignende, men disse idrettsarter har utviklet seg ganske nylig som en følge av effektiv markedsføring og kommersialisering.

3.1.1 Konkurranse i idretten

Nå har vi kommet til forståelsen av det som i hverdagen forstås med sunn og usunn konkurranse. Den sistnevnte er hvor seieren av den ene, betyr tap for den andre, mens sunn konkurranse kan faktisk bidra positivt til alle konkurrerende sider. I ren idrettssammenheng blir det mer komplisert på denne måten å avgrense mellom sunn og usunn konkurranse, siden all idrettslig konkurranse har vinnere og tapere. Weinberg og Gould (2011) sier at konkurranse er verken god eller dårlig, og heller ikke produktiv eller destruktiv. Konkurranse er kun en prosess hvis konsekvenser er avhengige av ulike faktorer i omgivelsene.

Med konkurranse i idretten, forstår vi som regel konkurranse med andre for oppnåelse av en premie. Konkurranse er en prosess hvor egenskapene ved individuelle mennesker vil avgjøre deres respons i en konkurranse. Martens (1975, sitert i Weinberg og Gould 2011, 105) identifiserer 4 personlige egenskaper ved mennesker, som har størst rolle i en konkurranseprosess:

1. Holdninger (Attitudes)
2. Motiver
3. Ferdigheter
4. Personlige disposisjoner

Disse er avgjørende for hvordan individer lykkes i en konkurranse. Konsekvensene til en konkurranse ofte anses som positive eller negative – seier eller tap. Men en tap i idrettskonkurranse betyr ikke nødvendigvis noe negativt. Å konkurrere kan være en lærerik og morsom prosess for barn og ungdom og det endelige utfallet spiller ofte en sekundær rolle. For de voksne, profesjonelle idrettsutøvere vil derimot utfallet ofte være det viktigste, fordi det er ytre belønninger for suksess som motiverer dem til å konkurrere.

Når det kommer til spørsmålet om konkurranse er bra eller dårlig for barn og ungdommen, sier dr. Goldberg (2015) at det er avhengig av voksne som er involvert, her ment trenere, foreldre og administratorer. Goldberg uttalte sterk overbevisning om at godt organisert konkurranse hjelper unge utøvere å lære mer og oppnå høyere nivå av fremgang.

Weinberg og Gould (2011) konkluderte også at konkurransens godhet er avhengig av kvaliteten på veiledning fra de voksne. Altfor stor fokus på konkurranse kan undergrave noen av konkurranseidrettens verdier. Lærere, trenere og foreldre må jobbe sammen for å sikre kvaliteten på idrettstilbudet til barn og ungdom.

3.2 Tidlig spesialisering og frafall

Mye diskusjon rundt om tema "barn- og ungdomsidrett" har vært i Norge, selv om Norge har bedre aktivitetstall i sammenligning med resten av Europa og Nord-amerika. Sitaten over ble brukt av lederen i utviklingsavdelingen i Norges Bandyforbund på et Idrettsseminar i 2014.³ Etter Tysdals mening finnes det nemlig ingen ungdomsidrett, men en voksenidrett for ungdom. Tysdal uttalte bekymring for at fokus på resultat, plassering, tabeller og alvor, slår inn stadig tidligere. Han uthever at hele tankemåten er feil når vi premierer laget med den beste sportslige prestasjonen, isteden for å verdsette arbeidet som enkelte klubbledere gjør for å få så mange aktive deltakere så mulig.

«Mange snakker om (også i Norges Bandyforbund) at vi må få et bedre tilbud til de beste, ellers slutter de? De beste ungdommene faller mellom to stoler, sier de. Det mener jeg er helt feil. Det er ikke disse som er grunnen til frafallet. De beste faller etter min mening tvert imot på alle stolene. De får mest oppmerksomhet fra trenerne, ofte også de beste og fleste trenerne, de får spille på flere lag, delta i flere konkurranser. Gjerne hospitere eller være med eldre utøvere. Det er ikke disse som slutter, i så fall er det fordi vi brenner de ut og gir dem for mange tilbud. Men det er Åge og Kari som ikke blir sett, som ikke mestrer så bra, som ikke er blant de beste, som ikke stikker seg ut. Det er de som slutter. Og det er disse det er flest av.»⁴

Tysdals budskapet var svært tydelig: det er ikke normalt at opptil tre fjerdedeler av ungdommen mister interessen i idretten. Han peker på forskjellene i trenernes forskjeller i holdningen mot de talentfulle og de ikke talentfulle, hvor de førstnevnte ofte har en høyere «verdi».

³ Ressurs: <http://bambuser.com/v/5034212> (Nedlastet den 12.4.2016)

⁴ Sitatet hentet fra: <http://www.nbfutvikling.no/index.php?artID=2402> (Nedlastet den 12.04.2016)

3.3 Fordeler med diversifikasjon

Ifølge Côté, Lidor, og Hackfort (2009) har mangfoldig idrettsaktivitet mye bedre effekt på den fysiske og psykologiske veksten til unge utøvere, mens spesialisert idrett bremser denne prosessen ned og kan ha negativ påvirkning. De kom fram til syv viktige erkjennelser i sin studie:

1. Tidlig diversifikasjon hindrer ikke deltakelse på elite nivå i idretter hvor karrierehøyde er oppnådd etter oppveksten.

Dette bekreftes i studier av toppidrettsutøvere i ishockey, basketball, baseball, tennis, triatlon, roing og andre idretter. Et felles trekk til disse idrettene er at toppresultatene oppnås i sene 20-årene og tidlig 30-årene. Det er typisk for utøvere i disse idrettene å ha spesialisert seg når de er 13-15 år, og investere seg fullt til idretten med 16 års alder (Côté, Lidor, et.al 2009).

2. Tidlig diversifikasjon bidrar til lengre sportskarriere og har positive implikasjoner for langtids idrettsinvolvering.

En studie av svømmere viste at idrettsutøvere som begynte å spesialisere seg i 12-13 årene, ble varende lengre i nasjonallandslaget og hadde lengre karriere i sporten enn de som hadde spesialisert seg 3-4 år tidligere (Barynina og Vaitsekhovskii 1992). Andre studier, i blant annet tennis, viste at full spesialisering i tidlig alder fører til mer frafall og overtrening. Gould og Weinberg (2011) sier at overtrening og utmattelse (burnout) er alvorlige problemer i idretten og forkorter mange lovende sports karrierer. De understreker også at årsakene til utmattelse er tidlig start, i noen tilfeller allerede i 5års alderen, og press for å komme inn i profesjonellidrett allerede i tenårene. Unge utøvere som spesialiserer seg tidlig, opplever høyere grad av emosjonell ustabilitet.

3. Tidlig diversifikasjon tillater aktivitets-deltakelse i mangfoldig kontekst og har den mest fordelaktige effekt på ungdomsutviklingen.

Selv om diversifikasjonen av idrettsaktivitet for barn ikke har fått betydelig oppmerksomhet fra forskere, er det klart at alle de ulike idretter innebærer ulik kontekst. Først og fremst har alle idretter regler som varierer vesentlig fra en til annen idrettsdisiplin. Individuelle idretter, som tennis, krever høy konsentrasjon fra individet, som bidrar til utvikling av selvkontroll og sterk karakter – alt er avhengig av deg selv! Lagidretter vil derimot kreve evner til å forstå sin rolle innenfor gruppen. Her er det ikke slik at alt avhenger av en individ, men hvor godt samarbeidet er i kollektivet. Ikke minst trenerkollektivet og holdninger vil variere sterk mellom et basketballag og fotballag, en tennisklubb og en svømmeskole og så videre. Deltagelse i ulike idretter betyr å lære å tilpasse seg til ulike situasjoner, oppleve nye typer av utfordring, lære å mestre diverse problemtilstand. Alt dette bidrar til utvikling av mer balanserte personlighetstrekk, personlighetsuniversalitet som kan være avgjørende for hvordan man takler utfordringer i ulike livssituasjoner, ikke bare i idretten.

4. *Mye bevisst lek i årene av diversifikasjon bygger en solid fundament av indre motivasjon gjennom deltagelse i aktiviteter som er morsomme og fremmer indre regulering.*

Côté påstår at fra et motivasjonsperspektiv, deltar barn i idrettsaktiviteter på grunn av egne interesser i den og ikke fordi de blir motivert av eksterne faktorer som ønske om å bedre prestasjon, eller vinne medaljer. Dette tilsier at deltagelse i aktiviteter hvor indre motivasjonen skaper engasjement lar barn være mer selvrettende (self directive) når det kommer til valg av idretten. Indre motivasjon sørger for langsiktig deltagelse og vilje til å engasjere seg.

5. *Et høyt innholds nivå av bevisst lek i idrettsaktiviteten til barn i årene av diversifikasjon, danner spekter av motoriske og kognitive evner som barnet kan ta videre i bruk til idretten av prinsipiell interesse.*

Côté med kolleger sier at fra et perspektiv av ferdighets-tilegnelse, er bevisst lek

en måte for barn og ungdommer å utforske sine fysiske kapasiteter i diverse kontekster, og dette skjer under en minimal ressursforbruk. Analyse av barns tidlige involvering i idretter som tennis og roing, har vist at bevisst-lekre aktiviteter var viktig for toppidrettsutøvernes deltagelse i idretten i de første årene.

Sportslig aktiviteter i form av bevisst lek betyr involvering i en aktivitet for en tidsperiode som ikke kan sammenlignes med en treningsprosess i form av spesialiserte aktiviteter. I det førstnevnte opplever man sjeldent at enkelte deltagere må stå å vente, på grunn av lavt strukturingsnivå i forhold til de høystrukturerte treningsprosessene.

Selv om det kan være viktig å ha trenere ved siden av, setter Côté med kollegene under spørsmålet den objektive nytten av de hovedfunksjonene som trenere utøver, nemlig feedback og instruks under treningsprosessen, observasjon av progress osv. Det er uklart i hvor stor grad organisert idrettsaktivitet i tidlig utviklingsperioder har fordeler overfor det å være involvert i aktiviteter i form av bevisst lek.

Det Amerikanske Assosiasjon for Idrett og Fysisk aktivitet har, blant annet, påpekt i sine rapporter at motivasjon til oppnåelse av eksellense i idretten er på det høyeste når unge mennesker har erfaringer i mange idretter og når de kan gjøre gode valg om hvilken idrett er best å spesialisere seg i.

- 6. Når barn slutter å gå på grunnskole (omtrent 13 år), bør de få muligheten til å velge, enten de vil spesialisere seg i sin elskede idrett, eller fortsette med idrett på et rekreasjons-nivå.***

13-15års alderen er en periode av viktige endringer for ungdommens personlighet. Ungdommene i denne alderen er selvbestemmende og bevisst, som gjør at de kan ta en objektiv beslutning om hvilken idrett passer dem best.

7. Ungdommer nær 16 årsalderen har utviklet fysiske, kognitive, sosiale, emosjonelle og motoriske ferdigheter som trengs for å kunne sette seg inn i høyt spesialisert trening i en idrett.

Forskningen viser at profesjonelle idrettsutøvere akkumulerer opp til 4 ganger mer timer med idrettsspesifikk trening på ett år når de har begynt å spesialisere seg, enn det de akkumulerer i årene med diversifisert idrettsaktivitet.

Ungdommen som er nær 16 årsalderen har psykologisk, sosial, emosjonell og fysisk modenhet for å møte krav av konkurranseidretten. Ungdommene i denne utviklingsstadiet har også kapasitet til forståelse av fordeler og prisen til intense fokus på en idrett. Som nevnt tidligere, er de i stand til å ta uavhengige beslutninger om idrettsframtiden sin selv.

3.4 Konsekvensene av tidlig spesialisering

Spesialisering i idretten kan beskrives som en metode for å organisere idrettsaktivitet hvor aktivitetensinnholdet består stort sett av bevisst trening og bare i liten grad av lek. Det Amerikanske Assosiasjon for sport og fysisk aktivitet, etter forskningen på tidlig spesialisering og idrettsorganisering i USA, har tydeliggjort at det å spesialisere seg i en enkel idrett året rundt, for ungdommer under 15 år, assosierer seg oftest med risiko for utviklingen heller enn fordeler. Positiv fysisk, psykologisk og sosial utvikling vil mest sannsynligvis oppstå når unge mennesker deltar i flere ulike idretter og uformelle fysiske aktiviteter, gjennom barndommen og ungdomsårene.

Så hvorfor spesialiseres det i den organiserte idretten? Hyman (2010) uthever at idrettsledere synes å være tilfreds med frafallsraten på 70% i USA. Hyman har understreket viktigheten av å «redefinere suksess» i barn og ungdomsidretten, fordi når man ser på karrieren til toppidrettsutøvere, har seiere og pokaler fra barndommen ingen betydning. Suksess i profesjonell idrett og ungdoms-idrett er ikke to ting av samme sak, fordi de ikke korrelerer med hver andre nødvendigvis. Tvert imot, viser forskningen at de beste utøvere ofte ikke har spesialisert seg før de var 13-15 år, eller eldre.

Joseph Baker (2003) sier at selv om det finnes empirisk bevis til forsvar for tidlig spesialisering, finnes det negative konsekvenser assosiert med denne tilnærmelsen. Den

limiterte spekter av ferdighetene som utøves gjennom årene av tidlig spesialisering kan sannsynligvis redusere nivået som de generelle motoriske evner og ferdigheter utvikler seg til. Dette kan igjen ha negativ virkning på personens engasjement i idretten på lang sikt, fordi sannsynligheten for å begynne å drive med andre idretter er redusert. Dette forsvares også av det Amerikanske Idrettsassosiasjonen som understrekte at voksende menneskekropp er fysiologisk disponert til ikke-spesialiserte fysiske aktiviteter. Fysisk utvikling og suksess i idretten, derfor, økes ved å delta i diverse idretter, slik at det også legges til rette for aktiv restitusjon og rekreasjon gjennom året.

Amerikansk forskning har vist at spesialisering i enkle idretter øker sannsynligheten for dårlig balansert utvikling, gir begrensede muligheter for ferdighets-utviklingen og undergraver tilnærminger til idrettsutøvelse og deltagelse som maksimerer livslang fysisk velferd.

I følge Balyi, Way og Higgs (2013) motvirker den tidlige spesialiseringen utvikling av overførbare ferdigheter (transferable sport skills). Slike overførbare ferdigheter sørger for at en person kan være i stand til å delta i ulike idrettslige, men også sosiale aktiviteter/situasjoner. Logisk, at personer som besitter slike ferdigheter vil oppleve mer glede og tilfredshet i det daglige liv.

Baker sa at idretten er en vidunderlig måte å utvikle sosiale ferdigheter på, slik som samarbeidsevner og sosialt akseptabel holdning, men altfor mye tid tilbrakt ved trening gir ikke nok tid til sosial «modning» og kan lede til sosial isolasjon. Det går uten å si det at sjansene for utmattelse og skadefare øker idet man øker spesialiseringsnivå.

3.4.1 Fysiologiske konsekvenser av spesialiseringen

Mye forskning er det blitt gjort for å identifisere sammenheng mellom spesialisering og fysiologiske skader for unge utøvere. En av slike undersøkelser ble gjennomført i periode mellom 2010 og 2013 av dr. Jayanthi med sine kolleger i Loyola og Lurie Barnesykehus i Chicago USA. Jayanthi et.al. (2013) undersøkte over 1200 unge utøvere (8-18 år) og behandlet dem for idrettsskader i den perioden.

Det ble registrert totalt 859 skader og av dem var 564 diagnostisert som belastningsskader. 129 av alle skader ble beskrevet som «seriøse» med følgende 1-6 måneders utelukkelse fra idrettsaktivitet for utøveren. Følgende funn ble gjort i undersøkelsen:

1. Unge utøvere hadde større sannsynlighet for å skade seg når de drev med 2 ganger så mye organisert aktivitet og lek, eller mer, enn det de lekte på en uorganisert måte. For eksempel 10 timer med organisert fotball og 4 timer med fri lek i uka.
2. Utøvere som fikk alvorlige skader, trente og lekte (både organisert og uorganisert) i gjennomsnitt 21 time i uke, som innebærer 13 timer med organisert idrett. De som ikke ble skadet derimot, rapporterte å drive med aktivitet mindre, 17,6 timer per uke i gjennomsnitt som også inkluderte kun 9,4 timer med organisert idrettsaktivitet.
3. Skadede utøvere skorte høyere på forskernes utarbeidede idrettsspesialiseringsskala- 3.3 ut av 6 mulige poeng. De som ikke ble skadet i løpet av perioden, fikk derimot en vurdering på 2.7 ut av 6. I denne skala fikk utøvere poeng hvis de: trente minst 75% av tiden i en idrett; trente med fokus på å bedre ferdighetene eller gikk glipp av tiden med venner; hadde sluttet å trene i andre idretter for å fokusere på en enkel; tok den ene idretten alvorligere enn andre idretter; reiste regelmessig utenlands med idretten, trente mer enn 8 måneder i året eller konkurrerte mer enn 6 måneder i året.

Jayanthi oppdaget at det å trene i flere timer per uke enn antall alders år til utøveren, vesentlig økte risikoen til fysiologiske skader. Antall timer i organisert trening ikke bør være mer enn 2 ganger høyere enn antall timer tilbrakt med uorganisert lek. De som spesialisere seg før seine ungdomsår (ca. 16 år), er utsatt for skader i vesentlig større grad enn de utøvere som spesialisere seg senere.

4.0 Motivasjon og tidlig spesialisering

Som vi har påpekt tidligere, er motivene til barns deltakelse i den organiserte idretten varierende. Noen deltar hovedsakelig for moro sin skyld, noen andres motivasjon er medaljer og god prestasjon i konkurransene. Motivasjon som kommer innenfra, når behovene og forventningene blir tilfredsstilt er det avgjørende for langsiktig engasjement. Ytre motivasjon i form av belønninger eller straff ikke har vitenskapelig støtte for bruk i organisering av barneidretten.

«You can motivate by fear, and you can motivate by reward. But both those methods are only temporary. The only lasting thing is self motivation.»
(Homer Rice, amerikansk trener og prisbelønnet idrettsleder.)

Motivasjon defineres som retning og intensitet av innsatsen (effort) (Weinberg & Gould, 2011). Som vi så tidligere i oppgaven, kan tidlig spesialisering ha dårlig påvirkning på motivasjonen til langsiktig idretts-engasjement. For å forstå disse virkningene bedre, må prinsippene av spesialisering i organisert idrettsaktivitet eksamineres ved hjelp av teori for motivasjonen.

4.1 Maslows behovsteori for motivasjon

En av de mest innflytelsesrike bidrag innenfor motivasjonsteori er behovshierarkiet utviklet av Abraham Maslow. Denne teorien er utviklet under en generell antakelse om at mennesker handler for å dekke sine behov. Maslow utviklet en hierarkisk behovspyramide med fem kategorier (nivåer).



Tanken bak Maslows behovshierarkiet er at de nedre behovene må være tilfredsstilt til en viss grad, for at det overliggende skal kunne motivere en person til å handle. Disse behovene har ikke klare grenser imellom og kan også variere mellom individene. Noen kan være sterkere motivert av anerkjennelse enn det sosiale for eksempel, men det er heller en sjeldenhet enn normal ting.

Ifølge Maslow, det aller viktigste for enhver menneske er fysiologiske behov som næring og sovn. Når disse tilfredsstilles, tenker man videre på sikkerheten, både fysisk og følelsesmessig. Deretter ser man etter muligheter for sosialisering- vennskap, tilhørighet i sosiale grupper og følelsesmessige bånd til andre mennesker (Jacobsen og Thorsvik 2013). Så kommer behov for anerkjennelse og det siste- behovet for selvrealisering. Som en av idrettens hovedfunksjonene typisk nevnes den sosiale funksjonen. Idretten som en sosial aktivitet bidrar sterkt til utvikling av kommunikasjonsevner, personlighetsutvikling, respekt for andre mennesker og andre viktige sosiale egenskaper. Maslows teori bekrefter antakelsen om at altfor stor fokus på konkurranse og prestasjon vil ha negative effekter på motivasjon, fordi konkurranse vil plassere seg et nivå høyere i pyramiden enn de sosiale behovene, sikkerhet og de trivielle fysiologiske behov. Dersom konkurranse arrangeres på en måte som utelukker seleksjon og ulik behandling av de

talentfulle og ikke talentfulle, vil konkurransen imidlertid også kunne effektivt møte behov for sosialisering.

Når det kommer til tidlig spesialiseringen i den organiserte idretten, er det selve motivet bak den spesialiserte aktiviteten som tilsier at anerkjennelse og selvrealisering prioriteres framfor andre ting. Spesialisering betyr i praksis å trene bevisst for forbedring av ferdighetene for å så kunne «selv-realiserer» seg i konkurransen. Igjen, er mye avhengig av hvordan den spesialiserte aktiviteten utføres. Jo flinkere ledere er i å kombinere ubevisst lek med spesialisert trening for forbedring av ferdigheter, desto mer motivasjon vil en slik aktivitet generere.

Referanseliste

- Balyi, I., Way, R., Higgs, C. (2013) Long-Term Athlete Development. Human Kinetics. (Hentet fra: <http://www.humankinetics.com/excerpts/excerpts/late-specialization-is-recommended-for-most-sports> (Nedlastet den 22.4.16))
- Barynina, I. I., og Vaitsekhovskii, S. M. (1992). The aftermath of early sports specialization for highly qualified swimmers. Fitness and Sports Review International.
- Cambridge Dictionaries, hentet fra: <http://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/competition> (Nedlastet den 13.04.2016)
- Cervello, E. M., Escarti, A., Gusman, J. F. (2007) Youth sport dropout from the achievement goal theory. Universidad Miguel Hernández & Universidad de Valencia. Psicothema 2007. Vol. 19, nº 1.
- Drenowatz, C., Steiner, R. P., Brandstetter, S., Klenk J., Wabitsch, M., og Steinacker, J. M. Organized Sports, Overweight, and Physical Fitness in Primary School Children in Germany. Journal of Obesity, Volume 2013 (2013. Hindawi Publishing Corporation (Hentet fra <http://www.hindawi.com/journals/job/2013/935245/> (Nedlastet den 11.02.2016))
- Côté, J., Lidor, R., Hackfort, D. (2009) ISSP Position Stand: To Sample or to Specialize? Seven Postulates About Youth Sport Activities that Lead to Continued Participation and Elite Performance. Queen's University, Kingston, Ontario, Canada; The Zinman College of Physical Education and Sport Sciences; Wingate Institute and Faculty of Education; ASPIRE Academy for Sports Excellence, Doha, Qatar. IJSEP, 2009, 9, 07-17.
- Det Amerikanske Assosiasjon for sport og fysisk aktivitet. (2010) Guidelines for Participation in Youth Sport Programs: Specialization Versus Multiple-Sport Participation. (Hentet fra: <http://www.shapeamerica.org/advocacy/positionstatements/pe/loader.cfm?csModule=security/getfile&pageid=4651> (Nedlastet den 29.4.2016)

- Fakhouri, T. H. I., Hughes, J. P., Burt, V. L., Song, M., Fulton, J. E., Ogden, C. L. (2014) Physical activite in U.S. Youth Aged 12-15 Years, 2012. NCHS data brief, no 141. Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics, USA.
- Forente Nasjoner. Konvensjonen om barns rettigheter. (hentet fra: <http://www.fn.no/Tema/Menneskerettigheter/Fordypning/Barns-rettigheter> (Nedlastet den 11.04.2016))
- Friedman, H. L. (2013) When Did Competitive Sports Take Over American Childhood? (Hentet fra: <http://www.theatlantic.com/education/archive/2013/09/when-did-competitive-sports-take-over-american-childhood/279868/> (Nedlastet den 10.5.2016))
- Goldberg, A. (2015) Competitive Sports are They a Good or Bad Thing? Internettpublikasjon. (hentet fra: <http://insideedge.onemillionskates.com/inside-edge/competitive-sports-are-they-a-good-or-bad-thing/> (Nedlastet den 23.4.16))
- Hedstrom, R. og Gould, D. (2004) Research in Youth Sports: Critical Issues Status. Institute For The Study of Youth Sports, College of Education, Department of Kinesiology, Michigan State University, USA.
- Hyman, M. (2010) Until It Hurts: America's Obsession with Youth Sports and How It Harms Our Kids. Beacon Press, Boston Massachusetts US.
- Ingebritsen, J. E. (2012) Ungdomsidrett I endring: Tallenes tale om norsk ungdomsidrett 2006-2011. NTNU Samfunnsforskning AS Senter for idrettsforskning. (Hentet fra: https://www.idrettsforbundet.no/globalassets/idrett/idrettsforbundet/ungdomsidrett/forskning-ungdomsidrett/rapport_ungdomsidrett-i-endring-2012.pdf, lastet ned den 11.5.2016)
- Jayanthi, N., Pinkham, C., Dugas, L., Brittany, P., og Labella, C. (2013) Sports Specialization in Young Athletes Evidence-Based Recommendations. Loyola Stritch School of Medicine, Maywood, Illinois; Loyola University Health System, Maywood, Illinois, USA; Department of Orthopaedics, Children's Memorial Hospital, Chicago, Illinois, USA; Sports Medicine Institute, Children's Memorial Hospital, Chicago, Illinois, USA; Northwestern University, Chicago, Illinois, USA.

- Katzmarzyk, P. T., Dentre, K., Beals, K., Crouter, S., Eisenmann, J., McKenzie T. L., Russel R. P., Saelens, B. E., Sisson, S. B., Sothorn, M. S., og Spruijt-Metz, D. (2014). The 2014 United States Report Card on Physical Activity for Children and Youth. Pennington Biomedical Research Center. Baton Rouge, LA, USA.
- LeBlanc, J. og Dickson, L. (1996) Straight Talk About Children And Sport: Advice For Parents, Coaches, And Teachers. Coaching Association of Canada. Gloucester, Ontario, Canada.
- Lesjø, J. H. (2008) Idrettssosiologi: Sportens ekspansjon i det modern samfunn. Abstrakt forlag, Oslo, Norge
- Merkel, D. L . (2013) Youth sport: Positive and negative impact on young athletes. Dovepress Open Access Journal of Sports Medicine, 2013; 4: 151–160. (Hentet fra: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3871410/> (Nedlastet den 1.5.2016))
- Seefeldt, V. D. og Ewing, M. E. (1997). Youth Sports In America: An Overview. President’s Council on Physical Fitness and Sports, Washington DC, USA.
- Seippel, Ø., Strandbu, Å., og Sletten, M. A. 2011 Ungdom og trening: Endring over tid og sosiale skillelinjer. Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring. NOVA rapport 3/2011. Oslo, Norge.
- Slack, T. (1998) Studying the comercialization of sport: The need for critical analysis. Sociology of sport online. (Hentet fra: <http://physed.otago.ac.nz/sosol/v1i1/v1i1a6.htm> (Nedlastet den 13.04.2016))
- Standage, M., Wilkie, H. J., Jago, R., Foster, C., Goad, M. A., Cumming, S. P. (2014) Results From England’s 2014 Report Card on Physical Activity for Children and Youth. Journal of Physical Activity and Health, 2014, 11. Human Kinetics.
- Thefreedictionary. Definisjon av konkurranse. (Hentet fra: <http://www.thefreedictionary.com/competition> (Nedlastet den 13.04.2016))
- Thorbjørnsen, S. O. (2011). En plas på pallen: Konkurransen, idretten og mennesket. Høyskoleforlaget, Kristiansand, Norge.
- Verdens Helseorganisasjon “WHO” (2015) Physical inactivity and diabetes. (Hentet fra: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease->

[prevention/nutrition/news/news/2015/11/physical-inactivity-and-diabetes](http://www.nhs.uk/prevention/nutrition/news/news/2015/11/physical-inactivity-and-diabetes)

(Nedlastet den 12.3.2016))

- Woods, C. B., Tannehill, D., Quinlan, A., Moyna, N. og Walsh, J. (2010). The Children's Sport Participation and Physical Activity Study (CSPPA). Research Report No 1. School of Health and Human Performance, Dublin City University and the Irish Sports Council, Dublin, Ireland.