

Kandidatnummer:	6520
<small>(Hvis besvarelsen skal leveres på navn, skrives navn i stedet for kand.nr.)</small>	

FORSIDE

ved besvarelse av hjemmeeksamen, semesteroppgave, rapport, essay osv.

Emnekode:	IDR 100
Emnenavn:	Samfunnsvitenskapelige emner I
Emneansvarlig (normalt faglærer):	Dag Edvard Gundersen
Eventuell veileder:	
Innleveringsfrist/ tidspunkt:	29. mai 2008, kl. 09.00
Antall sider inkl. forside	22
Merknader:	

Jeg/vi bekrefter at jeg/vi ikke siterer eller på annen måte bruker andres arbeider uten at dette er oppgitt, og at alle referanser er oppgitt i litteraturlisten.	Ja <input checked="" type="checkbox"/>	Nei <input type="checkbox"/>
---	--	------------------------------

Kopiering av andres tekster eller annen bruk av andres arbeider uten kildehenvisning, kan bli betraktet som fusk.

Gjelder kun gruppeeksamen:		
Vi bekrefter at alle i gruppa har bidratt til besvarelsen.	Ja <input type="checkbox"/>	Nei <input type="checkbox"/>

Kan besvarelsen brukes til undervisningsformål?	Ja <input type="checkbox"/>	Nei <input checked="" type="checkbox"/>
---	-----------------------------	---

OPPGAVE1:

Bruk gjerne eksempler og beskriv hva du mener kjennetegner massemedienes dekning av idretten.

Vurder hvilken påvirkning mediene kan ha på idretten.

Første del av oppgaven blir løst ved at jeg både ser på aktuell litteratur som beskriver massemedienes dekning av idrett, og ved at jeg bruker eksempler fra pressen, både tidligere og aktuelle, for å belyse dette.

I andre del av oppgaven vil jeg drøfte spørsmålet i lys av kunnskapen jeg gjennomgår i første del av oppgaven.

Jeg har i stor utstrekning benyttet meg av artikler som er tilgjengelige på Internett, ettersom en kort skriveperiode har hindret muligheten til å innhente fagstoff via biblioteket.

Korte definisjoner:

Massemedia: TV/Radio og aviser og Internett.

I denne oppgaven retter eg særlig søkelyset mot TV og aviser, ettersom dette er de mest brukte massemediene som beskriver idrett.

Mengden av idrettsstoff i massemedia har økt sterkt de siste årene. Dette henger selvsagt sammen med at vi har fått nye typer media, slik som fjernsyn og Internett, og at mediemonopol er blitt byttet ut med mediemangfold, med mange flere kanaler og produsenter. I Norge har dette skjedd siden slutten av 1970 tallet.

For å kunne løse denne oppgaven er det nødvendig å se på hvordan idretten har utviklet seg, det vil si, hvilken rolle den har i samfunnet. Det er flere viktige forhold som da må trekkes frem.

Når vi tenker på den moderne nasjonen Norge, har idrett tradisjonelt vært knyttet til store bragder, i den første tiden på 1900-tallet til erobring av utilgjengelig land (Nordpolen – Sørpolen), og personer som Nansen og Amundsen ble derfor ikke bare oppfattet som vitenskapsfolk, men også som idrettsutøvere. Å erobre naturen ble sett på som en del av idretten (Hjelseth, 2007). Nansen og Amundsens bragder skjedde på en tid da nasjonen var "ny" og det er lett å forstå at beskrivelsen av idrettsprestasjoner ble nær koplet til nasjonal

Idretten ble organisert i lag og foreninger, og ble derfor identitetsskapende for mange (Gammelsæter og Ohr, 2002). Klubbene var ofte ideologiske, for eksempel var det klubber både fra "de borgerlige" og fra arbeiderklassen. I tillegg var idretten sett på som viktig i samfunnet, den skulle "bygge menn" som kunne forsvare landet, og den skulle styrke folkehelsen. Men idretten ble også et mål i seg selv, hvor konkurranser, resultater og rekorder ble et mål i seg selv (Hjelseth, 2007).

Så hva har skjedd med dekningen av idretten i denne periode, hvordan har den blitt? Jeg vil peke på noen sentrale forhold.

Først noen karakteristiske trekk ved selve idrettsbevegelsen:

Et interessant trekk er en gradvis overgang fra en "foreningsmodell" til en "forretningsmodell" (Gammelsæter og Ohr, 2002; Hjelseth, 2007). En viktig forutsetning for at dette kunne skje, var selvsagt at mediebildet forandret seg, - idretten kunne eksponere seg, - og gjøre seg interessant som "aktør i markedet", som sponsorobjekt eller investeringsobjekt (Hjelseth, 2007). Et godt eksempel på dette er at på 1960 tallet hadde engelske fotballspillere en lønn på gruvearbeider-nivå, mens de i dag er superstjerner med utrolig høye lønninger (Midttun, 1999).

Idretten er både en folkebevegelse og en elitebevegelse. Jeg tenker at den tidligste idrettsbevegelse (foreningsmodellen) var den store og dominerende faktoren i idretten, og forskjellen på vanlige folk og idrettsutøvere (mosjonister) var ikke veldig stor. De beste langrennsutøverne i verden var de som var skogsarbeidere, for de hadde så sterke armer og stor utholdenhet. I dag er idrettsutøvere profesjonelle, og jobben deres er å trene. Derfor er forskjellen i prestasjonene deres på et helt annet nivå enn mosjonistenes. Dette har ført til et stadig større elite-fokus på idretten, noe som også ofte gjenspeiler seg i mediene (Midttun, 1999).

Som en følge av både overgangen fra forening til forretning, og endret fokus fra folkebevegelse til elitebevegelse, skjedde også en individualisering av idretten. I og med at idrettsutøvere i større grad skilte seg ut fra folket, ble det rette større fokus mot den enkelte utøver.

Parallelt med dette har det også skjedd en del interessante endringer i mediebildet:

Tidligere var fjernsyn i Norge en ikke-kommersiell monopoldrift. NRK var enerådende på markedet, - og de skulle utelukkende finansieres med lisens, ikke gjennom sponing eller reklame. Med opphevingen av monopolet, kom det flere reklamefinansierte kanaler, - og disse kanalene måtte orientere seg mot "markedet", - det vil si, de måtte sende det som folk ønsket å se, - for på den måten å få annonsører. På den måten oppstod en interessant "link" mellom idrett og media: Idretten kunne skaffe mange seere, - og på den måten bli nyttige for mediene, slik at de fikk høyere reklameinntekter. Denne markedsorienteringen av mediene endrer fokuset mot idretten, noe jeg vil komme tilbake til senere.

Med bakgrunn i dette er det interessant å se på hvordan mediene i dag dekker idrett og idrettsbegivenheter. Jeg har benyttet meg av artikler, kronikker og leserinnlegg fra de siste årene.

Det er særlig 7 forhold som trekkes fram:

Mediene tenker marked.

Aviser, TV og andre medier er avhengig av inntekter. Mens man tidligere hadde publikumsinntekter som viktigste kilde for inntekter på idretten, er nå sponing og reklameinntekter fra massemedia blitt viktigste inntektskilde for idretten. (Fra foreningsmodell til markedsmodell). Mediene, på sin side, får inntekter etter i hvor stor grad de har seere. Det vil si at deres marked er de "tilskuerne" som leser eller ser på deres referater eller sendinger (TV-seere, avislesere, Internetturfere). Mediene må derfor finne vinklinger på sin dekning av idrettsarrangementer, som gjør leserne interessert i deres produkter (Hjelseth, 2007)..

Mediene retter søkelyset mot dueller og enkeltpersoner.

Det som vekker interesse er de spennende duellene, gjerne rekordforsøk, eller de spesielle historiene. I mange år har man for eksempel brukt "harer" ved friidrettsstevner for å kunne sette verdensrekorder. Dette har i mange år vært en garantert suksess med tanke på oppmerksomhet. Og her er det enkeltindividene kommer inn. Når for eksempel håndballandslaget gjør det godt, er det positivt i seg selv, men for "markedet" dvs. aviser og TV/Internett, er fokus mot enkeltspillere ofte enda mer "verdifullt", Under håndball-VM (herrer) i 2005 var det mest brukte enkeltspillet i VG "Christian Kjelling". Dermed styres også

journalistikkens oppmerksomhet mot enkeltpersoner ("profiler") i idretten, til fordel for den generelle sportsjournalistikken (fagkommentaren) (Johansen, 2005).

Mediene retter oppmerksomhet mot følelser.

Det er helt klart at spennende dueller trekker seere/lesere. Det er ikke nødvendig med mye PR-fremstøt før en fotball-landskamp mot Brasil, eller en håndballfinale der Norge er deltaker. Men mediene er avhengig av inntekter også utenom de store begivenhetene, og må derfor finne nye nisjer. Dette har de utviklet ved bl.a. å rette fokus mot "profilenes" oppfatninger og følelser. Derfor ser vi for eksempel store oppslag om "hva trener X sa til dommeren i pausen", eller "X gir skåringen til sin avdøde mor".

Mediene retter oppmerksomheten mot "forhåndsstoff".

Som et resultat av medienes "konstante behov for inntekter", må alle sportssendinger "utvides", det vil si, at en fotball-landskamp dekkes i flere dager før kampen, og må bearbeides/kommenteres i lengre tid etter kampen. Et eksempel på dette kan være studiosendinger hvor noen kommentatorer sitter og diskuterer "hva skjer hvis X ikke blir bra av strekken i lysken...". Et annet eksempel blir at sportsjournalistikk også omfatter intervju av en mor og hennes tanker om sønnens kontraktforhandlinger.

Mediene "løper" til samme arrangement.

Da man fikk flere kanaler ble det sagt at vi får et større mangfold. Det har vist seg å ikke holde stikk. Når en TV-stasjon sender en sportssending, er det som oftest slik at de andre mediene også dekker denne sendingen. Avisene skriver om det TV viser (West Johnsen, 2005). Vi har i dag den situasjonen at TV-2 har kontrakt på dekning av norsk fotball, men NRK bruker like fullt mye tid på omtale av fotball på "Bakrommet". Sportsrevyen i NRK er i stor grad en "fotball-revy". Mens Sportsrevyen tidligere i stor utstrekning dekket sportsgrener som volleyball, orientering, turn, friidrett, padling og roing, er dette i dag nesten fraværende. En viktig årsak til dette er behovet for god "rating" (Midttun, 1999).

Mediene dekker de arrangementer der det er penger å hente.

Et eksempel på dette er "fotballavtalen" mellom TV2 og Fotballforbundet. Etter denne trådte i kraft, har man sett en sterk dreining i alle medier, mot fotball (Midttun, 1999).

Mediene dekker manns-idretter.

Påstanden er kanskje dristig, med er like fullt godt belagt. Kun 11% av sportssendingene i mediene gjelder kvinneidretter (Aarnes, Duesund og Nord, 2007; Fasting, 2002). Grunnen til dette er nok sammensatt, men henger utvilsomt sammen med flere av de forhold som er nevnt over.

Ingen kvinneidretter er "tunge i markedet", noe som ville trekke media til arrangementene. Når det nå gjøres et forsøk i TV2 på å etablere kvinnefotball i faste sendinger, er stasjonen blitt kritisert for å bruke "kvinnekropp" som trekkplaster til sendingene, og på den måten fokusere på enkeltpersoner og følelser.

For å gi et eksempel på hvordan idrett dekkes i media, valgte jeg å gjøre en kort liten undersøkelse på nettstedene til en lokalavis og tre landsdekkende aviser. Undersøkelsen ble gjort mellom kl 22.45 og 23.00, onsdag 25. mai 2008.




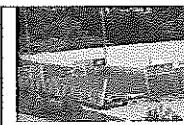

Tabell 1.

Oversikt over nett-avisenes dekning av sportsnyheter, onsdag 25. mai 2008 kl 22.45-23.00.

Utvalg: En landsdelsavis, tre landsdekkende aviser.








Presenterer Idrett og fokus på oppslaget ut fra overskriften i avisen.

FÆDRELANDSVENNEN:



Bilde	Overskrift i avisen	Idrett	Fokus/Kjønn
	<u>Drømmedebut for Tarik Elyounoussi</u> <u>Les mer</u>	Fotball	Person Mann
	<u>Nilssen: - Om Kenneth er frisk, så står han</u>	Fotball	Person Mann
	<u>Kastet seg ut i skOLEmesterskap</u> 600 skolelever fra Vennesla, Kvarstein, Samkom, Skarpengland, Eikeland, Hunsfos og Moseidmoen skoler var samlet til skOLEleker.	Masseidrett	Gruppe
	<u>Vill ferd</u> En dumper er kjørt tvers gjennom ballbingen ved Karuss skole. LES MER: <u>Knuste ballbinge med dumper</u>  <u>Se bildeserien</u>	Fotball	Anlegg Ulykke


AFTENPOSTEN:


<http://fotball.aftenposten.no/landslaget/article108963.ece>


	Dobbel Høiland-tabbe Landslagsbacken er nok glad det ikke ble tap på Ullevaal. Les saken	Fotball	Person Mann
	Debutanten score! Først Tarik Elyounoussi, så John Arne Riise. Norge slo tilbake!	Fotball	Person Mann
	- Usanne rykter LSK avviser spilleropprør. Les saken	Fotball	Person Mann
	Svensk bråk før fotball-EM * Intern uro	Fotball	Person Mann
	Slet seg til seier i 2. runde Rafael Nadal jager sin fjerde	Tennis	Person Mann
	Hjelperytteren gikk til topps Overraskende seier i Giro d'Italia	Sykkel	Person Mann
	- Media sparket Semb Drillo kritiserer pressen i et ferskt brev. Les saken	Fotball	Person Mann


DAGBLADET:


	- Spillerne har ytret ønske om forandring Men styrelederen avviser at Nordlie må gå. Les mer	Fotball	Person Mann
	Tarik var trøsten Og et heldig frisparkmål reddet uavgjort. Les mer	Fotball	Person Mann


	- Vi har overhodet ikke prestert Englandsproffene vil revansjere seg. Les mer	Fotball	Lag Mann
---	---	---------	-------------


	- Føler meg nesten litt udødelig Nytt EM-gull til Anne Margrethe.	Orientering	Person Kvinne
---	--	-------------	------------------

	- Et golfspillende vidunderbarn Begynte da hun var fem. I dag tjener Lorena (26) 20 millioner i året	Tennis	Person Kvinne
---	---	--------	------------------


	Cavendish ga seieren til lagkamerat Highroad-dominans da Greipel vant i Giroen.	Sykkel	Person Mann
---	--	--------	----------------


	Nadals 22. seier på rad i Paris Vant enkelt mot 76.seedet. Les mer	Tennis	Person Mann
---	--	--------	----------------





	Han her er utrydningstruet Engelsk bunnrekord i Premier League. Arsenal verst. Verstingen Arsenal hadde i snitt mindre enn én engelsk spiller på laget fra start i årets sesong.	Fotball	Person Mann
---	---	---------	----------------

	- Carew burde vært på stranda O'Neill mener Uruguay-kampen er meningsløs.	Fotball	Person Mann
---	---	---------	----------------

VG:

	Spilleropprør Ryker jobben? - Spilleropprør mot Nordlie	Fotball	Person Mann
---	---	---------	----------------

	Riise reddet Norge Uruguay ledet to ganger	Fotball	Person Mann
---	---	---------	----------------

		Blir det historisk gull på jentene? Dette er de norske hoppjentene som kan ta VM-gull	Hopp	Lag Kvinne
		Hvem har skuffet mest? Eliteguiden: Les alt om norsk fotball her Skriv din mening her!	Fotball	Person Mann
		Stoppet «Kungen» ski- sprinten i Drammen?	Ski	Person Mann
		Real:- Vil ikke ha konflikt Les også: United raser	Fotball	Person Mann

OPPSUMMERING

Idrett	Antall	Fokus	Kjønn
Fotball	16 (64%)	Person: 14 Lag: 1 Anlegg 1	Mann: 15 Ulykke: 1
Tennis	3	Person: 3	Mann: 2 Kvinne: 1
Sykkel	2	Person: 2	Mann: 2
Orientering:	1	Person: 1	Kvinne: 1
Hopp:	1	Lag: 1	Kvinne: 1
Ski:	1	Person: 1	Mann: 1
Masseidrett:	1	Gruppe 1	

Fotball utgjorde vel 2/3 av alle oppslag. Overskriften viste i stor grad til Person-fokus (56%), mens menn var omtalt i 60% av tilfellene. Dette stemmer ganske godt overens med de tallene som er publisert i Idrottsforum.org, som viser at det i Dagbladet er 48 prosent og i VG ca 42 prosent av alt idrettsstoff er fotball (Møller Pettersen, 2007).

Jeg har så langt sett på hvordan mediene dekker idrett.

Til slutt vil jeg se litt på hvilken påvirkning mediene kan ha på idretten.

Spørsmålene henger utvilsomt sammen.

Jeg har vist til den sterke sammenhengen mellom idrett, media og marked. Og siden disse forholdene er så tett sammenvevd, vil det eksistere et gjensidighetsforhold mellom medier og idrett, som gjør at mediene vil påvirke utviklingen av idretten.

For det første vil idretter som står utenfor medienes interessefelt ha problemer både med økonomi og rekruttering. Disse idrettene må drives etter "foreningsmodellen". Den mest populære medie-sporten vil "vinne" ressurstilgangen (sponsor-/reklame midler). Dette kan føre til et smalere register av idretter, og idrettsarrangementer.

Fordi mediene i så stor grad kan påvirke sponsor-tilgangen til idrett, kan mediene komme til å sette dagsorden for mange prioriteringsdiskusjoner, også der staten normalt har et ord med i laget.

En annen ting er at idrettene kan komme til å oppleve regel-endringer, som må til for at idrettene skal være interessant for direktesendinger. Det er nemlig liten uenighet om at "TV går foran", - dvs at de idretter TV fokuserer på, også omtales i andre media (West Johansen, 2005). Vi har sett eksempler på dette, - for eksempel i langrennssporten, hvor man har fått felles-starter for å øke publikumsinteressen. En lik utvikling behøver på ingen måte å være negativ, - i denne sammenhengen har f. eks langrenn opplevd god rekruttering og utvikling av sporten.

Trolig vil mediene påvirke et sterkere fokus mot toppidrett, til fordel for masseidrett. Dette henger sammen med det avhegnighetsforholdet jeg har vist til tidligere, mellom marked, media og idrett.

Ut fra det samme argumentet er det også trolig at kvinneidrett vil tape terreng i forhold til mannsidrett, kanskje med noen få unntak, dersom mediene blir fristet til å involvere seg ut fra markedsmessige interesser. Den nye satsingen på kvinnefotball på TV kan være et eksempel på dette.

I og med at mediene i større grad fokuserer mot dueller, eller mot personorientering, vil idrettens samfunnsfunksjon, nemlig dens "ytre rasjonalitet" (dens positive innvirkning på folkehelsen og samfunnet), (Hjeseth, 2007) komme til å lide. Det vil være idrettens "indre rasjonalitet", duellene og motsetningene, som vil bli prioritert.

OPPGAVE 3.

Om motivasjon og idrett

Innledning

Mennesker beveger seg av ulike grunner, enten det er for glede, den sosiale- eller den helsemessige årsaken. En ting er sikkert, kroppen har godt av å bevege seg.

Idrett kan oppleves som noe positivt for noen mennesker, mens for andre oppleves den negativt. Det kan ha noe med om en klarer å mestre sportslig aktivitet eller ei. Idrett må være en lidenskap når en ser idrettsutøvere stå på år etter år, mange ganger til de er ganske "gamle". Det kan ikke bare ha vært ønske om å beholde en god helse som var årsaken til at Hilde Gjermundsøy Pedersen, Kjetil André Aamodt og Margunn Haugnes konkurrerte på høyt internasjonalt- og nasjonalt nivå i godt voksen alder.

Men hva kan være årsaken til at toppidrettsutøvere stadig streber etter å bli bedre? Og at de "holder på" også i motgang? Kan en tidlig se hvem som vil lykkes og hvem som ikke vil?

Hvem blir best og hvorfor?

Motivasjon er en nøkkelfaktor for idrettslig- og konkurransepreget aktivitet. Motivasjon er drivkraft og lysten til å holde på med noe, enten det er idrett, musikk, arbeid, det sosiale liv, etc.

Jeg vil i denne oppgaven ta for meg ulike momenter som fremhever motivasjon som årsak til at noen ønsker å holde på med idrett og drive det på et profesjonelt nivå.

Motivasjon

Motivasjon er "Den kraft eller tilstand i oss som bevirker en eller annen form for reaksjon eller atferd" (Brunvand og Gundersen, 1999, s.103), og gir seg til kjenne som den aktiviteten, pågagnsmotet og lysten som vi har når vi strever etter å nå et spesielt mål (Brunvand og Gundersen, 1999, s.104).

Vi kan se på motivasjon på to måter.

De **Ytre motiveringsmidler (insentiver)** deles gjerne inn i tre grupper; symbolske, materielle eller psykologiske mål (Brunvand og Gundersen, 1999, s.106-108).

Det er de *Symboliske insentiver*, slik som ros, kritikk, klubbmerke, etc. som blir brukt oftest.

Det er for eksempel viktig å gi ros til personer som gjør sitt beste, og ofte er det slik ros som gir lyst til å fortsette (Brunvand og Gundersen, 1999, s.106-108).

Noe som kan ha motsatt virkning, er for eksempel hvis foreldre står på sidelinjen under en fotballkamp for lilleputt lag og skriker og kjefter på de små barna som løper utpå der. Svært ofte vil det ha en negativ utvikling for barnet for prestasjonen og gleden ved idretten. Til gruppen ytre motiveringsmidler regnes også *Materielle midler*, slik som penger, klubbdrakter, premier, etc. For mange kan også dette være motiverende, men hvis det er den eneste grunnen til at en er motivert for idretten en holder på med, vil motivasjonen ofte gå over raskt. Det vi gjør for at en idrettsutøver skal få en følelse av å høre til en (idretts)gruppe, kaller vi *Psykologiske midler*. Dette kan være å gi sikkerhet, stabilitet, tilhørighet, kjærlighet, anerkjennelse, selvrespekt, selvhevdelse og selvrealisering er viktig å få tilfredsstillt for barn, slik at motivasjonen hos dem øker i idretten (Brunvand og Gundersen, 1999, s.108).

Indre motivasjon er noe vi kjenner på når vi deltar i en idrettsaktivitet uten å motta noen form for synlig eller materiell og ytre belønning, da er et de "grunnleggende behov" for å bestemme selv og for å få til noe selv som blir drivkraften (Brunvand og Gundersen, 1999, s.109).

Barn og idrett

Når et barn begynner på en idrettsaktivitet er det ofte etter foreldrenes ønske om at de skal være i aktivitet og få lekt med andre barn. Det er en tid hvor det er viktig for barn å sosialisere seg i forbindelse med aktivitet, lek og moro. For eksempel er det viktig for barn å komme i kontakt med andre barn gjennom lek. Barn lærer å samarbeide, de utvikler sine motoriske ferdigheter og tilegner seg sosiale egenskaper. Når barn blir eldre og går inn i en spesifikk idrettsaktivitet (fotball, håndball, ski, etc.), er det ofte at ting begynner å forandre seg, da er det ofte barnet selv som tar initiativ og bestemmer.

Det er alltid slik at noen er flinkere og lærer fortere enn andre. Ofte ser en at i svært unge lag dannes grupperinger, hvor de flinkeste holder sammen og de mindre flinke holder seg sammen.

Et barn holder gjerne på med en idrett så lenge han/hun syntes det er gøy, har venner og mestrer ulike oppgaver innen idretten. Men med en gang han/hun opplever at idretten ikke lenger er gøy, men foreldrene vil at den skal fortsette og treneren ikke tar hensyn til det tempoet som den utvikler seg i, så vil gleden og motivasjonen etter hvert gå over.

Hvis det blir satt for store krav til et barn som barnet vil ha problemer med å mestre, kan det bli et stort nederlag for et barn. Den indre motivasjonen til å fortsette er ikke lenger like sterk.

Andre faktorer som kan påvirke motivasjonen

Oftest er det slik at det ikke er ett motiv alene som er årsaken til den drivkraften som står bak valg av en aktivitet (Brunvand og Gundersen, 1999, s.111).

Maslow har satt opp et hierarki for behov, hvor han bygger opp våre behov både på **mangelbehov og vekstbehov**. Med mangelbehov mener han: sult, tørst, seksualitet, trygghet. Mens vekstbehov er: kjærlighet, selvaktelse og selvrealisering (Raaheim og Dalland, 1984).

En profesjonell idrettsutøver er motivert slik at han/hun kan tjene til livets opphold, unge mennesker søker idrettsorganisasjoner/arrangementer for å komme i kontakt med andre mennesker, eldre, syke og overvektige søker idrett av helsemessige årsaker. Dette er typiske eksempler på organiske motiver.

Fryktmotivet (sikkerhetsmotivet)

På mange områder kan fryktmotivet være et verktøy til økt motivasjon. Frykten for å dumme seg ut eller frykten for ikke å lykkes kan skjerpe en idrettsutøver til å gjøre sitt beste. Men frykt er problematisk; hvis det kun er frykt som er drivkraften til innsatsen, kan den indre drivkraften forsvinne (Brunvand og Gundersen, 1999, s.113).

Det er viktig å legge merke til at *bevisstgjøring* av en fryktreaksjon vil føre til at frykten reduseres. For å greie dette, må individet selv blir bevisst klar over at han reagerer slik og sånn og eventuelt hvorfor han gjør det (Railo, 1974, s. 44-45). For; det er vanlig å være nervøs før en kamp, og det kan være med på å heve prestasjonen og konsentrasjonen under kampen.

På den andre siden; noen klarer ikke helt å takle nervøsiteten og det kan virke uheldig for prestasjonene. I så tilfelle vil det sannsynligvis være bedre å få en slags nervøs avreagering,

ved for eksempel og prate med andre om sin nervøsitet (til lagleder eller lagkamerater). På denne måten er det også muligheter for at utøveren kan overvinne frykten (Railo, 1974, s. 44-45).

Aggresjonsmotivet

Mange idrettsutøvere og idrettslag får opp aggressiviteten/stemningen før en konkurranse/kamp. Dette for virkelig å være tente til kampen. Men vi må skille mellom positiv aggresjon og negativ aggresjon. Så lenge aggresjonen brukes til å yte sitt beste og ikke for å bevisst skade andre, så kan aggressivitet være en positiv faktor i kamp og konkurranse. Men innen noen idretter tar ofte aggressiviteten overhånd. En kan nevne uttallige ishockey kamper som ender i sjåsskamper, fotballkamper så ledes og boksere som ikke klarer å slutte å bokse den andre selv om dommeren har gått i mellom. Dette er negativ aggressivitet, som går utover de etiske sportslige retningslinjene.

Sosiale motiver – prestasjonsmotivet (s. 114).

Detter er motiver som har med medmenneskelige forhold å gjøre:

- Kontaktmotivet som skal gi oss sikkerhet og trygghet, kjærlighet og tilhørighet.
- Selvhvedelsesmotivet som skal gi oss anerkjennelse, respekt, status, popularitet, makt og innflytelse. (Railo, 1974, s.114).

Dette er motiver er sterkt miljøbettinget, og mange hevder at det er nettopp disse motiver som er dominerende i idrettsammenheng (Railo, 1974, s.115).

Et eksempel kan være når vi står i en konkurransepreget idrettssituasjon, - da vil prestasjonsmotivet bli vekket. Da byger vi på tidligere erfaringer og læring, og denne motivasjonen vil kunne resultere i to typer reaksjoner:

- Dersom vi har tidligere positive erfaringer, vil det positive aspekt, nemlig suksessmotivet, prege vår handling.
- Hvis vi tidligere har hatt mange nederlag i lignende situasjoner, vil vi oppleve sterkt ubehag og prøve å flykte fra den ulystbetonte prestasjonssituasjon.

Det fysiske aktivitetsmotiv (bevegelsestrangen)

Det er naturlig, at når vi har vært i ro over lengre tid, merker vi en sterk trang til å bevege oss. I slike situasjoner er det at mange unge og voksne vil søke idretten for å få tilfredsstillt trangen til å bevege seg. Denne bevegelsestrangen kan dominere som drivkraft når vi driver "idretten for aktivitetens egen skyld" (Railo, 1974, s.117).

Skapertrangen

Dette er en iboende trang i oss, - en lyst til å prøve nye veier, gjøre det annerledes og bedre, være original og få gitt utløp for innfall og ideer som kommer, er en trang som vi alle mer eller mindre er utstyrt med (Railo, 1974, s.117).

Spenningsmotivet

I en aktuell situasjon kan vi enten være tilskuer, eller *oppsøke situasjoner* der vi selv er aktive. Når resultatet ikke er gitt på forhånd, samtidig som utfordringen er tillukkende, øker motivasjonen og *spenningsmotivet* kan være den viktigste drivkraften til å stå på (Railo, 1974, s.117).

Selvaktualisering

Det som kjennetegner et menneske som domineres av selvaktualiseringsmotivet, er et ønske om vekst og utvikling. Det som dirigerer aktiviteten vår, er de mål som ligger utenfor oss selv. Oppmerksomheten rettes utover oss selv. Et slikt vekstmotiv gjør livet mer spennende enn ellers, særlig fordi vi blir mer opptatt av utfordringene foran oss enn manglene i oss selv (Railo, 1974, s.118-119).

Toppidrettsutøveres motivasjon

Ofte er det i ung alder at en utvikler en interesse for idrett. Et barn som mestrer ulike oppgaver innen en idrett og som stadig har lyst å bli bedre, blir gjerne idrettsutøver senere i livet, og ofte over lang tid. Et barn som aldri får kjenne på mestringsfølelsen, og som aldri får gode ord fra treneren vil ikke så lett kunne få en glede ved idrettsaktivitet, og velger gjerne å gjøre noe annet.

Det er mange som prøver å oppnå personlig suksess på idrettsarenaen. Noen klarer det, mens mange gir opp. En grunn til dette kan være de forventningene til prestasjon og suksess som stilles til den unge idrettsutøveren. Det finnes flere eksempler på talentfulle unge gutter og jenter som har vært med i ulike aldersbestemte landslag, og hvor det da stilles store forventninger til deres fremtid som idrettsutøver både av dem selv og andre rundt. Disse forventningene kan fort oppleves som krav fra idrettsutøverens side.

De fleste idrettsutøvere opplever såkalte "down" perioder, en nedtur enten i form av langtidsskader, press, eller det vi liker å kalle for formsvikt. En slik periode kan for mange idrettsutøvere, både unge og gamle, oppleves som svært tøff. Når du som ung idrettsutøver har hatt en jevn flyt og hele veien har vært en opptur og du får en nedtur periode, kan det bli så tøft for enkelte at de velger å legge idretten på hyllen.

I slike situasjoner er det viktig med et godt støtteapparat rundt seg, enten støttespillere fra klubben eller familie og venner. For de kravene du har satt til deg selv og de forventningene folk rundt har til deg, eller det presset som kan oppleves fra andre, kan gjøre det tøft og vanskelig å holde den indre motivasjonen glødende når ting går sakte fremover.

Lene Mykjåland er et eksempel på dette. Da hun var 16-17 år gammel slet hun med en skade i ryggpartiet. Når motivasjonen hennes var på det laveste, vurderte hun sterkt om hun skulle legge opp som idrettsutøver, men det sterke støtteapparatet rundt henne gjorde at hun stod på videre. I dag er Mykjåland en av Norges fremste og mest talentfulle fotballspillere og er fast inventar på det norske kvinnelandslaget.

Cecilie Leganger er et annet eksempel på hvordan en kan reise seg opp igjen etter å ha vært langt nede. Da Cecilie Leganger oppnådde suksess på kvinnelandslaget i håndball, ble den unge talentfulle idrettsutøveren fort en yndling hos norske medier. Interessen rundt henne var enorm og en forventet at hun skulle stille opp over alt, og det følte hun selv også. Hun følte hun var pliktet til det, både ovenfor laget hennes og sponsorer. Etter et vanvittig kjøp med både klubben, ulike aldersbestemte landslag, skole, toppidrettsutøverprosjekt, medier, familie og venner, ble hun svært sliten. Men frykten for ikke å strekke til, frykten for ikke å gjøre ting godt nok og frykten for ikke å tilfredsstille alle, var mye sterkere enn faresignalene om at dette ikke kunne holde. Etter U-VM i Brasil gav hun folket beskjed om at hun legger håndballkarrieren vekk, i en alder av 20 år (Finnanger og Fjeldsæter, 2004, s.123-125).

Etter en lengre pause klarte Cecilie Leganger å finne tilbake motivasjonen til håndballspill, sakte men sikkert. Hun hadde vært med herrelaget til Åsane og de hadde tatt i mot henne som likeverdig, og ikke en de syntes synd på. Det tente den indre motivasjonen hennes (Finnanger og Fjeldsæter, 2004, s.126).

Det skal også nevnes at trenerduoen hun hadde hatt med seg i mange år, Oddvar Bjørnstad og Odd Egil Eidsæther, var viktige støttebrikker for henne både før, under og etter perioden hun la skoene på hyllen. Cecilie Leganger regnes fremdeles som en av verdens beste håndballkeepere og er aktiv spiller i den danske klubben Slagelse.

"For meg er trygghet en grunnleggende forutsetning både når det gjelder treningsarbeid og i tilværelsen for øvrig" Cecilie Leganger. (Finnanger og Fjeldsæter, 2004, s.121).
Legger en for stort press på unge talentfulle idrettsutøvere, eller er det noe de bare får finne seg i når de velger å satse på en idrett?

Jeg tror at så lenge ingen greier å "drepe" den indre motivasjonen helt, så er det mulig å finne tilbake til knallform og prestere enda bedre som idrettsutøver etter en down periode. En down periode er noe de aller fleste idrettsutøvere opplever, hvor det enkleste og letteste er å gi opp og det vanskeligste er å fortsette. Dette vil gå på den dypeste indre motivasjon, men også hvordan andre støtter deg gjennom perioden.

Jeg tror ikke jeg vil kalle Margunn Haugenes drivkraft innen fotball for ytre motivasjonsfaktorer. Tvert i mot. I en alder av 37 år pensjonerte to- barnsmoren seg fra norsk Toppfotball, i hvert fall delvis. Hun har opplevd mer med det norske kvinnelandslaget, enn en norsk herrelandslagspiller bare kan drømme om. Hun har regjert i Toppserien for kvinner i en godt voksen alder, og blir regnet som en av de mest betydningsfulle spillerne opp i gjennom tidene og som et stort forbilde for andre fotballspillere.

Hennes motivasjon, konkurranseinstinkt og iver for trening og fotballen har gjenspeilet seg ute på fotballbanen, og jeg tror neppe det er pengene som har vært en hovedfaktor for all tid som er lagt ned.

For penger har det tilnærmet vært ingen ting av, heller ikke for andre kvinnelige Toppfotballspillere. Så hva er det som driver unge damer til å ha et hektisk program dag etter dag og fremdeles prestere på høyt internasjonalt nivå?

Jeg tror svaret er enkelt: Den indre motivasjonen og gleden av idretten.

Konklusjon

Det viser seg at barn trenger å oppleve mestringsfølelse innen idrett. Barn som ikke lenger finner glede i en idrett, men blir presset for å bli, mister motivasjon til og fortsette og idretten kan bli et negativt ord i barnets ører. I hvert fall oven en lang periode.

En kan stimulere barn til å holde på med idrett ved å benytte ytre motiveringsmidler, som premier, penger og lignende, men det vil bare være for en stund. For slutter en å gi eller det blir dårligere standard for "gavene", så kan barnet miste lysten til å prestere.

Det er mange ulike faktorer som kan virke på motivasjonen hos mennesker, men skal en drive toppidrettsnivå er den indre motivasjonen den viktigste faktoren for å lykkes. Uten den holder ikke en spiller lenge.

Litteraturliste

Oppgave 1: Idrett og media

Hjelseth, Arve: *Forskning på idrett/sport og populærkultur – berøringspunkter og forskjeller*. Malmø Høgskola, 2007.

Lastet ned 28. mai 2008 fra: <http://www.idrottsforum.org/articles/hjelseth/hjelseth070228.html>

Midttun, Lasse: *Sport overalt og bestandig*. Morgenbladet, Oslo, 1999.

Lastet ned 28. mai 2008 fra:

<http://www.morgenbladet.no/apps/pbcs.dll/article?AID=/19990226/ARKIV/902260314>

West Johnsen, Lars: *Dansen rundt håndballen*. Dagsavisen, Oslo, 2005.

Lastet ned 28. mai 2008 fra: <http://www.dagsavisen.no/kultur/article276450.ece>

Møller Pettersen, Per: *Fotballens posisjon i Dagbladet og VG. En statistisk analyse av den samlede fotballdekningen, herre- og kvinnefotball, topp- og breddefotball*. Malmø Høgskola, 2007.

Lastet ned 28. mai 2008 fra:

<http://www.idrottsforum.org/articles/pettersen/pettersen070502.html>

Gammelsæter, Hallgeir og Ohr, Frode (2002): *Kampen uten ball. Om penger, ledelse og identitet i norsk fotball*. Oslo: Abstrakt.

Aarnes, Helle, Duesund, Reidun og Nord, Bjørn Asle: *Kvinneidrett forsvinner i mediene*. Bergens Tidende, 2007.

Lastet ned 28. mai 2008 fra: <http://www.bt.no/sport/article329529.ece?service=print>

Fasting, Kari: *Diskriminering av kvinneidretten*. Dagbladet, Oslo, 2002.

Lastet ned 28. mai 2008 fra: <http://www.dagbladet.no/kultur/2002/11/09/353478.html>

Oppgave 3: Motivasjon og idrett

Brunvand, Henrik og Dag Edvard Gundersen: *Idrettspedagogikk*. (Tønsberg/Oslo: Landslaget Fysisk Fostring i Skolen, 1999).

Railo, Willi: *Trenings- og konkurranse psykologi*. (Oslo: Norges Idrettsforbund, 1974).

Finnanger, Elling og Jan Fjeldsæter: *Hemmeligheten Bak Den Gode Prestasjon*. (Trondheim: Communication Forlag AS, 2004).

Raaheim, K., Evans, T. Dalland. *Psykologi : en grunnbok*. (Oslo: Cappelen psykologibøker, 1984).