



Forskningsrapport



Idrottshögskolan
Innebandyns kompetenscentrum



**Svenska
Innebandyförbundet**

Att sluta med idrott. En analys av avslutsprocessen och varför flickor slutar spela innebandy

Inger Eliasson & Annika Johansson

Pedagogiska rapporter från Pedagogiska institutionen
Umeå universitet 2014, Nr 91

Inger Eliasson & Annika Johansson, 2014

*Att sluta med idrott. En analys av avslutsprocessen och
varför flickor slutar spela innebandy*

ISBN 978-91-7601-099-0

ISSN 1403-6169

Eliasson, Inger & Johansson, Annika (2014). Att sluta med idrott. En analys av avslutsprocessen och varför flickor slutar spela innebandy. *Pedagogiska rapporter*, nr 91, Pedagogiska institutionen, Umeå universitet.

ABSTRACT

Many girls and boys quit sport in their teens. The reasons for this has eluded scientists and sports organizations for many years. This study was performed on behalf of the Swedish Floorball Association with the aim to understand why girls quit floorball during their teenage years and to increase knowledge about what sport clubs can do to prevent girls from quitting. Special focus was directed towards the disengagement process which the girls undergoes when they take the decision to quit their sport participation. The study is based on data from 24 semi-structured interviews with 12 girls aged 13-18 years (n=12) and with one parent from each of the girls (n=12). The results showed that the disengagement process can take from a few months up to two years before the girl takes the final decision. A combination of different factors was found as the most common main reason to quit, and six salient factors were identified as crucial for the decision. The observed critical factors was; an increased focus on sport performance and results, changes in the team's formation, new coaches and changes in the coach's attitudes, interest in any other activity or sport, lack of time and high demands on themselves. Often a girl had quit due to a combination of three to four of these factors. The results indicated that the critical factors connected to the girls' decision often was related to changes from the way it was earlier in younger years. Furthermore, the results showed that parents were involved in the girls' disengagement process, while representatives from the sport clubs were almost absent. Therefore, the representatives of sport clubs have limited knowledge about who the girls are and why they are thinking about quitting the sport. This means representatives are less able to adopt accurate strategies or to implement appropriate interventions to reduce the drop-out rate. One message to the sport organisations is therefore to develop strategies for dealing with the members' thoughts and feelings about their sport participation and be especially aware of how changes in sport, in a combination with other critical factors, may affect the athletes'.

Keywords: Disengagement process, drop-out, organized sports, team sport, floor ball

Nyckelord: Avslutsprocess, avhopp, föreningsidrott, lagidrott, innebandy

INNEHÅLL

Inledning	7
Tidigare forskning	9
Forskning om unga som slutar med en idrott	10
Forskning om unga som fortsätter med en idrott.....	13
Teoretiskt ramverk	15
Studiens syfte och frågeställningar	20
Metod	21
Val av intervju som metod	21
Urval av idrottsföreningar, flickor och föräldrar	22
Bortfall och bortfallsanalys	23
Etiskt hänsynstagande	23
Datainsamling och genomförande av intervjuer.....	24
Databearbetning.....	26
Resultat	28
Upplevelser av tiden i innebandyn	28
Innebandy är kul, i alla fall så var det kul i början... ..	28
Förändringar under tiden de spelar innebandy	31
Avslutsprocessen och dess fyra faser	34
Första tvekan (fas 1)	34
Att söka alternativ (fas 2)	42
Brytpunkten och orsaker (fas 3)	51
Efter beslutet (fas 4)	57
Hur idrottsföreningarna kan få flickor att fortsätta.....	61

Diskussion.....	65
Varför är det viktigt att få flickor att fortsätta med innebandy?	66
Vilka flickor kan vara med i innebandy?.....	68
Huvudorsaken är en kombination av faktorer	70
Slutsatser om processen.....	73
Frivilligheten i beslutet kan diskuteras	74
Den tysta avslutsprocessen – idrottsföreningens frånvaro	75
Vad blir då viktigt att arbeta med i praktiken?	76
Avslutande ord.....	78
Referenser.....	79
Bilaga 1. Informationsbrev till deltagare	81
Bilaga 2. Intervjuguide flickor.....	82
Bilaga 3. Intervjuguide föräldrar	85

INLEDNING

Många flickor och pojkar slutar med idrott i tonåren. Frågan kan ställas om idrotten är anpassad till alla unga eller om unga måste anpassa sig till idrotten för att kunna vara kvar. Sara som slutat spela innebandy och intervjuas i denna studie säger:

Det var ju en stor del i mitt liv... Och jag var ju rätt bra ändå, så det var ju tråkigt att sluta. Pappa sa: "Du kan ju inte sluta nu. Du har ju chansen att bli stor". Men jag ville ju inte bli stor. Jag ville ju bara spela ... jag hade andra drömmar om vad jag ville "bli". (Sara 17 år)

Men varför slutar då Sara som tycker om innebandy med idrotten? Hur kan vi förstå det? Det är vad denna studie handlar om. Vad som är den egentliga orsaken till varför ungdomar slutar med idrott har gäckat forskarna och idrottsorganisationerna under många år. Fortfarande anses att det saknas kunskap för att kunna förstå vad det är som gör att många ungdomar slutar med idrott.

Föreliggande studie är genomförd i samarbete med Svenska Innebandyförbundet som under innevarande år har en strategisk plan för att öka andelen idrottsaktiva flickor och kvinnor inom Svensk Innebandy. Särskilt sätter förbundet fokus på att få flickor att fortsätta vara aktiva längre upp i ålder än vad som nu är fallet då en stor andel slutar i tonåren. Flickor och pojkar slutar i ungefär samma omfattning i idrotten innebandy under tonåren, men eftersom flickorna är färre från början blir det mer kännbart på flicksidan i landets idrottsföreningar vilket anses vara ett problem. Eftersom Svenska Innebandyförbundet arbetar aktivt med jämställdhet inom innebandy var det särskilt angeläget för förbundet att basera denna studie på flickor.

Behovet av denna studie motiveras också i de brister som finns i den vetenskapliga kunskapen om problematiken kring avbrott från idrott i tonåren och om vilka åtgärder som är relevanta att vidta för att öka andelen idrottsaktiva. Dessutom saknas studier som specifikt belyser idrotten innebandy i detta avseende. För att kunna stötta Svensk Innebandy och idrottsföreningarna i sitt arbete att få fler flickor att börja spela innebandy men framförallt att få dem fortsätta över tonårsperioden vill Svenska Innebandyförbundet i samarbete med forskare utveckla vetenskaplig kunskap om problemet. Vidare handlar det om att undersöka huruvida det är något särskilt inom idrotten innebandyn som föreningarna kan arbeta med såväl strategiskt som operativt på föreningsnivå för att ändra på situationen.

Ambitionen med föreliggande studie är därför att ta fram fördjupad vetenskaplig kunskap som idrottsföreningarna kan använda och arbeta utifrån i sitt fortsatta arbete för att förverkliga visionen om ett ökat antal innebandyaktiva flickor i idrottsföreningarna. Studien utgår från ett idrottspedagogiskt perspektiv och leder fram till vetenskapligt baserade kunskaper kring varför unga flickor slutar idrotta. Studien har sannolikt relevans även för andra idrotter som har en problematik med ungdomar som slutar under tonåren.

I ett beslut om att fortsätta eller sluta med idrotten står en ung idrottsutövare sällan ensam. Inom barn- och ungdomsidrotten är relationerna som utvecklas mellan barn, ledare och föräldrar av stor betydelse för ungas deltagande i idrotten, i den s.k. idrottstriangeln (Eliasson, 2009). För att öka kunskapen om hur beslutsprocessen ser ut när unga flickor kommer fram till att de ska sluta med idrott behövs fortsatta studier och med fördel kan fler informanter från idrottstriangeln inkluderas än bara idrottsutövaren. Denna studie avgränsas till före detta aktiva innebandyspelare flickor i 13-18 års ålder och deras föräldrar från tre idrottsföreningar i Sverige. Avsikten är att djupare belysa den process som unga idrottare går igenom när de bestämmer sig för att sluta med sin idrott och vad innebandyföreningar kan göra för att fler ska fortsätta längre upp i åldrarna.

TIDIGARE FORSKNING

All tillgänglig statistik visar enligt Riksidrottsförbundet (2009) att det framförallt är under tonåren idrottsrörelsen tappar medlemmar. För att förstå avbrottsproblematiken inom svensk barn och ungdomsidrott har forskare främst försökt finna orsaker till varför unga slutar med idrotten och i vilken omfattning det sker (Franzen & Peterson, 2004). Sedermera har forskare vänt på myntet och istället studerat anledningar till att unga fortsätter med idrott (Thedin Jakobsson & Engström, 2008). En anledning till forskningens utveckling är sannolikt att avbrottsforskningen visat att det inte finns några enkla och entydiga svar som går att generalisera, utan resultaten har visat att det rör sig om komplexa sammanhang. Med tanke på det mångfacetterade problemet, som sannolikt påverkas av såväl strukturella samhällseliga faktorer som kön, social klass, geografisk hemvist etc. som idrottens interna skilda verksamheter samt individuella faktorer, så har den forskning om avbrottsproblematik som påbörjades under 80-talen sakta växt i omfattningen under tre decennier. Den är dock fortfarande begränsad i flera avseenden. I följande avsnitt beskrivs ett urval av denna forskning.

Baserat på statistik för det lokala aktivitetsstödet (LOK) till idrottsföreningar menar Thedin Jakobsson & Engström (2008) att andelen ungdomar som slutar sitt idrottsengagemang under senare tonåren förmodligen är över 50 procent av de som en gång börjat. Studien visar att LOK-stödet minskar i skilda idrotter på olika sätt i olika åldrar. Men tendensen är tydlig. Överlag finns många barn som börjat med idrott i åldersintervallet 7-12 år som är kvar i åldern 13-16 år, men deltagartillfällena minskar drastiskt i flera idrotter vid 17-20 år med några få undantag som boxning och frisbee. Innebandy är en av idrotterna som Thedin Jakobsson & Engström (2008) fann hade flest deltagartillfällen i åldrarna 13-16 år. I slutsatserna ställer de frågor som handlar om ifall de stora lagidrotterna tappar aktiva till förmån för de individuella idrotterna där individen bestämmer mer själv samt om hur väl föreningsidrottens normer och värderingar egentligen harmoniserar med ungdomars livsstil.

Att få barn och unga att vara fysiskt aktiva genom exempelvis den svenska idrottsrörelsen är en angelägenhet som fått stor uppmärksamhet, tillika resurser, under senare år. De svenska regeringarnas stora miljardsatsningar Handslaget (2004-2007) och Idrottslyftet (2007-2014) har inneburit en omfattande satsning på att utveckla idrottsrörelsens barn- och ungdomsverksamhet. Ett mål har varit att få idrottsorganisationerna att genomföra olika projekt för att få barn och ungdomar att börja med idrott men också för att behålla de som börjat längre

upp i åldrarna. Det innebär att ungas avhopp från idrott också anses på regeringsnivå vara ett problem som kräver särskilda åtgärder.

Forskning om unga som slutar med en idrott

Drygt var fjärde svensk idrottsaktiv i åldersintervallet 13–20 år har hoppat av från att vara aktiv idrottsutövare i en idrottsförening enligt Trondman (2005). Att barn och unga slutar med en idrott är också ett påtagligt fenomen i flera länder utöver Sverige. Det är också något som sker i många olika idrotter, varav innebandy är en. En av de centrala frågeställningarna som ställts i tidigare forskning har varit att undersöka omfattning av, och orsaker till, ungas avhopp från idrotten som aktiv. Kvantitativa frågeställningar har dominerat forskningsfältet som teoretiskt handlat om exempelvis motivation och socialisation. De vanligaste orsakerna som framkommit i denna översikt till att sluta med idrott är intresseförskjutningar, skolans ökade krav, brist på upplevelse av idrottslig kompetens och erkännande, brist på glädje och tid. Det finns också fler orsaker och påverkansfaktorer som redovisas här men forskningen är i vissa fall något motsägelsefull beroende på hur undersökningarna är genomförda och vilket syfte de haft.

Patriksson (1987) genomförde på 1980-talet en kartläggning av olika typer av avbrott av aktiva inom barn- och ungdomsidrotten som var mellan 7-18 års ålder. Resultaten visade att ett avbrott inte nödvändigtvis behöver leda till att de slutar med idrott helt. Det finns en förekomst av stor rörlighet av aktiva mellan olika idrotter men också mellan att sluta och börja igen. De främsta skälen som angavs till att sluta var missnöje med träningen eller tränaren, att det inte var roligt, att andra intressen tagit vid och brist på tid. I en senare studie under slutet av 1990-talet och början av 2000-talet konstaterar Franzen och Peterson (2003) att de kritiska åren för avbrott inom fotboll sammanfaller med att barnen genomgår årskurs 7 till 9 i den obligatoriska skolan. Detta är en förändringsperiod av individuell utveckling såväl som en idrottslig övergång mot senior- och vuxenidrott varför de kan betecknas med Franzen och Petersons (2003) benämning som ”de avgörande åren”. Genom en enkätstudie bland cirka 1000 barn som upprepats två gånger över en period på tre år där barnen var 13 och 16 år visades att av de som fanns med första året var 46 procent kvar det tredje året. Uppföljningen av deltagarna i denna studie visade att kön eller ålder inte gav upphov till skillnader i andelen avhopp. Men enligt slutsatserna tyder det på att förvärvande av ett idrottskapital, ett utvecklat socialt kapital, ett erkännande av prestationer och en stor investering i idrotten höjer sannolikheten för den aktive att fortsätta med fotboll.

Franzen och Peterson (2003) lyfter fram att frågan om varför ungdomar lämnar idrotterna är ett högst komplex problem i grund och botten men betonar att relativt precisa svar ändå kan nås genom forskning. Ett tydligt svar deras studie ger är att ett annat intresse tar överhanden för de aktiva vilket kan betyda en övergång till annan idrott eller att den aktive slutar helt med idrott. En annan förklaring till avhoppet är dessutom att kraven från skolan blir påtaglig i denna ålder samtidigt med ökade krav inom idrotten. Franzen & Peterson (2003) höjer ett varningens finger för likheter mellan skola och idrott. I sin analys utifrån fotboll ser de att en lagidrott som fotboll allt för mycket riskerar att likna skolans värld med; betyg och selektion, lärare och tränare som bestämmer och så vidare vilket kan göra att intresset och motivationen minskar under de avgörande åren, kanske för båda verksamheterna.

Vissa barn och unga slutar för att de vill sluta utifrån eget val medan omständigheter gör att andra slutar. Trondmans (2005) omfattande kvantitativa studie visar att drygt fyra av tio avhoppare anser att det egna avhoppet var ett fritt val. De slutade därför att de verkligen ville sluta med föreningsidrott medan sex av tio menar att omständigheter hade påverkan på avhoppet då de gärna hade velat fortsätta med föreningsidrott. Vidare visar denna studie att 21 respektive 23 procent av avhopparna har slutat med föreningsidrott därför att de tappat intresset för idrott respektive fått nya intressen som ersatt intresset för föreningsidrott. Det absolut vanligaste förekommande självrapporterade anledningarna till avhopp från unga i 13-20 år är följande; att de fått andra intressen (23 %), tappat intresset (21 %), brist på tid (19 %) roligare med spontanidrott (16 %) träningstider som inte passade (13 %), satsar på skolan/utbildning (12 %) och att de aldrig riktigt varit intresserad av idrott (11 %). I lägre grad handlar det om den internidrottsliga verksamheten enligt studien. Dessa aspekter når inte över 10 procent i något fall.

Det är således inte primärt utslagning som är i denna studie anses vara orsak till avbrott, vilket ibland debatteras när det gäller ungas avbrott från idrott. Trondman (2005) visar att det är en låg andel som slutar för att ”de inte platsade i laget” (4 %). Endast 5 procent angav att de hoppade av för att de själva ansåg sig sakna talang. Inte heller idrottsskador utgör i studien någon dominerande orsak till avhopp. Skador som uppkommit utanför idrotten (5 %) och som orsakat avhopp är en nästan lika vanlig orsak som just idrottsskador (7 %). Även om kompisar är av stor betydelse när unga börjar idrotta i en förening visar denna studie, till skillnad mot andra, att kompisar inte är någon dominerande orsak till att de unga slutar med idrotten. Inte heller föräldrarna anses här orsaka de ungas avbrott i någon nämnvärd utsträckning.

När det gäller kön visar Thedin Jakobssons & Engströms (2008) enkätstudie med cirka 500 elever att en större andel flickor än pojkar slutar som medlemmar i en idrottsförening efter 13 års ålder samt att andelen flickor som ägnar sig åt bollidrotter som fotboll och innebandy minskar till förmån för individuella idrotter som dans, aerobics och styrketräning. Enligt Trondmans (2005) undersökning var andelen flickor som slutade med idrott större (43 procent) än andelen pojkar (38 procent). Vanligast är avhopp i 13 års ålder enligt denna studie, där flickors andel av avhopp är 30 procent medan pojkars andel är 18 procent.

Möjligen kan forskningen tolkas som att avhoppet blivit vanligare i lägre åldrar nu än under tidigare decennier. Enoksen (2011) fann i en enkätstudie med 300 lovande friidrottsungdomar under 70- och 80-talen att vanligaste ålder för avbrott var 17 år och att flickor slutade i högre grad än pojkar (dock inte statistiskt signifikant). De vanligaste motiven som angavs för avbrott inom friidrott var skador till följd av idrotten (24,3%), kraven i skolan med stress som följd (21,4%) samt brist på motivation då träningsmiljön kunde upplevas som tråkig (20,7%).

Andra studier har visat att föräldrar har betydelse för ungas deltagande i idrott. Fraser-Thomas et al. (2008) drar slutsatsen utifrån en studie i Canada med 25 aktiva och 25 före detta aktiva simmare mellan 13-18 år (42 flickor och 8 pojkar) att de aktiva som hade föräldrar som själva varit idrottare i sin ungdom, och särskilt på hög nivå, var de som i högre grad slutade med sin idrott. Vidare visar studien också betydelsen av kompisar för motivationen att fortsätta med idrott. Av de simmare som fortsatte hade fler en bästa kompis inom idrotten än vad de som slutade hade. Ett annat resultat var att de som var yngst i träningsgruppen hade större benägenhet att sluta. Ingen skillnad fanns mellan grupperna vad gäller antal år i idrotten, förmåga, familjestruktur, ålder, födelsemånad, antal syskon, geografisk region eller kön.

Finns det då något hopp om att de som slutat återvänder till idrotten? På den frågan kan vi svara ja utifrån den kunskap som finns idag. Flickor och pojkar anser i lika hög grad att de skulle kunna börja med idrotten igen (flickor 53 % och pojkar 52 %, Trondman, 2005). Andelen avhoppade flickor som vill återkomma är mindre bland de äldre flickorna. När de är 13 år svarar 50 procent att de kan tänka sig att återkomma. När de är 17 år är det 31 procent och när de är 20 år är det 15 procent. Resultaten från den kvantitativa studien ger vid handen att insatser för att behålla flickorna skulle kunna vara mest framgångsrik vid 13 års ålder då hälften kan tänka sig fortsätta/återkomma. När dessutom andelen flickor som slutar i 13 års ålder är så mycket högre bland flickorna än pojkarna kan det vara motiverat att göra särskilda insatser för

flickorna i denna ålder. Trondman (2005) visar att innebandy är en av de tre främsta idrotterna som de som hoppat av idrott anger att de kan tänka sig börja med (34 %). Fotboll (97 %) och kampsport (42 %) är de idrotter som kommer före innebandy vad gäller avhopparnas återval av idrott. Det innebär att det finns en potentiell grupp unga som slutat med andra idrotter som också kan tänka sig börja med innebandy.

Forskning om unga som fortsätter med en idrott

Andra studier har, som sagts tidigare, undersökt vad som får ungdomar att fortsätta med idrotten för att förstå det komplexa beteendet med deltagande kontra avhopp från idrotten. För de ungdomar som fortsätter sitt idrottsengagemang under längre tid kan idrotten beskrivas mer som en livsstil än bara som en idrottsaktivitet. För att fortsätta med idrotten framkom i Thedin Jakobsson och Engströms (2008) studie betydelsen av såväl ramfaktorer som individrelaterade faktorer. Deras intervjuer med ungdomar mellan 16-18 år i åtta idrotter, däribland innebandy, visar att ungdomarna vill känna sig tillräckligt motoriskt och fysiskt kompetenta samt att få möjligheten att lära sig nya saker och utvecklas för att fortsätta med idrotten. Det innebär att de måste kunna hantera idrotten då det ställs högre krav ju äldre de blir. De framhöll också vikten av sina träningskompisar och få känna gemenskap, att få tävla i sin idrott, bli bekräftade och känna att de ingår i ett meningsfullt sammanhang som de kan hantera. Yttre faktorer för att fortsätta idrotta var att ha förstående tränare där alla träningar inte behövde vara obligatoriska, låga kostnader och bra träningstider samt att idrotten går att kombinera med skolarbete och övriga livet.

Även internationellt framkommer betydelsen av att uppleva en bristande kompetens som ett argument för att sluta i idrotten då det påverkar ungdomars tillfredsställelse med aktiviteten överlag. Det visar Boiché och Sarrazin (2009) i en enkätstudie med 260 aktiva franska idrottsungdomar och 106 före detta aktiva i de tretton vanligaste idrotterna för ungdomar i Frankrike. I studien jämfördes de aktivas och före detta aktivas uppfattningar vad gäller deras erfarenheter av sitt idrottsengagemang. Resultaten visade att aktiva investerade mer tid och pengar i idrotten, bodde längre ifrån idrottsplatsen, hade högre tillfredsställelse med aktiviteten, upplevde sig som mer kompetenta, upplevde högre autonomi och angav högre värde på idrottsaktiviteten än de som slutat med idrotten. De som fortsatt rapporterar också lägre på målkonflikt med föräldrar. En slutsats av studien är betydelsen av att skapa en positiv idrottserfarenhet där den sociala miljön spelar en betydande roll och att involvera föräldrarna.

Thedin Jakobsson et al. (2012) menar att de 16 åringar som fortsätter inom den svenska idrotten har en större erfarenheter av att idrotta tillsammans med sina föräldrar än de som slutat, vilket gett dem en större repertoar av olika fysiska aktiviteter vilket ökar deras fysiska kompetenser och smak för idrott.

En annan studie visar genom intervjuer med sex unga kvinnor i 20-21 års ålder att kvinnorna fortsätter med sin idrottskarriär under lång tid främst på grund av de inre belöningar och tillfredsställelse som idrotten ger dem i form av meningsskapande sammanhang, egenkontroll utan press från andra, goda relationer med tränare och idrottskamrater samt att de utvecklas och uppmuntras göra sitt bästa i sin idrott (Goncalves, Carvalho & Light, 2011). Alla betonade också betydelsen av att kunna hantera tiden i idrotten med övriga livet. Men kan man säga att motiv för deltagande i idrott och avhopp från densamma är samma sak och går att jämföras? Petlichkoff (1993) var enligt Fraser-Thomas, Cote och Deakin (2008) en av de första att påtala att skälen för deltagande och avhopp inte kan vara direkt relaterade med varandra utan att avhopp istället kan ses som process där den aktiva väger kostnad och vinst med engagemanget mot varandra (t ex brist på speltid kontra att bli bättre på idrotten). Weiss & Williams (2004) är andra forskare som lyft fram argument för behovet av att studera själva processen som barn går igenom innan de beslutar sig för att fortsätta sitt deltagande eller avsluta idrottengagemanget som leder till utträde ur idrotten. Socialisation till idrott är centralt för att förstå barns och ungas val av idrott. Enligt Coakley och Pike (2009, 100) är socialisation en process av lärande och social utveckling som uppstår när vi interagerar med varandra och blir bekant med den sociala världen i vilken vi lever. Men att studera utträde ur densamma är kanske något annat vilket vi avser att belysa i denna studie.

TEORETISKT RAMVERK

I denna del beskrivs de teoretiska ställningstaganden som varit utgångspunkt för att belysa hur processen går till när flickor bestämmer sig för att sluta spela innebandy. Att sätta fokus på hur avslutsprocessen går till har inte gjorts på detta sätt i tidigare forskning om varför flickor eller pojkar i tonåren slutar i svenska idrottsföreningar vilket därför är ett vetenskapligt bidrag till utveckling av den tillgängliga kunskapsmassan. För att djupare kunna beskriva och förstå människors beteende i ett sammanhang baseras studien på en teori vi finner relevant för studiens syfte och forskningsproblem.

Ebaugh (1988) har under lång tid studerat hur det går till när olika grupper av människor bestämmer sig för att lösgöra sig från och avsluta en roll man tidigare haft. Teorin har utvecklats genom studier av en mängd skilda grupper som exempelvis kvinnor som lämnar sin roll som nanna, läkare som slutar med läkaryrket, människors avslutande av sitt äktenskap etc. där hon funnit att avslutsprocessen är likartad oavsett vilken grupp som studeras. Teorin om avslutsprocessen, som Ebaugh (1988) på engelska benämner som "disengagement process", kan därför ses som allmängiltig och lämplig att använda även för att studera och förstå vad det innebär för unga att sluta med en idrott. Ebaugh beskriver i boken *Becoming an ex* hur hon ser denna avslutsprocess som en unik social process som kan studeras vetenskapligt i olika sammanhang. En vetenskapligt utvecklad teori är en hjälp för att tydliggöra vart studiens fokus ska riktas, för att tolka de data som samlas och för att genomföra en reliabel välgrundad studie.

Ebaugh (1988, 3) använder begreppet lösgörande (disengagement) för att referera till processen för individens frigörande och avidentifiering från de normativa förväntningarna som associeras med en roll. I denna studie väljer vi begreppet avslutsprocessen som översättning för Ebaughs (1988) "disengagement process". Lösgörandet är en del av en större social process som hon benämner med rollutträde (role exit) vilken pågår under en avgränsad tid. Ebaugh (1988) menar att avslutsprocessen är identifierbar genom ett antal sekvenser eller faser som individen går igenom oavsett vilken roll som hon eller han lösgör sig ifrån. Genom att använda teorin får vi hjälp att studera vad flickorna går igenom under den tid de bestämmer sig för att sluta och utifrån deras beskrivningar förstå vad som bidrar till avbrottet från idrott.

Innebandyflickornas avslutsprocess beskrivs i studien via fyra olika faser som återfinns i Ebaughs (1988) teori. Dessa benämns i studien som *första tvekan*, *söka alternativ*, *brytpunkten och orsaker* samt *efter beslutet*. Den fas vi modifierat benämningen på är den tredje

fasen där vi till brytpunkten lagt till "orsaker". Anledningen är att vi anser att det är i anslutning till brytpunkten vi finner det lämpligt att beskriva vår tolkning av de orsaker som kan förstås finns bakom det definitiva beslutet att bryta upp från laget och innebandyn. Vidare har vi döpt om den sista fasen till "efter beslutet" vilket Ebaugh benämner med "att skapa en exroll". Anledningen är att vi inte lägger så stort fokus på att följa flickorna in i skapandet av en ny roll (ex roll). Varaktigheten för avslutsprocessen relateras till hur lång tid det tar från första tvekan till att ta det definitiva beslutet om att avsluta sin roll samt den tid det tar för att anpassa sig till sin nya roll, dvs. tiden det tar för individen från fas 1 till och med fas 4, vilken kan variera individer emellan.

Den första identifierbara fasen av avslutsprocessen för rollutträde är enligt teorin *första tvekan* vilken infinner sig när individen ifrågasätter den etablerade rollen de har och börjar uppleva en tvekan över sitt engagemang. Fasen handlar väsentligen om att omdefiniera en situation som tidigare togs för given. När tvekan blir medveten börjar individen omtolka meningar och normativa förväntningar associerade med rollen som innebär en början till ett medgivande av alternativa roller. Ibland kan en särskild händelse utlösa den initiala tvekan alternativt kan också individen ha en vag obestämd känsla av missnöje där olika händelser bidrar till att medvetandegöra känslorna. Ebaugh (1988) menar att hela processen för rollutträdet påverkas av interaktioner med andra för individen betydelsefulla människor. Även om beslutet att sluta med en etablerad roll ofta är ett personligt val, tas det oundvikligen i en social kontext och influeras av reaktioner hos andra människor. Därför anser vi att det är relevant att i denna studie också undersöka hur flickornas föräldrar varit involverade i processen och hur de reagerat på dotterns tvekan till att fortsätta med innebandy. En funktion med att dela sin tvekan med andra är att testa sin bild av verkligheten och förstärka argumenten för att sluta alternativt för att fortsätta. Signifikanta andra kan förstärka "verkligheten" genom att sympatisera med individen alternativt utmana individen att tänka över situationen och tona ner problemen.

Den andra fasen är att *söka alternativ* till den roll individen innehar. Denna fas innebär enligt Ebaugh (1988) att individen söker och värderar de alternativa roller som står till buds. I denna fas väger individen den insats som krävs, mot belöningen som upplevs, för att stanna i rollen. Även om värderingen av den aktuella rollen gentemot alternativa roller är en avsiktlig och en rationell process kan den också innefatta icke rationella och emotionella inslag. Individen värderar resultaten av interaktioner mellan individer i grad av tillfredsställelse och

upplevd belöning i form av hur glädjande och angenäm erfarenheterna som skapas av interaktionerna är. När individen blir missnöjd och otillfredsställd med den situation hon befinner sig i blir alternativa vägar helt plötsligt tydligare och kan ses med nya perspektiv. Individer kan konkret lista för- och nackdelar med den innevarande rollen som ger ett underlag för beslut.

Alternativa roller är enligt Ebaugh (1988) dock begränsade i förhållande till individens intressen, färdigheter och de erfarenheter som individen upplever mellan den nuvarande rollen och andra alternativ. Individen blir under fas 2 allt mer medveten om de signaler och indikatorer som leder till missnöjet. Socialt stöd från signifikanta andra som är positiva till den tvekan som individen upplever kan sägas underlätta eller främja processen att avsluta sin roll, medan negativa reaktioner kan förhindra eller stoppa processen. Reaktionerna från omgivningen kan förändra beslutsprocessen där sökandet efter en alternativ roll kan fördröjas eller avslutas helt alternativt fortsätta fram till att ett slutgiltigt beslut tas om utträde ur rollen. Den grad av kontroll som individen själv har över processen varierar därför. Begreppen frivillig eller ofrivillig avslutsprocess refererar till graden av det egna valet som individen har i beslutet, om det är taget utifrån en fri vilja eller om hon eller han kan sägas bli tvingad till avslut.

Den tredje fasen, *brytpunkten och orsaker*, handlar om när individen kommer till en punkt i beslutsprocessen för utträde och definitivt bestämmer sig för att sluta. Beslutet tas enligt Ebaugh (1988) ofta i anslutning till en särskild vändpunkt eller händelse i individens liv där den personliga otillfredsställelsen i den tidigare rollen nått en gräns och möjligheten att göra någonting annat finns som ett övervägt och medvetet alternativ. I denna tredje fas mobiliseras och fokuseras medvetenheten om att det tidigare valet och beteendet inte längre är tillräckligt tillfredsställande. Det kan vara en faktiskt eller symbolisk händelse som får individen att bestämma sig. Dessa händelser gör att processen för tvekan och värderandet av alternativ kulminerar och individen är i en fas där hon eller han kan ta ett bestämt beslut utifrån en fast ståndpunkt. Vi benämner dessa i studien med kritiska faktorer eller kritiska händelser.

Beslutet att göra det definitiva utträdet följs oftast av ett yttre publikt uttryck om att beslutet har tagits vilket också har som funktion att avsluta beslutsprocessen andra fas, som ofta inneburit ett gradvis vägandet för och emot en fortsättning. Ibland tar det lång tid innan individen kommer till en punkt där det är omöjligt för dem att fortstätta, medan för andra kan det vara en kortare process.

Den fjärde och slutgiltiga fasen är *efter beslutet* och handlar om tiden efter att det definitiva beslutet har tagits vilket innebär en anpassning till livet utan den roll som man har lämnat. I denna fas finner och skapar individen nya/alternativa roller. Enligt Ebaugh (1988) bygger den sista fasen på att en "exroll" skapas. I denna fas distanserar sig individen känslomässigt ifrån den självuppfattning och de normativa förväntningar som förknippades med den tidigare rollen. Det kan under fasen finnas en bristande överensstämmelse mellan hur individen ser på sig själv och de sociala förväntningar som kan finnas på vissa beteenden som baseras på den tidigare rollidentiteten. Sociala reaktioner från omgivningen är av betydelse under denna fas för hur den upplevs av individen. Tid och uppmärksamhet ges åt att uttrycka sådant som skildrar att individen nu har en förändrad rollidentitet. Det kan finnas två typer av rollutträde, de som är socialt önskvärda och de som inte är önskvärda, vilket påverkar upplevelsen under denna fas. Typiskt för fjärde fasen är att den involverar förändringar i de vänskapsrelationer som fanns i den föregående rollen. Under denna fas förändras nätverken med de personer som man uppskattade eller som man ansåg sig vara kompisar med.

Hela denna avslutsprocess är ett unikt sociologiskt fenomen enligt Ebaugh (1988) då individen skall lösgöra sig från de förväntningar, normer och skyldigheter som funnits i den tidigare rollen. Avslutsprocessen för att blir ett "ex" eller en "före detta" i relation till en betydelsefull roll man haft, kan involvera spänningar mellan dåtid, nutid och framtid. I föreliggande studie handlar avslutsprocessen om att gå från rollen att vara en innebandyspelande flicka i en svensk idrottsförening till att sluta spela innebandy och bli en "före detta" innebandyspelare. Studien handlar om att förstå själva processen som flickorna går igenom oavsett hur stark eller svag rollidentifiering de har haft som innebandyspelare. Vi vill genom att använda oss av de olika faserna öka förståelse kring hur flickorna tänker, vad som har betydelse för dem under tid de kommer fram till sitt beslut. I studien ligger fokus framförallt på att förstå själva processen och till viss del hur flickorna upplever sin nya situation när de inte längre spelar innebandy.

Kritik mot Ebaughs teori har framförts av Drahota & Eitzen (1998). De menar exempelvis att individen kan ha en tvekan redan innan de går in i en roll vilket inte teorin täcker. Vidare påtalas att beslutet ibland kan vara direkt påtvingat och att alla individer inte nödvändigtvis går igenom alla faser, exempelvis fas 2. Vi är medveten om att kritik ofta riktas mot en ensidig teoretisk förståelse om att individer nödvändigtvis och systematiskt anses gå igenom samma faser eller stadier på ett förutbestämt sätt. Vi förhåller oss medvetna till detta

genom att se faserna som ett hjälpmedel och inte nödvändigtvis som en strikt mall för att placera in flickornas och föräldrarnas utsagor i en viss fas, utan mer som ett sätt att beskriva tankar, händelser och skeenden av beteenden under avslutsprocessen. Detta innebär en förståelse för att en tanke eller händelse kan tolkas in i flera faser och att faserna för vissa personer kan överlappa varandra. Med det i beaktning ser vi dock att fördelarna med teorin överväger och att den är användbar för att uppnå studiens syfte.

Sammanfattningsvis används i denna studie ett beteendevetenskapligt kvalitativt tillvägagångssätt med intervjuer som huvudsaklig forskningsmetod. Studiens design bidrar enligt oss till att flytta fram forskningsfronten då tidigare forskning ofta inriktats på att mer direkt söka orsaker till varför man slutar med idrott istället för att som i denna studie fokusera även på den process som sker innan beslutet tas. Ett nytt angreppssätt, med andra forskningsfrågor, innebär i den här studien att ett större fokus läggs på tankar och händelser som sker över tid i den beslutsprocess flickorna går igenom. Genom detta ges möjlighet till en annan förståelse för varför och hur det går till när de slutar. Detta har inte gjorts i tidigare forskning om avbrottsproblematiken i ungdomsåren. Studien har vidare ett helhetsperspektiv då både tiden före, under och efter beslutet tas i beaktning för att kunna sätta beslutet i ett sammanhang och förstå vilken betydelse det som sker över tid kan ha för flickornas tillfredsställelse eller missnöje med idrottsverksamheten i relation till annat i livet.

STUDIENS SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR

Det övergripande syftet med denna studie är att nå fördjupad kunskap om vad som leder fram till beslutet att sluta med en idrott i unga år. Det specifika syftet är att ta reda på hur flickor som i unga år slutat spela innebandy, och deras föräldrar, uppfattar den avslutsprocess som flickorna gått igenom och därigenom nå en djupare förståelse för varför och hur det går till när unga slutar med en idrott. Vidare syftar studien till att utveckla kunskap som ger ökad förståelse för hur idrottsföreningar kan arbeta för att få unga flickor att fortsätta med innebandy. Detta besvaras genom följande frågeställningar:

- Hur uppfattar flickorna och föräldrarna flickornas tid när de spelade innebandy? Hur anser de att verksamheten motsvarade flickornas önskemål, kompetens och ambitioner?
- Hur ser avslutsprocessen ut för flickorna enligt flickorna och föräldrarna? Vad är det som gör att flickorna börjar fundera på att sluta, hur lång tid tog det att komma fram till beslutet och vad hände under den tiden, vilken betydelse har andra personer för flickans beslut och hur upplevs tiden efter att beslutet är taget?
- Vad är det för orsaker som gör att flickorna valde att sluta?
- Vad kan idrottsföreningar göra för att få fler flickor att fortsätta inom innebandyn?

METOD

Resultaten baseras på 24 kvalitativa semistrukturerade intervjuer med 12 före detta innebandyspelande flickor mellan 13-18 år och 12 av deras föräldrar. Svenska innebandyförbundet tillfrågade idrottsföreningar som hade skickat in ansökningar till Idrottslyftet som var relaterade till olika satsningar på flickor om de ville medverka i denna studie. Sammanlagt var det tre idrottsföreningar som anmälde intresse vilka är de som medverkar i studien. Dessa föreningar var behjälpliga med att ta fram kontaktuppgifter till flickor som slutat i föreningen enligt våra urvalskriterier. Studien genomfördes mellan januari och juni 2014, varav intervjuerna genomfördes under mars månad. I följande avsnitt beskrivs hur studiens metod planerats och genomförts inklusive de etiska ställningstaganden som tagits.

Val av intervju som metod

Intervjuer valdes som främsta forskningsmetod då den ansågs mest lämpad för studiens kvalitativa angreppssätt och för att på bästa sätt kunna svara på frågeställningarna. Fördelarna är att i en intervju söks kvalitativ kunskap uttryckt på ett sätt som intervjupersonerna naturligt talar. Genom metoden kan intervjupersonerna i realtid få tänka igenom och medvetandegöra sina uppfattningar och därigenom få en chans att förklara sig djupare genom de frågor som ställs. Med hjälp av intervjuer erhålls nyanserade beskrivningar av olika aspekter i intervjupersonens livsvärld och genom interaktionen mellan intervjuare och intervjupersonen skapas därmed ett unikt kunskapsunderlag (Kvale & Brinkmann, 2009).

Forskningsmetoden med intervjuer valdes för dess fördelar även om det också finns nackdelar. Att genomföra och bearbeta intervjuer är en tidskrävande metod och därmed en kostsam metod att använda sig av. En annan nackdel blir därmed också att ett begränsat antal intervjupersoner kan ingå i en intervjustudie. Antalet informanter som i denna studie var 24 personer anser vi dock är tillräckligt många för att ge svar på studiens syfte och frågeställningar. Själva genomförandet kräver en hantverksskicklighet och relevanta ämneskunskaper då kunskaperna produceras i ett socialt samspel mellan intervjuaren och intervjupersonerna (Kvale & Brinkmann, 2009). Vi som genomfört studien har sedan tidigare gedigen erfarenhet av intervjuer som forskningsmetod varför valet av intervjuer som metod också anses rimligt. Det kan också vara så att intervjuaren riskerar att påverka intervjupersonerna varför tidigare erfarenhet av metoden och av att intervjua barn kom till användning vid datainsamlingen.

Information om syftet med studien, etiska aspekter och genomförande gavs till alla som medverkade i studien.

Urval av idrottsföreningar, flickor och föräldrar

De tre idrottsföreningarna som medverkar i studien har innebandyverksamhet för flickor i barn- och ungdomsåren. De föreningar som valdes ut har sökt idrottslyftsmedel för att arbeta med utvecklingsfrågor som har att göra med att få flickor att stanna kvar inom idrotten. Efter att Svenska Innebandyförbundet tillfrågat idrottsföreningarna och fått ett godkännande till deltagande kontaktades ansvariga i respektive förening via telefon och e-post för informera om studien och för att få kontaktuppgifter till minst fyra före detta aktiva flickspelare från idrottsföreningen utifrån våra på förhand bestämda urvalskriterier. När vi fick förslag på ett antal flickor som slutat spela innebandy kontaktades dessa, företrädesvis genom föräldrarna.

Vi planerade att göra intervjuer med flickor som slutat med innebandy för cirka 1-2 år sedan när de var i ungefär 13 års ålder (födda år 1999 alt år 2000) alternativt 16 års ålder (födda år 1996 alt. år 1997) samt minst en av flickornas föräldrar. Vi ansåg att det inte skulle vara allt för länge sedan de slutat med risk för att om en alltför lång tid efter avslutet passerat så skulle det kunna påverka hur väl de skulle kunna återge sina erfarenheter och uppfattningar. Det innebar att vi avsåg intervjua ungdomar som nu är mellan 14 och 18 år samt en av deras föräldrar. Ambitionen var att kunna genomföra intervjuer med några som slutat när de var i den lägre åldersgruppen, runt 13 års ålder, och några i den äldre i åldersgruppen, runt 16 års ålder, i respektive idrottsförening. Vidare valdes en av flickornas föräldrar/vårdnadshavare ut för intervjuer. Föräldrarna fick själva välja vem av dem som skulle medverka i intervjuerna utifrån deras involvering i flickans innebandy. Resultatet av urvalsprocessen blev att sammanlagt 24 personer varav 12 flickor och 12 föräldrar intervjuades i enlighet med det planerade antalet. Beroende på vilka som tackade ja till att medverka i studien och vilka förslag på deltagare vi fått från idrottsföreningarna kunde vi inte välja ett exakt jämnt antal i en specifik åldersgrupp i varje förening.

Åldersfördelningen för flickorna blev till slut 5 flickor som var mellan 13 och 15 år gamla samt 7 flickor som var mellan 16 och 18 år under tiden för studiens genomförande, vilket utifrån ambitionen att belysa såväl yngre som äldre ansågs tillfredställande. De 12 flickorna var fördelade över följande födelseår: 1996 (1), 1997 (5), 1998 (1), 1999 (2), 2000 (2) och 2001 (1). Av föräldrarna som medverkade var 8 mammor och 4 pappor till flickorna. Flickorna hade

alla slutat med innebandy i tidsintervallet ca ½ år till 2,5 år sedan. De intervjuade flickorna och deras föräldrar kommer ifrån tre idrottsföreningar geografiskt spridda i landet, en i norra Sverige och två i mellersta Sverige. Fem flickor med föräldrar kommer ifrån den första idrottsföreningen, fyra flickor med föräldrar från den andra och tre flickor med föräldrar från den tredje.

Flickorna i studien har i rapporten tilldelats fingerade namn för att stärka deras anonymitet. De kallas Kajsa, 13 år, Olivia, 14 år, Louise, 14 år, Katarina, 15 år, Sandra, 15 år, Lisa, 16 år, Hanna, 18 år, Sara, 17 år, Anna, 17 år, Nina, 17 år, Nadia 17 år och Sofia, 17 år. Föräldrarna anges med flickans namn, exempelvis Saras mamma.

Bortfall och bortfallsanalys

Sammanlagt tackade fyra tillfrågade familjer nej till medverkan i studien och tolv tackade ja. Två familjer avböjde medverkan på grund av tidsbrist, en förälder avböjde medverkan på grund av att barnet inte ville vara med, medan en familj inte angav någon anledning trots att frågan ställdes skriftligt. En orsak till två av bortfallen som hade med tidsbrist att göra kan ha varit att vi ville genomföra intervjuerna relativt snart efter att vi kontaktat dem. Det innebar att vi inte kunde vänta flera veckor på en lämplig tid för intervjuer utan valde att kontakta andra föreslagna deltagare istället. Därför anser vi inte att bortfallet påverkat resultatet vad gäller avslutsprocessen.

När det gäller flickan som inte ville medverka kan en förklaring vara att det kan vara svårt för ett barn att veta vad en forskningsintervju kommer att innebära. Vi hade inte direktkontakt med flickan utan vi gick genom föräldrarna och kunde därför heller inte direkt berätta om studien för flickan. Det var flickans föräldrar som informerade henne utifrån det informationsbrev som vi skickat ut. Utifrån den familj som inte angav någon anledning är det svårt att ha någon uppfattning om varför de inte ville vara med, men det skulle kunna ha med orsakerna till avbrottet att göra och därmed kan det ha påverkat resultatet något. Dock tackade 12 familjer ja utan särskilt lång betänketid eller tveksamhet vilket innebär att bortfallet inte antas ha någon avgörande inverkan på studiens resultat.

Etiskt hänsynstagande

Till viss del kan studien sägas vara etiskt känslig beroende på vad som är orsaken till att flickorna slutade spela innebandy i idrottsföreningarnas regi. Det kan vara svårt att få

idrottsutövare som valt att sluta i en idrottsverksamhet att ställa upp i en studie som ska belysa orsaker till avbrottet. Utifrån detta antagande planerades kontaktförfarande och etiskt hänsynstagande noga av oss forskare tillsammans med deltagande idrottsföreningar och Svenska Innebandyförbundet. Studiens etiska hänsynstagande utgår från Vetenskapsrådets forskningsetiska principer för samhällsvetenskaplig och humanistisk forskning (Vetenskapsrådet, 2002). Ett informationsbrev unikt för varje idrottsförening som i första hand avsågs för föräldrarna utformades med information om studiens syfte, målgrupp, genomförande och kontaktuppgifter för att de skulle kunna ha tillräcklig information för att ta ställning till deras medverkan (bilaga 1).

Informationskravet tillgodosågs genom att deltagarna informerades om studiens syfte samt om att Svenska Innebandyförbundet och Umeå universitet stod bakom studien och dess genomförande. Vidare informerades både föräldrar och barn vid respektive intervju om att medverkan i studien var frivillig, att den innebar att delta i en intervju och att de hade rätt att avbryta studien när helst de önskade samt att de kunde välja att avstå från att svara på en fråga. En förälder avböjde att svara på en fråga om vad de tyckte om tränarna med hänvisning till att intervjun spelades in. I övrigt svarade intervjupersonerna på alla frågor vi ställde i den mån de kunde.

Samtyckeskravet tillgodosågs genom att frågan om medverkan i studien ställdes till föräldrarna först i ett e-postmeddelande där ett informationsbrev bifogades (bilaga 1) vilket följdes upp efter några dagar genom ett telefonsamtal med muntlig förfrågan om medverkan. För alla barn beviljade föräldrarna tillstånd för barnens medverkan. Föräldrarna var således de som tillfrågade barnen om de ville delta i studien eller inte.

När det gäller konfidentialitetskravet informerades barn och föräldrar om att de skulle förbli anonyma i all rapportering av studien. Alla tillfrågades om de medgav inspelning av intervjuerna med villkoret att endast medarbetare inom forskningsprojektet skulle ta del av inspelningen, vilket alla samtyckte till. Vidare informerades i relation till nyttjandekravet att resultat kommer att publiceras i en rapport till Svenska Innebandyförbundet (SIBF), i olika vetenskapliga sammanhang och på webbsidor med koppling till Svenska Innebandyförbundet.

Datainsamling och genomförande av intervjuer

Studiens resultat baseras på en datainsamling som är gjord med hjälp av intervjuer med före detta innebandyspelare flickor i 13-18 års ålder och deras föräldrar. Ambitionen var att välja

den mest relevanta metoden för att besvara de kvalitativa frågeställningarna på bästa sätt och bidra till en djupare förståelse för den komplexa avslutsprocessen det innebär för flickor att komma fram till ett beslut om att avsluta sitt idrottande i en idrottsförening.

Intervjuerna med flickorna syftade till att samla in relevant och tillförlitlig data för att kunna beskriva och analysera processen för flickor att ta beslutet om att sluta med innebandy utifrån de uppfattningar de före detta aktiva innebandyspelare flickor har om innebandyverksamheten de har deltagit i. Intervjuerna med föräldrarna syftade på samma sätt till att samla in data för att kunna analysera och beskriva processen för flickor att ta beslutet om att sluta med innebandy utifrån uppfattningar som före detta aktiva flickors föräldrar har om den innebandyverksamhet som flickan deltagit i, flickans individuella situation och den beslutsprocess som de gått igenom.

En strukturerad intervjuguide utformades för att användas under intervjuerna vilken gav utrymme för oss som forskare att ställa följdfrågor alternativt utelämnar vissa av frågorna, varför intervjuerna kan ses som semistrukturerade. Intervjufrågorna i intervjuguiden för flickornas intervjuer (bilaga 2) och för föräldrarnas intervjuer (bilaga 3) utgick ifrån olika frågeområden baserat på tidigare forskning och Ebaughs (1988) teori samt kontext och bakgrund. Intervjuerna inleddes med bakgrundsfrågor relaterade till flickornas tid i innebandyn och fortsatte med frågor som behandlade hur hela avslutsprocessen såg ut från första tvekan, fram till att det definitiva beslutet togs samt frågor om tiden därefter. Även frågor ställdes om vad som ansågs vara viktigt för idrottsföreningar att göra för att få fler flickor att fortsätta med innebandy.

Ambitionen var att genomföra alla intervjuer med fysiska träffar vilket var möjligt med 9 flickor och 8 föräldrar medan 3 flickor och 4 föräldrar intervjuades med hjälp av telefon. Främsta anledningen till telefonintervjuer var att vi inte kunde vänta allt för lång tid innan intervjuerna kunde genomföras och då var det enklare för informanterna att göra dem hemma vid ett tillfälle som passade dem. Vi har haft fysiska möten med informanter från alla tre föreningar och pratat med de projektansvariga i respektive förening. De fysiska intervjuerna genomfördes främst i anslutning till idrottsföreningens idrottshall eller klubblokal medan en familj intervjuades i universitetets lokaler. Det viktiga var att få sitta i ett avgränsat och tyst utrymme utan störande moment och på en plats som intervjupersonerna kände sig bekväma med. Vid några tillfällen kom en annan person in i lokalerna vilket medförde ett kort stopp i intervjun som dock kunde fortsättas omgående. Genomförandet av intervjuerna delades upp mellan forskarna utifrån praktiska skäl vilket resulterade i att fördelningen för genomförande

blev 14/10. Samma person intervjuade barnet och barnets förälder. Alla intervjuer spelades in med hjälp av digital utrustning avsedd för ändamålet för att ordagrant kunna transkriberas vilket gjordes av annan professionell person.

Databearbetning

Alla utskrifter från intervjuerna med flickor och föräldrar samlades i en pärm med 24 filer i wordformat där varje rad numrerades från 1 till och med 10 957. Radnumren användes i analysen för att underlätta senare identifiering av ett uttalande och för att hitta relevanta citat i relation till resultatbeskrivningen. I pärnarna sorterades först flickan och därefter hennes förälder för att kunna jämföra huruvida de hade skilda uppfattningar eller inte. Respektive forskare hade tillgång till varsin pärm.

Det finns ingen standardmodell att använda för att analysera ett intervjumaterial men det finns olika metoder att välja på för att komma fram till resultaten. Analysen i föreliggande studie har inspirerats av Kvale och Brinkmanns (2009) analysformer med fokus på meningen genom meningskoncentrering och meningstolkning. Vi har valt att bearbeta utskrifterna från intervjuerna på flera sätt och i olika steg. Allt material lästes igenom några gånger av båda forskarna för att få en överblick över all insamlad data. Arbetet med meningskoncentrering fördelades sedan i första hand så att intervjuerna bearbetades och analyserades av den forskare som genomfört intervjun, för att den personen även hade erfarenhet från intervjusituationen och informanternas kroppsspråk, tonläge och liknande. I denna fas noterades den centrala meningen i varje uttalande, i relation till vårt syfte, i form av korta meningar i kanten av utskriftsmaterialet alternativt i kodningsanteckningar. Under meningskoncentreringen bröts större textsegment ned till några få ord som beskrev det centrala i uttalandet.

För att få en god överblick över alla informanternas uttalande och kunna jämföra dessa skapades några analysformulär med rubriker baserade på våra frågeställningar där vi förde in den centrala meningen i svaren på respektive frågeområde från varje informant i en och samma kolumn. I dessa analysformulär noterades radnumret där relevanta citat kunde hämtas i datamaterialet. Under meningstolkningen gick vi ett flertal gånger tillbaka till de olika avsnitten i analysformulären och till rådata. Dessutom gjorde vi jämförelser mellan våra meningstolkningar, kontrollerade våra slutsatser i diskussioner forskare emellan, gjorde djupare tolkningar utifrån de resultat som började skönjas för att få fram sådant som inte framträdde omedelbart i texten. Resultaten utvecklades genom analysen till berättelser utifrån såväl delarna

som helheten i förtätad form och återges i form av en kvalitativ beskrivning av intervjuernas innehåll och vår tolkning av desamma.

RESULTAT

Resultaten som beskrivs här baseras på intervjuer med 12 flickor som är mellan 13 till 18 år som varit aktiva som innebandyspelare men som nu slutat med idrotten och en av respektive flickas föräldrar. Ungefär hälften av flickorna går nu på högstadiet och ungefär hälften på gymnasiet¹ men de slutade främst spela innebandy när de gick på mellanstadiet eller på högstadiet. Den flicka som slutade med innebandy senast gjorde det för knappt ett halvt år sedan och den som slutade som längst tillbaka gjorde det för ungefär 2,5 år sedan. Flickorna hade varit aktiva i innebandy mellan två och tio år innan de slutade, varav de flesta har tränat innebandy i fyra till fem år.

Resultatkapitlet är indelat i tre huvudavsnitt och inleds med en presentation av hur flickorna och deras föräldrar upplevde tiden när flickorna spelade innebandy. Därefter följer den större delen som handlar om avslutsprocessens fyra faser där också en tolkning av orsaker till avslut presenteras. Avslutningsvis beskrivs flickornas och föräldrarnas tankar om vad idrottsföreningar kan jobba med för att få flickor att fortsätta inom innebandy över tonårstiden. Följande är de tre huvudavsnittens rubriker; *upplevelsen av tiden i innebandy, avslutsprocessen och dess fyra faser och hur idrottsföreningarna kan få flickor att fortsätta.*

Upplevelser av tiden i innebandyn

Hur tiden i innebandyn upplevdes av flickorna och deras föräldrar beskrivs både för att förstå hur väl innebandyn motsvarade flickornas önskemål, kompetens och ambitioner men också för att förstå det som sker senare under avslutsprocessen.

Innebandy är kul, i alla fall så var det kul i början...

Kompisarna, familj/släktingar och skolans idrottsundervisning var det som gjorde flickorna intresserade av innebandyn i ett inledande skede. Merparten av flickorna började spela innebandy för att deras kompisar spelade, för att de tillsammans med kompisar bestämde sig att pröva på idrotten eller för att föräldrar eller andra släktingar inspirerade dem att börja.

¹ Flickornas födelseår: 1996 (1), 1997 (5), 1998 (1), 1999 (2), 2000 (2) och 2001(1).

Alla flickor utom en beskriver tiden i innebandyn i mycket positiva ordalag. Framförallt är det den inledande tiden i innebandyn som det pratas positivt om. Med "den inledande tiden" menas här den tid flickorna var med i innebandyn innan det började ske alltför för mycket förändringar inom idrotten eller innan det blev intresse- och tidskonflikter mellan innebandyn i relation till andra fritidsintressen och skolarbete. Både flickorna och deras föräldrar ger i de flesta fall en bild av hur flickorna inledningsvis tyckte om att vara med i innebandyn, att innebandyn var anpassade till flickors önskemål, ambition och kompetens på ett bra sätt och att de gillade sina tränare. Flickorna uttrycker att de hade roligt på träningarna och att de gillade idrotten och att gemenskapen inom innebandylaget var viktig för dem. Den flicka som inte gav en positiv bild av innebandyn är Sandra, 15 år som menar att hon egentligen aldrig tyckt om innebandyn som idrott egentligen utan att hon tycker mer om andra idrotter. Sandra har svårt att sätta fingret på vad det är i innebandyn som hon inte tycker om: *Jag tycker inte det är så kul nu... Jag vet inte. Jag tappade bara intresset för det. Då var det ju andra idrotter också... Men jag gillade inte tränarna direkt så mycket. Alltså, de skriker ganska mycket.* (Sandra, 15 år) De övriga flickorna och även deras föräldrar är däremot mycket positiva till tränarna, i alla fall till de tränare som flickorna har i början av sin tid inom innebandyn.

Vad som uppskattats hos tränarna som de har inledningsvis är framförallt tränarnas positiva beteende som både flickorna och föräldrarna berättar om. Det handlar om att tränarna peppar flickorna, att de är intresserade av dem och innebandyn, att de är roliga, att de ser och hälsar på alla flickor samt att de inte blir arga under träningar och matcher. Den bild flickorna och föräldrarna ger av tränarna illustreras av Olivia, 14 år: *"De motiverade väldigt bra, och sen om det inte gick så bra så hade de väldigt bra snack och pratade och motiverade väldigt mycket, och de var roliga på träningarna..."* Ett par spelare nämner även att tränarna var bra för att de var kunniga inom idrotten innebandy men det är framförallt tränarnas beteende och hur detta påverkar interaktionen med de aktiva som lyfts fram som det positiva. Under den senare delen av flickornas tid inom innebandyn upplever däremot flera av flickorna att de inte trivs lika bra med de tränare de då har.

När flickorna blir tillfrågade om vad de tyckte bäst om med innebandyn nämner nästan alla gemenskapen, att de trivdes på träningarna, att de hade kul tillsammans i laget och att de träffade sina kompisar på träningarna. Lisa lyfter fram lagsammanhållningen:

Jag tror jag tyckte bäst om... Just i vårt lag var det lagsammanhållningen, alltså hur vi var som lag, att vi verkligen var ett lag. Alltså vissa lag är ju bara ett lag på planen, men vi var verkligen ett lag utanför". (Lisa, 16 år)

Att ha en bra lagsammanhållning och en bra stämning i laget poängteras även av flertalet föräldrar som en viktig del i flickornas idrottande vilket Nadias mamma ger uttryck för: *De hade ett otroligt bra lag, alltså bra sammanhållning i laget. Jättebra var det...* Det tycks också vara så att när lagsammanhållningen och stämningen i laget inte längre upplevs som tillfredställande, så upplever flickorna inte att innebandyn är lika attraktiv för dem. En flicka beskriver att hon gillar innebandyn som idrott men tyckte det var jobbigt när hon samtidigt upplevde att det inte var så bra gemenskap i hennes lag. Det var grupperingar i laget som hon inte gillade. Många av flickorna lyfter således fram glädjen och hur kul de har när de är på innebandyn, både på träningar och matcher. *Jag tycker båda var lika kul för på träningarna kunde jag typ prata med mina vänner och lagkompisar. Sen på matcherna då ville jag vinna,* säger Nadia, 17 år.

Många av flickorna drivs av gemenskapen men också av en tävlingsinstinkt och tycker att det roligaste med innebandy är att spela matcher, Olivia 14 år berättar: *Det var ju att spela matcher. Jag tyckte det var jättekul... ja, jag ville ju tävla, det ville jag ju. Jag vet inte hur jag skall förklara, men jag tyckte det var väldigt kul att tävla.* Att få vinna och att få känna sig bra på något tillsammans lyfts också fram av andra som positiva inslag i innebandyn. Sara, 17 år berättar: *... man går ju in för det [att spela matcher, vår anm.], och sen när man vinner blir man jätteglad och hela laget blir jätteglda. Det är ju en kul grej, det är det ju så länge man tycker det är kul och har tiden för det.* Just känslan av få uppleva att de är bra på något tyckte flickorna om. *Det var liksom roligt att springa med en boll, att känna sig duktig, att man är bra på någonting,* förklarar Hanna, 18 år.

I intervjuerna blir det tydligt att i de allra flesta fall anses att flickorna inledningsvis upplevde att det var lagom nivå på träningarna för dem, att det var rimligt antal träningar i veckan och att de trivdes helt enkelt. I några av flickornas lag var det uttalade krav från tränare om att flickorna skulle vara med på ett visst antal träningar för att få spela matcher medan andra tränare var mer flexibla. Ett par flickor är osäkra hur obligatoriska träningarna var egentligen. Vissa lag hade även en frivillig träning i veckan. Trots denna valfrihet tycks flera flickor känna en lojalitet mot de övriga spelarna i laget som innebar att de kände sig "skyldiga"

om de hoppade över någon träning. De vill ställa upp för de andra i laget och känner att de borde vara med på alla träningar oavsett uttalade förväntningar från tränare. Det tycks finnas implicit uttryckta krav i idrotten angående närvaron på träningarna. Krav som påverkar både flickornas tankar, beteende och förståelse om vad som förväntas av dem. Kajsa beskriver att hon kände sig ”*elak*” när hon fick vara med och spela matcher fast hon inte kunde vara med på alla träningar eftersom hon också prioriterat en annan idrott. Anna som varit borta från några träningar och kände att hon kommit efter beskriver att hon hade en känsla av att hon inte borde vara där och ”*sabba*” för de andra som varit med på träningarna.

Sammanfattningsvis kan man dra slutsatsen att innebandyn i ett inledande skede i hög grad motsvarar flickornas förväntningar på glädje, positiva upplevelser och önskemål men också i förhållande till deras kompetens och ambitioner. Dock kommer denna bild av innebandyn delvis att ändras då flickorna börjar uppleva ett antal förändringar inom innebandyverksamheten som blir avgörande för deras upplevelser.

Förändringar under tiden de spelar innebandy

När flickorna har varit med i innebandyn ett tag så sker det vissa förändringar i dessa innebandylag oavsett förening. De förändringar som vi finner i innebandyverksamheten utifrån flickornas och föräldrarnas berättelser som blir betydelsefulla för flickornas kommande avslut är en ökad prestationsinriktning, förändrade lagkonstellationer, förändrade förhållningssätt bland tränare samt tonårsrelaterade förändringar.

Från att flickorna upplevt att innebandyn stämt väl gentemot deras önskemål, kompetens och ambitioner nämner flera av dem att de senare upplevde att innebandyn förändrades så att det blev allt viktigare att prestera bra idrottsligt och att skillnaden i idrottslig kompetens fick allt mer betydelse. Flera av dem nämner att de inte längre får så mycket speltid på matcherna som de skulle önska och de tolkar det som att det beror på att de inte är lika bra som de andra spelarna. De upplever att det blir tydligare att vissa spelare vill satsa på att bli elitspelare medan andra inte har samma mål med sin medverkan i innebandy. Det blir också klart att när ambitionsnivån och kraven på prestation förändras (ofta höjs med åldern) så blir det en större och tydligare skillnad mellan olika spelare och tränare.

Alltså, tränaren ville ju hela tiden utveckla mig, och det är klart att jag ville utveckla mig själv som spelare också. Men det var mer att de flesta i laget

ville utveckla sig och komma upp till elitnivå medan jag inte såg samma intresse i det. (Lisa, 16 år)

Denna förändring mot en mer prestations-, resultat- eller elitinriktad idrottsverksamhet där målet allt mer går ut på att vara så bra som möjligt i innebandy uppfattas tydligt av flickorna och föräldrarna. Samtidigt anses det både av spelare och föräldrar som en ”naturlig” utveckling inom idrottsvärlden. Det uttrycks nästan som en självklarhet att vid en viss ålder så ska idrotten bli mer seriös, att det förväntas mer av flickorna när de blir äldre och att det ”bara är så”. Som att detta inte är möjligt att ändra på. De accepterar detta till viss del som förgivettaget inom idrotten, även om de inte ser positivt på konsekvenserna. Det innebär att det tas för givet att idrotten ska bli mer seriös ju äldre flickorna blir och att flickorna skall vilja bli riktigt bra i sin idrott eller spela matcher med lag som är på en högre nivå i seriesystemet. Flera av flickorna uttrycker att så inte alls är fallet utan att de är med i innebandyn av andra anledningar än att de vill bli absolut bäst, även om de vill utvecklas som innebandyspelare.

Det var ju en stor del i mitt liv... Och jag var ju rätt bra ändå, så det var ju tråkigt att sluta. Pappa sa: ”Du kan ju inte sluta nu. Du har ju chansen att bli stor”. Men jag ville ju inte bli stor. Jag ville ju bara spela ... jag hade andra drömmar om vad jag ville ”bli”. (Sara 17 år)

Ambitionsnivån och målen med deltagandet i innebandy som några av flickorna har och de som uttrycks genom deras idrottsverksamhet börjar skilja sig åt allt mer.

En annan förändring som flera flickor tar upp är att det lag som de spelat i och trivs väldigt bra med i flera fall splittras och slås samman med andra lag. Detta kan ske då andra slutat och sammanslagningar blir nödvändiga för att få ihop ett lag. Några av flickorna börjar också spela matcher med andra lag som ungdomslag, damlag och liknande eller flyttas helt till andra lag. Dessa förändringar som påverkar lagets konstellation har en negativ påverkan på hur flickorna trivs i innebandyn då de har svårt att känna samma trygghet och gemenskap med kompisarna som tidigare. De upplever att de inte känner varandra så bra i de nya lagkonstellationerna. Det utvecklas en ovisshet i var flickorna egentligen hör hemma i de fall flickorna får spela i flera olika lag. Bristen på trygghet och gemenskap samt de högre kraven på prestation beskrivs av både föräldrar och flickor som något förändrats från den inledande tiden.

När lagens konstellation ändrades fick flera av dessa flickor nya tränare och de positiva erfarenheterna de tidigare haft av tränarna började också förändras. I de nya lagen upplevde flera flickor hur dessa tränare hade ett allt större fokus prestation. Från att ha uppskattat de tidigare tränarnas positiva förhållningssätt upplevs nu beteendet hos en del tränare som mer negativt. Några tränare upplevs väldigt prestationsinriktade och det leder till att flickorna inte längre upplever att de tar hänsyn till hur detta påverkar flickorna och deras känslor. Sofia ger ett exempel på hur nya tränare agerade när de värderade flickornas prestationer. Tränaren poängsatte flickornas prestationer och offentliggjorde dem genom att lägga ut bedömningen på lagets Facebook sida:

... och sen var det så att man fick man poäng på träningarna efter hur duktig man var, då blev ju min motivation dålig... På kvällen efter träningen, så skrev han [tränaren] på Facebook ”du fick så och såhär många poäng”. Så var det de som inte fick några poäng överhuvudtaget Jag hade ju inte fått några poäng. ... Jag kände att jag inte ville gå på några mer träningar typ. (Sofia, 17 år)

Intervjumaterialet visar således på flera förändringar vad gäller organisation och ledarskap i innebandyverksamheten när flickorna varit med i innebandyn ett tag, förändringar som påverkar flickornas tankar om sin fortsatta medverkan. Samtidigt sker det personliga förändringar hos flickorna i samband med att de blir äldre som blir av betydelse i sammanhanget. Lisas mamma beskriver förändringar i tonåren:

Jag känner liksom att de blir lite osäkra på... ja, lite allt runt omkring. Det finns mycket utseendemässigt och man ska umgås med rätt kompisar, jamen, lite allt möjligt sådant där. Det blir en ganska stor press ändå eller de här känslorna som kommer i tonåren, så upplever jag det. Sen att dessutom lägga på en press att ”sen ska ni dessutom prestera jättebra jämt”, det kanske blir för mycket. (Lisas mamma)

Även flickorna indikerar att de upplever en skillnad i tonåren mot tidigare. Hanna beskriver detta:

Ja, det är väl det här när man växer upp som tonåring, många hamnar i en jobbig tonårsperiod, där det lätt blir gruppträck och det blir ”töntigt” och

”coolt” och sådär, så det är kontraster och man försöker alltid anpassa sig.

(Hanna, 18 år)

Detta belyser också hur flickorna gärna vill passa in i de sammanhang de är med i vilket då blir ytterligare en förstärkande faktor när de upplever ökade krav från idrotten.

Avslutsprocessen och dess fyra faser

Genom att fokusera studien på avslutsprocessen är avsikten att djupare förstå flickornas upplevelser över tid och vad som får betydelse från första tvekan fram till det definitiva beslutet och tiden därefter. Det visar sig att bilden kring flickornas avslut inte är helt okomplicerat vare sig utifrån om beslutet kan sägas vara så frivilligt som flickorna menar att det är eller i vilken grad kritiska faktorer och händelser inom och utom innebandyverksamheten har någon roll i flickans beslut. Avslutsprocessen avser i den här studien den process som flickorna genomgår från det att de börjar fundera och tveka inför att fortsätta med innebandy tills de bestämmer sig för att sluta och tiden närmast därefter. I resultatdelen beskrivs avslutsprocessen genom följande faser: Fas 1: *första tvekan*, fas 2: *att söka alternativ*, fas 3 *brytpunkten och orsaker* samt fas 4 *efter beslutet*.

I ett inledande skede, i fas 1, handlar inte flickornas tankar direkt om att de skall sluta utan mer om att innebandyn av någon anledning känns mindre och mindre attraktiv för flickorna eller att någonting annat utanför idrotten påverkar dem eller upplevs som mer attraktivt. Dessa tankar är dock starten för de känslor och uppfattningar som senare gör att de tar beslutet att sluta med innebandyn. I fas 2 synliggörs hur flickorna väger alternativ för och emot att fortsätta och vilken roll andra personer har för deras beslut. I fas 3 kommer flickorna fram till en brytpunkt och bestämmer sig för att sluta. Här redovisas också hur lång tid beslutsprocessen tar och vad orsaken kan sägas vara till deras beslut. Dessutom beskrivs hur beslutet meddelas till idrottsföreningen. Fas fyra belyser tiden efter beslutet, hur flickorna upplever beslutet, vilken interaktion de haft med idrottsföreningen och vad de gör istället för att spela innebandy.

Första tvekan (fas 1)

Genom analysen har olika kritiska faktorer synliggjorts som har betydelse för att flickorna går in i fas 1 och börjar tveka till om innebandyverksamheten är så bra som den varit tidigare. Dessa kritiska faktorer är *ökad prestations- och resultatinriktning, förändringar i lagens konstellation,*

förändring av tränare och tränares förhållningssätt, tidsbrist, intresse för andra idrotter eller aktiviteter och höga krav på sig själva.

De tre första faktorerna kan sägas vara relaterade till innebandyverksamheten det vill säga ökad prestations- och resultatnriktning, förändringar i lagens konstellation, förändring av tränare och tränares förhållningssätt som alla gör så flickorna går in i en första tvekan och startar med att fundera på hur attraktiv innebandyn egentligen är för flickorna.

Ökad prestations- och resultatnriktning

En kritisk faktor är kopplad framförallt till upplevelser av att det blir mer och mer krav på flickornas idrottsliga kompetens och prestationsförmåga samt att det uppfattas att lagens mål tydligare kopplas till att prestera bra och vinna matcher. Uppfattningen är att det blir en ökad prestationsnriktning i innebandyverksamheten men också att det blir mer och mer tydligt att flickorna i lagen har olika ambitionsnivå med innebandyn. Från att som yngre ha spelat innebandy för att det är roligt och för att få vara tillsammans med lagkompisarna så uppfattar flera av flickorna att det inte längre är "möjligt" att vara med i innebandyn bara för att det är kul.

... jag ville ju ha ett lag som är mindre tävlingsinriktat. Men jag hade ju också många i mitt lag som ville satsa, så man var ju liksom på olika nivåer. ... jag önskar att det var mindre tävlingsinriktat och mer på skoj. (Nina, 17 år)

När träningarna börjar upplevas som allt för målinriktade och när vissa flickor i laget får mer speltid än andra börjar flickorna värdera sina egna prestationer och sin egen kompetens på ett sätt de inte tycks ha gjort tidigare. Detta leder till en hel del funderingar för flickorna vilket Hanna ger uttryck för:

Jag har aldrig känt med innebandy att jag ville satsa, kanske en tid men det var bara några månader och sen kände jag: Nej, det här är bara roligt att göra på fritiden och när det blev mer och mer så, så kände jag: Nej, jag vill inte lägga mer tid på det här... för om jag var kvar och spelade bara för att det var roligt, jag tyckte inte att det gick riktigt för då känner man sig dålig jämfört mot alla andra för att de satsar och man själv inte gör det. (Hanna, 18 år)

De upplever alltså att de inte kan fortsätta spela innebandy "bara" för att göra något roligt på fritiden. Det blir mer och mer tydligt för flickorna själva att olika flickor i laget har olika ambitionsnivå med sitt innebandyspelande, något som de inte reflekterat över tidigare men som tydliggörs när prestationsinriktningen i lagen ökar. De flesta flickorna diskuterar på ett sätt som visar på hur stort ansvarstagande de tar för lagets "bästa" och att det inte bara är hur de själva känner kring sin prestation som är viktigt. De börjar fundera på sin roll i laget och om deras prestationer verkligen räcker till och om de verkligen borde vara med i laget om de inte satsar helhjärtat på innebandyn när andra gör det. Ett lojalitetstänk där lagets bästa gentemot deras eget intresse att vara kvar i innebandyn blir något som gör att de börjar tveka om de skall vara kvar i innebandyn.

... det är klart det var jobbigt, det var det ju att veta att man inte var lika bra som alla andra, men samtidigt var det ju jag själv som också sa att jag inte ville elitsatsa, och det var ett mål som laget ville ha... jag fick aldrig det intresset och då kändes det som... jamän, det kanske drar ner på själva laget i sig, att de vill elitsatsa och det vill inte jag... (Lisa, 16 år)

Den rådande idrottsdiskursen där idrottsliga prestationer och resultat värderas högt framträder i den här fasen alltmer tydligt för flickorna och deras föräldrar. Detta leder till en tvekan om innebandy är det man vill hålla på med och för några flickor försvinner lusten till idrotten när de inte känner sig lika bra som de övriga flickorna. En mamma vars dotter inte längre tycker innebandyn är så kul som hon gjorde tidigare menar att prestationsinriktningen i idrotten kan vara stimulerande för vissa men också det som gör att andra börjar tveka på om de skall fortsätta med idrotten.

Man kan ju önska att det var lite mer på en... inte leknivå men lite mer att alla får vara med... det tror jag faktiskt skulle hjälpa och vänta med det där [prestationsinriktningen, vår anm.]. Men jag förstår att det är svårt, jag vet hur det är... för de barn som är på det sättet [tävlingsinriktade, vår anm.] är det ju fantastiskt... men jag har sett alla sidor och känner ändå att det är jätteviktigt att man måste kunna få hålla på bara för att det är kul, och ändå hitta en utmaning i det... (Annas mamma).

Förändringar i lagens konstellation

Förändringar som har att göra med lagens konstellation är en betydelsefull faktor som gör att flickorna inte tycker det är lika roligt längre. Exempelvis när lag slås ihop eller delas upp av någon anledning eller när flickor spelar matcher med flera olika lag. Sammanhållningen påverkas och flickorna känner inte längre samma gemenskap i laget. De blir allt mer osäkra på hur mycket innebandyn verkligen betyder för dem. De börjar tveka till om de ska fortsätta med innebandyn. Nadia beskriver hur hon trivdes i laget och med sina tränare, hur alla gillade alla men att deras lag sen blev tvungna att slås ihop med ett annat:

Allting i det ändrades, för de ville typ att hela vårt lag skulle splittras. De ville att 98:orna skulle spela med 99:orna, att vi 97:or skulle gå upp till ungdomslaget och kanske vara med i A-laget Och jag tyckte det var mycket redan då att byta lag, för jag ville ju vara i mitt lag, så jag tänkte såhär: "Ska jag satsa mer på fotbollen nu när det inte börjar bli så bra?" (Nadia, 17 år)

Några av flickorna beskriver att de spelar matcher i olika lag och den tidigare gruppstillhörigheten som de upplevde som positiv urholkas på det här sättet. Att flytta upp och spela med ett lag i en högre division beskrivs som svårt på flera sätt även om det också är något som flera av flickorna vill. Ålderskillnaden är en faktor som nämns som svår, exempel ges på hur spelare i ett damlag kan vara mellan 16 till 23 år och att som ung spelare upplevs den ålderskillnaden ibland väldigt stor. Att komma in i ett nytt lag är också något som inte är helt oproblematiskt då det i dessa lag kan bli grupperingar av spelarna och då saknar de den gemenskap de var vana tidigare.

Nya tränare och tränares förändrade förhållningssätt

Det är också flickor som går in i fas 1 och känner en första tvekan till innebandyn när det blir nya tränare med andra förhållningssätt. I anslutning till att lag slås ihop så kan nya tränare som flickorna inte känner sedan tidigare bli aktuella för att ta hand om laget. Detta innebär en förändring i flickornas innebandyvardag. Då finns det en risk att den nya tränaren och spelaren inte har samma uppfattningar och förståelse för varandra som tidigare tränare kanske har haft. Vidare visar flickornas uttalande att de fått negativa upplevelser av nya tränare. Hannas mamma berättar:

Hon berättade kommentarer han hade sagt och sådär. Och inte bara till henne, utan till hennes kompisar kunde han slänga ur sig kommentarer som: "Du har ingenting att hämta inom innebandyn" eller sådär och: "Ingen framtid". Konstiga kommentarer, kan man tycka. (Hannas mamma)

Hanna berättar att när två lag slagits samman fick hon en ny tränare som hon hade erfarenheter av från när hon spelade i damjunior SM några år tidigare och som då kränkt henne:

Det var en tränare... som var väldigt målinriktad och ville vinna allt. Det är att man ska vinna, man ska vinna liksom... Och jag hade honom en gång på damjunior-SM, och då sa han till mig och en annan tjej att vi inte hade någon potential alls, för han såg inte någon potential just när vi spelade innebandy. Och det har jag alltid haft med mig... jag blev så arg och chockad att man kunde säga så, för jag är inte van vid det. (Hanna, 18 år)

Hanna berättar att detta hände när hon var ungefär 14 år och att detta uttalande från denna tillfälliga tränare påverkat henne mycket. *Vi hade tydligen inte presterat som de hade hoppats på. De två verkade inte förstå sig på oss tjejer alls, i vår ålder, för de verkade inte förstå att vi tog det jättepersonligt, och det blev en jättestor grej för oss. När denna person senare skulle blir hennes riktiga tränare i det nya sammansatta laget började hon tveka på om hon skulle fortsätta. Det behövs enligt föräldrarna fler tränare som lärt sig mer om pedagogik och är mer "pedagogiska" i sitt agerande för att sådant inte ska ske.*

Alltså, att de skulle vara lite mer utbildade på att vara mer pedagogiska. Jag tror många kände att de blev väldigt sågade ibland, och det kan ju verkligen få en att tappa lusten. Och just att de skulle satsa mer på att ha pedagogik för tränarna., det tror jag vore jättebra. (Hannas mamma)

Även Lisa påverkades starkt av en tränares ord när en av tjejerna i 13 års ålder fick veta att hon kanske inte platsade i laget. Det var vid lagets första utvecklingssamtal med en ny tränare hon fick veta detta, men hon fick en chans till av tränaren. Detta gjorde att Lisa började fundera på sin egen kompetens och om hon var bra nog för att fortsätta. Lisas mamma berättar:

Nej, men jag vet första gången hade de ju sådana individuella samtal med spelarna, vad de hade för målsättningar och sådant där. Och då vet jag att det var en tjej som helt enkelt blev petad från laget, och det var nog första

gången Lisa sa: "Åh, nej. Jag tro jag ska sluta också"... Hon platsade inte i laget... (Lisas mamma)

Flera av dessa faktorer eller händelser inom idrotten kan också upplevas samtidigt vilket sannolikt kan stärka individens tvekan till att fortsätta. Det komplexa i att finna orsaker till varför unga slutar med idrott kan vara just att flera faktorer tillsammans verkar utgöra "huvudorsaken" som till slut gör att de slutar. Detta var en beskrivning av de framträdande faktorer inom innebandyn som bidrar till att flickorna börjar tveka om sitt deltagande i innebandyn.

Andra framträdande faktorer i denna studie som är relaterade till det som sker utom innebandyn i flickans liv som bidrar till att de börjar tveka till att fortsätta är: *tidsbrist, intresse för andra idrotter eller aktiviteter och höga krav på sig själv.*

Tidsbrist

När de börjar uppleva en tidsbrist under sin fritid handlar det om att tiderna för olika aktiviteter och idrotter krockar, att skolarbetet kräver mer tid eller att de helt enkelt har för många saker att göra på sin fritid. Katarinas pappa förklarar om hur hon började tveka:

Det var egentligen bara på grund av tidsbrist, för hon går i högstadiet nu och det är en hel del läxor och så. Och så håller hon ju på med dans i olika former, så det blev väl svårt att hålla allting på ytan. Hon spelar ju även fotboll på sommaren. (Katarinas pappa)

Även Katarina själv beskriver att tidsbristen och därmed stressen som blev starten på hennes avslutsprocess:

Alltså, jag kände att jag inte hann med allting och jag kände mig jättestressad och sådär. Jag började i 7:an och då blev det mycket i skolan och sådär. Man fick planera sin tid, och så hade jag ofta träningar samma dagar, så det var jättestressigt mellan dem. Och då tyckte jag det blev väldigt stressigt och jag kände att jag måste sluta i någonting, och då tyckte jag innebandyn var den som skulle gå. Det var nog mest att det var stressigt. (Katarina, 15 år)

Intresse för andra idrotter eller aktiviteter

En del i den första tvekan på grund av tidsbrist kan således också ligga i att flickorna har ett intresse för andra idrotter vilket är en annan kritisk faktor som får betydelse. För Kajsas del krockade innebandy och ridning vilken för henne var den tyngst vägande faktorn för hennes beslut:

Vi tränade 2-3 gånger i veckan, tror jag, men eftersom jag red så var det, det som krockade lite, så jag var kanske med på två träningar. Eftersom jag inte kunde vara med lika mycket som de andra, så kändes det liksom, jag vet inte... men alltså, jag kunde inte vara med på alla träningar och så. Det var alltid – det var lite typiskt – träningarna var på samma dag som jag red. Och då blev det här, jag red en och spelade innebandy en, för jag tyckte fortfarande båda var kul... (Kajsa, 13 år)

Sandra, 15 år höll på med flera idrotter parallellt med innebandyn och hon tyckte de var roligare. *Jag tyckte bara inte innebandy var kul, och så hade jag ju andra idrotter som jag tyckte var roligare. Då var det fotboll, handboll och friidrott. Jag höll också på med gymnastik.* För Sandras del ansåg hon inte att det var tidsbrist som gjorde att hon funderade på att sluta utan att hon inte tyckte lika mycket om idrotten i sig som de andra hon höll på med.

Höga krav på sig själv

Flera flickor upplevde att de kände press på sig själva vilket också kan relateras till att de ställde höga krav på sig själva i anslutning andras mer eller mindre uttalade krav vilket tillsammans påverkade dem. Dessa upplevelser leder också till att några av flickorna börjar fundera på hur innebandyn påverkar dem och om de skall fortsätta med innebandyn. Den press och de krav de upplever kan således både relateras till det som händer inom innebandyn men även till faktorer utanför innebandyn. När det blir en mer prestationsinriktad innebandy blir det också viktigare för flickorna att leva upp till prestationskraven vilket i sin tur leder till att de ställer ökade krav på sig själva.

Nina, 17 år, berättar att hon började känna det jobbigt att de andra satsade mer än henne på innebandyn och att hon hade andra fritidsintressen som musik som också tog tid: *”Alltså jag tror att det här påverkade, kraven, de påverkade ganska mycket också. Det fanns krav. Eller det var ingen som uttryckte det så men jag kände att det fanns krav”.* Sara, 17 år,

beskriver hur hon satte höga krav på sig själv i både skolan och idrotten och att det påverkade henne negativt; *"Pressen man hade att man var tvungen att vara bra, eller jag hade det på mig själv, att jag var tvungen att vara bäst... .. det har satt sig i huvudet tror jag för jag var rädd att inte vara bra, så tror jag"*. Nadia å andra sidan som beskriver sig själv som en vinnarskalle och en av de tjejer som verkligen ville satsa på att bli bra i innebandy beskriver hur hon hade väldigt höga förväntningar och krav på sig själv och hur arg och besviken hon kunde när hon ansåg att hon inte presterat bra nog och det påverkade henne negativt. Vidare anses bland föräldrar att flickornas självförtroende påverkas till det sämre under tonårsperioden som en mamma beskriver: *Ja, det är klart hon haft tillfällen då hon sagt. "Jag vill sluta" och "Jag utvecklas inte så mycket", ja, självkänslan lite upp och ner, men jag tror det hänger ihop lite med tonåren, utveckling och självförtroende*. En flicka menar också att press och självförtroende hänger ihop och att det är viktigt att jobba med: *Att visa att man inte ska sätta för mycket press på sig själv. Jag tror man behöver jobba mycket med tjejlag, för oftast har tjejer dåligt självförtroende i den åldern*.

Här synliggörs det komplexa i avslutsprocessen när faktorer som exempelvis ökad prestationsinriktning sammanfaller med att en flicka sätter höga krav på sig själv att leva upp till det förväntade och om man har sämre självförtroende ökar det känslan av press. De framträdande faktorerna *ökad prestations- och resultatinriktning* samt *högra krav på sig själv* samspelar med varandra och kan bli kritiska och stärker ett beslut för att sluta med idrotten beroende på hur individen uppfattar och hanterar dessa.

Även föräldrarna pratar om att flickorna har höga krav på sig själva. Saras pappa menar att när Sara började uppfatta prestationskraven och att hon förväntades vara med på alla träningar så blev det jobbigt för henne; *"Jag tror bara den där pressen att hon skulle leverera typ och ställa upp och gå in för det, och den pressen som var, det var väl att vara med på alla träningar, och sen vara på alla matcher"*. Han menar vidare att när Sara blev uttagen till damlaget så ökade det också pressen hon kände eftersom hon då upplevde att hon måste bevisa att hon var bra. Han menar att Saras upplevelse av de ökade kraven på henne ledde till att hon började tveka på sin fortsättning inom innebandyn. Vi har ingen egen bild av hur det såg ut i praktiken men det viktiga för beslutet är flickans upplevelse av situationen.

Att söka alternativ (fas 2)

Under fas 2 går flickorna in i en ny fas där de börjar att väga sina upplevelser av för- och nackdelar med att spela innebandy där alternativen blir mer medvetna och synliggjorda. Värderingen kan vara rationell och systematisk eller mer spontan och känslomässig. I denna del ingår signifikanta andra i omgivningen som en del i processen för flickorna att nå fram till ett beslut om att fortsätta spela innebandy eller sluta, där andras reaktioner och interaktioner kan bidra till att processen påverkas, exempelvis fördröjs eller påskyndas alternativt stoppas.

Att väga för- och nackdelar med innebandyn

I denna fas väger flickorna för- och nackdelar med att fortsätta i sin roll som innebandyspelare. Det är på grund av att de väger för och nackdelar med sin nuvarande roll som det också tar tid att besluta sig för att göra utträdet definitivt från rollen som innebandyspelare. Det blev tydligt att flera av flickorna tycker det var svårt att bestämma sig under denna tid innan de når fas 3 där de tar ett definitivt beslut.

Nackdelarna med innebandyn framträder och blir allt mer tungt övervägande för flickorna i denna del av avslutsprocessen. Det blir tydligt i flickornas process att när de som beskrivits ovan upplever en ökad seriositet, högre prestationskrav, förändrade målsättningar så upplever de en ökad press på sig själva och en osäkerhet om de duger i sammanhanget. Detta väger de mot de goda erfarenheterna i form av den gemenskap de har i laget men också till deras egen målsättning med idrotten. Flickorna väger också in en tolkning av vad som skulle kunna ge dem "rätt" att vara kvar i innebandylaget. Lisa, 16 år, säger att hon inte kunde vara kvar *bara för alla roliga upplevelser tillsammans med kompisarna*, när hon inte har samma idrottsliga målsättning som andra i laget. Lisa kände osäkerhet och tvivel på sig själv i relation till sin prestationsförmåga och målsättning med innebandyn: *Men alltså, det är klart det var jobbigt... att veta att man inte var lika bra som alla andra*. En del i processen var upplevelsen av att hon inte ville "förstöra" för laget genom att vara kvar.

En negativ press på att både prestera i skolan och i innebandyn där risken för att inte bli uttagen till att spela match var överhängande vilket gjorde för några flickor att nackdelarna övervägde till slut. Flera av spelarna verkar ha varit duktiga spelare med höga krav på sig själva. Hannas mamma menar att flickorna i tonåren redan har höga krav på sig själva att bli bättre och utvecklas och säger hur hon tror hennes flicka upplevde det:

... man känner att man hela tiden måste vara på topp, annars så är man inte tillräckligt duktig när det har kommit de här nya spelarna som är så otroligt taggade och satsar så hårt, hela tiden presterar så mycket. Jag tror det är det som gör att de tappar lite glädjen. (Hannas mamma)

Det är således flera av dem som har svårt att hantera de ökade prestationskraven samtidigt som de har höga krav på sig själv att prestera och leva upp till krav både i idrotten och i skolan vilket de väger fram och tillbaka under beslutsprocessen. Nadia berättar: *Ibland var det ju bra om jag uppfyllde kraven, men om jag inte gjorde det, så var det jättejobbigt och jag blev jättearg på mig själv. Ja, det var inte bra.* När de under denna del i processen blir mer och mer medvetna om att de exempelvis inte betraktas som någon toppspelare, som de förväntas vara, så ökar de negativa tankarna och upplevelserna. Idrottsverksamheten bidrar till att göra dem medvetna om detta faktum.

Det innebär paradoxalt nog att de ökade prestationskraven som uppskattas av vissa samtidigt är det som för andra innebär att de negativa upplevelserna blir starkare. Sannolikt är sådant en bidragande orsak till att det kan vara svårt att finna en enda bild av en optimal verksamhet där alla vill fortsätta. För några av flickorna i denna studie blir pressen för stor och de upplever inte känslan av att de är ”bra på något” varför vågskålen tippar över mot att det enda alternativet för dem är att sluta. Sara förklarar:

Jag tror det var för att det blev för seriöst, för det blir ju det i en viss ålder. Det blir mycket mer seröst. Och en del tycker ju om det att det äntligen blir seriöst och äntligen kan jag bli riktigt bra, men jag tyckte inte det var kul. För då visste jag att jag får ännu mer press på mig, och då måste jag vara bra. (Sara, 17 år)

Om de värden flickorna ser med idrotten skiljer sig för mycket åt mot vad andra anser vara värdefullt kan man säga att det uppstår en ”värdeklyfta” som blir av betydelse för beslutet.

Flickorna ser ut att över tid väga ihop de faktorer som är relaterade till innebandyverksamheten och de faktorer som har med övriga livet att göra för att komma fram till i vilken grad de anser att det är värt att vara med i innebandy. Denna fas innebär för flera av flickorna ett rationellt övervägande som samtidigt kan beskrivas som ett ”velande” fram och tillbaka. Hannas mamma berättar om hur hon upplevde tiden under denna fas. *Hon velade fram*

och tillbaka och funderade under flera månaders tid. Ja, det kändes väl okej, för hon hade funderat så pass lång tid ändå, så att vi sa: ”Då är det nog ett riktigt beslut om det känns så”. Hanna förklarar hur hon själv tänkte under en längre tid:

”Jag kommer nog att sluta”, tänkte jag. Men sen fick jag för mig på sommaren: ”Nej, jag slutar inte. jag går kvar”. Men sen på höstterminen när vi slogs ihop med 98:orna och laget splittrades, och jag hade ingen tid eller ork för innebandy för jag ville fokusera på skolan... och jag såg ingen enorm anledning till att stanna kvar, för jag kände ångest inför varje träning typ. (Hanna, 18 år)

Processen innebär egentligen en värdering av de belöningar och av den kostnad det innebär att vara med. För Hanna blev det för många faktorer som blev negativa. Det innebär att de måste uppleva något som ger dem en ”anledning” till att stanna kvar. När dessa ”anledningar” inte längre finns där eller kan väga upp det negativa för flickorna, kommer de allt närmare beslutet att sluta. Men det kan ta lång tid. På frågan vad det var som drev Sara att ändå fortsätta ganska länge fast hon upplevde att det var jobbigt svarar hon:

Jag vet inte. Jag tror att känslan av att vara bra på något, och kunna prestera och känna sig peppad inför matcher, det var ju det som var kul. Lagandan, och att ha vunnit cuper eller matcher, det var hur kul som helst. (Sara, 17 år)

De som har ett intresse för andra idrotter väger också dessa idrotter mot varandra. Flickorna funderar på hur de känner för de olika idrotterna vilket blir avgörande för deras kommande beslut. Kajsa förklarar:

Det var väl det jag kände också... man ville liksom inte komma iväg (till innebandyn, vår anm.), men när man väl kom iväg då var det ju kul. Men det var inte det här som jag alltid haft till ridningen, att jag alltid: ”Nu ska rida!”. Så var det inte med innebandyn, men sen när jag spelade tyckte jag det var kul. (Kajsa, 13 år).

När tiden eller ambitionen inte räcker till

När tiden inte räcker till för flera idrotter eller aktiviteter blir denna känsla avgörande för valet att närma sig beslutet att sluta med innebandy som i Kajsas fall. *Jag hade nog ridningen i första hand ändå, för det var den jag tyckte var roligast. Jag har alltid haft mer ambition i ridningen.* Katarina, 15 år, som också upplevde tidsbrist vägde in kompisarna när hon funderade på valet av idrott: *Alltså, fotbollslaget tycker jag väldigt mycket om. Vi har väldigt bra gemenskap och sådär, och sen så tror jag tyckte det var roligare att spela, jag vet inte. jag känner mig hemma i fotbollen och i dansen, känner mer kompisar och sådär, tror jag.*

Louise, 14 år, hade till skillnad mot några andra av flickorna höga prestationsinriktade ambitioner med sitt idrottande, även i innebandyn. Hon ville bli riktigt bra i de idrotter hon höll på med så hon kunde komma upp i damlaget, men funderade under tiden på att man inte kan bli det i två idrotter. *Det gick lite till och från sådär - "Är det fotbollen jag vill satsa på eller innebandyn?" För tillslut så kom det där att jag måste välja. Jag kan ju inte gå kvar på båda för alltid. Något måste jag välja.* På frågan när hon, som nu är 14 år, anser att man måste välja säger hon:

Egentligen var det kanske en lite tidig ålder, men såhär mot gymnasiet måste man till slut välja någonting. Och när man kommit upp till en viss nivå och blivit väldigt bra, så måste man ju välja det eller något av det. Man kan ju inte bli jättebra på båda två. Men man kan ju inte tänka såhär på båda att jag tänker bli världsmästare på det här. Man kan inte ha den inställningen på båda. Om man vill bli bra på båda, så måste man ändå välja någon av dem. (Louise, 14 år)

Upplevelser av att bestämma sig

Under beslutsprocessen finns också känslomässiga band att ta hänsyn till innan flickorna kan ta det definitiva beslutet. Sara fortsatte ett tag även efter det att hon börjat uppleva att det blivit för seriöst med innebandyn som innebar att hon tyckte mindre och mindre om att träna och spela matcher. Under denna fas är det som att de måste vänja sig vid tanken att släppa de roliga delarna och den gemenskap som de ändå uppskattar. På frågan varför Sara ändå fortsatte under två år som hon funderade på att sluta svarar hon: *För jag tyckte ändå att det var kul och jag tyckte om gemenskapen, och jag skulle ha saknat den mycket (om hon slutat direkt, vår anm.).*

Kajas mamma beskriver det som en separationsångest under tiden innan beslutet togs då hennes dotter egentligen trivdes bra med alla i laget: *Det var nog lite svårt, för det var lite separationsångest också att ta: "Ska jag nu sluta träna med dem... De är så snälla"*.

Under tiden väger de också in hur deras kompisar har gjort även om det inte kan sägas vara huvudorsaken utan något som adderas till den upplevda situationen:

Jag tror att andra kompisar började sluta också. Jag tror mina två närmaste kompisar slutade innan mig, sen fortsatte jag ett tag, men så kände jag att... så jag tror det vägde in i det lite också. Fast jag tror ändå de slutade typ ett år, eller ett och ett halvt år innan. (Anna, 17 år).

Under fas 2 i avslutsprocessen blev det framträdande att flickorna blev mer uppmärksam på saker som förstärkte nackdelarna och gjorde att valet att sluta framträdde allt tydligare för flickorna som det rätta beslutet. Lisa förklarar hur hon upplevde tiden under processen när hon funderade på vilket beslut hon skulle ta:

Det var väl att man var mer uppmärksam på småsaker, att man tänkte på vilken sida toppspelarna var på, du vet sådär, ifall att det var att tränarna sa åt dem att gå dit... Sådant tänkte man mer på. Och att se om du hamnade där bland toppspelarna eller inte? Och så tänkte man ofta på matcherna, alltså, ja: "De här spelarna blir hela tiden uttagna till de här matcherna" och sådana saker tänkte man väldigt ofta på. (Lisa, 16 år)

Sofia beskriver upplevelsen under beslutsprocessen när hon fick stå över att spela viktiga matcher: *I och med att de toppade laget så att säga... betydde det att jag var dålig typ, så då hade jag inte motivationen.* Sofia förklarar vidare: *Vi fick väl komma dit och kolla, med det är ju inte så himla kul...*

När spelare upplevde att de inte hade samma målsättning som övriga i laget eller kände för stor press på sig, tillfrågades några informanter om de hade tänkt tanken att byta lag eller idrottsförening ifall det fanns någon i närheten. Men en annan förening framträdde aldrig som ett alternativ under avslutsprocessen för dessa flickor. *Nej, för jag ville inte byta klubb. Jag kände "Nej, jag har inte lust att komma in i ett nytt lag, eftersom jag känner de flesta här"...* (Hanna, 18 år). Här blir den betydelsefulla gemenskapen och behovet för flickorna att känna

sina lagkamrater väl tydligt. Det var också genom den de upplevt innebandyn så positiv under den inledande tiden.

På frågan hur de upplevde den här tiden från när de började tänka på att sluta till att bestämma sig så svarar Katarina: *Jag tyckte det var väldigt jobbigt för jag tyckte det var så himla kul.* Det kan anses motsägelsefullt att tycka något är roligt men att ändå välja att sluta. Men så ser det ut när nackdelarna överväger de för flickan sammanlagda fördelarna. Även om beslutsprocessen för det stora flertalet kan sägas vara rätt besvärlig och krävande finns det å andra sidan också flickor som Nina som inte tyckte det var så jobbigt under tiden för beslutet: *Jag tror inte det var alltför jobbigt för mig. Jag tänkte på det lite då och då...*

Betydelsefulla interaktioner och samtal

Alla flickor pratade med sina föräldrar under tiden de funderade på att sluta. Flickorna och föräldrarna verkar vara mycket medvetna om hur flickorna känner i relation till det som händer i idrotten. På frågan om föräldrarna pratade med flickan under tiden när hon funderade på att sluta förklarar Sandras mamma:

Mm, det gjorde vi. Jo, det gjorde vi, för det bollade hon med oss och sådär.

Men, som jag sa, var det inte så att vi tvingade henne till ett val liksom att vi tyckte hon skulle fortsätta eller sluta, utan det fick komma i den takt hon kände ... (Sandras mamma)

Särskilt tycks flickornas mammor varit delaktiga i dessa samtal. Vad mammornas större delaktighet beror på är svårt att säga men flera flickor menar att det räcker att prata med sin mamma. Även en intervjuad pappa säger: *Tjejer pratar inte med sina pappor om vad de känner* (Sofias pappa). Efter föräldrarna var det också vanligt att flickorna pratade med sina närmaste kompisar i laget. Vidare har några pratat med sina innebandytränare eller ”gamla” tränare ifall de fått nya, dock aldrig med andra representanter för idrottsföreningarna som exempelvis styrelseledamöter eller kanslipersonal.

Dessa samtal har för flera flickor haft stor betydelse under beslutsprocessen. En flicka menar att samtalen hjälpte henne att förstå att hon inte ”måste” spela innebandy utan att det var upp till henne att ta det beslutet. Sara berättar om hur mamman var viktig som samtalspartner under avslutsprocessen:

Min mamma hjälpte mig väldigt mycket, för jag tyckte det var så jobbigt att sluta, eftersom det hade varit en stor del av mitt liv och vad skulle jag göra istället för innebandyn? För det var ju ändå en kul grej som jag...

Innebandyn var ju någonting som jag verkligen kunde och var duktig på, så det var ju väldigt jobbigt. Men min mamma sa: "Varför ska du spela om du inte tycker det är kul? Du ska ju inte göra det för någon annan och du kan hitta något roligare, och du kan ju börja sen efter ett år". Då kände jag att: Jamen, jag kan ju lika gärna sluta om jag kan börja sen". (Sara, 17 år)

Citatet visar också likt flera andra flickors berättelser om hur föräldrarna stöttade dem i deras tankar för att de skulle kunna bestämma sig. I flera fall bidrar föräldrarna med synpunkter som hjälper flickorna att gå vidare mot att ta beslutet att sluta. Lisas mamma beskriver hennes roll i beslutsprocessen:

Först visste hon inte riktigt hur hon skulle göra, så hon fortsatte kanske ett halvår till, fast hon egentligen kände att det blev lite mycket. Det blir ju inte så mycket annan tid ledig för skolarbete heller. Men sen när jag hjälpte henne genom att säga såhär: "Det är helt okej, för jag kan också tycka att det är lite mycket med allt det här som ska säljas", och då tror jag hon tyckte det var lite skönt att få hjälp med beslutet. (Lisas mamma)

Föräldrarna kan påverka flickorna även om de vill att flickorna skall ta sitt beslut själva. Saras pappa menar på att han lät Sara bestämma själv hur hon ville göra men att han samtidigt påpekade för henne att han tyckte att det var viktigt att inte göra något halvdant.

Jag har ju sagt åt henne att ska man träna så tränar man och så spelar man match. Man kan inte åka dit en gång och sen vara med på matchen, det funkar inte. Man måste ju leverera och vara juste mot laget. Även om man är duktig så ska man inte träna en gång i veckan och sen spela match. Man ska göra det andra gör också. (Saras pappa)

Det skiljer sig hur mycket flickorna menar att de pratade med andra om sina funderingar, men alla hade någon att dela sina tankar med. Hur mycket de pratar med betydelsefulla andra kan kopplas både till vilka erfarenheter de har som gör att de börjar tveka på sin fortsatta medverkan i idrotten samt utifrån hur lång tid processen tar fram till brytpunkten

Under fas 2 i interaktionen med signifikanta andra händer något med flickornas tankar om hur det skulle vara att sluta. Hanna som ofta pratade med sin mamma, några kompisar och en av tränarna förklarar:

Det blev lättare och lättare. I början var det svårt och då tänkte jag: "Nej, men om det är så svårt, då ska jag vara kvar". Och sen med tiden blev det lättare och lättare att tänka på att jag ska sluta. Tillslut bara: "Nej, jag mår inte bra av det här, och jag vill göra saker jag mår bra av". (Hanna, 18 år)

Beslutet växer således fram under denna del av processen och blir både synligare, mer medvetandegjort för flickan själv och upplevs allt lättare att ta. På frågan vad de andra i omgivningen sa till henne beskriver Hanna att de förstärkte känslan av att det var hon som var den som kunde ta sitt eget beslut:

De sa: "Du gör som du vill. Om du inte mår bra ska du inte gå kvar, men om du känner att det fortfarande är något roligt med det, så är det klart att du ska fortsätta", men jag kände inte att det var så mycket mer roligt med det. (Hanna, 18 år)

Men det är också tydligt i flickornas beskrivningar att föräldrarna under denna del av processen kan bidra till att övergången till fas 3 fördröjs. Flera av informanterna beskriver att föräldrarna sagt att de pratat med flickorna om att de skulle fortsätta ett tag till. *Jag försökte ju, vi försökte ihop liksom "strunta i det", men hon hade redan sin uppfattning*, förklarar Sofias pappa. Hannas mamma förklarar hur de resonerade:

Ja, det är svårt att säga exakt när hon bestämde sig, men hon velade fram och tillbaka och funderade flera månaders tid, men vi sa till henne: "Försök att stå ut hela terminen, så får du se sen, åtminstone fram till jul" sa vi. Och det gjorde hon ju, men vi märkte att hon inte alls hade samma lust och glöd. (Hannas mamma)

Föräldrarna uppmanar således flickorna att kämpa vidare med det de upplever som negativt i hopp om att det ska kännas bättre om ett tag, men när så inte blir fallet så förmedlar föräldrarna att flickorna själva får bestämma hur de vill göra. Även Hannas mamma säger att Hanna själv till slut tog beslutet och sa till föräldrarna:

Jag har bestämt mig! Det kommer inte bli bättre, och jag kommer inte att känna annorlunda. Nu har jag känt såhär ett tag. Jag vill satsa på skolan och musiken istället. (Hannas mamma)

Föräldrarna är därmed aktiva under flickans beslutsprocess och det blir tydligt att de medvetet påverkar dem en viss tid för att få dem att fortsätta tills de kan ta ett rationellt och genomtänkt beslut. Men de ger uttryck för att de till slut låter flickan ta beslutet. Saras pappa förmedlar denna balansgång:

Men hade jag stått på mig hade hon säkert spelat innebandy, men samtidigt vill jag ju inte vara en sådan där pappa som man ser på TV som pushar sina barn, utan hon får göra precis som hon vill. Jag kan bara försöka få henne att spela innebandy. Men märker man att hon knorrar och tycker det är tråkigt: "Jamen, skit i det då!". (Saras pappa)

Flera av flickorna upplever att de är de själva som tar beslutet, att även om de pratar med sina föräldrar så menar de att det är de själva som bestämt att de ska sluta. Utifrån vad som kommer fram vad gäller interaktionen mellan föräldrarna och flickorna så visar det sig att föräldrarna dock har en viss betydelse för besluten. Förmodligen större betydelse än vad flickorna själva tror. Det finns också någon tränare som har övertalat en flicka att fortsätta, men att det bara dröjde ytterligare ett tag innan denna flicka tog det definitiva beslutet att sluta. Flickorna tog också kompisarnas reaktioner i beaktning under denna tid som gjorde att de fortsatte lite längre innan det definitiva beslutet togs. Även kraven på föräldrarna i idrotten kan påverka flickan att gå igenom avslutsprocessen snabbare när de väl börjat tveka till en fortsättning som Kajsas mamma förklarar:

Vi skulle sälja x antal korvpaket för 395 kronor, och så kanske man skulle sälja fyra sådana paket för att dra in pengar till laget. Men om man då själv skall köpa korv för 2 000 kronor både på hösten och på våren, så har man korv i frysen. Och sen så julen, och då ska man köpa lotter för 500 kronor, ja. Och sen så ska man köpa ny overall, alltså det blev för mycket sådant runtomkring. Och det var då jag tyckte också: "Kajsa, om du bara känner att du går på en träning, du spelar bara matcher ibland, det är kanske läge nu att bestämma sig...". (Kajsas mamma)

Kajsas mamma är medveten om betydelsen av denna interaktion för flickans beslut: *Det påverkade. Ja, att jag påverkade, för annars hade hon kanske fortsatt... Men jag kände att jag inte fixar det här att hålla på och sälja "grejer".*

Slående är att vare sig flickorna eller föräldrarna nästan inte alls har någon kontakt med några föreningsrepresentanter under tiden flickorna överväger att sluta. När vi frågade om de hade kontakt med styrelsen eller någon annan representant för föreningen svarade flera bestämt nej. Hanna säger: *Nej, jag tror bara jag pratade med min äldsta tränare, alltså han som jag har haft i alla år... och han har vetat att jag velade fram och tillbaka.* På frågan om de önskat att de fått prata med någon i föreningen under tiden denna del i processen när flickan funderade på att sluta säger Lisas mamma: *Jaa, jo, jag hade kanske känt att tränaren kanske skulle ha ringt upp och frågat om det var någonting han kunde göra.* Det kan enligt en förälder kännas märkligt för föräldrarna eller flickorna att prata med föreningens representanter om de aldrig haft någon kontakt tidigare. På frågan vad Anna skulle tycka ifall idrottsföreningen ringt upp henne säger hon: *Ja, jag vet inte, men det skulle vara lite konstigt. Men det är ju kul om de märker att någon inte spelar längre.* Idrottsföreningen som sådan och dess representanter har därmed mycket lite kännedom om vad som pågår bland flickorna när det gäller deras tankar under avslutsprocessen, även om den kan pågå så länge som upp till två års tid. Någon förälder hade dock tagit upp elitsatsningen i föreningen men upplevde på responsen att det inte var något att göra åt utan redan bestämt.

Resultaten ovan visar att det är främst föräldrarna och barnen som har den mest betydelsefulla dialogen under fas 2 i avslutsprocessen fram tills att det definitiva beslutet tas utan i princip någon inblandning av föreningens representanter. På det sättet kan man säga att flickorna går igenom avslutsprocessen tillsammans med föräldrarna i "det tysta".

Brytpunkten och orsaker (fas 3)

Fas 3 innebär att beslutet om att avsluta sin roll definitivt tas. En brytpunkt nås efter allt övervägandet i fas 2 eller så kan det vara en särskild händelse som sker som gör att de definitivt bestämmer sig. I denna del redovisas tiden för hur lång tid det tog för flickorna att bestämma sig och vad vi tolkar som avgörande faktorer för att beslutet till slut togs samt hur beslutet offentliggjordes.

Tid för beslut

Att bestämma sig för att fortsätta eller sluta innebär alltså en hel del överväganden och funderingar och denna process visar sig kunna pågå under en relativt lång tid. Flera av flickorna berättar att de har funderat i ungefär ett halvår, några i ett och ett halvt år och en av flickorna menar att hon funderade fram och tillbaka under två års tid. I de flesta fall bekräftar föräldrarna att besluten är något som har växt fram över tid.

Att det tar lång tid att ta beslutet tycks bero på att flickorna samtidigt som de känner att de börjar tveka på sin medverkan i idrotten också känner att de tycker om idrotten och inte riktigt är beredda på att lämna den och kompisarna inom innebandyn. De känner en viss osäkerhet kring hur mycket de kommer att sakna innebandyn om de slutar. Flera av flickorna beskriver att det inte är så bra att lämna laget mitt i säsongen utan att de har ett ansvar för laget att fortsätta säsongen ut. Det verkar också som att lojaliteten mot laget är en avgörande faktor för att flera av dem inte slutar tidigare. Nadia, 17 år berättar hur hon funderade hela säsongen och att hon länge förde en inre konversation med sig själv så här: *”Ja, jag kanske skall sluta idag eller i morgon. Jag tycker inte det är kul när det är så här, men jag spelar nog klart hela säsongen för jag vill inte svika någon”*. Hon berättar att hon slutade efter säsongen eftersom det kändes mycket bättre gentemot laget.

För ett par av flickorna togs däremot beslutet relativt snabbt. Efter någon veckas funderingar hade de bestämt sig för att de inte kunde vara med i innebandyn längre. En av dessa flickor upplevde att hon inte orkade med tränaren längre och för att träningarna inte längre var roliga och utvecklande. Att beslutsprocessen var snabbare i detta fall än för de övriga kan tolkas utifrån att det för henne kom en tydlig brytpunkt när hon upplevde att hon inte orkade med tränaren mer. Hon hade fått en ny tränare i och med att hon var tvungen att ta steget upp till en högre division och kände inget förtroende för tränaren som hon upplevde inte kunde innebandy och som hon inte kände att hon fick någon riktigt kontakt med. Hon kände inte heller att det fanns någon lagsammanhållning i det nya laget och detta tillsammans med att hon inte blev uttagen till matcher gjorde att hon tappade motivationen. Tränarens agerande verkar här ha bidragit till ett snabbt beslut.

Den andra flickan som tog ett snabbt beslut ansåg att hon måste bestämma om hon skulle satsa mer på fotbollen eller innebandyn då säsongerna mer och mer började överlappa varandra och tiden inte räckte till för att satsa på båda idrotterna. Hon kände att hon var tvungen att välja

mellan fotbollen och innebandyn: *”ju inte kan vara med i båda för alltid”*. Att beslutet togs så fort för henne skulle delvis också kunna förklaras i koppling till lojaliteteten mot laget och att hon här kände att det bästa för laget var att sluta mellan säsongerna.

Även om det för de flesta flickor i denna studie inte är en specifik händelse som utgör en brytpunkt utan att beslutet växt fram under en tid så kommer flickorna ändå till slut till fram till en brytpunkt där de känner att de inte kan eller vill fortsätta med innebandyn längre och de bestämmer sig för att sluta. De samlade erfarenheterna av idrotten och av att kombinera idrotten med det övriga livet leder till att en brytpunkt nås.

Orsaken till att sluta – är en kombination av flera faktorer

Vad är då orsaken till att flickorna till slut bestämmer sig för att sluta med innebandyn? Är det samma orsaker för flickorna eller är det varierande orsaker? Utifrån samtalen med flickorna och föräldrarna växer en bild fram som visar på att det i denna studie framförallt är en kombination av faktorer som blir ”orsaken” till flickornas beslut. Vi har i vår tolkning identifierat sex framträdande faktorer som i olika kombinationer blir kritiska för flickornas beslut att sluta med innebandyn och bidrar till att bilda den egentliga ”huvudorsaken”. Av de sex faktorerna är det ofta en kombination av tre till fyra av dessa som tillsammans blir kritiska och avgörande för flickornas beslut. Kombinationen av faktorer varierar mellan flickorna och blir ”orsak” till avhoppet, varför vissa faktorer kan anses bli kritiska för en flicka men inte för en annan. Analysen pekar mot att de enskilda faktorerna kan få olika betydelse för respektive individ. Därför går det inte att peka ut en eller två faktorer som generellt orsakar avhopp från innebandy. Risken för avhopp kan sägas öka om flera (3-4) av dessa faktorer upplevs vara närvarande i flickans situation och liv.

De sex framträdande faktorerna som identifierats i denna studie kan härledas till det som sker inom innebandyn, till det som sker utanför innebandyn samt till det som handlar om hur flickorna upplever innebandyn tillsammans med övriga livsfaktorer i tonåren. De framträdande faktorerna som främst kan härledas till idrotten och dess organisation och ledarskap, är *en ökad prestations- och resultatinriktning, förändringar i lagets konstellation, samt nya tränare och förändrade förhållningssätt hos tränaren*. Framträdande faktorer som kan härledas till aspekter utanför innebandyn är *intresse för annan aktivitet eller idrott* och *brist på tid*. En övrig framträdande faktor som både har med individen och idrotten att göra är *höga krav på sig själv*. Dessa olika faktorer skall inte ses som oberoende av varandra men uppdelas för att

kunna beskriva de faktorer som i kombination med varandra blir kritiska för beslutet och utifrån dessa kunna tydliggöra det som har med den idrottsliga verksamheten att göra som föreningen har möjlighet att påverka. Den framträdande faktorn *höga krav på sig själv* är, även om den ses som en individrelaterad faktor, något som skall sättas i relation till det som händer inom idrotten och på andra arenor som skolan, till flickans personliga utveckling samt till krav från omgivningen.

Föräldrarna och flickornas svar överensstämmer i hög grad med varandra även om föräldrarna generellt sett betonar mer att det var den *ökade prestationsinriktningen*, som ofta uppstod när flickornas lag splittrats eller slagits samman som var den tyngsta avgörande faktorn. Flera föräldrar använder ordet "elitsatsning" när de beskriver hur prestationsinriktningen ökade med åldern. Det sociala sammanhanget med kompisarna i innebandyn ses som mycket betydelsefullt för flickorna men tycks inte fungera tillfredställande när lag splittras och *nya lagkonstellationer* utformas. Det tycks inte finnas några tydliga strategier för hur de nya lagkonstellationerna skall uppnå en god lagsammanhållning och hur flickorna skall utveckla en gemenskap och känna trygghet i de nya lagen. Det pratas om grupperingar och känslor av osäkerhet i den nya situationen och det i kombination med ökade prestationskrav leder till att en situation som gör att några flickor bestämmer sig för att sluta.

Nya tränare och tränares förändrade förhållningssätt är en faktor som främst handlar om att förändringar sker i laget som innebär att de får en ny tränare och tränare med andra förhållningssätt och bemötande än flickorna varit van tidigare. Både vad det gäller arbetet med lagsammanhållning, stämningen i laget och kommunikationen med flickorna poängteras som bristande hos tränarna vilket påverkar flickornas beslut att sluta. Det handlar mer om tränarnas förhållningssätt och interaktioner med flickorna, än om tränarnas specifika kunskaper i innebandy. Även om en flicka beskriver att hon tvekat att gå på träningarna då de inte varit tillräckligt givande eller utvecklande enligt henne vilket samtidigt visar att det är viktigt med kvalitet i idrottsutvecklingen då flickorna ville utvecklas i innebandy så länge de spelade.

Både föräldrarna och flickorna själva pratar om att flickorna har *höga krav på sig själva* och några kopplar detta mot ökade förväntningar när de tas upp i lag högre upp i seriesystemet. Några funderar också kring om det är så att flickor i tonåren ställer onödigt höga krav på sig själva och att det påverkar både deras prestationer men också deras känsla och självinsikt kring hur de presterar. Några föräldrar tar också upp de kroppsliga och emotionella förändringarna som tonårsperioden innebär för flickorna och menar att detta leder till en

osäkerhet hos flickorna med sämre självkänsla som gör att trygghet och stöttning blir extra viktigt för dem. Flera av flickorna beskriver hur de upplever att deras prestationsförmåga inte räckte till när de inte blev uttagna till matcher och hur det påverkade hur de kände sig på träningar och matcher. De förstår att prestationen i sig blir viktigare och viktigare men reflekterar kring att deras prestation kanske inte räcker till, i alla fall inte om de inte satsar mer helhjärtat än de är villiga att göra.

Det skall dock också poängteras att några av tjejerna som slutar inte upplever några problem inom innebandyn utan för deras del handlar det om ett mer genuint intresse för någon *annan idrott* eller *aktivitet*. Detta handlar om att en annan idrott eller aktivitet upplevs som roligare eller mer intressant utifrån att den kräver andra förmågor eller av någon anledning upplevs som mer attraktiv. Intresset för annan idrott kopplas i vissa fall även till att flickorna har mer kompisar i den idrotten och att de känner sig ha en högre kompetens eller att de har förutsättningar att utveckla en högre kompetens inom den idrotten. Det kan också handla om att andra aktiviteter eller idrotter har andra friare strukturer som fria träningstider eller att de känner att de kan vara med på sina villkor och inte utifrån lagets (mer individuella idrotter/aktiviteter).

Nära kopplat med faktorn *intresse för annan idrott eller aktivitet* är faktorn *brist på tid*. När flickorna och föräldrarna pratar om brist på tid så handlar det många gånger om att träningstider krockar och att det då blir ett måste att välja bort någonting. Förutom att det är andra träningar som krockar tidsmässigt så var det för några av flickorna svårt att få ihop innebandyn med andra fritidsintressen som exempelvis att de spelade något instrument. Skolan var också något som av flera tog upp som något som tog allt mer tid och som de ville prioritera. När de kände att prestationen i skolan påverkades av att de höll på med innebandy var det en bidragande aspekt för att inte fortsätta med innebandyn då tiden inte räcker till. Detta kopplades av några ihop med att de kände sig skyldiga mot sina lagkompisar om de var hemma och studerade istället för att vara på träningen och dessa skuld känslor påverkade i sig beslutet att sluta då det blev för jobbigt att vara kvar och känna att de inte kunde eller ville satsa på en förväntad nivå. Någon menar att de vill ha tid att ta det lugnt också.

Noterbart är att många av flickorna diskuterar sitt avslut utifrån sig själva och hur de inte riktigt passar in när det blir mer prestationsinriktning i laget. Detta innebär att om de inte kan vara med på alla träningar för att de exempelvis också satsar på skolan, en annan idrott eller inte orkar med pressen så känner de att de inte borde vara med i innebandyn alls. De resonerar

kring att de inte bör fortsätta med innebandyn för att de riskerar att försämra lagets prestation och därmed förstöra för de andra. Flera av dessa flickor tar därför ett mycket stort personligt ansvar i denna situation under avslutsprocessen. Få flickor kritiserar innebandyverksamheten direkt och deras uppfattningar kan förstås som att de anser att de inte passar in det idrottsliga systemet som innebär att när man blir lite äldre så förmodas man öka sin satsning på idrotten och kanske till och med för att bli en elitspelare. De väljer då hellre att sluta med lagets bästa i åtanke, men också för att de känner att de inte lever upp till det som förväntas av dem.

Bilden av orsakerna till flickornas beslut är samtidigt som den är komplex också relativt överskådlig där vi kan förstå att samspelet mellan dessa kritiska faktorer får betydelse i det enskilda fallet och bidrar till att "huvudorsaken" skapas. Därigenom finns möjligheter att uppmärksamma och hantera de framträdande faktorerna som ligger till grund för flickornas upplevelser och beslut. Någon eller några av dessa faktorer ser ut att väga tyngre än andra i de olika flickornas avslutsprocesser. Även om det är svårt att reda ut hur tungt respektive faktorer väger för varje individ så tolkar vi det som att det är dessa sex faktorer som är framträdande då de är tyngst vägande hos någon av flickorna i studien. Men det är främst i olika kombinationer som de blir kritiska för det avgörande beslutet att sluta. Skolan har vi inte tolkat som att den väger tyngst för någon av dessa flickor, och tolkas därmed inte som en framträdande faktor i denna studie utan deras uttalanden om skolan bidrar mest till den framträdande faktorn *brist på tid*.

Meddelande av beslutet till föreningen – en ickehändelse

När det gäller att meddela till laget eller idrottsföreningen att flickorna ska sluta så skedde detta för det mesta genom att flickan själv eller någon av föräldrarna tog kontakt med någon av lagets tränare. När det gäller flickorna meddelade de ofta själva beslutet i samband med någon träning medan föräldrarna oftare ringde eller mailade tränarna. Ingen annan kontakt togs med idrottsföreningen, förutom med tränare, för att meddela att flickan slutar med innebandyn.

Ibland berättar flickorna vad som är anledningen till att de slutar i enlighet med vad de känner, men ibland inte. Noterbart är att i några av de fall där flickorna upplevt det jobbigt med tränaren, tvivlat på sin kompetens eller ansett att det blivit för mycket elitsatsning, har de inte alltid angett detta som anledning när beslutet meddelades till tränaren. Istället kan de ha sagt att de slutar för att de inte tycker det är så roligt längre. Sofia som slutade på grund av den tränare hon fick när hon började spela med ett äldre lag beskriver hur hon meddelade tränaren och laget

genom att skriva på Facebook att hon skulle sluta men att hon inte angav den egentliga orsaken. Hon menar att det skulle hon inte ha gjort oavsett hur hon meddelat sitt avslut. *”Jag skrev att jag inte hade någon lust kvar, men det var ju inte riktigt så eftersom jag ville fortsätta spela...”*. Detta är något att ta i beaktning när man försöker inom föreningen förstå orsakerna som uppges till varför de slutar. Det är således inte så enkelt att bara fråga och få ett svar. Ibland kan vi se att flickorna själva måste resonera sig fram till vad som har haft betydelse för dem över tid innan man förstår vad som är orsaken. När någon svarar att de tappat intresse eller inte tycker det är roligt längre få man försöka få fram mer information om vad som ligger bakom dessa svar för att nå en förståelse för avslutsproblematiken. Ett sätt är att prata med föräldrarna som är väl insatta i barnens situation, upplevelser och tankar.

Flera av flickorna menar att tränarna uttryckt att de är välkomna tillbaka men det tycks inte som att det blivit något direkt samtal med tränaren om vad anledningen till att sluta egentligen var. Ingen frågar efter detta. Någon av flickorna upplever att kompisarna tyckte det var tråkigt att hon slutade medan någon tyckte att det inte verkade som att kompisarna brydde sig. Själva avslutet skulle nästan kunna beskrivas som en ”icke händelse” i relation till den långa tid de har funderat på om de skall sluta eller vara kvar. Några flickor är också väldigt osäkra på hur det definitiva beslutet meddelades, om de överhuvudtaget sa något eller om de bara slutade vara med på träningarna. Anna tror inte att hon överhuvudtaget pratade med tränarna: *”Jag tror att jag bara slutade...”*

En förälder beskriver att hon kände att det blev ett väldigt abrupt avslut och att hon önskat att avslutet skulle kunna ha varit mer än att dottern i princip bara lämnade in sin matchtröja och i förbifarten meddelade att hon inte skulle fortsätta. Mamman funderar på om inte tränarna kunde ha tagit något initiativ, kanske kunde de gått ut och ätit middag tillsammans. På något sätt saknas ett värdigt slut. Hon menar att *”tjejerna har ju ändå gjort så mycket saker tillsammans; läger, resor och allt möjligt och så blev det bara tvärlut”* och att det kändes lite konstigt.

Efter beslutet (fas 4)

Fas 4 handlar om tiden efter att det definitiva beslutet tagits och efter att beslutet offentliggjorts. Här beskrivs flickornas känslor efter beslutet och vilken interaktion de haft med andra och vad de anser att idrottsföreningarna skulle kunna göra för att få flickor att fortsätta med innebandyn.

Känslan i slutet av processen

Känslan hos flickorna efter att de bestämt sig att sluta är lite blandade. Katarina beskriver: *Det var både skönt och lite jobbigt, men det var skönt att man fick mer tid och sådant, men det var jobbigt för de i fotbollslaget påminner mig hela tiden: "Jamen, varför slutade du?"* (Med innebandyn, vår anm). Louise förklarar hur hon kände när hon väl bestämt sig för att sluta:

Det kändes lite ovant att inte ha någon innebandy att gå till. Och nu har det blivit lite jobbigt, för några av mina kompisar har ju bara innebandyn. Så det blir lite konstigt såhär, att ibland har jag fotbollsträningen till exempel... det blir lite svårare att träffa varandra. (Louise, 14 år)

Det är flera av flickorna och även av föräldrarna som beskriver en skön känsla när flickorna väl tagit steget under fas 3 och bestämt sig för att sluta. Sara förklarar:

Ja, då var det skönt. Då kunde jag börja på något nytt... Jag tyckte det mest var skönt att inte behöva ha någon press på sig och inte behöva: "Jamen, nu har jag träning. Nu måste jag packa, nu måste jag äta, nu måste jag..." Jag kunde bara liksom ta det lugnt. (Sara, 17 år)

Flickor saknar också flera olika saker med innebandyn efter att de slutat. Det kan vara umgänget, kompisarna, en tränare eller själva träningen. Det jobbigaste med att sluta som flickorna upplever handlar till stor del om att flickorna saknar kompisarna samt den fysiska träning som innebandy innebär. Lisa svarar på frågan om hon saknar något med innebandyn:

Jag saknar laget mest och träningarna som brukar vara väldigt roliga, och sen så när vi åkte på cuper. ... också de som jag brukade vara med, två tjejer som jag spelade med. Det är liksom lite svårt att träffa dem, vi brukar bara sms:a ibland. Man kommer ifrån varandra när man inte spelar i laget. (Lisa, 16 år)

Sara menar att det är kompisarna, lagandan och bekräftelsen hon saknar:

Mest kompisarna, och sen lagandan man hade liksom, peppningen i en match och det. Sen när man hade gjort ett mål och kände att: "Gud, vad bra!". Då var det bra – bekräftelsen. (Sara, 17 år)

Det kan således finnas ett behov hos flickorna att få avsluta sin roll på ett tydligt sätt och inte bara att det meddelas som en "ickehändelse" då innebandyn kan ha varit mycket betydelsefull

för flickan under många år. Hanna beskriver hur hon kände att hon saknade sin ”gamla” tränare när hon bestämt sig för att sluta och hur hon tog initiativ till ett avslut:

Det kändes lite tråkigt, för jag kände mest att det är min tränare jag kommer sakna. Jag hade skrivit ett brev till honom ungefär såhär: ”Tack!” liksom. Jag skrev något minne och så ”Tack” för en massa grejer han hade gjort Alltså, sådana här småsaker som man kanske aldrig har tackat för. (Hanna, 18 år)

Hannas mamma förklarar att hennes flicka nog mest saknar hur innebandyn var tidigare:

Ja, hon saknade nog att träna, kunde jag märka... Men däremot själva innebandyn som den var på slutet, saknade hon inte mera. Om hon saknade innebandyn, så var det kanske hur det var för två år sen. (Hannas mamma)

Här blir det synligt att de förändringar som skett har inneburit ändrade villkor, förändrade upplevelser och känslor för att spela innebandy.

De kan också sakna själva idrotten. *Men innebandy är ju en väldigt rolig sport, så jag saknar den generellt...* (Katarina, 15 år) Men det finns också spelare som inte nämnvärt saknar innebandyn och säger på frågan om saknaden: *Ibland, fast inte så ofta, eftersom jag har så mycket annat nu*, alternativt att de svarar direkt nej på frågan.

Interaktioner med andra efter beslutet

Det är tydligt att ingen från föreningen hörde av sig direkt till familjerna efter att de fått kännedom om att flickorna slutat i innebandylaget. Varken spelare eller föräldrar upplever att någon tagit kontakt med dem efter att beslutet har tillkännagetts. Anna säger: *Neej, jag är ganska säker på att jag inte hört något från dem, inte jag i alla fall.* Föräldrarna upplever inte att de haft någon kontakt med föreningen alls efter flickans beslut. *Nej, egentligen inte.* Det är möjligen deras tränare som reagerar på beslutet som Hannas mamma beskriver: *Ja, föreningen vet jag inte. De har inte hört av sig så. Men tränaren tyckte det var tråkigt, men han förstod.* Men det verkar ändå vara mer om de råkar träffa på varandra i förbifarten som någon säger något till flickan eller föräldrarna. Det genomförs inte något planerat och genomtänkt samtal i någon av föreningarna för att ha en dialog om avslutet. Sofias pappa styrker att föreningen inte hört av sig:

Nej, utan vi kommer och tittar på matcher och sådär. Man hälsar och sådär: "Ska du inte börja igen? Du kanske kan börja träna?" Hon säger ju: "Ja, jag ska börja träna". Sen snackar hon inte om det hemma sen, att hon skulle vilja börja. (Sofias pappa)

De som främst pratar med flickorna och hör av sig till dem när de slutat är före detta lagkamrater. Nadia förklarar: *Det är lagkamrater som fortfarande spelar. De tjuvar: "Du måste komma ner och träna. En träning kan du väl spela i alla fall".*

När flickorna gått igenom hela avslutsprocessen har de tänkt över situationen under rätt lång tid. Det innebär att när de väl tagit beslutet, och särskilt om de upplevt det svårt och jobbigt under tiden, så blir beslutet mycket svårt att ändra på. Det är med en stor möda, beslutsångest, mer eller mindre rationella och känslomässiga överväganden, ibland under lång tid, som flera av flickorna och även föräldrarna går igenom avslutsprocessen. Det förknippas sällan med något positivt och därför vill de helst inte gå igenom detta igen. Louise berättar att när hon väl tagit beslutet så finns en rädsla över att börja igen på grund av risken börja om i fas 2 igen och att kanske ångra sitt beslut.

Tränarna sa: "Du får jättegärna komma och börja igen och få vara med på matcherna, eller så får du vara med bara för att hålla igång, om du vill". Jag tänkte, "nej, det är lugnt, då kanske jag blir för fäst igen." Då blir man lite sådär, när man inte vet vad man ska välja, så kommer det tillslut bli det. Väljer jag bort fotbollen och väljer innebandyn, så kommer jag ångra det där, men väljer jag bort innebandyn, så kommer jag ångra det. (Louise, 14 år)

På frågan hur de skulle reagera om föreningen hörde av sig och ville att hon skulle börja igen säger Lisa: *Oj. Jag hade faktiskt blivit jätteglad, det hade jag, men så samtidigt så slutade jag av en anledning och den skulle jag stå fast vid. Men huruvida de kan tänka sig börja med innebandy igen beror också på vilken anledningen till avbrott varit eller hur länge sen det var de slutade. Några spelare kan tänka sig börja igen, ifall förutsättningarna förändras.*

Jaa, alltså visst skulle det vara kul att spela innebandy, för själva innebandyn är kul, men inte så seriöst. Om jag skulle börja någon gång, vilket jag kanske gör eftersom jag tycker det är kul, så vill jag bara ha träningar någon gång ibland. (Sara, 17 år)

Att börja igen

Av alla 12 flickor är det bara en, Sofia, som säger att hon vill, och ska, fortsätta med innebandy så fort den förändras till det bättre. Det innebär i hennes fall att när tränaren som hon inte gillar slutar så kommer hon att börja igen.

Flickorna övergår till andra saker när de har slutat med innebandy som exempelvis dans, styrketräning, joggning, musik etc. Särskilt för att det handlar om att de saknar den fysiska träningen som de känner att de mår bra av. En flicka förklarar: *Jag har börjat med armbrytning. Jag och min pojkvän har börjat med det tillsammans, så vi kör där istället.* En annan säger: *Nu när det inte har blivit innebandy har jag försökt... för jag tycker det är kul att träna, så jag går på Friskis & Svettis och... Ja, det är skönt att träna.*

Man kan säga att de jobbiga erfarenheterna flickorna gjort under avslutsprocessen riskerar att bli ett hinder för dem att börja igen. De vill inte uppleva en beslutsångest igen eller att de börjar igen och riskerar att känna att de tagit fel beslut. Därför kan man i många fall säga att när flickorna väl nått fas 4 i avslutsprocessen så är beslutet icke reversibelt. Känslan av lättnaden i fas 4 gör att det förståeligt att de då inte vill börja igen på grund av allt de gått igenom under avslutsprocessen. Undantaget är de som ser att det finns en möjlighet till förändring utifrån sina upplevelser, till det bättre i verksamheten, exempelvis att en tränare byts ut. För de flickor som egentligen vill fortsätta spela innebandy är chansen som störst att de kan börja igen om förutsättningarna ändras.

Hur idrottsföreningarna kan få flickor att fortsätta

Vad har då flickorna och föräldrarna för syn på vad föreningarna kan göra för att få så många flickor som möjligt att fortsätta spela innebandy? Förslagen och tankarna från flickorna och föräldrarna speglar i de flesta fall vad de anser vara viktigt utifrån deras personliga erfarenheter av beslutet att sluta med innebandy men också några mer allmänna aspekter beskrivs. Det handlar särskilt om gemenskap och lagsammanhållning, om elitinriktningens vara, om att se och förstå flickorna, om tränarens förhållningssätt, om flexibilitet i träningarna eller om föräldrar roll och föreningens policy.

Att gemenskapen är viktig för flickorna har kommit fram tidigare i resultaten och i förslagen betonas hur betydelsefullt det är att föreningarna och tränarna jobbar på olika sätt för att skapa en lagkänsla och gemenskap i gruppen. Informanterna menar att detta arbete skall vara aktivt och att man behöver jobba med lagsammanhållning och för att skapa en god stämning i laget på olika sätt både på träningarna och utanför planen. Filmkvällar och grillning ges här som exempel på aktiviteter utanför själva innebandyn men också att man kan jobba med olika typer av gruppövningar. Det önskas också att lag som har en fungerande lagkänsla i största möjliga inte skall brytas upp och splittras.

Vidare resonerar flera om elitinriktningens vara eller inte vara. Flera av informanterna tog upp betydelsen av att innebandyn skall passa för alla och att både de som vill satsa på innebandyn för att bli en riktigt bra innebandyspelare och de som mest är där för att ha roligt och röra på sig skall känna sig välkomna. Det bör erbjudas alternativ till de som inte vill eller kan elitsatsa menar de. Flera av flickorna menar att man bör kunna ha bra träningar tillsammans även om man har olika mål med innebandyn. *”Ja, det tycker jag. På träningarna ger man ändå allt när man är där för då är det kul oftast”* (Sara 17 år)

En flicka menar att det vore bättre att jobba med individuella mål så att varje spelare kan vara trygg i att vara där för att den har sitt eget mål med träningarna och matcherna och därmed inte behöver känna att de riskerar att förstöra laget. En förälder menar att det är viktigt att föreningarna också funderar på hur de jobbar med att uppnå folkhälsa som det viktigaste perspektivet istället för att jobba för att få fram elitspelare.

Att se och förstå individerna i laget är något som flera av informanterna tar upp. En önskan från många är att tränarna skulle lyssna mer på vad flickorna har för önskemål och ambitioner med innebandyn. Att tränarna ser varje individ i laget och att varje individ får känna sig betydelsefull för laget på sitt sätt. Några föräldrar tar upp att flickorna går igenom en jobbig period i tonåren där kropparna förändras och kraven utifrån många gånger börjar upplevas på ett annat sätt en tidigare och att det är något man som tränare i idrotten bör ha förståelse för. Både från flickorna och från föräldrarna nämns att flickorna många gånger har dåligt självförtroende och låg självkänsla och att det gör att de känner press på sig själva. För att kunna hantera denna press blir det enligt dem viktigt att uppmuntra och peppa flickorna men också att tränarna inser betydelsen av att förstå mer av flickornas känslor och upplevelser och att flickorna också får ha en röst vad gäller innehållet i träningar och liknande.

Ett par flickor tar upp att det skulle kännas bra om det blev tydligare vilka förväntningar som verkligen fanns vad gällde närvaro på träningar, där en av flickorna tar upp att hon önskar att det uttalades tydligare att man inte behöver komma på alla träningar så man får dåligt samvete om man inte kan vara med på någon träning medan en annan flicka tvärtom menade att det borde vara hårdare krav på närvaron på träningarna. En annan önskan var att tränarna pratade om vad prestationskraven egentligen innebär och att flickorna inte skulle behöva sätta så mycket press på sig själva.

Det framgår av informanternas förslag på vad som kan göras för att få flickor att fortsätta att tränarna är väldigt betydelsefulla. Det är tränarna som skall se till att lagsammanhållning skapas, att träningarna är varierade, roliga och anpassade för gruppen och att tränarna ser varje person som en individ. Däremot lyfts det fram att det är föreningens ansvar att se till att tränarna är utbildade, att de har kunskap både i innebandy men också i pedagogik och att de har beteenden som gör så att flickorna trivs i innebandyn. En förälder lyfter fram värdegrundsarbete och etiska diskussioner som något som borde få mer plats i innebandyn. En förälder lyfter också fram att hon önskar att det skulle finnas mer kvinnliga tränare inom innebandyn.

Att träningar inom olika idrotter krockar är ett problem som tas upp som en anledning till att flickor måste välja bort en idrott och därför anses det viktigt att hitta lösningar för hur detta kan undvikas. Att se till att träningarna inom olika idrotter inte ligger på samma dag och tid skulle kunna vara ett sätt, men det tas också upp att det borde gå att jobba med mer flexibilitet vad gäller träningarna och närvaron. Exempelvis ges förslag på att det skulle kunna vara möjligt att träna med ett annat lag om man missar en träning med det egna laget. Ett annat förslag är att det skulle kunna finnas ”öppna” träningar av drop-in typ dit man kan komma och träna innebandy när man vill och där träningarna är öppna för alla åldrar och kön.

Vidare lyfter en förälder fram hur viktigt hon anser det vara att föräldrarna känner sig trygga med föreningen och vad de står för och menar att det är bra om föreningen har en tydlig och kommunicerad policy. Då blir det tydligt för alla vad klubben vill och har för ambitioner. Hon efterlyser också att föreningen verkligen följer sin policy och funderar på hur de jobbar med den biten. En tydlighet önskas gällande både policyns innehåll och de konsekvenser som blir om policyn inte efterföljs. Dessutom efterfrågas vad idrottsföräldrarna kan göra. Hon föreslår att det skulle kunna gå att samla information om detta i en ”föräldrafilm”, dvs., en film där föreningen informerar föräldrarna om vilka krav och förväntningar föräldrarna kan ha på

föreningen och tränarna samt vad man skall göra om man upptäcker att föreningens policy och värdegrund inte styr verksamheten.

Genom att lyssna på flickorna och deras föräldrar framkommer således många relevanta förslag och idéer som idrottsföreningarnas representanter kan ta del av för att utveckla verksamheten för att få fler att fortsätta längre.

DISKUSSION

I varje idrottsförening som har innebandyverksamhet med flicklag finns det troligen en eller flera flickor som går och funderar på om hon ska sluta spela innebandy. Förmodligen kommer några att bestämma sig för att sluta inom en snar framtid samtidigt som ytterst få föreningsrepresentanter har kännedom om vilka dessa flickor är eller vad dessa flickor går igenom i sin beslutsprocess. Detta är ett av alla resultat från denna studie. Det finns därför all anledning att börja ta reda på mer om hur barn, ungdomar och deras föräldrar upplever den specifika idrottsverksamheten och att utarbeta en strategi för unga medlemmars fortsatta deltagande som inkluderar hur idrottsföreningen på ett genomtänkt sätt ska hantera medlemmar i avslutsprocessen. För att behålla fler handlar det i grunden om att kunna erbjuda en verksamhet som är attraktiv och anpassad till alla barn och unga som vill spela innebandy.

Att ungdomar slutar med en idrott i åldern 13-20 år är vanligt både i Sverige och i andra länder (Trondman, 2005). Det är således inget unikt för Sverige eller för idrotten innebandy. Men om var fjärde svensk idrottsaktiv i 13-20 år slutar, som Trondman (2005) visar eller om det är över hälften som Thedin-Jacobsson och Engströms (2008) studie indikerar, är det problematiskt för den svenska idrottsrörelsen. Den svenska staten har tillsammans med idrottsrörelsen under flera år satsat stora summor i Handslaget och Idrottslyftet med avsikten att få fler barn att börja idrotta men också att få dem att fortsätta längre upp i åldrarna. När insatserna inte visar resultat kan man fundera på om det finns tillräckligt med kunskap, intresse och vilja för att vända trenden.

I denna studie har syftet varit att bidra med fördjupade kunskaper om varför och hur det går till när flickor kommer fram till beslutet att sluta med en idrott i unga år. Denna kompletterar tidigare kvantitativ forskning där omfattningen av olika orsaker till avbrott varit det centrala att belysa. Där har vi ganska mycket kunskap idag. Vår förhoppning är att genom denna studie komplettera tidigare forskning genom att bättre förstå själva avslutsprocessen. Att förstå individens uppfattningar och värderingar hjälper till att förstå individens beslut på ett djupare plan. Därför relaterar vi flickornas upplevelse av innebandyn till hur avslutsprocessen utvecklas och vilken roll föräldrarna, lagkamraterna och idrottsföreningen har. Vidare har ett övergripande syfte varit att skapa ett vetenskapligt kunskapsunderlag för hur idrottsföreningarna kan arbeta för att få unga flickor att fortsätta som innebandyspelare över tonårsperioden. I denna avslutande del av rapporten diskuteras några av studiens slutsatser om

flickornas avslutsprocess och vad idrottsföreningarna kan göra för att få flickor att fortsätta spela innebandy.

Varför är det viktigt att få flickor att fortsätta med innebandy?

Tillbaka till början. Vi vet hur många som slutar med idrott i olika åldrar och att många är bekymrade över situationen. Men man kan ju reflektera över varför det egentligen är så viktigt att få de som börjat idrotta att fortsätta under längre tid. Det finns i samhället exempelvis såväl idrottsliga och hälsopolitiska mål men också folkrörelsemål med att få fler ungdomar att delta i idrottsverksamhet högre upp i åldrarna (SOU, 2008). I idrottsföreningens eget perspektiv kan det vara viktigt att behålla så många flickor som möjlighet för att kunna bibehålla lagen för fortsatt spel samt för att leva upp till idrottens policydokument som *Innebandyn Vill* och *Idrotten Vill* där det tydliggörs att det skall finnas möjligheter för alla som vill att delta i idrott. Därför blir det viktigt att förstå om det är så att de som slutar uppfattar att de inte passar in. Svensk Innebandy har i likhet med ett antal andra förbund också satt mål om att främja möjligheter till idrottande för barn och unga. I Svensk Innebandys utvecklingsmodell, SIU, uttrycks bland annat att verksamheten skall sträva mot; *ett livslångt idrottande, att erbjuda innebandy för alla som vill vara med och att individens bästa ska komma i första hand* (Svenska Innebandyförbundet, 2014). Denna studie visar att dessa mål inte uppnås till fullo i landets idrottsföreningar idag. Men det är ju också strävansmål som visar på en viljeriktning för verksamheterna.

Vilka är då viktiga att behålla? Vi menar utifrån vår tolkning att det är möjligt att förstå vilka av de flickor som funderar på att sluta i föreningarna som man har en chans att kunna få att fortsätta. Det finns inte anledning att tro att man kan behålla alla eller att det är etiskt försvarbart att "övertala" någon som egentligen inte vill spela innebandy att göra det. Det gäller dock att förstå vad som ligger "bakom" att de inte vill fortsätta och kanske sätta in olika åtgärder för olika individer för att möjliggöra fortsatt deltagande. Flera av de flickor vi intervjuat gillar egentligen innebandyn och hade sannolikt fortsatt under andra förhållanden och med andra upplevelser än de haft på senare tid. Det är dessa vi anser föreningarna har störst chans att kunna behålla i sin ambition att få fler att fortsätta. Det kan tyckas förvånansvärt att flickor som trivs bra i innebandyn, särskilt inledningsvis, och som egentligen vill fortsätta ändå väljer att sluta vilket våra resultat visar. Sara berättar att vissa delar av innebandyn var *hur kul som helst*:

Jag tror att känslan av att vara bra på något, och kunna prestera och känna sig peppad inför matcher, det var ju det som var kul. Lagandan och att ha vunnit cuper eller matcher, det var hur kul som helst.

För dessa flickor finns det enligt oss stora möjligheter för ansvariga inom idrotten att finna lämpliga insatser för att behålla i sin verksamhet. Även Trondman (2005) kommer fram till att det finns så många hälften av de ungdomar som slutat som säger att de gärna hade fortsatt under andra omständigheter. Det innebär att det finns goda möjligheter att behålla fler idrottsutövare i föreningarna.

Men det finns också de som slutar för att de kanske aldrig tyckt om själva idrotten särskilt mycket. För dessa flickor kan andra insatser vara aktuella om man vill behålla dem alternativt att det också kan ses som en viss naturlig avgång. Det finns ingen anledning att tro att man kan med alla medel få alla flickor att fortsätta, exempelvis de som aldrig varit riktigt intresserade av idrotten i sig utan kanske är mer intresserad av annat. Dock kan man lära av dessa individer vad som gör andra aktiviteter mer attraktiva för att utveckla sin egen verksamhet att passa ännu fler. Samtidigt anser vi att man inom idrotten måste ta ställning till hur man ska göra om man verkligen vill erbjuda innebandy för alla som vill vara med. Att leva upp till en sådan retorik och riktlinjer innebär att idrotten inte kan slå ut flickor ur lagen för att de inte har någon framtida ”potential” i innebandy som en flicka i vår studie fick erfara. Det handlar således om att ta ställning för vad det innebär *att erbjuda innebandy för alla som vill* och *att se till individen bästa i första hand* och hur det ska hanteras i relation idrottens normativa förväntningar och krav, idrottsrörelsens policydokument och den egna verksamhetens mål. Om man vill behålla fler av de som tänker sluta är det rimligt att också reflektera över hur idrotten kan anpassas till olika individer och över de krav som finns på att unga ska anpassa sig till idrotten.

Vi vill betona vikten av att lägga ner kvalitativ tid på att ta reda på vad som ligger bakom ungas tankar om att sluta vilket inte är enkelt utan kräver både tålamod, vilja och kompetens, bland annat för att det är många faktorer som kan spela in och för att flickorna kan ha svårt att ge ett enkelt svar på varför de vill sluta. Flickorna kan samtidigt vara mycket tydliga på vad de inte gillar och vad föreningen borde göra för att få fler att fortsätta som man kan ta tillvara. Studien visar även på en försvårande omständighet att flickans beteende under avslutsprocessen påverkas så att hon kanske inte vill tala om den ”rätta” orsaken till varför hon

vill sluta då det kan vara känsligt. Därför är det rimligt att också vända sig till föräldrarna i dialogen då det visar sig att de har god kännedom om flickornas erfarenheter och tankar.

Vilka flickor kan vara med i innebandy?

Vilka flickor kan vara med i innebandy mot bakgrund av idrottsverksamhetens ibland normaliserade krav och förväntningar? Det är en annan fråga som kan ställas. Det blir tydligt att flickorna uppfattar att de inte kan ha vilka motiv som helst för att vara med i innebandy. Det går inte att vara med "bara" för att det är en rolig fritidssysselsättning. Som Hanna säger: *... om jag var kvar och spelade bara för att det var roligt... jag tyckte inte att det gick riktigt för då känner man sig dålig*. I några av flickornas berättelser blir det tydligt att de upplever att de förväntas ha höga idrottsliga ambitioner som motiv för att kunna fortsätta att delta men också att vara tillräckligt "bra". Det är det som betonas och upplevs som det mest accepterade i några av dessa lag vilket påverkar flickornas tankar om sin medverkan. Kanske måste fler ställa sig frågan vad det är för idrottsverksamhet man vill ha egentligen? Borde det inte kännas möjligt för en 13-åring att få vara med i innebandy för att det är en rolig fritidssysselsättning? Är det inte det mest grundläggande motivet för att frivilligt delta i något, att det är roligt? Man kan fundera på vad det är för signaler som sänds ut i den vardagliga interaktionen i idrottspraktiken och hur de tas emot av individen? I vår studie visas det att för dessa flickor inte ska börja fundera på att sluta måste innebandyn få fortsätta vara en rolig sysselsättning som de upplevt tidigare. De vill få vara med lagkompisarna, ha roligt tillsammans, ha pedagogiska tränare, uppleva en positiv stämning och trygghet i lagen, sätta egna mål, få träna på att bli bättre i innebandy och spela matcher. Med andra ord kan det sägas handla om att få delta i en positiv social idrottsmiljö där alla får vara med. Det låter inte så komplicerat egentligen, men det är i realiteten inte heller så enkelt som det verkar.

Några av flickorna slutar för att de sammantaget når en gräns för hur de upplever en allt för hög press på sig som individ, att prestera, att ha höga idrottsliga målsättningar, att hinna med alla träningar i ett inrutat idrottsliv där prestationerna på plan ofta uttrycks som viktigare än annat. Flickorna vill dessutom gärna kunna leva upp till de förväntningar som de uppfattar att andra har på dem, men när pressen blir för stor och de får signaler om att deras insatser inte värderas som tillräckliga i form av att hinna vara med på alla träningar eller leverera på plan vill de inte fortsätta mer. Detta är något att reflektera över och sätta i relation till individens

bästa. Vad kan idrottsföreningarna göra för att minska den sammanlagda press som upplevs av vissa barn och unga idag?

Utifrån en tanke om en förgivettagen ökad prestationsinriktning inom tävlingsidrotten med åldern som såväl flickor som föräldrar ger uttryck för att de accepterar (eller känner att de måste acceptera), så blir det förståeligt att de själva tar på sig ansvaret att lämna idrotten ifall detta inte passar deras förhållningssätt. Det finns liksom ingen att ta en diskussion med, då det anses normalt att vilja satsa på idrott för att bli bra eller bäst vilket vi dock funnit inte är huvudmålet med idrotten för flera av flickorna. Man kan fråga sig om idrottsorganisationerna har diskuterat och tagit ställning kring huruvida flickor som inte vill sträva efter att bli bäst på sin idrott eller de som vill se andra värden med idrotten än enbart den idrottsliga prestationen ingår i målsättningarna om att få så många som möjligt att fortsätta.

I studien blir det tydligt att flickorna inte vill förstöra för laget genom sin närvaro eller frånvaro. Om de inte kan vara med på alla träningar, om de känner att de inte är tillräckligt bra eller om de helt enkelt känner att de inte har målet att bli bäst och då inte heller har den starka motivationen som krävs börjar de fundera på att dra sig tillbaka för att inte förstöra för de andra. De tar således ett mycket stort ansvar själva på individnivå för situationen genom att sluta. Det ansvaret anser vi skulle kunna tas i högre grad av ledare och representanter för idrottsföreningarna, att de tar hänsyn till dessa upplevelser hos individen och ger större utrymme för alla som vill spela innebandy även om de har olika mål och möjligheter. Då tror vi fler flickor fortsätter i innebandy.

Representanter för idrottsföreningen kan påverka vilka värden som verksamheten ger uttryck för. Det blir därför av betydelse att hänsyn tas till att vad de unga uppskattar och anser vara viktigt och värdefullt tas i beaktning men också att det kan hanteras på ett rimligt sätt. Vi säger inte att detta är enkelt då unga har skilda uppfattningar om vad som är det viktigaste och man bör ta hänsyn till att vi i denna studie uttalar oss utifrån uppfattningar som de som valt att sluta har. En önskan om en positiv idrottsmiljö liknar dock resultat från tidigare forskning som belyst vad idrottsaktiva barns anser vara barns bästa i idrottspraktiken. Barns bästa i ett barnperspektiv handlar för barn exempelvis om att det skapas en positiv och tillåtande idrottsmiljö där alla betraktas som lika mycket värda, att ledare tonar ner allvaret i idrotten och att alla ska få spela matcher utan överdrivna krav på prestation (Eliasson, 2011). Viktigt är att beakta balansen mellan ett barn- och ett vuxenperspektiv då det har visats att det särskilt är ledarnas vuxenperspektiv som styr barnidrotten i stor utsträckning (Eliasson, 2009). Som

Goncalves, Carvalho & Light (2011) funnit i sina studier så fortsätter unga kvinnor med idrott under lång tid när en rad faktorer uppfylls. Exempelvis att de känner en inre tillfredsställelse i ett meningsskapande sammanhang, att de har en stor egenkontroll utan press, att de har goda relationer med tränare och idrottskamrater, att de utvecklas i idrotten och att de uppmuntras göra sitt bästa. Det kan jämföras med våra informanter där flera beskriver att de i början upplevt allt detta men att det förändrats över tid och därför har slutat.

Vår studie belyser att det handlar om att tänka över de interaktioner och förhållningssätt som etableras i idrottsverksamheten och hur det som sker förhåller sig till vad unga kontra vuxna människor betonar som viktigt och värdefullt för att skapa den positiva miljön. Det kan vara vad som betonas som viktigt, vilka förväntningar som uttrycks och hur människor beter sig mot varandra under den gemensamma samvaron vilket för flickorna i studien är avgörande för hur de förstår sin situation, sin roll och sig själv i relation till att fortsätta spela innebandy eller inte. Det handlar därför om att arbeta med värdegrundsfrågor inom idrotten och låta barns och ungas röster få utrymme i praktiken. Att vara medvetna om de normer, förväntningar och krav som ställs på unga i relation till individens övriga liv och hur det påverkar de unga på individnivå är viktigt att analysera för att förstå hur man öka glädjen och skapa en positiv idrottsmiljö för att fler tonåringar ska fortsätta med idrotten.

Huvudorsaken är en kombination av faktorer

Det visar sig i denna studie att det är flera orsaker som leder till att flickorna slutar och det innebär att vi drar en slutsats om att man kan förklara att "huvudorsaken" till att sluta med idrotten innebandy i princip alltid är "en kombination av olika faktorer" även om vissa faktorer väger tyngre än andra. Oftast är det tre till fyra faktorer som tillsammans bidragit till att dessa flickor slutat.

Mot bakgrund av flickornas upplevelser av innebandyn inledningsvis sker ett antal förändringar som ser ut att vara av stor betydelse för att flickorna börjar tveka och få negativa upplevelser av innebandyn som de inte haft tidigare. Dessa förändringar ser vi som kritiska händelser för att en flicka börjar fundera på att sluta, vilket är första steget in i avslutsprocessen för utträde ur idrotten. När spelarna är yngre och håller ihop i ett och samma lag under lång tid, upplever flickorna oftast en positiv lagkänsla med glädjen i fokus som värdesätts av flickorna. När stora förändringar sker inom idrotten, till exempel när innebandylag slås ihop eller spelare

flyttas mellan olika lag, när ambitionsnivån ökar och kanske en resultatinriktad elitsatsning sker då ökar risken för att det blir mindre roligt för några spelare. När detta sammanfaller exempelvis med individuella förändringar i tonåren samt med mer omfattande skolarbete ökar risken för avbrott. Ebaugh (1988) visar att förändringar i stort är något som i vitt skilda fall och sammanhang ofta ger upphov till att människor börjar tänka på att sluta och därmed påbörjar processen för att dra sig ur en roll de tidigare haft. Förändringar i idrottsverksamheten är således något som är mycket viktigt att hantera på ett genomtänkt sätt för att få behålla unga i idrotten.

Vi har i denna studie identifierat sex framträdande faktorer som i olika kombinationer blir kritiska för beslutet och bildar "huvudorsaken" till att dessa flickor slutade med innebandy. I princip kan alla dessa ofta knytas till upplevelse av förändringar. Tre av dessa faktorer kan härledas till det som sker inom innebandyn och två till det som har med annat utom innebandyn att göra medan en faktor kan sägas både ha med innebandyverksamheten och med individens unika liv att göra. De tre faktorerna inom innebandyn är *en ökad prestations- och resultatinriktning, förändringar i lagets konstellation* samt *nya tränare/förändrade förhållningssätt hos tränaren*. Faktorer utom innebandyn är *intresse för annan aktivitet eller idrott* samt *brist på tid*. Den kritiska faktorn som både har med individen och innebandyn att göra är *höga krav på sig själv*. När några faktorer (3-4) kombineras ser de ut att bli kritiska så till vida att risken ökar över tiden för att individen ska bestämma sig för att sluta. Dessa faktorerers betydelse är något som vi menar borde uppmärksammas i idrottsverksamheten för att hantera flickornas fortsatta idrottsdeltagande. För innebandyförningarna blir det första steget att hantera de faktorer som har med innebandyns praktik att göra. Men för den skull måste ändå faktorerna utanför innebandy förstås och tas hänsyn till för att kunna besluta om hur idrottsverksamheten ska ledas och organiseras mot bakgrund av det som pågår i individens tankar och övriga liv.

När några av dessa sex framträdande faktorer kombinerats har de fått en avgörande roll för studiens tolv flickors beslut, men där faktorerna kan ha haft lite olika tyngd. Vilken kombination av faktorer som är avgörande för flickornas beslut skiljer sig till viss del åt mellan flickorna. Utifrån deras berättelser tolkar vi det som att i princip ingen förklarar att en enda orsak ligger bakom att de slutat. "Huvudorsaken" måste därför tolkas i relation till den enskilda individen vilket inkluderar att förstå vilken eller vilka av faktorerna som väger tyngre än andra. Detta ger i sin tur indikationer på vilken risk det är att personerna kan komma att sluta och vad man i idrottsföreningen kan göra för att få den enskilda flickan att fortsätta.

I relation till tidigare forskning om orsaker till avhopp från idrotten finns både likheter och skillnader i förhållande till våra resultat. Trondmans (2005) studie visar i likhet med de faktorer vi funnit att det är vanligt att unga slutar på grund av intresseförskjutningar, brist på upplevelse av idrottslig kompetens och erkännande, brist på glädje och tid. Detta stämmer med våra kritiska faktorer. Men vi har också kunnat visa vad det är som gör att glädjen försvinner för dessa flickor. I och med de förändringar som sker inom idrottens organisation och ledarskap med ökade prestationskrav och förändrade lagkonstellationer upplever några av flickorna en minskad glädje med idrotten och när det kombineras med deras personlighet med stort ansvarstagande under en period med ibland lägre självkänsla får det betydelse för att dessa flickor drar sig ur innebandyverksamheten. Våra resultat skiljer sig däremot till viss del från Enoksens (2011) som i sina studier visar att den vanligaste för ungdomar att sluta med idrott är skador. En förklaring till skillnaden kan vara att Enoksens studie baserades på talangfulla och elitsatsande ungdomar i friidrott. Men en likhet med innebandyflickorna är dock att de samtidigt upplevde en stress över å ena sidan skolans krav å andra sidan prestationskraven i idrotten likt de friidrottande ungdomarna. När det gäller missnöje med tränaren har det också tidigare visats vara ett skäl som får ungdomar att sluta (Patriksson, 1987). Det finns all anledning att fortsätta satsa på att utbilda och stötta idrottsföreningarnas ledare och tränare. Särskilt viktigt blir det att få kunskap i beteendevetenskap för att bättre förstå barn och ungdomar som individer och som del i en idrottsgrupp.

Tonårsperioden är en tid där flera av dessa kritiska händelser kan inträffa samtidigt och vi menar att detta förklarar en del av det stora avhoppet vi ser från idrott bland tonåringar i svensk idrott. Slutsatsen stärks av tidigare forskning som har belyst risken för avhopp när flera aspekter inträffar samtidigt. Franzen och Peterson (2003) visade att avbrott i fotboll ofta sammanföll med högstadiets årskurser (åk 7-9) då kraven i skolan ökade samtidigt med ökade krav i fotbollen så förstärktes situationen som gör att man kanske slutar. De menar att när krav från både idrotten och skolan tenderar att öka samtidigt ökar risken för att intresset och motivationen ska minska vilket vi också kan se i denna studie. Det nya i vårt sätt att resonera är att vi inte ser en faktor som orsak till avbrott utan att det är en kombination av 3-4 faktorer som blir "huvudorsaken". När flera kritiska händelser sammanfaller och faktorerna adderas och därmed blir mer "kritiska" ökar risken för att flickorna ska påbörja avslutsprocessen. Även om det inte kan uteslutas att en negativ erfarenhet eller faktor kan bli avgörande för att sluta för någon flicka så ser kombinationer av flera faktorer ut att vara vanligare. Det förklarar varför

avslutsprocessen är komplex och behöver hanteras därefter såväl i praktiken som i vetenskapliga studier.

Slutsatser om processen

Att sätta flickornas beslut i ett större sammanhang samtidigt som man dröjer sig kvar vid olika teoretiskt anknutna faser i avslutsprocessen gör att vi har fått ny kunskap att ta hänsyn till när det gäller problematiken kring att flickor slutar med en idrott. Genom att dela upp tiden för beslutet i fyra faser som Ebaugh (1988) gör i sin teori får vi verktyg för att kunna tolka och förstå flickornas beteende och deras val att sluta i relation till sin omgivning och andras beteenden på ett mer djupgående och kvalitativt sätt över tid.

Det finns ett antal olika faktorer som bidrar till flickornas första tvekan i processens första fas. För flickorna i denna studie, vilka är de enda vi kan uttala oss om, finns som beskrivits ovan minst sex framträdande faktorer som riskerar att bli kritiska och orsak till avbrott. Det finns således flera faktorer som tillsammans blir kritiska för att sluta och som kommer till uttryck under tiden för avslutsprocessen. Utifrån ett helhetsperspektiv kan det förstås som att det är något som individen upplever i idrotten och i övriga livet som samspelar, vilket leder dem in i processen på vägen till att börja tveka i fas 1. Särskilt kritiskt för att påbörja avslutsprocessen är olika förändringar i det som sker inom idrotten relaterat till flickans tidigare upplevda värden med idrotten som i kombination med individens personlighet och övriga liv förstärker beslutsamheten.

Ny kunskap som kommit fram i studien är att beslutsprocessen ofta pågår under en längre tid som kan vara mellan ett par månader upp till två år (från fas 1 till fas 3 i avslutsprocessen). Det innebär att det i många fall finns god tid för idrottsföreningarna att agera innan det definitiva beslutet är taget. Under tiden blir flickorna allt mer uppmärksamma på händelser som förstärker deras negativa tankar och upplevelser vilket gör att de blir mer medvetna om att sluta är ett rimligt alternativ för dem. Under den andra fasen interagerar flickorna främst med sina föräldrar när hon väger för- och nackdelar med sitt deltagande. Detta är den jobbigaste fasen för flickorna. När flickan inte upplever några positiva förändringar under fas 2 som överväger nackdelarna, så växer det definitiva beslutet fram hos flickan innebär en övergång till fas 3 då hon bestämmer sig för att det "rätta" beslutet är att sluta med innebandy.

När beslutet skall meddelas visar det sig att det inte finns någon systematik i varken hur eller till vem beslutet skall meddelas eller hur det tas emot av idrottsföreningen. Det ser inte

ut att finns någon strategi i föreningarna för att hantera varken flickornas eller föräldrarnas synpunkter på verksamheten eller vad som ska ske när man får kännedom om att en flicka funderar på att sluta. Inte heller finns former för hur det ska hanteras när en flicka väl bestämt sig. Här finns många möjligheter till förbättringar att göra för idrottsföreningarna.

När flickan sedan övergår till fas 4, *efter beslutet*, upplevs en skön känsla som innebär att de slipper beslutsångesten de kan ha upplevt under beslutsprocessen. I fjärde fasen upplever de en positiv frihet utan press och stress även om de gärna håller på med träning och fysisk aktivitet i sin nya roll. Detta innebär att det är svårare för idrottsföreningarna att göra insatser för att få dem att fortsätta när de väl nått så långt som till fas 4. De är redan på väg mot ett liv utan innebandylagets verksamhet även om de kan sakna kompisarna, gemenskapen, tränare, träningen och matcherna. Detta talar för att göra insatser under tidigare faser, som under fas 1 då de är i första tvekan eller under fas 2 när de värderar för- och nackdelar med att fortsätta, om idrottsföreningarna vill att de ska fortsätta.

Studien visar att avslutsprocessen kan vara både mycket jobbig och komplicerad för vissa flickor medan den för andra är enklare och okomplicerad. Detta ser ut att, till viss del, höra ihop med de faktorer som gör att flickorna börjar tveka att fortsätta med innebandy och därmed hur "orsaken" till beslutet att avbryta sitt deltagande i laget är sammansatt av olika faktorer. Exempelvis ju roligare flickorna tyckt att innebandyn varit, ju svårare verkar de ha att sluta. Resultaten ger således bevis för att det kan vara svårare att påverka flickornas beslut ju längre in i avslutsprocessens faser de kommit och särskilt om denna har varit svår för dem. Då handlar det mindre om de egentliga orsakerna för vissa av flickorna utan då har avslutsprocessen i sig blivit för jobbig och något som de inte vill gå igenom igen. De kommer därför inte att ändra sitt beslut, i alla fall inte inom en snar framtid. Andra kan dock börja igen relativt omgående om det handlar om faktorer som lättare kan förändras, exempelvis att en tränare byts ut som i en av våra flickors fall.

Frivilligheten i beslutet kan diskuteras

Det visar sig att bilden kring flickornas avslut inte är helt oproblematisk vare sig utifrån om beslutet kan sägas vara frivilligt eller vad gäller om innebandyverksamheten kan sägas ha någon roll i flickans beslut. Därför kan man behöva förhålla sig kritisk till andelar och procent som framkommer i enkätstudier som baseras på egna inlämnade uppgifter. Utifrån siffror från tidigare forskning är det 40 % av ungdomarna som anger att det var ett fritt val att sluta

(Trondman, 2005). Även i vår studie kan det uppfattas som att det är flickorna själva som bestämmer sig för att sluta. Flera säger att det är deras eget fria val och att de tagit beslutet själva med stöd i sina diskussioner med sina föräldrar. Men bakgrunden till besluten har som vi sett för flera flickor också med förändringar i idrottsverksamheten att göra. Detta pekar på att det fria valet inte är så fritt som det kan verka. Upplevelserna av idrotten och det som pågår i det övriga livet är saker som har stor inverkan på beslutet och bidrar till att sluta blir det enda alternativet.

I vår studie blir det också tydligt att flickorna tar på sig stor del av ansvaret för beslutet. Det innebär att de kan anse att det är dem som inte passar in i idrotten istället för att se att idrottsverksamheten bättre skulle kunna anpassas till flickorna. Detta ansvarstagande innebär ibland att flickorna ”skyller” avbrottet på sig själva när det egentligen finns andra förklaringar som lett fram till det. Därför gäller det att lyssna på barn och ungdomar i hög utsträckning och förstå detta när orsakerna analyseras och när man funderar på hur verksamheten gör så den upplevs passa alla. Det egna beslutet kan alltså sägas vara mer komplicerat än att man kan dra en slutsats om att ”det var hon som ville sluta” för att flickorna eller andra uttrycker sig så. Det får inte tas som argument för att inte hantera bakomliggande orsaker

Den tysta avslutsprocessen – idrottsföreningens frånvaro

Under avslutsprocessen interagerar flickorna med sina föräldrar i diskussioner kring upplevelsen av innebandyn och beslutet om att sluta. Framförallt tycks det vara mammorna som är delaktiga i diskussionerna. Under tiden flickorna funderar är det sällan eller aldrig de diskuterar eventuellt missnöje eller kritiska händelser med några av föreningens representanter. Det finns ingen strategi för hur flickorna ska gå tillväga vare sig när de är missnöjda med något, känner sig osäkra eller för hur det går till att avsluta sitt medlemskap i föreningen. Det tas inga initiativ från föreningens officiella representanter till samtal med de som slutat. Detta innebär att vi benämner detta som den ”tysta avslutsprocessen” som sker inom flickan och till viss del tillsammans med föräldrarna eller kompisarna och endast i något enstaka fall med en tränare. Att representanterna från idrottsföreningarna i princip är helt frånvarande under processen innebär att de har mycket begränsad kunskap om vilka flickor som funderar på att sluta och varför vilket ger idrottsföreningarna sämre möjligheter att utforma fungerande strategier såväl som att genomföra adekvata interventioner för att få fler unga att fortsätta. Därför är denna kunskap nödvändig att ta reda på.

Det är säkert inte unikt för dessa föreningar att de inte har någon plan för hur de skall agera om de märker att någon är tveksam till att fortsätta eller hur de skall agera när någon meddelar att de slutar. Däremot är det något som är värt att beakta och fundera över i föreningarnas arbete med att behålla fler flickor i innebandy. Som resultaten i den här studien visar så skulle flera av flickorna kunnat fortsätta om det funnits en aktiv dialog mellan dem och tränaren/föreningen kring varför de tänker sluta/varför de slutade, hur det skulle kunna förbättras och att bli tillfrågad om de skulle kunna tänka sig att börja igen. Resultaten pekar mot att om dialogen förs i ett tidigt skede av avslutsprocessen ökar chansen att de kan välja att fortsätta. Vi anser sammanfattningsvis att det är av betydelse att rutiner och riktlinjer skapas för vilket ansvar tränare eller idrottsföreningens representanter har när de får signaler om att någon spelare har tänkt att sluta, vad som ska göras när spelaren, föräldrarna eller någon annan meddelar att de skall sluta och hur kontakt skall tas med spelaren efter att denna har slutat. Från flickornas och föräldrarnas perspektiv är det av betydelse både utifrån möjligheterna att börja med innebandy igen men också i ett perspektiv av respekt för de individer de unga flickorna är och att de varit medlemmar i idrottsföreningen vilket kan ha varit av stor betydelse i deras liv. Vi menar att ett genomtänkt och mer respektfullt avslut på flickornas tid i idrottsföreningen vore en höjning av kvaliteten i idrottsverksamheten.

Vad blir då viktigt att arbeta med i praktiken?

Med förståelse för orsaker om själva avslutsprocessen ökar möjligheten att förstå flickornas situation, hur de handlat och vad de tänkt över tid (före, under och efter beslutet) kring olika faktorer som visat sig bli avgörande för deras beslut att sluta med innebandyn. Med kunskap om dessa kritiska faktorer i flickornas miljö och en tolkning av hur dessa påverkar flickornas deltagande kan riktade förslag utarbetas på vad idrotten kan göra för att få fler flickor att fortsätta med innebandy eller med andra ord förhindra att flickorna når den tredje fasen i avslutsprocessen (brytpunkten).

För att finna lämpliga strategier för att få fler flickor att fortsätta med innebandy behövs framförallt en förståelse för flickors erfarenheter, tankar och känslor kring de skeenden och förändringar i idrottsverksamheten som de själva sammankopplar med att börja tveka till fortsatt deltagande samt kunskap om hur avslutsprocessen ser ut. Detta handlar mycket om att på olika sätt arbeta med att öka kunskapen om de unga aktivas behov, önskemål och ambitioner och hur dessa stämmer överens med den verksamhet som bedrivs. Ett långsiktigt strategiskt

arbete som baseras på att barn- och ungdomsidrotten skall utgå från de ungas intressen, behov och förutsättningar är också något som ligger i linje med de idrottspolitiska målen som ligger till grund för fördelning av ekonomiska medel till Sveriges idrottsföreningar och något som tas upp i såväl i "Idrotten Vill" som "Innebandyn Vill".

Även om varje förening på många sätt är specifik och har skilda förutsättningar där olika strategier passar olika bra i föreningarna så menar vi med utgångspunkt i resultaten i denna studie att det finns många saker som blir viktiga för föreningar att ta hänsyn till om de vill behålla sina aktiva. Vi har i studien pekat på olika faktorer eller kritiska händelser som förändringar som sker för individen inom och utom innebandyn vilka vi anser ansvariga i en idrottsförening bör ha en beredskap att hantera i relation till sin egen verksamhet i det strategiska arbetet. Väljer en förening att inte lägga tid på dessa frågor kommer det förmodligen att bidra till att det blir svårare att behålla flickorna i idrotten. Att ha ett helhetsperspektiv i beaktning och arbeta med att tillägna sig kunskap om och öka förståelsen för varje individs situation inom idrotten blir därför en viktig utgångspunkt i arbetet med att behålla fler flickor inom idrotten. Det handlar inte bara om att behålla breddidrottare utan även forskning om talangutveckling visar att det för att utveckla idrottsprestationerna optimalt handlar det om att skapa stöttande idrottsmiljöer och jobba utifrån devisen "Så många som möjligt, så länge som möjligt" genom att göra idrotten attraktiv för alla (Peterson, 2011).

Avslutningsvis vill vi försöka lyfta några egna idéer och förslag till idrottsföreningarna som skulle kunna vara relevant att arbeta med för att få fler unga att fortsätta med idrott. Dock har vi inte studerat effekter av sådana interventioner varför de ska tas för idéer. Det kan vara följande:

- Att utforma en övergripande strategi för vad som ska göras i idrottsföreningen för att få flickor att fortsätta och för att hantera vad som ska göras före, under och efter den avslutsprocess som flickorna går igenom, oavsett om de fortsätter eller väljer att sluta.
- Att utforma en strategi för vad som ska göras i anslutning till de förändringar som verksamheten är upphov till när det gäller lagsammansättning med ledare och tränare.
- Att utveckla former för att fånga upp och hantera flickornas och föräldrarnas uppfattningar om verksamheten så flickornas önskemål och känslor tas på allvar innan de börjar fundera på att sluta. Ett sätt kan vara att ta hjälp av barnkonventionen för att etablera ett förhållningssätt i idrottsföreningen som utgår ifrån barnets bästa och dess rättigheter.

- Att ta ett helhetsperspektiv i beaktning. Det innebär att försöka förstå varje individs situation inom idrotten i relation till förändringar i laget, lagsammanhållning, kompisar, tränares förhållningssätt, nya tränare, målsättningar, uttryck av prestationens betydelse, upplevda krav, värdeuttryck, föräldrars roll etc. Vidare innebär det att på samma sätt förstå varje individs situation utifrån faktorer utom idrotten: behov av utrymme för andra intressen, skolarbete, livssituation, upplevd tidsbrist, höga krav på sig själva samt sådant som är relaterat till utvecklingen i tonåren (ansvarstagande, låg självkänsla, viljan att passa in och leva upp till förväntningar, behov av frihet etc.).
- I det förebyggande arbetet kan kontinuerliga utvärderingar genomföras och följas upp, tränare och ledare kan utbildas i dessa frågor, att det utarbetas stöd för tränaruppdraget och att tränares roll och ansvar tydliggörs, att systematiskt lyssna på föräldrarna som har kunskap om de ungas erfarenheter och utforma en flexibel verksamhet i relation till barns och ungdomars önskemål, ambitioner och livssituation.

AVSLUTANDE ORD

Utifrån denna kvalitativa studie med en beskrivning av avslutsprocessen synliggörs hur flickorna i interaktion med andra i förening och familj påverkas av och påverkar det som blir avgörande för individen att slutligen bestämma sig för att sluta och även hur tiden där efter upplevs och om den möjliggör en framtid med innebandy. Det finns med säkerhet insatser som kan göras inom Svensk Innebandy för att få fler flickor såväl som pojkar att fortsätta spela innebandy över tonårsperioden och för att göra innebandyn mer attraktiv för alla. Det finns enligt oss goda möjligheter för verksamma i idrottsföreningarna att påverka och förändra situationen för deras innebandyspelande flickor oavsett vilka skäl man har för det. Att bli mer medveten och kunnig om flickors upplevelser och hur deras avslutsprocess kan se ut, som vi visat i denna studie, är ett steg i den riktningen. Det vore intressant att i vidare forskning undersöka hur pojkars avslutsprocess ser ut. Om det är likartade faktorer som framträder som orsaker till avbrott bland pojkar i innebandy som för flickor eller inte. Vi vill avslutningsvis rikta ett stort tack till alla flickor, föräldrar och föreningsrepresentanter för medverkan i denna studie samt till Svenska Innebandyförbundet och Innebandyns kompetenscentrum för att vi fått möjligheten att forska inom problemområdet och bidra till den beteendevetenskapliga kunskapsutvecklingen på ett område som gäckt forskarna under flera decennier.

REFERENSER

Boiché, J.C.S. & Sarrazin, P. G. (2009). Proximal and distal factors associated with dropout versus maintained participation in organized sport. *Journal of Sports Science and Medicine* 8, 9-16.

Coakley, J. & Pike, E. (2009). *Sports in society. Issues and controversies*. London: McGraw-Hill

Drahota, J. & Eitzen, S. (1998). The Role Exit of Professional Athletes. *Sociology of Sport Journal* 15, 3, 263-278.

Eliasson, I. (2009). *I skilda idrottsvärldar. Barn, ledare och föräldrar i flick- och pojkfotboll*. Akademisk avhandling, Umeå universitet.

Eliasson, I. (2011). Barns perspektiv på barnrättsperspektivet i *För barnets bästa. En antologi om idrott ur ett barnrättsperspektiv*, Editerad av Johan, R Norberg & Johan Pihlblad, 111-126.

Ebaugh, H., R., F. (1988). *Becoming an EX. The process of role exit*. Chicago: University of Chicago Press.

Enoksen, E. (2011). Drop-out rate and drop-out reasons among promising Norwegian track and field athletes. *Scandinavian sport studies forum*, 2, 2011, 19-43.

Franzén, M. & Peterson, T (2004). *Varför lämnar ungdomar idrotten? En undersökning av fotbollstjejer och – killar från 13 till 15 år*. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2004:3.

Fraser-Thomas, J., Cote, J., & Deakin, J. (2008). Examining Adolescent Sport Dropout and Prolonged Engagement from a Developmental Perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(3), 318-333.

Goncalves, C., Carvalho, H. & Light, R. (2011). Keeping Women in Sport: Positive experiences of six women's experiences growing up and staying with sport in Portugal. *Asian Journal of Exercise & Sports Science*, 8 (1), 39-52.

Thedin Jakobsson, B., & Engström, L.-M (2008). *Vilka stannar kvar och varför? En studie av ungdomars deltagande i föreningsidrott*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.

Thedin Jakobsson, B., Lundvall, S., Redelius, K., & Engström, L-M. (2012). Almost all start but who continue? A longitudinal study of youth participation in Swedish club sports. *European Physical Education Review* 18:3.

Patriksson, G. (1987). *Idrottens barn. Idrottsvanor – stress – utslagning*. Stockholm: Friskvårdscentrum.

Peterson, T. (2011). *Talangutveckling eller talangavveckling*. SISU Idrottsböcker.

Riksidrottsförbundet (2009). *Idrotten vill*. – Idrottsrörelsens idéprogram. Hämtad 2013-10-25 från: http://www.rf.se/ImageVault/Images/id_2808/ImageVaultHandler.aspx

Svenska Innebandyförbundet (2014). *Innebandyns satsning på livslångt idrottande*. Hämtad 2014-06-30 från: <http://www.innebandy.se/sv/Nyheter/2010-Utveckling/Svensk-Innebandys-nya-utvecklingsmodell>

SOU, 2008:59. *Föreningsfostran och tävlingsfostran. En utvärdering av statens stöd till idrotten*. Betänkande av Idrottsstödsutredningen. Stockholm: Fritzes offentliga publikationer.

Trondman, M. (2005). *Unga och föreningsidrotten: en studie om föreningsidrottens plats, betydelser och konsekvenser i ungas liv*. Stockholm: Ungdomsstyrelsen.

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Weiss, M. R., & Williams, L. (2004). The why of youth sport involvement: A developmental perspective on motivational processes. In M. R. Weiss (Ed.), *Developmental Sport and Exercise Psychology: A Lifespan Perspective* (pp. 223–268). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

Bilaga 1. Informationsbrev till deltagare



Umeå universitet
Pedagogiska institutionen
Inger Eliasson
Tel XXX

Svenska Innebandyförbundet
Jennifer Mayer
Tel XXX

Fler Flickor i Innebandy

Ett värdefullt forskningsprojekt för ökad kunskap

Det har visat sig att många flickor i åldern 13-16 år slutar med föreningsidrott. Svenska Innebandyförbundet har därför initierat ett forskningsprojekt som handlar om att förstå det som sker när flickor bestämmer sig för att sluta spela innebandy. Genom studien vill vi belysa flickors erfarenheter av att spela och sluta med innebandy men också föräldrarnas perspektiv på tonåringars beslut om deltagande i idrott. Studiens mål är att nå kunskap om hur idrottsföreningar kan utveckla sin innebandyverksamhet och stödja flickor så de fortsätter vara intresserade av att spela innebandy.

Inger Eliasson vid Umeå universitet ansvarar för projektet tillsammans med Jennifer Mayer på Svenska Innebandyförbundet. Projektet genomförs i samarbete med några idrottsföreningar i Sverige, bland annat idrottsföreningen XXX där ni och ert barn varit engagerade i innebandy.

Vi hoppas ni vill vara med på en intervju. Vi kommer att göra intervjuer med flickor som slutat med innebandy för 1-2 år sedan när de var i ca 13 års ålder (födda år 1999 alt år 2000) alternativt ca 16 års ålder (födda år 1996 alt. år 1997) samt minst en av flickornas föräldrar. Det innebär att ungdomarna idag är mellan 14 och 18 år. Inga förberedelser behövs för er som skall delta i intervjun. Tid för intervjuerna planeras tillsammans med er så det passar er bäst.

Alla personer som deltar kommer att vara anonyma. Studien följer forskningsetiska riktlinjer vilket bland annat innebär att deltagandet är frivilligt, att alla personuppgifter och data förvaras för obehöriga, att personerna hålls anonyma i rapportering och att deltagarna kan avbryta sin medverkan när som helst om man så önskar.

Vi kontaktar er inom kort. Hör av er till oss om ni har några frågor.

Vänliga hälsningar

Inger Eliasson
Projektansvarig
Pedagogiska institutionen
e-post och tel nr XXX

Annika Johansson
Projektmedarbetare
Pedagogiska institutionen
e-post och tel nr XXX

Namn
Kontaktperson
Idrottsföreningen XXX
e-post och tel nr XXX

Bilaga 2. Intervjuguide flickor



18 mars 2014

Info: Det har visat sig att många flickor i åldern 13-17 år slutar med föreningsidrott. Därför vill vi förstå det som sker när flickor bestämmer sig för att sluta spela innebandy. Studiens mål är att nå kunskap om hur idrottsföreningar kan utveckla sin innebandyverksamhet och stödja flickor så de fortsätter vara intresserade av att spela innebandy. Det är mycket värdefullt att ni har valt att ställa upp och vara med.

Etik: Anonymitet, rätt att avstå att svara, kan avbryta när helst de vill, publiceras på innebandy.se och innebandyns kompetenscentrum. Fråga om inspelning.

FRÅGOR TILL FLICKOR

- Be spelaren berätta vad hon heter och när hon är född

Bakgrund

- Hur gammal var du när du började med innebandy? Hur länge höll du på med innebandy? Hur många år? När slutade du?
- Hur kom det sig att du började med innebandy? Var det du själv eller någon annan som gjorde så att du började med just innebandy?
- Hur mycket tränade/spelade du innebandy (varje vecka)? Skulle du velat ha tränat mer eller mindre eller tyckte du att antalet träningar och matcher var bra?
- Var träningarna obligatoriska eller kunde man komma till de träningar man ville? Hur tänker du om det?

Om att spela innebandy

- Berätta om när du spelade innebandy;
 - o Vad tyckte du mest om med innebandyn? Vad tror du var det som gjorde att du tyckte mest om just det?
 - o Fanns det något som du inte tyckte var så kul eller bra med innebandyn? Vad berodde det på?
- Berätta om träningarna och matcherna, vad gillade du mest att träna eller att spela matcher? Vad tror du det berodde på?

Mål och förväntningar

- Vad var viktigt för dig med innebandyn?
- Vad tyckte du om träningarna, passade de dig? Tycker du att ni gjorde det du ville/det du tyckte att ni skulle göra? Var de på en bra nivå för dig eller var de för lätta/svåra/tråkiga etc.?)
- Kändes det som att du och tränaren hade samma tankar/mål med träningar och matcher?

- Hur var det med gruppen, ville ni samma sak med träningarna? (*Var det så att några ville satsa mer eller mindre eller ville ni satsa lika mycket allihop?*)
- Vem bestämde hur träningarna skulle se ut? Var ni spelare med och bestämde? Vad tyckte du om det? Fanns det något som du skulle ha velat ändra på?
- Hade du krav på dig själv att du skulle klara vissa saker eller göra vissa saker på innebandyträningarna/matcherna?
- Kände du att andra (tränare, föräldrar, kompisar) hade krav eller förväntningar på dig inom innebandyn? Påverkades du av det på något sätt?

Tränare och kompisar

- Vad tyckte du om din tränare/dina tränare?
- Hade du några kompisar i gruppen du spelade med? Vilken betydelse tror du att de hade för att du höll på med innebandy?
- Hur var det med ditt lag, kändes det som att ni passade ihop bra tillsammans?

Stöd/support

- Hur var det med de människor runt omkring dig - vad tyckte de om att du spelade innebandy?
- Var de involverade på något sätt? Vilket stöd hade du?

Andra intressen

Höll du på några andra idrotter eller andra aktiviteter när du spelade innebandy? Vilka?

Tidiga tankar på att sluta

- Vad var det som gjorde att du började tänka kring att du kanske inte skulle spela innebandy längre? Utveckla - vad hände då? Vad kände du?
- Var det långt innan du slutade?
- Var det något som förändrades över tiden som gjorde att du funderade på att sluta?
- Hade du tänkt att sluta tidigare men fortsatt? Vad var det i så fall som gjorde att du fortsatte då?

Anledningar till att sluta

Var det något inom innebandyn som gjorde att du ville sluta?

Tränare och lagkamrater, Matcher och träningar, Krav och förväntningar, anpassat efter dig och dina önskemål

Var det något annat, utanför innebandy, som hade betydelse?

Skolarbete, Andra fritidsintressen och annan idrott, Föräldrar, Kompisar, Skador

- Ville du göra något annat på fritiden? Vad var det som gjorde att du hellre ville göra det än att spela innebandy?
- Vad hade störst betydelse för att du slutade? Kan du lyfta fram en sak?
- Vägde du för och emot att fortsätta eller sluta? Berätta.
- Var det ditt eget val anser du eller var det andra saker som påverkade dig?

Beslutsprocessen

- Pratade du med någon om dina tankar på att sluta innan du bestämde dig? Vem pratade du med? Skulle vilja ha pratat mer med någon?
- Vilken betydelse hade samtalen? Hade de någon del i att du sedan slutade med innebandyn?
- Hur upplevde du tiden från att du började tänka på att sluta tills du verkligen slutade? Svårt eller lätt?
- Hur lång tid tog det att bestämma sig? Lång eller kort?

- Vad sa och gjorde föräldrarna under tiden du funderade på att sluta?
- Hade du kontakt med någon i föreningen under tiden du funderade att sluta?
- Hur fick föreningen veta att du inte skulle fortsätta med innebandyn? Vem hade kontakt med föreningen?
- Berättade du/ni för föreningen orsaken till varför du skulle sluta?
- Vad sa andra när då när du slutade med innebandyn? *lagkamrater, tränare, föreningen, föräldrar*
- Hur kändes det när du väl bestämt dig? Berätta

Faktorer som skulle kunna ha påverkat beslutet att sluta/fortsätta

- Finns det något som skulle kunna ha gjort så att du fortsatt med innebandyn?
 - o Vilka förändringar skulle man kunna göra i innebandyn?
 - o Några saker utanför innebandyn som skulle behövts vara annorlunda?
 - o Skulle någon person kunnat få dig att fortsätta med innebandyn?
- Har du haft någon kontakt med någon från föreningen efter att du slutade? (Har de kontaktat dig?)
- Hur tror du att du skulle reagera om innebandyklubben hörde av sig till dig och ville att du skulle börja träna med dem igen? Har de gjort det?
- Vad tycker du att föreningar ska jobba med/göra om de vill att fler flickor skall fortsätta vara aktiva i sin idrott?

Efteråt

- Hur ser du nu på ditt beslut att inte fortsätta med innebandy i efterhand?
- Saknar du innebandyn eller något med innebandyn nu? Vad?
- Hur ser din fritid ut nu när du har slutat med innebandyn? Håller du på med någon annan aktivitet? Vad är det i så fall som gör att du håller på med den aktiviteten? Är det något i den aktiviteten eller idrotten som du tänker fungerar bättre än i innebandyn?

Bilaga 3. Intervjuguide föräldrar



Info: Det har visat sig att många flickor i åldern 13-17 år slutar med föreningsidrott. Därför vill vi förstå det som sker när flickor bestämmer sig för att sluta spela innebandy. Studiens mål är att nå kunskap om hur idrottsföreningar kan utveckla sin innebandyverksamhet och stödja flickor så de fortsätter vara intresserade av att spela innebandy. Det är mycket värdefullt att ni har valt att ställa upp och vara med.

Etik: Anonymitet, rätt att avstå att svara, kan avbryta när helst de vill. Fråga om inspelning.

FRÅGOR TILL FÖRÄLDRAR

- Be föräldern presentera sig eller säg något om vem det är som blir intervjuad.

Bakgrundsfrågor:

- Hur involverad/inte involverad var du/ni i din dotters innebandy? *På vilket sätt var du involverad?*
- Pratade ni om innebandyn tillsammans? Vad pratade ni om?
- Hur kom det sig att hon började med innebandy?
- Hur fungerade träningstiderna enligt dig? Var träningarna obligatoriska eller frivilliga? Påverkade det hennes intresse för innebandyn?
- Hur tänkte du/ni om antalet träningar i veckan?

Om att spela innebandy

- Vad upplevde du att hon tyckte om i innebandyn? Vad är det som gör att du tänker så?
- Fanns det något som du upplevde att hon inte tyckte var så kul eller bra med innebandyn? Hur tänker du kring det?
- Vad är din uppfattning om hur hon kände för träningarna gentemot att spela match? Vad är det som gör att du tänker så?

Mål och förväntningar:

- Hur skulle du beskriva hennes intresse för innebandyn? Varför höll hon på med sporten?
- Har du någon uppfattning om hur träningarna passade hennes mål med att träna innebandyn?
- Känner du/ni att och hon och tränarna hade samma mål med innebandyn?
- Kände ni att hon och de övriga i gruppen/laget ville samma sak med träningarna?
- Har du/ni någon uppfattning om tjejerna fick bestämma något över träningarna eller om tränarna var de som bestämde innehåll mm och vad har ni för tankar om det?

Tränare och kompisar

- Har du någon uppfattning om stämningen i gruppen/laget? Verkade hon trivas med laget? Vad är det som gör att du/ni tror det?
- Har du någon uppfattning om hennes uppfattning om tränarna? Vad grundar sig den på? Brukade ni pratat om tränarna eller laget?
- Vad är dina tankar om tränaren/tränarna? Vad baserar du dessa på?

Stöd/support

- Vad tyckte ni föräldrar om att hon spelade innebandy? Tyckte ni att det var en bra aktivitet eller att hon hellre borde satsa på något annat?
- Var ni delaktiga i hennes innebandytränande på något sätt? (Skjutsa, stöd, etc...?)

Andra intressen

- Höll hon på med någon annan sport än innebandy? Påverkade det innebandyn på något sätt eller påverkade innebandyn den sporten på något sätt?

Tidiga tankar på att sluta

- När förstod du första gången att din dotter började tänka på att sluta? (När i tid, långt innan eller just innan... hon slutade?)
- Vad var det för något som gjorde att hon började tänka på att hon kanske inte ville spela innebandy? Utveckla - vad hände då? Vad kände ni som föräldrar?
- Var det något inom eller utanför innebandyn som du anser förändrades över tiden när hon spelade som kan vara orsak till att hon började fundera på att sluta? Inom/utom innebandy.
- Vet ni som föräldrar om hon hade tänkt sluta tidigare men fortsatte ändå? Vad var det i så fall som gjorde att hon ändå fortsatte?

Anledningar till att sluta

Var det något inom innebandyn som gjorde att hon ville sluta?

*Tränare och lagkamrater, Matcher och träningar, krav och förväntningar
Inte anpassat efter henne och hennes önskemål*

Var det något annat, utanför innebandy, som hade betydelse?

*Skolarbete, Andra fritidsintressen och annan idrott, Kompisar, Skador,
Ni föräldrar*

- Ville hon göra något annat istället på fritiden?
- Vad var det som var bättre med det jämfört med innebandy i så fall?
- Vad tyckte ni hon skulle göra?
- Vad hade störst betydelse för att hon slutade? Kan du lyfta fram en sak?
- Var det hennes eget val eller var det andra saker som påverkade henne att sluta?

Beslutsprocessen

- Pratade ni med er dotter om hennes tankar på att sluta? Berätta
- Hur mycket anser du att ni var delaktiga i hennes beslut?
- Pratade ni föräldrar med andra i föreningen om hennes funderingar innan hon bestämt sig för att sluta?
- Pratade er dotter med föreningen om det som hon funderade på?
- Vilken betydelse tror du de samtalen för hennes beslut? Önskade ni prata med någon mer?
- Hur upplevde ni tiden från att hon började tänka på att sluta tills hon verkligen slutade? Var det svårt eller lätt för er och för henne?
- Tog det lång eller kort tid innan hon kom fram till ett definitivt beslut?
- Hur fick föreningen veta att hon skulle sluta? Vem berättade det? Berättade ni orsaken till varför hon slutade (till föreningen)?
- Hade ni kontakt med någon i föreningen under tiden hon funderade på om hon skulle fortsätta eller sluta?

- Vad gjorde föreningen under tiden?
- Beskriv er dotter under tiden hon funderade på att sluta?
- Vad sa andra när hon slutade med innebandyn? (positivt, negativt, neutralt)?
lagkamrater, tränare, föreningen, föräldrar
- Hur kändes det för er när hon väl bestämt sig för att sluta? Hur tror ni hon upplevde det?

Faktorer för att fortsätta

Tror du att det finns något som skulle kunna ha gjort att din dotter fortsatte med innebandyn?

- o Några förändringar som skulle kunna ha gjorts inom innebandyn?
 - o Några förändringar som inte har med innebandyn att göra som skulle kunna påverka att hon fortsatt?
 - o Tror du att någon person skulle kunna ha fått henne att fortsätta med innebandyn?
 - o Skulle du som förälder kunnat påverka henne på något sätt
- Har ni haft någon kontakt med någon från föreningen efter att hon slutade?
 - Hur tror du att hon skulle reagera om innebandyklubben hörde av sig till henne/hade hört av sig till henne och ville att hon skulle börja träna med dem igen? Tror du att det skulle kunna ha fått henne att fortsätta?
 - Vad tycker ni att föreningar skulle jobba med om de vill att fler flickor skall fortsätta vara aktiva i sin idrott?
 - Vilken roll (vilket ansvar) anser du att föreningarna har för att få fler flickor att fortsätta med sin idrott igenom tonåren?

Efteråt

- Nu så här i efterhand, vad tänker ni om att hon har slutat med innebandyn?
- Tror du att hon saknar innebandyn?
- Håller hon på med någon annan aktivitet nu? Vad ser du för faktorer i den idrotten/aktiviteten som verkar mer attraktiva för henne? Är det något i den aktiviteten som verkar fungera bättre (eller sämre?) än i innebandyn?



Umeå universitet
Pedagogiska institutionen
901 87 Umeå
www.pedag.umu.se