



AKADEMIN FÖR HÄLSA OCH ARBETSLIV  
Avdelningen för hälso- och vårdvetenskap

---

# Att kombinera elitidrott och akademiska studier

Elitidrottande studenters upplevelser i ett elitidrottsvänligt lärosäte

Författare  
Simon Samuelsson  
Jim Eriksson

År 2018

Examensarbete, Grundnivå (kandidatexamen), 15 hp  
Idrottsvetenskap  
Idrottsvetenskapliga programmet, inriktning hälsofrämjande livsstil  
Examensarbete idrottsvetenskap

Handledare: Kajsa Jerlinder  
Examinator: Göran Svedsäter

---

## Sammanfattning

**Syftet** med denna studie har varit att öka kunskapen om elitidrottstudenters upplevelser av att kombinera elitidrott och akademiska studier i ett elitidrottsvänligt lärosäte.

Studiens **frågeställningar** har fokuserat på elitidrottstudenternas upplevelser kring deras möjligheter, svårigheter samt vilken påverkan deras tränare, lärare, vänner och familj har på kombinationen elitidrott och studier. Den teori som används för att knyta ihop studiens resultat har varit karriärutvecklingsmodellen som erbjuder ett holistiskt perspektiv på den dubbla karriären. Valet av **metod** har varit en kvalitativ design med semi-strukturerade intervjuer. Urvalet i studien har gjorts genom ett klusterurval och intervjuerna har skett med åtta elitidrottstudenter från två olika lärosäten i Mellansverige. Insamlade data från intervjuerna har analyserats med hjälp av kodning och meningskoncentrering. De huvudsakliga **resultaten** från studien visade att studenterna upplevde sina möjligheter att kombinera elitidrott och studier som relativt goda genom viss flexibilitet, ekonomisk uppbackning, elitgruppsverksamhet samt möjlighet till utveckling inom idrotten och studier. De svårigheter som identifierades var främst stress, tidsbrist samt brist i kommunikationen avseende vilka rättigheter studenterna hade på det elitidrottsvänliga lärosätet. Det visade även att bland annat tentaperioder och tävlingsperioder i kombinationen upplevdes som svårare samt att de akademiska och idrottsliga prestationerna kunde påverkas negativt under dessa perioder. Upplevelsen kring hur lärare och tränare påverkade kombinationen var överlag positiv, även om vissa upplevde ett uteblivet stöd från dessa personer. Familj och vänner sågs också som ett viktigt stöd i kombinationen. **Slutsatsen** som kan dras utifrån denna studie var att kombinationen fungerade bra även om vissa svårigheter uppstod. Flera utnyttjade inte de stöd som det elitidrottsvänliga lärosätet erbjöd, samt upplevde att stödet kunde förbättras. Tanken med ett karriärstödprogram som de elitidrottsvänliga lärosätena erbjuder upplevs som god, fler resurser behöver ändå förbättras för att underlätta kombinationen ytterligare.

**Nyckelord:** Elitidrott, kombination, elitidrottsvänligt lärosäte, dubbel karriär.

## Innehåll

1. Inledning.....	1
1.2 Centrala Begrepp .....	2
1.2.1 Elitidrott.....	2
1.2.2 Akademiska studier .....	2
1.3 Teoretisk utgångspunkt.....	2
1.4 Bakgrund .....	4
1.4.1 Stödprogram internationellt.....	4
1.4.2 Stödprogram i Europa.....	5
1.4.3 Utvecklingen av elitidrott och studier i Sverige .....	6
1.5 Tidigare forskning .....	8
1.5.1 Möjligheter med att kombinera elitidrott och studier.....	8
1.5.2 Svårigheter med att kombinera elitidrott och studier .....	9
1.5.3 Tränare, lärare, vänner & familj .....	11
1.6 Problemformulering.....	13
1.7 Syfte & Frågeställningar.....	14
2.0 Metod.....	14
2.1 Datainsamling.....	14
2.2 Deltagarna.....	15
2.3 Intervjuguide.....	16
2.4 Genomförande .....	17
2.5 Analys.....	19
2.6 Pålitlighet & trovärdighet .....	21
3. Resultat .....	22
3.1 Möjligheter .....	22
3.1.1 Flexibilitet.....	22
3.1.2 Ekonomisk uppbackning .....	23
3.1.3 Elitgruppsverksamhet .....	24
3.1.4 Positiva aspekter .....	24
3.2 Svårigheter.....	25
3.2.1 Kommunikation kring EVL.....	25
3.2.2 Påverkan på akademiska och idrottsliga prestationen .....	26
3.2.3 Tidsbrist & Stress .....	27

3.2.4 Svårare perioder.....	28
3.2.5 Förbättringar .....	30
3.3 Tränare, lärare, vänner & familj .....	31
3.3.1 Tränare.....	31
3.3.2 Lärare.....	32
3.3.3 Vänner & Familj.....	32
4.0 Diskussion .....	33
4.1 Resultatdiskussion .....	33
4.2 Metoddiskussion.....	40
4.3 Slutsats & Fortsatt forskning.....	43
Referenser.....	45
Bilaga 1.....	48
Bilaga 2.....	50

# 1. Inledning

Eftersom att konkurrensen inom elitidrott är stor krävs det att utövaren lägger ner åtskilligt med timmar för att bli så bra som möjligt för att fortsatt kunna vara konkurrenskraftig bland eliten (Aquilina, 2013). Fryklund (2012) förklarar att en elitidrottare bör lägga ner 20-30 timmar i veckan på träningar och tävlingar för att kunna behålla den platsen. Aquilina (2013) menar att en elitidrottare lägger ner så pass mycket tid på att utvecklas inom idrotten att det inte finns mycket utrymme till annat. De flesta elitidrottare har heller inte möjlighet att försörja sig på idrotten under karriären såväl som efter de aktiva åren (Aquilina, 2013; Fryklund, 2012).

Även om elitidrottare har en vilja att fortsätta med idrotten så kommer den idrottsliga karriären på elitnivå inte att pågå hela livet (Stambulova, Stephanb & Japhaga. 2007). En avslutad idrottskarriär är oftast planerad under en längre tid där det inte finns några större problem att anpassa sig till ett vanligt liv utanför idrotten (Fahlström, Patriksson, Stråhlman. 2014). Karriären kan även få ett snabbt avslut på grund utav en skada eller problem med hälsan, vilket i sin tur kan leda till svårigheter när det kommer till att anpassa sig (Fryklund, 2012; Fahlström m.fl. 2014). Det kan därför vara viktigt att som elitidrottare förbereda sig inför ett liv efter idrotten (a.a). Att förbereda sig för ett liv efter idrotten kan bland annat innebära att studera på universitet eller högskola för att på så sätt få möjlighet till en säkrare framtid (Bankel m.fl. 2017; Stråhlman, 2001).

Det kan medföra problem att elitidrottare kan stå inför ett val mellan utbildning eller idrott (Stråhlman, 2001). Eftersom att de lägger så pass mycket tid på idrotten kan det leda till att de väljer bort utbildningen för att satsa helt på den idrottsliga karriären (Stråhlman, 2001; Aquilina, 2013). Det finns däremot fördelar med att kombinera akademiska studier med en idrottslig karriär. Genom att vara engagerad inom både idrotten och studierna kan en koncentration på flera saker i livet bidra till att minska pressen på idrottsliga och akademiska prestationer (Bankel m.fl. 2017; Miller & Kerr, 2002). Det kan även vara så att livet får en annan mening och fokus ligger inte enbart på idrotten. Kombinationen kan bidra till en ökad motivation inom idrotten och även studierna (Bankel m.fl. 2017). En viktig del kan vara att det bidrar till en känsla av säkerhet inför framtiden och att det i sin tur kan leda till att de idrottsliga prestationerna blir bättre (a.a).

## **1.2 Centrala Begrepp**

För att läsaren på ett så tydligt sätt som möjligt ska kunna förstå innehållet i studien presenteras nedan några centrala begrepp som är viktiga att förstå.

### **1.2.1 Elitidrott**

Det kan tyckas vara enkelt att definiera vad begreppet elitidrottare innebär. Många räknar en idrottare som elitidrottare när den antingen är aktiv i den högsta divisionen eller tävlar på nationell mästerskapsnivå. Begreppet kan i verkligheten vara mer komplext och svårdefinierat än så (Lindfeldt, 2007). Saknaden av en tydlig definition av begreppet skapar svårigheter i diskussionen kring omfattning, stöd och utveckling (a.a). Definitionen av begreppet elitidrott kan variera mellan de olika elitidrottsvänligt lärosätena samt från studie till studie. I den här studien definieras elitidrott som följande: Idrotterna ska ingå i något av riksidsrottsförbundets specialidrottsförbund. Idrottaren ska vara aktuella eller potentiella för landslaget. Med aktuella menas att idrottaren är ständigt uttagen i landslaget. Med potentiell menas att en individuell idrottare ingår i landslagets utvecklingsverksamhet och ses som aktuell för landslaget inom 2-5 år. Lagidrottare ska även vara aktuella eller potentiella för landslaget eller spela i den högsta divisionen (RF, 2017).

### **1.2.2 Akademiska studier**

Enligt 7§ i 1 kap. av högskolelagen (1992:1413) finns det tre nivåer av akademiska studier. Grundnivå, avancerad nivå och forskarnivå. Akademiska studier på grundnivå resulterar i en kandidatexamen, yrkesexamen eller högskoleexamen. I studien definieras akademiska studier som utbildning vid universitet eller högskola. Individerna måste studera ett program om minst 120 högskolepoäng (grundnivå) samt minst på halvfart.

## **1.3 Teoretisk utgångspunkt**

Sedan 1960 har det skett förändringar i hur forskare ser på elitidrottare. Den tydligaste förändringen som identifierats är att en idrottare idag ses med en helhetssyn och som en ”hel” individ och inte bara som en presterande idrottare (Wylleman, Alfermann & Lavallee, 2004). Genom att synen har förändrats har det lett till ett mer holistiskt utvecklingsperspektiv som innebär att fokus inte enbart ligger på utveckling inom idrotten utan även på områden utanför idrotten. Genom att synen på idrottare har förändrats har det kommit fram flera modeller som går att tillämpa på en dubbel

karriären. Den modell som används i denna studie är karriärutvecklingsmodellen som tydligt visar att en idrottare går igenom fler utvecklingsnivåer under hela idrottskarriären. Tidigare forskning visar att denna modell är mycket användbar när det kommer till dubbla karriärer eftersom att den visar att utvecklingen sker och sammanfaller över flera olika utvecklingsnivåer. En elitidrottande student kan till exempel behöva kunna hantera utvecklingen när vuxenlivet börjar, när högskolestudierna startar samt det sociala livet. Genom att karriärutvecklingsmodellen tillämpas i denna studie går det att enklare se hur de elitidrottande studenterna beskriver den dubbla karriären och hur de hanterar utvecklingen (a.a).

I karriärutvecklingsmodellen så finns det fyra nivåer inom vilka det finns möjlighet för idrottaren att utvecklas (Wylleman m.fl. 2004; Stambulova, Engström, Franck & Linnér. 2013). Dessa nivåer är den idrottsliga nivån, den psykologiska nivån, psykosociala nivån och utbildning och yrkesnivån. Den idrottsliga nivån räknas som den tid idrottaren är aktiv inom idrotten. I den idrottsliga nivån finns utvecklingsfasen som innebär att idrottaren blir mer hängiven åt idrotten och där antalet träningstillfällen ökar. Därefter finns det även en optimeringsfas där idrottaren når sin fulla potential (a.a). Den psykologiska nivån är uppbyggd av tre utvecklingsfaser barndomsåren, tonåren och vuxenlivet (Stambulova m.fl. 2013). Det är inom den psykologiska nivån som individens identitet utvecklas, individen börjar ta mer ansvar och blir successivt mer självständig (Wylleman m.fl. 2004). I den psykosociala nivån förklaras betydelsen av bland annat tränare, vänner och familj och att deras betydelse skiftar under individens utveckling (Stambulova m.fl. 2013; Wylleman m.fl. 2004). Utbildning och yrkesnivån förklarar hur individen utvecklas från grundskolan och gymnasiet till akademisk utbildning och även övergången till yrkeslivet (a.a). Det går inte att fastslå när en övergång äger rum eller hur lång en fas kommer att vara utan det är olika från individ till individ (Stambulova m.fl. 2013). Teorin har tillämpats i intervjuguiden där frågor har kopplats ihop med karriärutvecklingsmodellen för att kunna se hur utvecklingsstadierna påverkar varandra samt hur studenterna upplever utvecklingen inom elitidrott och studier. I diskussionen kopplas karriärutvecklingsmodellen ihop med resultatet i studien.

## 1.4 Bakgrund

### 1.4.1 Stödprogram internationellt

I länder som till exempel Australien och USA finns det ett intresse av att kunna kombinera den idrottsliga karriären med studier. Det gemensamma för dessa länder är att det finns välutvecklade modeller för att underlätta kombinationen. Australian Institute of Sport (AIS) är sedan 1981 landets ledande organisation inom idrott och ansvarar för att Australien ska bli konkurrenskraftigt på internationell nivå (Australian Government, 2018). År 2004 presenterades Elite Athlete Friendly University Programme (EAFU) vars syfte var att ge stöd till elitidrottare för att underlätta genomförandet av kombinationen elitidrott och studier. Det är 39 universitet i landet som är engagerade i programmet. På varje universitet finns en kontaktperson med uppgiften att vägleda studenterna genom studietiden. De lärosäten som ingår i programmet erbjuder ett flexibelt upplägg som fokuserar på minskad studiebelastning, möjlighet till handledning samt anpassade föreläsningstillfällen och inlämningar. De erbjuder även möjlighet att studera på halvfart och även ledighet vid tävlingar och träningsläger (a.a).

National Collegiate Athletic Association (NCAA) är USAs ledande organisation inom elitidrott och studier (NCAA, 2018). NCAA strävar efter att ge studenterna akademiska och idrottsliga framgångar som de kan bära med sig genom hela livet. NCAA utgår i sitt arbete från ett flertal viktiga kärnvärden som beskriver vad de vill åstadkomma. De viktigaste delarna i stödet för idrottarna är att kunna balansera det sociala livet med idrott och akademiska studier. Det är även viktigt att ge studenterna goda möjligheter till att uppnå framgångsrika resultat i både idrott och studier, samt att institutionerna har ett välutformat samarbete tillsammans med NCAA och idrotten. NCAA har tillsammans med flera statliga institutioner utformat Life Skills, ett program för att stödja elitidrottande studenter. Målet med programmet är att skapa goda livserfarenheter som studenterna kan ha med sig under studietiden samt i framtiden. Projektet handlar om att studenterna ska uppnå självförverkligande genom en balanserad livsstil som innefattar jämvikt mellan idrott, studier och personligt välbefinnande. Från och med 2016 samarbetar NCAA med National Association of Academic Advisors for Athletics (N4A). N4A ansvarar för den dagliga översikten av studenterna som deras närmaste



stöd gällande frågor kring akademisk support, möjligheter och personlig utveckling (a.a).

#### 1.4.2 Stödprogram i Europa

Antalet elitidrottsstudenter i England har sedan slutet av 90-talet ökat, vilket har lett till att mer resurser har lagts på stödsystem som underlättar den dubbla karriären. År 1996 uppmärksammades att det förväntades vara runt 50 % av landets elitidrottare som skulle studera på akademisk nivå i början på 2000-talet. Upptäckten ledde till att olika strukturer för hur det optimala stödet kunde utformas diskuterades (Mckenna & Lewis, 2004). UK sports är Englands organisation som syftar till att stötta landets elitidrottare. År 2004 lanserade de sitt "Performance lifestyle programme" vars syfte var att ge elitidrottstudenter möjligheten till minskad studietakt, ökad flexibilitet inom programmet samt vägledning inom val av studier (European Commission, 2004).

Den danska elitidrottsorganisationen Team Denmark etablerade år 2000 åtgärder för att stödja elitidrottsstudenter tillsammans med det danska utbildningsdepartementet (Aquilina & Henry, 2010). Huvudsyftet med projektet är att ge elitidrottarna vägledning antingen under eller efter avslutad idrottskarriär. Elitidrottare i Danmark anses kunna dra nytta av att flera institutioner erbjuder studier på distans och genom att förse idrottarna med bärbara datorer underlättar Team Denmark möjligheten till detta. Det finns även möjlighet för institutionerna att söka ytterligare ekonomiskt stöd från Team Denmark för att underlätta kombinationen genom bland annat kompletterande studiemöjligheter (a.a).

Finland har under åren utvecklat ett väletablerat och flexibelt system (European Commission, 2004). OSUA Sports Academy har som ensam aktör i Finland skapat ett flexibelt utbildningsprogram för studerande elitidrottare. Idrottarna har tillgång till en egen kontaktperson samt ett eget studieprogram som möjliggör deltagande i bland annat tävlingar och träningsläger. Målet med programmet är att kunna kombinera en bra akademisk prestation utan att äventyra de idrottsliga prestationerna. De generella grundpelarna för att kunna balansera sin idrottskarriär med studier i Finland är bland annat ett bidrag som kan delas ut maximalt tre gånger, och summan varierar beroende på vilken akademisk nivå studenten är på. Det erbjuds även ett individuellt anpassat

studieprogram samt handledning. Flera högskolor har under åren tagit efter liknande upplägg och startat egna program för att underlätta för sina studerande idrottare (a.a).

I Belgien genomfördes år 2003 en överenskommelse mellan ett flertal idrottsförbund samt den Belgiska olympiska kommittén angående studerande elitidrottare (Aquilina & Henry, 2010). Syftet med överenskommelsen var att erbjuda de belgiska elitidrottarna ett kontrakt som inkluderade coaching, utbildning, stöd samt förbättrade studiemöjligheter. I kontraktet ingick även ett stipendium som studenten kunde använda till idrottsliga och/eller akademiska resurser (a.a).

#### 1.4.3 Utvecklingen av elitidrott och studier i Sverige

År 2006 lades en motion fram till riksdagen angående avsaknanden av ett fungerande system på nationell nivå, som kunde hjälpa elitidrottare att kombinera akademiska studier med den idrottsliga karriären (Pagrotsky, 2006). Förslaget grundade sig i att öka möjligheterna för elitsatsande män och kvinnor att kunna kombinera idrotten med akademiska studier. Detta för att ge elitidrottare samma förutsättningar som andra människor, eftersom att kraven på arbetsmarknaden ökar. Bristen på ett nationellt system gör även att kombinationen elitidrott och studier orsakar svårigheter för elitidrottare i Sverige jämfört med andra länder (a.a).

År 2013 läggs det fram ytterligare en motion som grundar sig i det tidigare förslaget som gjordes 2006. Denna motion fokuserar mycket på att det krävs valmöjligheter för elitidrottare att kunna kombinera sin idrott med studier och inte behöva stå inför ett val mellan de båda (Carlsson, 2013). För att svensk idrott ska kunna vara konkurrenskraftig i framtiden krävs det möjlighet att kunna idrotta på elitnivå i kombination med akademiska studier (a.a). Detta förstärks i en studie av Sjöblom och Fahlén (2012) där åtta elitidrottare intervjuades angående elitstödet. Idrottarna var överens om att det krävs bättre resurser för att svensk idrott ska fortsätta etablera sig internationellt. De beskriver även problemet med att gå från junior - till seniorverksamheten där de som blir utan stöd får svårigheter att hitta anpassade studieförhållanden. Det tydligaste budskapet från idrottarna är att stödet måste bli bättre för att fler ska våga satsa på en elitidrottskarriär (a.a). Carlsson (2013) menar att för att underlätta för elitidrottare skulle anpassade elitidrottsuniversitet och högskolor minska de komplikationer som uppstår samt öka möjligheten till kombinationen. Fahlström, Patriksson och Stråhlman (2014) beskriver

även hur ett nationellt system skulle minska problematiken kring den dubbla karriären. De primära problemen som uppstår utan ett nationellt system är ökad brist på tid, stor arbetsbelastning på kort tid samt svårigheter att etablera både idrottsliga och akademiska kunskaper (a.a).

År 2015 samverkade Riksidrottsförbundet (RF) med Specialidrottsförbundet (SF), distriktsidrottsförbundet (DF), högskolor och universitet samt Sveriges Olympiska Kommitté (SOK) och den nationella modellen för att kunna ge möjlighet för elitidrottare att kombinera elitsatsning med studier blev verklighet (RF. 2017). Syftet med modellen är främst att skapa bättre möjligheter och villkor för idrottaren att närma sig den akademiska världen. Den nationella modellen fokuserar främst på Riksidrottsuniversiteten (RIU) och även Elitidrottsvänliga lärosäten (EVL). RIU grundar sig enligt den nationella modellen på fyra kategorier; tränarkompetens, utbildning, elitidrott samt forskning och utveckling. Syftet med RIU är att ge elitidrottare möjlighet till ett enskilt studieupplägg vid utbildning på universitet eller högskola. Det finns även anpassningar vad gäller föreläsningar, studietakt samt examinationer. Studenterna ska även kunna få möjlighet till vägledning för rådgivning, övergångar samt utveckling. RIU vill även förbättra miljön för elitidrottare genom att samarbeta med specialidrottsförbunden för att skapa en så bra utveckling som möjligt (a.a). EVL ingår också i den nationella modellen tillsammans med RIU. Alla EVL erbjuder anpassade miljöer för elitidrottare och utbildning med ett enskilt anpassat studieupplägg. EVL kan även bidra till olika utbildningar samt träningsmässigt stöd till idrottarna. I Sverige fanns det under år 2015 till 2018 elva elitidrottsvänliga lärosäten och under 2018 fick ytterligare tre lärosäten möjlighet att klassas som elitidrottsvänliga. Idag finns totalt 47 högskolor och universitet, av dessa är 11 elitidrottsvänliga, vilket innebär att 23 % av Sveriges lärosäten är elitidrottsvänliga. Under 2016 var det 207 studenter som ingick i ett elitidrottsvänligt lärosäte och den siffran ökar för varje år (RF, 2016). Skillnaderna mellan ett RIU och ett EVL är att det inte finns något formellt avtal mellan EVL och RF när det gäller tränarutbildning samt idrottsforskning. I ett RIU finns det även möjlighet att få ett helt skräddarsytt och flexibelt program som är anpassat efter individen (a.a).

Som elitidrottare finns det även möjlighet att få ett "elitidrottsstipendium" som sedan 1980 delas ut varje år till 75 idrottare i samarbete med RF och Svenska Spel (RF. 2017).

Stipendiet är på 50 000 kr och är till för att underlätta kombinationen av elitidrott och studier. Kriterierna för att få stipendiet är att idrottaren ska utöva sin idrott på landslagsnivå, studera på akademisk nivå och studera på minst halvfart under stipendieåret (a.a).

## **1.5 Tidigare forskning**

### **1.5.1 Möjligheter med att kombinera elitidrott och studier**

Aquilina (2013) genomförde en intervjustudie på elitidrottsstudenter från Frankrike, Finland och Storbritannien. I intervjuerna utförda i Storbritannien så förklarade de elitidrottande studenterna att de inte kunde ta åt sig äran för att ha genomfört kombinationen helt på egen hand. De beskrev att de behövde hjälp från det stöd som fanns att tillgå för att klara den dubbla karriären. De som blev intervjuade berättade att om de bad om akademiska, ekonomiska samt känslomässiga hjälp så fick de det. I intervjuerna som utfördes i Frankrike så framkom det att skolmiljön hade inverkan på kombinationen. Deltagarna i studien berättade att miljön erbjöd möjligheter att prestera bra både inom idrotten och även i studierna (a.a).

Stråhlman (1997) genomförde en intervjustudie där han mötte 27 elitidrottare tre gånger under en tvåårsperiod för att undersöka deras elitidrottande, karriär och avslutning. Ett flertal av respondenterna i studien menade på att de hade haft goda möjligheter till att utbilda sig och att de hade en positiv attityd till utbildning i samband med idrottskarriären.

Subijano, Barriopedro och Conde (2015) genomförde en studie på spanska olympiska idrottare. Syftet med studien var att undersöka om ett karriärstödsprogram kunde underlätta möjligheten till att genomföra en dubbel karriär. Genom att skicka ut ett frågeformulär till en grupp som tillhörde Programa de Ayuda al Deportista (PROAD programme) och ett till en grupp som inte gjorde det, kunde en jämförelse göras mellan dessa två grupper. PROAD programmet syftar till att ge idrottare rådgivning, vägledning och stöd både finansiellt och socialt. Resultaten av studien tyder på att en kombination av elitidrott och studier är mycket krävande. Båda grupperna upplevde samma svårigheter, de huvudsakliga svårigheterna var relaterade till tid, examinationer, schemaläggning samt obligatoriska presentationer. Detta tyder på att PROAD-

programmet inte underlättade de svårigheter och utmaningar som idrottarna stod inför, dock hade det andra positiva effekter. Att ingå i ett stödprogram visade sig ha en positiv inverkan på den akademiska prestationen. Idrottarna i programmet slutförde sina studier i högre utsträckning än de som inte ingick i programmet. Idrottarna i PROAD programmet blev även mer informerade och hade en närmare kontakt med det spanska idrottsförbundet än de som inte ingick i programmet. Författarna i studien diskuterar även problemet med att stödprogrammet bara är tillgängligt för ett visst antal elitidrottare, och lägger vikt på att det är viktigt att ge fler elitidrottare möjligheten till stöd under en längre tid (a.a).

Geranisoa och Roinaken (2014) beskriver också att det finns skillnader i möjligheter att kunna balansera sin dubbla karriär beroende på vilken idrottslig nivå studenterna ligger på. De respondenter i studien som tävlat på stora mästerskap beskrev det som en fördel att vara en "professionell idrottare". Dessa idrottare var mer nöjda med hanteringen och anpassningen av det krävande schemat samt det ekonomiska stödet än de idrottare som inte deltog vid stora mästerskap. De idrottare som tävlade på stora internationella mästerskap var även de enda som fick möjlighet att studera på distans, vilket de såg som en stor fördel. Miller och Kerr (2002) stärker även argumentet att ett ekonomiskt stöd underlättar möjligheterna till att balansera sin dubbla karriär. De menar att de idrottare som får ett elitidrottsstipendium har det enklare att balansera kombinationen i jämförelse med de som inte får det.

### 1.5.2 Svårigheter med att kombinera elitidrott och studier

Svårigheterna som uppstår vid en kombination av elitidrott och studier grundar sig i de vardagliga prövningar som studenterna står inför. Det ställs höga krav på studenterna genom livssituationen och, det tvingar dem till att på ett så funktionellt sätt som möjligt få ihop studier, idrott och det sociala livet (Aquilina, 2009). För att på ett framgångsrikt sätt kunna genomföra kombinationen av elitidrott och studier krävs det att studenterna hittar fungerande strategier samt strukturerade prioriteringar. För att lyckas så bra som möjligt är det viktigt att fokusera prioriteringarna på båda delarna (Aquilina, 2013)

Fryklund (2012) genomförde en intervjustudie för att kartlägga elitidrottande studenters upplevelser kring bland annat hur tillfredsställda de var med sin situation samt vilka förändringar som uppstod med en dubbel karriär. Resultaten i studien visade på att

idrottarna var tillfredsställda med sin livssituation, även om tydliga svårigheter uppstod med kombinationen. De primära svårigheterna som respondenterna beskrev var tidsbrist samt uteblivande fritidsaktiviteter. Vidare beskriver en respondent hur tidsbristen påverkade vardagen. Respondenten menade att träning och studier var det ända som gick att hinna med under en dag. Han menade att en hel dag togs upp av träning och studier och beskrev det som "Jag hinner inte ens se på TV längre" (a.a). I en liknande studie av Tshube och Feltz (2015) beskriver en respondent ett nästintill identiskt vardagligt scenario. Respondenten menade att tiden som lades ner på studier och idrott under en dag påverkade koncentrationsförmågan och skapade trötthet både på föreläsningarna och under träningen (a.a). Geranisova och Ronkainen (2014) menar att tidsbristen påverkar elitidrottsstudenter till att kunna utföra andra fritidsaktiviteter samt att tiden som läggs på idrotten påverkar individens energi till att studera. Vidare förklaras även hur alla dessa faktorer kan vara en bidragande orsak till stress. Miller och Kerr (2002) menar i sin intervjustudie att studenternas fullspäckade schema kan ha en negativ påverkan och skapa stressrelaterade upplevelser. Vidare förklarar Miller och Kerr (2002) att det första året på universitetet tycks vara det mest påfrestande tiden under kombinationen av elitidrott och studier. Detta för att de inte hunnit utveckla sina förmågor till att anpassa sig samt sitt ansvarstagande. Respondenterna i studien av Tekavc m.fl (2015) stärker argumentet att det första året är det mest krävande genom att dem upplevde det som mindre strukturerat, mindre flexibelt samt mer självständigt än vad de trodde. Flera studier visar även på att en minskad flexibilitet skapar problem för att kunna balansera idrott och studier, mycket på grund av om studenterna inte har tillgång till ett anpassat schema (Tekavc m.fl 2015; Tshube & Feltz 2015).

En svårighet som framgår i den tidigare forskningen är kombinationen kopplat till studenternas ekonomi. Intervjupersonerna i Tekavc m.fl (2015) diskuterade svårigheterna kring ekonomiska faktorer. Fem av respondenterna förklarade att de inte kunde få någon ersättning från varken sin förening eller från sitt universitet. Eftersom att tidsbristen var ett stort problem fanns heller inte någon tid till att jobba, vilket resulterade i att de fick förlita sig på finansiellt stöd från föräldrar eller från sitt eget sparande.

Gold in Education and Elite Sports (Gees) är det största forskningsprojektet som fokuserat på kombinationen av elitidrott och studier. Gees-projektet är ett tvåårigt

projekt som påbörjades år 2015. Den grundande organisationen av projektet, Erasmus + Sport Programme of the European Commission samarbetade tillsammans med 40 välkända forskare inom området, från 17 olika institutioner och från 9 europeiska länder, bland annat Sverige (Wylleman, De Brandt, Defruyt. 2017). Totalt så deltog 4196 elitidrottsstudenter på en enkätundersökning där de fick besvara frågor som handlade om utmanande scenarion, viktiga kompetenser som krävs för att genomföra kombinationen samt hur dessa kompetenser används. Projektet är viktigt för att kunna maximera, hantera och förbereda idrottarnas dubbla karriärer (a.a).

Bankel m.fl (2017) har sammanställt de svenska deltagarnas resultat från Gees-projektet. De utmanande scenarion som undersöktes beskrivs som flera involverade krav som uppkommer samtidigt. De utmaningar som tydligt visade sig uppstå var bland annat 1) att kunna planera sin tid under terminen samt undvika att examinationer och tävlingar sammanstötter. 2) att behöva komplettera missade studier på grund av idrotten. 3) att hitta tid till sociala aktiviteter med familj och vänner 4) att få tid till att kunna utveckla en inkomst som kan finansiera kombinationen av elitidrott och studier. Resultatet av de svenska deltagarna från projektet visade att de handskades väl med utmanade scenarion. De utmaningar som deltagarna ansåg mest krävande att hantera var att finna tid till sociala aktiviteter samt att kunna utveckla en inkomst (Bankel m.fl. 2017). De förmågor deltagarna upplevde att de behövde utveckla var främst stresshantering, återhämtning, att kunna fokusera på nuet, prioriteringar, effektivitet och att tro på sig själv (a.a). Den största skillnaden på detta projekt och denna studie är att Gees-projektet är en enkätstudie som främst fokuserade på vilka kompetenser som de elitidrottande studenterna upplevde. I denna studie ligger fokus främst på vilka möjligheter och svårigheter som studenterna upplever samt hur betydelsefulla personer i studenternas omgivning påverkar kombinationen. Denna studie fokuserar även enbart på studenter som ingår i ett elitidrottsvänligt lärosäte.

### 1.5.3 Tränare, lärare, vänner & familj

Kristiansen, Tomten, Hanstad och Roberts (2012) beskriver vikten av en god relation mellan tränare och idrottare. Som tränare krävs det psykologiska kompetenser för att kunna integrera och kommunicera med idrottaren. En god kommunikation kan leda till framgångar och intresse från idrottaren, medan brist i kommunikationen kan bidra till konflikter, missnöje samt en negativ påverkan på idrottarens resultat (a.a).

Tekave m.fl. (2015) redogör i sin intervjustudie vilka uppfattningar och upplevelser elitidrottsstudenter har angående relationen till sin tränare. Resultaten i studien tyder på att relationen till tränaren är en av de viktigaste delarna för att få kombinationen att fungera. Respondenterna menade även att tränaren är en av de mest inflytelserika personerna för en idrottare. Respondenterna beskrev även att relationen ibland inte är optimal då det kan uppstå konflikter och otillräckligt med stöd från tränaren. Tre respondenter i studien uppgav att de upplevde deras tränare som stödjande och motiverande till att dem skulle uppnå bra resultat i sina studier. Geraniosova och Ronkainen (2015) stärker i sin studie med fem slovakiska elitidrottare vikten av att ha en god relation till sin tränare. Respondenterna i studien beskrev hur viktigt det var att tränaren är förstående för en kombination av elitidrott och studier. Även majoriteten av respondenterna i en studie av Fryklund (2012) menade att de har haft en positiv upplevelse av relationen till sin tränare. De förklarade att även om vissa konflikter och argumentationer har uppstått så skulle de inte vara där de var idag om det inte vore för deras tränare.

Aquilina (2009) belyser i sin studie med 18 elitidrottsstudenter också vikten av att ha en god relation till sin tränare samt hur en tränares synsätt på elitidrott och studier kan variera. En respondent i Aquilina (2009) beskrev hur hennes tränare hade åsikter om hur en elitidrottares livsstil skulle vara. För att skapa optimala förutsättningar för framgång menade tränaren att en kombination av elitidrott och studier inte var den bästa möjliga livsstilen. Efter att respondenten mött kritik för sin kombination både av tränare och landslagsledning i flera år förklarade hon att de alltid skulle ha olika åsikter om kombinationen, samtidigt som hon bestämde sig för att fortsätta sina studier. I en studie av Tshube och Feltz (2015) påpekas det att pressen från omgivningen kan leda till att idrottaren hoppar av studierna för att kunna satsa fullt ut på idrotten.

I en brittisk studie av Brown m.fl (2015) intervjuade författarna elitidrottsstudenter och även deras tränare för att få fram mer holistisk information. I studien framgick det att för att kunna kombinera elitidrott och studier är det viktigt med motivation och personligt ansvar. I intervjuerna med tränarna framgick det att de hade en aktiv roll när det kom till personlig utveckling för idrottsstudenter. Det framkom även att de lade ner mycket tid på att hjälpa studenterna med personlig utveckling.



Flera studier visade även hur elitidrottsstudenter påverkades av deras familj och vänner. Tekavc m.fl. (2015) klargör nyttan av att ha vänner både i och utanför idrotten. De beskriver att vänner utanför idrotten hjälper idrottaren att hitta en psykologisk och social balans. Att ha vänner inom idrotten ger en nytta av stöttning och förståelse (a.a). De individuella idrottarna i Geraniosova och Ronkainen (2014) nämnde hur viktigt det var att ha vänner runt omkring sig, speciellt när schemat med både idrott och studier var som mest krävande. Brown m.fl (2015) menade att vännerna fungerade som en inspirationskälla för idrottaren till att förbättra sin kompetens både inom idrott och studier. Föräldrarna hade en positiv påverkan på individerna för att kunna kombinera elitidrott och studier (Tekavc m.fl. 2015; Geraniosova & Ronkainen. 2014; Brown m.fl. 2015). Utöver familj och vänner så förklarade Geraniosova och Ronkainen (2014) i sin studie hur vissa lärare kunde påverka studenterna. En respondent menade att i början av universitetstiden kunde lärarna vara motstridiga till att hitta alternativa lösningar för att underlätta kombinationen av elitidrott och studier. Två respondenter beskrev det som att flera lärare menade att dem skulle sluta med idrotten för att kombinationen ändå var omöjlig att utföra. En flyttade till USA för att hon menade att annars hade hon varit tvungen att sluta med sin idrott, för att den dubbla karriären inte fungerat i hemlandet. Resultatet ur Fryklund (2012) visade även att studenterna hade positiva upplevelser av hur personer utanför idrotten påverkade och stöttade dem.

## **1.6 Problemformulering**

Att studera på universitet eller högskola samtidigt som en elitidrottskarriär pågår vid sidan av studierna är krävande. För att möjliggöra kombinationen ställs det höga krav på att individerna planerar sin tid väl tillsammans med de stöd som finns att tillgå (Macnamara & Collins, 2010). Kombinationen av elitidrott och studier kan liknas vid att ha två arbeten. De primära svårigheterna som uppstår med en dubbel karriär är tidsbegränsning, försämrad flexibilitet, stressrelaterade faktorer, det sociala livet med familj och vänner samt ekonomi (Mckenna & Lewis, 2004; Fryklund, 2012). I Sverige är forskningen kring kombinationen av elitidrott och studier på akademisk nivå begränsad. Eftersom att det elitidrottsvänliga lärosätet etablerades 2015 så finns det inte mycket forskning inom området. Det finns därför ett intresse att fördjupa sig i ämnet för att på så sätt öka kunskapsnivån inom området och eventuellt bidra med information som kan förbättra stödet ytterligare. Den här studiens syfte har till uppgift

att öka kunskapen kring elitidrottstudenters upplevelser av att kombinera elitidrott och studier på akademisk nivå.

## **1.7 Syfte & Frågeställningar**

Syfte: Att öka kunskapen om elitidrottsstudenters upplevelser av att kombinera elitidrott och akademiska studier i ett elitidrottsvänligt lärosäte.

Frågeställningar:

- Hur upplever studenterna sina möjligheter att kombinera elitidrott och akademiska studier?
- Vilka svårigheter upplever studenterna med att kombinera elitidrott och akademiska studier?
- Hur upplever studenterna att tränare, lärare, vänner och familj påverkar deras kombination av elitidrott och studier?

## **2.0 Metod**

### **2.1 Datainsamling**

Studien har haft en kvalitativ ansats och en beskrivande design. Inom den kvalitativa ansatsen är intervjuer det vanligaste sättet när det kommer till att samla in information (Hassmén & Hassmén. 2008). Den beskrivande designen syftar till att förstå upplevelsen utifrån individens perspektiv (a.a). Anledningen till att en kvalitativ ansats valdes var eftersom att den intresserar sig för hur verkligheten ser ut utifrån individens perspektiv. Detta innebär att individens känslor, upplevelser och erfarenheter står i fokus (Hassmén & Hassmén. 2008; Kvale & Brinkmann. 2014; Backman. 2008). Eftersom att studien har till syfte att undersöka elitidrottarens upplevelser när det kommer till att kombinera elitidrott och studier så ansågs denna ansats vara ytterst relevant.

Inom den kvalitativa ansatsen så finns det emellertid inga direkta regler som en mindre erfaren forskare kan förhålla sig till, om det skulle uppkomma frågor kring hur intervjun ska utformas samt genomföras (Kvale & Brinkmann. 2014). Inom den kvalitativa ansatsen finns det heller inte någon avsevärt stor mängd standardiserade eller strukturerade tillvägagångssätt (Kvale & Brinkmann. 2014; Hassmén & Hassmén. 2008).

I den här studien har en semi-strukturerad intervju använts för att få svar på studiens syfte och frågeställningar. Anledningen till att valet föll på den här typen av intervju var för att ge respondenterna större möjlighet till mer utförliga svar, och samtidigt ha en röd tråd genom hela intervjun. Den semi-strukturerade intervjun ger även möjlighet att ställa följdfrågor till respondenterna vilket kan bidra till djupare svar (Hassmén & Hassmén, 2008). En semi-strukturerad intervju utgår från förutbestämda öppna frågor i form av en intervjuguide (Kvale & Brinkmann, 2014; Hassmén & Hassmén, 2008). En semi-strukturerad intervjuguide bör innehålla olika teman med frågor kopplade till respektive tema (Kvale & Brinkmann 2014).

## **2.2 Deltagarna**

För att säkerställa att respondenterna skulle kunna ge relevanta och pålitliga svar kopplat till studiens syfte och frågeställningar har urvalet utgått ifrån några inklusionskriterier. Deltagarna skulle studera vid ett elitidrottsvänligt lärosäte. Genom att deltagarna studerade vid ett elitidrottsvänligt lärosäte följde de också Riksidrottsförbundets riktlinjer för vad som krävs för att kunna få anpassade studiemöjligheter i sin dubbla karriär. Det andra kriteriet för att delta i studien var att studenterna skulle studera på minst grundnivå (120hp) och på minst halvfart. För att få fram studenternas aktuella upplevelser skulle kombination av elitidrott och studier pågå under den period som studien utfördes. Vilken typ av utbildning eller idrott som respondenterna har utövat har inte ingått i urvalet.

I denna studie intervjuades totalt åtta deltagare, sex män och två kvinnor mellan 20-26 år, det var fyra individuella idrottare och fyra lagidrottare. Deltagarna i studien kommer från två olika elitidrottsvänliga lärosäten i Mellansverige. Anledningen till att rekrytera deltagare från dessa lärosäten var att studenterna passade in på de inklusionskriterier som studien haft. Genom deras erfarenheter kring kombinationen elitidrott och studier ansågs de kunna ge svar på studiens syfte och frågeställningar. Urvalet av deltagarna i studien har skett genom ett klusterurval då processen har haft flera steg (Hassmén & Hassmén, 2008). De elva elitidrottsvänliga lärosätena delades in i tre kluster utifrån deras geografiska utgångspunkt, norra Sverige, Mellansverige och södra Sverige. Därefter valdes tre lärosäten ut ur klustret Mellansverige för att sedan kontaktas angående studiens syfte. Anledningen till att just dessa tre lärosäten valdes var för dess

geografiska läge eftersom att tanken från början var att göra alla intervjuer face-to-face. Under processens gång ändrades detta till att vissa intervjuer utfördes via Skype eller telefon på grund av tid och ekonomiska faktorer. Urvalet inom varje lärosäte skedde genom ett obundet slumpmässigt urval då alla studenter i lärosätet fick information om studien och hade möjlighet till att delta (a.a). Två bortfall skedde, ett då det framkom att en respondent inte uppfyllde studiens inklusionskriterier, och ett på grund av uteblivet svar när intervjun skulle planeras. Inga specifika åtgärder gjordes eftersom att antalet respondenter ansågs tillräckligt.

### **2.3 Intervjuguide**

Enligt Hassmén och Hassmén (2008) kan en intervjuguide vara viktig för att säkerställa att den som genomför intervjun håller sig till studiens syfte, samt att frågorna ställs i en särskild ordning. I denna studie har en intervjuguide utvecklats och använts för att intervjuerna ska ge bra information som är relevant för studiens syfte (*Bilaga 1*). Guiden har även varit viktig för att minimera risken att viktig information gått förlorad. Intervjuguiden som använts i den här studien har bestått av fem kategorier. Den har inlett med bakgrundsfrågor som ansetts vara betydande för studien som bland annat ålder, vilken idrott som utövas och av vilken anledning de har valt att studera. Hassmén och Hassmén (2008) förklarar att det kan vara en god idé att inleda intervjuer med bakgrundsfrågor eftersom att det kan bygga upp tillit mellan intervjuaren och respondenten. De resterande kategorierna var kombination, möjligheter, svårigheter och tränare, lärare, vänner och familj.

Utifrån den konstruerade intervjuguiden fick respondenterna svara på breda och öppna frågor för att kunna ge så beskrivande och utvecklande svar som möjligt. När det kom till de frågor som har använts under de huvudsakliga kategorierna i guiden så har det förekommit inledande frågor. De inledande frågorna har varit breda och gav därför respondenten möjlighet att berätta om det som upplevts haft stor betydelse (Hassmén & Hassmén, 2008; Kvale & Brinkmann, 2014). De frågorna som har använts har formulerats som bland annat ”kan du beskriva...” vilket kan klassas som en inledande fråga. En del av svaren som respondenterna har gett har krävt att de utvecklat sina svar vidare. I dessa fall har uppföljande frågor ställts för att få ytterligare information och en bättre förståelse kring svaren. Hassmén och Hassmén (2008) förklarar att uppföljande frågor har till syfte att ge mer utvecklade eller förtydligade svar på det som sagts. Det

har även förekommit sonderande frågor där respondenten uppmanats till att ge exempel. Kvale och Brinkmann (2014) menar att en sonderande fråga handlar om att intervjuaren försöker hitta svar och berättar inte vad det omfattar.

Ett första utkast på intervjuguiden gjordes och innefattade totalt 32 huvudfrågor exklusive bakgrundsfrågorna. Utomstående personer granskade intervjuguiden och påpekade att antalet frågor kunde bli problematiskt, framför allt när det kom till att förhålla sig till tiden som angivits till respondenterna. Därefter så reviderades intervjuguiden och antalet huvudfrågor blev då 16 exklusive bakgrundsfrågor och eventuella följdfrågor. Författarna reviderade intervjuguiden genom att ta bort frågor som inte ansågs relevanta, ta bort frågor som liknade varandra samt ändra en del huvudfrågor till följdfrågor. Innan den slutgiltiga intervjuguiden användes till intervjuerna så genomfördes en pilotintervju för att säkerställa att intervjuguiden svarade på studiens syfte och frågeställningarna samt att tiden inte översteg den som angivits. När pilotintervjun var genomförd kunde författarna diskutera hur intervjuguiden kunde revideras ytterligare samt att säkerställa att fortsatta intervjuer skulle genomföras på ett så liknande sätt som möjligt.

## **2.4 Genomförande**

Tre elitidrottsvänliga lärosäten kontaktades via mail med information kring studiens syfte, frågeställningar och upplägg. Informationen skickades ut till det elitidrottsvänliga lärosätets koordinator. Av dessa tre svarade två lärosäten att de var intresserade och vidarebefordrade informationen till studenterna. I det ena lärosätet skickades informationen ut till ca 70 studenter och på det andra till ca 13 studenter. Totalt visade elva studenter intresse av att delta i studien och gav tillåtelse till sitt lärosäte att bli kontaktade av författarna. Efter att studenterna godkänt att bli kontaktade skickades ett mail ut till alla tilltänkta respondenter med vidare information kring studiens upplägg. De fick även tillgång till ett informationsbrev kring studiens etiska överväganden (*Bilaga 2*). Av de studenter som blev kontaktade svarade tio att de kunde tänka sig att ställa upp på en intervju kring sina upplevelser av att kombinera elitidrott och studier. Efter att studenterna accepterat att delta utformades en tidsplan för att underlätta planeringen av dag, tid och plats för varje enskild intervju. Varje respondent fick sedan ytterligare ett mail med förslag på datum och tid för intervju. När förslag till tid och plats för intervju skickades ut var det nio som svarade och intervjuerna kunde planeras.

Alla respondenter hade möjlighet att ge egna förslag på datum, tid och plats för intervju. Kvale och Brinkmann (2014) beskriver att det är viktigt att intervjupersonen känner sig trygga och bekväma där intervjun utförs.

På vilket sätt intervjuerna genomfördes anpassades dels efter respondenternas önskemål och även efter vad som ansågs mest tidseffektivt. Tre intervjuer genomfördes face-to-face, tre via Skype och två per telefon. Två intervjuer som utfördes face-to-face genomfördes i ett grupprum på respondenternas universitet för att det ansågs som en lugn miljö. Den tredje face-to-face intervjun genomfördes också på samma universitet fast på en annan plats som ansågs tillräckligt lugn, detta för att det inte fanns tillgång till lediga grupprum. Anledningen till att göra vissa intervjuer via Skype eller telefon grundade sig i det geografiska läge ett flertal respondenter var lokaliserade i. Kvale och Brinkmann (2014) menar att möjligheten att göra intervjuer via telefon kan vara fördelaktiga för att det ger möjlighet till att ta kontakt med personer som är belägna på andra platser. En nackdel med intervjuer via telefon är att det kan bli problematiskt att få fram utförliga redogörelser på grund av att det inte finns möjlighet att ta del av kroppsspråk och ansiktsuttryck, detta ses som en fördel vid face-to-face intervjuer (a.a).

Intervjuerna fördelades jämt mellan författarna för att det ansågs tidseffektivt. Innan intervjuerna genomfördes fick respondenterna först information kring de forskningsetiska övervägandena som syftade till att skydda dem (Hassmén & Hassmén, 2008; Kvale & Brinkmann, 2014). De fick information om att de hade fri vilja att bestämma om deras medverkan i studien och kunde när som helst avbryta sitt deltagande. Respondenterna fick veta att personlig information endast var tillgänglig för författarna och att deras identitet inte skulle framgå i studien. Den information som samlades in om respondenterna användes endast i forskningssyfte (Hassmén & Hassmén, 2008). Respondenterna fick även information om att författarna skulle vara lojala mot deras uttalande och inte manipulera några svar genom att respektera deras konfidentialitet (Kvale & Brinkmann, 2014). Tiden på intervjuerna varierade mellan 30-40 minuter.

Intervjuerna spelades in, och ljudfilerna användes sedan för att kunna transkriberas och analyseras. De intervjuer som gjordes via Skype spelades in dels på datorns inspelningsfunktion och även från applikationen ”inspelning – inspelare” för Ipad, för

att säkerställa ljudkvaliteten och inte riskera att inspelningarna blev oanvändbara. Intervjuerna som gjordes face-to-face spelades också in på flera verktyg utav samma anledning. Inspe­lingarna förvarades på båda författarnas datorer samt på ett USB minne.

När intervjuerna genomförts var det första steget att transkribera det insamlade materialet. Detta skedde främst för att underlätta analysen (Hassmén & Hassmén, 2008). Transkriberingen utfördes med hjälp av applikationen ”Inspelning – Inspelare” och hemsidan otranscribe.com. Dessa användes för att underlätta transkriberingen då hastigheten kunde justeras på inspelningarna, genom att dra ner hastigheten behövdes inspe­lingen inte pausas lika mycket vilket ansågs mer tidseffektivt. Författarna transkriberade fyra intervjuer var. Totalt blev det 80 sidor och antalet sidor per intervju varierade mellan 9 till 13 sidor. Författarna transkriberade varandras intervjuer för att få lyssna på och ta del av studiens alla intervjuer.

## **2.5 Analys**

Efter att det transkriberade underlaget hade sammanställts gjordes en analys av intervjuerna med hjälp av kodning och meningskoncentrering. Analysen är selektiv då fokus har varit att få fram uttalanden och påståenden kring de fenomen som undersökts (Hassmén & Hassmén, 2008). Kodning handlar om att finna nyckelord i texten för att identifiera olika teman och uttalanden. Genom att reducera texten och plocka ut relevanta nyckelord som respondenten berör blir det enklare att förstå det centrala i texten. Nyckelord som har samma betydelse kan kopplas samman och brytas ner till ett tema (Hedin, 1996). Kvale och Brinkmann (2014) beskriver två olika former av kodning, begreppsstyrd kodning och datastyrd kodning.

I denna studie användes begreppsstyrd kodning, som innebär att förutbestäm­da koder från det befintliga materialet eller tidigare forskning tillämpades, i detta fall utifrån frågeställningarna (a.a). De förutbestäm­da koderna som författarna valde ut var de som kunde identifieras utifrån de egna frågeställningarna svårigheter, möjligheter och tränare, lärare vänner och familj. Genom kodningen kunde kategorier under varje rubrik identifieras. De faser som författarna följde för att koda datainsamlingen utgick ifrån ett flertal steg. Först fastställdes kategorier genom läsning av det transkriberade underlaget, därefter antecknades koder för underlaget, koderna undersöktes noga och kategorierna

reviderades, därefter kunde författarna hitta teman och resultat utifrån varje kategori (Hassmén & Hassmén, 2008). Genom att använda kodning var författarna tvungna att fördjupa sig och inrikta sig på detaljer för att förstå materialet vilket ses som en fördel (Kvale & Brinkmann, 2014).

När kategorier och teman under varje huvudkategori hade identifierats kortades respondenternas svar ner med hjälp av meningskoncentrering. Kvale och Brinkmann (2014) beskriver att meningskoncentrering innebär att varje respondents uttalande skrivs ner i kortare formuleringar. Det finns fem steg i analysen av meningskoncentrering som författarna följde. I Första steget bildade författarna sig en helhetsuppfattning av intervjun. I det andra steget identifierades meningsenheter i texten för att sedan i tredje steget formulera det tema som styrde en meningsenhet och som tematiserade intervjupersonernas svar. I det fjärde steget ställdes frågor baserade på studiens syfte och frågeställningarna gentemot meningsenheterna. I det sista steget sammanställdes den centrala informationen från intervjuerna samman med syfte och frågeställningar (a.a). För att tydligare kunna se eventuella likheter mellan tidigare forskning och det analyserade underlaget under processen kodades respondenternas svar med bokstäver, samma bokstav placerades i liknande svar och i den tidigare forskningen där respondenternas svar hade koppling (Gratton & Jones, 2010). Detta gjorde det enklare att se likheter i respondenternas svar samt hur de kopplades till den tidigare forskningen. Tydliga beskrivningar användes som citat och för att öka analysens trovärdighet läste författarna igenom underlaget ett flertal gånger för att inte missa viktiga svar och uttalanden.

*Tabell 1: Två exempel på analysförfarande*

<b>Meningsenhet</b>	<b>Kondenserad meningsenhet</b>	<b>Kod</b>	<b>Underkategori</b>	<b>Kategori</b>
”Planering och strukturering liksom, du kan ju liksom inte bara glida och tro att det här ska lösa sig det går liksom inte”	”Planering och struktur är viktigt, det går inte att tro att det löser sig”	Viktigt att planera	Svårare perioder	Svårigheter



”Ja alltså det som jag har som största problem med att kombinera elitidrott och studier är ju tid... framförallt tid”	”Ja alltså det som jag har störst problem med är tid”	Problem med tid	Tidsbrist	Svårigheter
---	---	-----------------	-----------	-------------

## 2.6 Pålitlighet & trovärdighet

För att avgöra om studien har gått i rätt riktning och om studien undersökt det som hävdas undersöka har författarna följt vissa riktlinjer. I kvalitativa studier rörande pålitlighet och trovärdighet gäller det för forskaren att kunna framställa insamlade data på ett så ärligt och organiserat sätt som möjligt (Malterud, 1998). Pålitligheten klassificeras som tillförlitlighet och utgår ifrån huruvida ett resultat av en studie kan återges vid andra tillfällen och av andra forskare (Kvale & Brinkmann, 2014). Trovärdighet handlar om att studien ska undersöka det som studien hävdar att undersöka (a.a).

För att öka pålitligheten har författarna riktat in sig på viktiga delar som kan öka studiens tillförlitlighet. Kvale och Brinkmann (2014) beskriver att det finns en osäkerhet i om intervjuaren verkligen förstår vad respondenten påstår. Det finns en risk att respondenten beskriver saker på ett annorlunda sätt beroende på hur intervjuaren är (a.a). Eftersom att studiens intervjuer har delats upp mellan forskarna har en viktig del i förberedelserna varit att intervjuerna ska ske på så likande sätt som möjligt i den mån det går. De ska ske med samma följdfrågor, samma upplägg samt att intervjuerna ska framställa sig på så liknande sätt som möjligt inför respondenterna. Studien har även avsett att undvika ledande frågor för att inte styra respondenten till ett visst svar (Kvale & Brinkmann, 2014). Istället har studiens frågor varit öppna vilket har hjälpt respondenterna att utveckla sina svar (Hedin, 1996). Malterud (1998) beskriver även vikten av inspelningsverktygens beskaffenhet för att undvika sämre ljudkvalité. I studien har författarna spelat in varje intervju med två redskap. De intervjuer som skedde via Skype spelades in dels på datorns inspelningsfunktion och även en applikation för Ipad för att inte riskerna att inspelningarna blev oanvändbara. Malterud (1998) beskriver även vikten av forskarens erfarenheter kring att göra intervjuer samt forskarens skicklighet att kunna behandla insamlade data. Författarna i studien har läst in sig på hur intervjuer ska genomföras samt hur insamlade data ska behandlas. Genom

tidigare studieuppgifter där intervjuer genomförts har även viss kunskap kring förhållningsättet till intervjuer hjälpt författarna.

Trovärdighet handlar om att forskaren utnyttjar sin skicklighet att granska, kritisera och tyda studiens resultat (Kvale & Brinkmann 2014). I denna studie har författarna inte enbart fokuserat trovärdigheten på den slutliga rapporten utan lagt vikt på processens alla delar. De huvudsakliga insatserna författarna har gjort för att kontrollera trovärdigheten genom processen är att noga granska analysen genom att läsa den flera gånger, för att hindra misstolkningar.

Kvale och Brinkmann (2014) beskriver vikten av att kontrollera trovärdigheten genom studiens process. Författarna i studien har noga kontrollerat den tidigare forskningen och hur den kopplas till syfte och frågeställningar. Designen och intervjumetoden har valts utifrån hur väl den passar syfte och frågeställningar. Kvalitén på intervjuerna har kontrollerats genom att noga granska intervjuguiden med fokus på att framställa sig på samma sätt mot alla respondenter. Författarna har i analysen lagt stort fokus på att ställa frågor till texten och tolka texten samt att i rapporten lagt mycket tid på att verkligen redogöra för studiens huvudresultat (a.a). Malterud (1998) beskriver att en deltagarkontroll kan ses som positivt för studiens trovärdighet. Genom att låta respondenterna kontrollera en sammanfattning på de centrala delarna ur intervjun fick dem möjlighet att påpeka och ändra ifall några missuppfattningar hade skett.

### 3. Resultat

Utifrån frågeställningarna skapades tre huvudkategorier. Möjligheter, svårigheter och tränare, lärare, vänner och familj. I analysen kunde ett antal underrubriker identifieras. Respondenterna i studien skrivs som följande exempel: *R8ML* = Respondent åtta, manlig lagidrottare. Kvinnor benämns som *K* och individuella idrottare som *I*.

#### 3.1 Möjligheter

##### 3.1.1 Flexibilitet

Fem av åtta respondenter uttryckte att de haft möjlighet till att justera tid för inlämningar på uppgifter *"Inlämningsuppgifter har jag kunnat flytta, och skjuta upp tid på alternativa redovisningar och så, så det blir ju flexibelt"* (*R2ML*). En av de åtta

respondenterna hade haft möjlighet till att flytta en tenta. Respondenten fick då hjälp av en kursledare att göra tentan en annan tid. Det fanns även möjlighet att studera på halvfart vilket en av respondenterna hade gjort, för att kunna fokusera på idrotten och att försöka kvalificera sig till ett stort mästerskap ”*Jag har pluggat halvfart hela tiden fram tills förra terminen, för då hade vi chans att spela VM så då satsade jag på idrotten*”(R2ML). En respondent hade även tagit studieuppehåll och hamnade i en priogrupp när studierna skulle återupptas. På grund av att respondenten ingick i ett elitidrottsvänligt lärosäte fick han förtur till att återuppta studierna. En annan av respondenterna berättade att det fanns möjlighet att pausa kurser om så behövdes. Tre av respondenterna studerade yrkesförberedande utbildningar där praktik utfördes. En respondent förklarade att han hade haft möjlighet att flytta praktiken till en mer passande period och en annan hade haft möjlighet att utföra praktiken i närheten av hemorten.

Fem av respondenterna förklarade att studievägledaren hade varit ett bra stöd under kombinationen. Det gick att ta kontakt med den om det fanns frågor kring rättigheter och skyldigheter. En respondent upplevde att det var lätt att få tag på studievägledaren och att den hade ett gott bemötande.

### 3.1.2 Ekonomisk uppbackning

När det har kommit till ekonomi tyder resultatet på en mindre variation mellan respondenterna. Samtliga respondenter från de två lärosätena hade möjlighet att söka elitidrottsstipendiet från RF på 50 000kr, där tre hade sökt varav två hade erhållit det. En av respondenterna som fått elitidrottsstipendiet upplevde det som en säkerhet ifall något oförutsägbart skulle hända kring hans ekonomi. Ett av lärosätena hade även ett eget stipendium som studenterna hade möjlighet att söka, och som en av respondenterna hade sökt. Två respondenter var medvetna om att det fanns att söka. En av dem uttryckte att det inte gick att räkna med att få stipendiet då konkurrensen kring det var stor ”*Det får ju två personer per år eller någonting så att det kan man inte förlita sig på*” (R1KI). De två respondenter som hade fått elitidrottsstipendiet upplevde att det hade varit till stor hjälp i deras kombination.

*”Det är som en säkerhet också, jag vet ju att jag går runt men skulle jag kunna... om jag failade den här tentan nu, så drar dem in CSN och jag klarar det ändå på grund av stipendiet liksom” – R2ML*

Tre av respondenterna fick ekonomisk uppbackning från sina klubbar och/eller landslag, en respondent hade inkomst genom sponsorer. Samtliga förklarade att det var mindre summor och att det till stor del gick till idrottandet.

### 3.1.3 Elitgruppsverksamhet

I det ena lärosätet som ingick i denna studie så fanns det en elitgruppsverksamhet.

Elitgruppsverksamheten innebar att personer som genomförde kombinationen fick möjlighet att träffa andra som kombinerade elitidrott och studier. Respondenterna fick tillfälle att diskutera och dela med sig av upplevelser kring kombinationen.

Respondenterna kunde förklara för varandra vilka rättigheter och regler som kunde utnyttjas om det fanns personer som inte hade kunskap kring det. En respondent förklarade att oftast var det inte enbart informationen som var viktig utan att det också var viktigt att träffa andra som genomförde kombinationen ”*Där får vi lite stöd, jag skulle säga att ofta är det saker som man redan vet men att få träffa andra som gör samma sak, det är intressant att få höra liksom*” (R2ML). En tredje respondent beskrev att han hade varit på en träff och upplevde det som inspirerande, dock menade han att det inte hade gjort någon större skillnad rent praktiskt.

### 3.1.4 Positiva aspekter

Även om resultatet tyder på att kombinationen elitidrott och studier är krävande så menade flera på att det också fanns positiva aspekter av den.

Flera respondenter menade att idrotten fungerade som ett komplement till studierna. När studierna tog över beskrev flera att det kunde vara ett skönt avbrott att åka och träna. En respondent menade att träningen kunde ge energi till att orka fortsätta studera ”*Sen kan det vara väldigt bra att träna en timme så blir det som en omstart och komma tillbaka med ett fräscht huvud på något sätt*” (R7MI). En annan respondent förklarade att det skapade en form av avslappning och att det kunde vara skönt att tänka på någonting annat.

Två respondenter förklarade att tentaperioderna upplevdes som relativt behagliga eftersom att det var mer självstudier och inte lika mycket tidsbundet. En annan respondent menade även att mer tidskrävande perioder kunde upplevas som positivt. Han menade på att han blev mer effektiv och presterade bättre när det var mycket att göra. En respondent beskrev även hur han upplevde att kombinationen hade bidragit till

en personlig utveckling ”Jag tycker att det är väldigt bra lösning ... handlar ju lite om att investera i sig själv [...] jag känner att studierna har utvecklat mig väldigt mycket” (R3ML). En annan respondent menade på att han mognat mer i sin studiekarriär och att han lärt sig att ta mer eget ansvar, ha en bättre struktur och en bättre planering.

## 3.2 Svårigheter

### 3.2.1 Kommunikation kring EVL

När diskussionen kring hur det elitidrottsvänliga lärosätet hjälpte och stöttade studenterna i kombinationen så framgick vissa komplikationer. Kommunikationen och informationen angående vilka rättigheter och vad som gällde kring det elitidrottsvänliga lärosätet upplevdes av sju respondenter som otillräcklig. Samtliga menade även att de inte utnyttjat det elitidrottsvänliga lärosätet speciellt mycket på grund av att det gått att lösa situationer med lärare eller för att informationen varit för dålig. Även om samtliga respondenter upplevde det som ett bra initiativ så sågs kommunikationen och informationen som ett problem. En respondent som började när lärosätet var elitidrottsvänligt menade att det var svårt att få tag på information kring hur det fungerade samt vem som skulle kontaktas. Respondenten fick ingen information kring hur det elitidrottsvänliga lärosätet fungerade utan fick veta att hon skulle ta tag i det när hon kommit in på utbildningen. De respondenter som studerade vid lärosätet när det blev elitidrottsvänligt upplevde också informationen kring vad som gällde som otillräcklig ”Jag vet ju att det finns någon kontaktperson ... jag skulle säga att det är inte jättetydligt vad dem kan hjälpa till med eller vad dem har för roll” (R7MI). Två respondenter menade på att tanken var god med det elitidrottsvänliga lärosätet även om det tyvärr inte fungerade som det var tänkt i verkligheten. En respondent förklarade att det största problemet var kommunikationen mellan lärarna och lärosätet. Även om det var angivet i ramverket för det elitidrottsvänliga lärosätet att det skulle finnas möjlighet att vara borta från föreläsningar och vissa obligatoriska moment, så framkom det att en del lärare inte ens visste om att det elitidrottsvänliga lärosätet existerade. En respondent menade även att han hade försökt utnyttja det i början, när han märkte att det inte fungerade som det var tänkt släppte han det och försökte lösa saker på egen hand istället.

*”Tyvärr så tycker jag att det kommer mycket kommunikation emellan dem som har tagit initiativet och lärare på skolan har varit för dåliga, för dem gångerna jag har känt att jag har behövt utnyttja det.... sen kan man tycka det att dem ska*

*ha stenkoll men[...]jannars tycker jag inte riktigt att man marknadsför sig som en idrottsvänlig skola” – R3ML*

Två respondenter menade även på att kommunikationen och informationen kring hur olika stipendium kunde sökas var otillräcklig. En respondenterna förklarade att han inte hade fått någon information kring stipendium och därför inte var medveten om att det gick att söka. En respondent som missat två elitgruppsträffar uttryckte det som negativt att hon inte fått någon information om vad som framkom på träffarna.

### 3.2.2 Påverkan på akademiska och idrottsliga prestationen

Alla manliga respondenterna menade på att de prioriterade idrotten före studierna och de kvinnliga respondenterna prioriterade studierna före idrotten. Detta visade sig påverka den del som prioriterades bort negativt, även om flera upplevde att om den ena prioriterades mer kunde kombinationen påverka både idrotten och studierna negativt. När det kom till påverkan på de akademiska prestationerna menade de som prioriterade idrotten att det kunde vara svårt att bibehålla goda akademiska resultat *”Ja det tycker jag verkligen att det kan påverka [...] Mina studier kan jag känna ha tagit skada av mitt idrottande” (R5MI)*. En respondent förklarade att han under senaste året hade prioriterat studierna mer än innan, vilket hade gett bättre studieresultat. Innan menade han att idrotten gick först vilket också ledde till att han tagit sig långt i idrottskarriären, dock påverkades de akademiska resultaten för mycket.

Även om tre av de manliga respondenterna förklarade att det var en aktiv uppoffring som de gjort så menade de på att de hade studerat mer om de inte hade haft idrotten vid sidan av. De menade även att detta hade lett till att de akademiska resultaten hade blivit bättre *”Jag tror ju att jag skulle nog... lärt mig lite mer....pluggat lite bättre...om jag inte hade hållit på med idrott på samma sätt” (R7MI)*. Även om de kvinnliga respondenterna prioriterade studierna så menade en av dem att det ändå kunde påverka de akademiska prestationerna. Hon beskrev att kombinationen kunde bidra till trötthet vilket ledde till att hennes fokus på föreläsningar ofta blev sämre. Den andra kvinnliga respondenten upplevde inte att kombinationen påverkade de akademiska prestationerna.

Sex av åtta respondenter i studien menade att de upplevde att kombinationen kunde påverka den idrottsliga prestationen. En respondent förklarade att de idrottsliga resultaten kunde bli drabbade i början av hans studiekarriär. Han beskrev att det kunde

vara svårt att hitta ork till att träna och upplevde sämre perioder resultatmässigt. En av respondenterna som upplevde att kombinationen kunde påverka den idrottsliga prestationen beskrev även hur hon upplevde att de idrottsliga resultaten blivit bättre när hon inte lade lika mycket tid på skolan ”*Dem perioderna i mitt liv när jag var lite mer chill med skolan så gick det också bättre att [idrottens namn] och jag är ganska säker på att det har ett sammanhang*” (R6KL). En manlig lagidrottare menade även på att han upplevde det som jobbigt att vara just lagidrottare eftersom att han kände att det eventuellt kunde påverka hela laget negativt.

Många menade att det kunde vara ett problem att de hade svårt att släppa idrotten när de studerade och tvärtom. Två respondenter menade på att de upplevde att de hade svårt att släppa idrotten när de studerade. Två andra respondenter menade att det upplevde det som tvärtom ”*Jag känner att jag kan släppa idrotten när jag är i skolan... men jag kan inte känna att jag kan släppa skolan när jag håller på med idrotten*” (R5MI). Båda menade på att just i tävlingssituationer hade dem inga problem att behålla fokus på idrotten. Det handlade främst om under träningar samt den övriga tid som lades ner runt om idrotten där mycket fokus och tankar kunde hamna på studierna.

### 3.2.3 Tidsbrist & Stress

Den huvudsakliga svårigheten som många av respondenterna tog upp var bristen på tid och hur den påverkade deras sociala liv och möjligheten till fritidsaktiviteter. Flera respondenter menade att det inte blev så mycket tid över till annat och att studierna och idrotten i princip tog upp all tid ”*Jag hinner inte med någonting på fritiden det är jättetråkigt...men också tyvärr är det så det blir när man håller på*” (R5MI).

Detta har lett till att flera saker har varit tvungna att prioriterats bort vilket många upplever som tråkigt. Flera respondenter menade att det största problemet som uppstod med tidsbristen var att det sociala livet påverkades negativt, och många pratade då främst om mindre tid till att umgås med vänner.

Även om tidsbristen till största del visade sig påverka det sociala livet så menade två respondenter att det även hade påverkan på andra saker. En respondent menade att hon hade varit tvungen att prioritera bort andra intressen, valt bort att engagera sig i vissa studieaktiviteter som till exempel utbytesverksamhet som hon hade ett intresse av att göra. En manlig respondent beskrev även hur tidsbristen som uppstod på grund av idrotten kunde påverka studierna och att ofta tog idrotten så pass mycket tid att det helt

enkelt inte fanns någon tid över till studierna. Även om tidsbristen visade sig påverka det sociala livet, andra intressen och studierna så visade det sig ändå tydligast när en respondent förklarade att bristen på tid hade varit så stor att han varit tvungen att ta uppehåll från studierna. Han förklarade att han tagit uppehåll från studierna sex vårterminer i rad, på grund utav att tiden till både studierna och idrotten inte räckte till.

*”Så då har jag varit ledig från ja från studierna i och med att dem... det är så mycket tidsbundet... och det är... det har... inte varit rimligt att kombinera det med alla resor och allt det jag vill göra” -R7MI*

Av de åtta respondenterna så var det en kvinnlig respondent som inte upplevde någon tidsbrist överhuvudtaget. En respondent menade mer på att det är självklart att det kan uppstå tidsbrist och att det egentligen inte är ett problem eftersom att det är ett medvetet val som gjorts. Han menade på att han hade kunnat göra massa andra roliga saker, samtidigt är kombinationen ett aktivt val. Han förklarade att om man ska hålla på med elitidrott och studera samtidigt så får man faktiskt förstå att det är tidskrävande.

Samtliga respondenter menade även på att de hade upplevt någon typ av stress kopplat till kombinationen elitidrott och studier. Tre respondenter menade även på att stressen uppkom när studierna blev lidande på grund av att idrotten tog upp tid. En respondent menade på att hon kunde uppleva mental stress ifall hennes planering plötsligt blev förändrad. När en annan respondent beskrev tentaperioden framgick det att när idrotten och studierna krockade med varandra ordentligt så var det lätt att stress uppstod.

### 3.2.4 Svårare perioder

Samtliga respondenter i studien var eniga om att egen planering och framförhållning var viktigt för att kombinationen elitidrott och studier skulle fungera, speciellt under tidskrävande perioder när studierna och idrotten krockade. Resultatet visade tydligt på att de svårigheter som respondenterna beskrev upplevdes som värre under vissa perioder. De perioder som upplevdes som sämre var både kopplade till studierna och idrotten. Det var främst tentaperioder, tävlingsperioder och tuffa träningsperioder. Fyra respondenter menade att tentaperioderna var den absolut jobbigaste perioden i kombinationen *”Då påverkas allt med träning och stress och då är det ju tufft” (R7MI)*. De menade på att tentaperioden krockade väldigt mycket med idrotten eftersom att det blev mer fokus på studierna, vilket påverkade träningsfrekvensen under tentaperioden.



En respondent som upplevde tentaperioden som den jobbigaste menade att det var väldigt viktigt under denna period att försöka få ihop helheten, genom bättre logistik och planering. Ibland var det enda alternativet att medvetet minimera träningen och resor under tentaperioden för att klara av det.

Sämre perioder visade sig också vara kopplade till om idrottsäsongen krockade med studierna. Respondenterna i studien utövade alla olika idrotter vilket också gjorde att deras säsonger i vissa fall också låg under olika perioder. Två respondenter upplevde de värsta perioderna när idrotten krockade som mest med studierna *”Absolut sämst är oktober till december, då är det tigt under [idrottens namn] säsongen, så det är egentligen helt värdelöst...alla tentor jag har släpande är från då”* (R2ML). Den ena respondenten, vars idrott hade sin högsäsong på sommaren menade på att den värsta perioden var när studieuppgifter och tentor runt juni och augusti krockade med tävlingar.

Två av tre respondenter i studien som studerade en yrkesförberedande utbildning menade på att perioden när de hade praktik eller jour kunde påverka idrotten väldigt mycket. En respondent menade att idrotten hade drabbats väldigt hårt under en praktikperiod för att praktikplatsen låg på annan ort. Samma respondent som hade tagit uppehåll i sina studier menade även på att praktiken ofta var tvungen att flyttas till en period där det inte krockade med idrotten, oftast på sommaren. En annan respondent beskrev att sommaren kunde upplevas som en inte helt optimal period. Detta grundade sig i att respondenten var tvungen att jobba under sommaren på grund av otillräcklig ekonomisk uppbackning från klubb och landslag, samt uteblivande CSN under sommarperioden.

Fem av de åtta respondenterna beskrev det första året som svårhanterat, och att det hade blivit en förbättring från när dem först påbörjade sin kombination. En respondent beskrev att han i början av studietiden kunde sitta och stressa över studierna under idrottandet och vara stressad av idrotten under studierna, det hade dock blivit mycket bättre med åren *”Jag vet att just första året eller om det var andra året... då var jag väldigt stressad i nån period där och ja då tyckte jag inte att det var kul helt enkelt”* (R7MI). En tredje respondent förklarade att hon det första året lade för stort fokus på idrotten och att det fanns problematik med självstudierna. I dagsläget så var situationen

annorlunda och hon kunde behärska självstudierna mycket bättre och börjat tänka på hur tiden kunde användas. Två av respondenterna förklarade att de inte hade någon speciell strategi utan bara körde på som de gjort tidigare. Den sista respondenten förklarade att det första åren började med många tunga kurser och hade efter det trappats ner. Respondenten berättade även att han i början prioriterade skolan och gick sedan över till att prioritera idrotten efter att ha bytt program. De svar som erhållits från respondenterna indikerade på att det var svårare i början av kombinationen och att det blev enklare även om utmaningarna med kombinationen kvarstod.

### 3.2.5 Förbättringar

Även om samtliga respondenter upplevde kombinationen som genomförbar menade flera på att vissa resurser kunde förbättras. Fyra av de åtta förklarade att det behövdes bättre information till lärare och elever om vad som gällde i det elitidrottsvänliga lärosätet. En respondent förklarade att eftersom att lärarna berördes i stor utsträckning var det viktigt att dem fick information om vad som gällde och även att de var medvetna om vilka som utförde kombinationen. Två respondenter uttryckte att det skulle vara skönt att kunna flytta obligatoriska moment ”Att flytta tentor skulle man ju verkligen kunna vilja göra” (R2ML). En annan respondent berättade även att det diskuterats om mentorskap och tyckte att det var en bra idé. Han menade på att det hade varit värdefullt att få hjälp och tips av studenter som tidigare genomfört kombinationen. En annan respondent förklarade att han inte kunde ställa så höga krav på lärosätet mer än att han skulle ha möjlighet till att fortsätta idrotta och studera.

*”Jag tror inte att man kan begära så mycket mer än att man ska få hålla på med idrott som man tycker om jättemycket som du gärna lägger ner tid på och att skolan faktiskt hjälper dig så mycket som du kan och försöker flytta examinationer och försöker påverka dina studier på ett positivt sätt” -R5MI*

Respondenterna i studien har beskrivit att informationen kring vilka rättigheter som fanns varit dåliga och de hade därför inte använt så mycket av de stöd som var tillgängligt. Även om respondenterna upplevde att de inte utnyttjat möjligheterna så mycket så menade flera på att det var en trygghet att dem fanns.

### 3.3 Tränare, lärare, vänner & familj

#### 3.3.1 Tränare

Samtliga respondenter menade att det var viktigt att deras tränare var medvetna om att de kombinerade elitidrott med studier. Alla upplevde att tränaren hade en betydande roll när det kom till kommunikation och stöd kring kombinationen. De som upplevde stöd menade på att tränaren tyckte att det var bra att dem kombinerade elitidrott med studier. De upplevde att det inte var några problem att missa en träning på grund av studierna, samt att det var värdefullt att tränaren var insatt, uppmuntrande och förstående kring att fokus inte alltid kunde ligga på idrotten. ”*Han har fungerat bra och är väl medveten om det och det är inge problem [...] han har full förståelse för det vilket är väldigt skönt*” (R3ML). Det var viktigt att ha en god kommunikation med tränaren samt att individen hade en bra framförhållning när det gällde planeringen kring studierna, för att kunna lösa situationer när idrotten och studierna krockade.

En respondent menade att kombinationen av elitidrott och studier hade påverkats negativt utan en god kommunikation och stöttning från sin tränare. Han menade på att relationen till tränaren skulle vara sämre ifall det inte fanns en förståelse kring kombinationen. Han förklarade även att han trodde att det skulle påverka honom negativt, till exempel hur mycket han skulle få spela. Även om alla förklarade att stöd och kommunikation var väldigt viktigt så menade vissa på att de inte hade stöd. Två av respondenterna beskrev att kommunikation och stöd från deras tränare kring kombinationen mer eller mindre var obefintligt, även om inga konflikter uppstått. Båda respondenterna förklarade istället att det enda stöd de hade inom idrotten kom från lagkamrater vilket de ansåg som väldigt positivt. De beskrev att det hade påverkat dem positivt ifall tränaren hade varit mer insatt och mer mån om att hjälpa till i kombinationen. En tredje respondent menade också att det inte uppstått några konflikter kring kombinationen och beskrev mer en känsla av hur tränaren ställde sig till det kopplat till idrottsliga resultat.

*”Jag skulle säga att han är lite delad till det för att han själv tror nog att jag skulle lyckas bättre om jag inte studerade... eller jag får den känslan av att han skulle tycka att det var mer professionellt om jag bara satsade på idrotten” – R7MI*

### 3.3.2 Lärare

Upplevelsen är överlag att lärarna hade ett väldigt positivt bemötande kring kombinationen och stöttade studenterna när det kom till att ändra, flytta eller justera inlämningar eller presentationer ”*Just med obligatoriska moment som jag har missat så har det oftast varit väldigt mycket tillmötesgående att hitta en lösning*” (R7MI). Resultatet tyder på att de flesta lärare oftast var väldigt tillmötesgående och positivt inställda till att hitta alternativa lösningar när det behövdes. Samtliga respondenter menade att alla lärare inte var medvetna om att de kombinerade studierna med elitidrott. Enda gången lärarna visste om det var när det ansågs nödvändigt, när idrotten krockade med studierna.

En respondent beskrev en situation där en fullspäckad match och träningsvecka krockade med en veckolång seminarieuppgift, som hade varit helt omöjlig att klara utan lärarens stöttning och hjälp. Han förklarade att han fick möjlighet från läraren att skriva en inlämningsuppgift istället, vilket gjorde så att han inte behövde komplettera något i efterhand. Även om samtliga respondenter överlag upplevde ett positivt bemötande från lärarna kring kombinationen så hade tre av åtta respondenter ändå invändningar på känslor och upplevelser kring ett negativt bemötande. En av respondenterna i studien beskrev ett negativt bemötande från lärare ”*Han försökte få mig utslängd från kursen för att jag elitidrottade då...bara för att jag inte var där i början och han tog närvaro av nån anledning...man behövde inte ha det egentligen*” (R2ML). Två respondenter menade att de aldrig uppstått några konflikter eller att de blivit ifrågasatta kring att de kombinerade elitidrott och studier, de hade däremot upplevt känslor av att läraren haft en negativ inställning till det. En respondent beskrev en känsla av att lärarna tyckte att det var viktigare att satsa fullt ut på utbildningen för att lyckas inom arbetslivet, och att studierna borde prioriteras i högre utsträckning än idrotten. En annan respondent förklarade att han upplevde det som att lärarna såg idrotten som en hobby, samtidigt visade han förståelse kring det. Han menade att lärarna inte har betalt för att göra extra arbete för att en student ska få flytta saker eller göra inlämningsuppgifter en annan dag.

### 3.3.3 Vänner & Familj

Resultatet visade att samtliga av respondenterna beskrev sina familjer som stöttande och positivt inställda till kombinationen. Alla uttryckte att stödet från familjen var mycket viktigt i kombinationen ”*Det är väl egentligen den största stöttningen jag har tror jag,*

*det är väl viktigare än ett elitidrottsuniversitet eller så” (R2ML).* Två av de åtta respondenterna hade även haft möjlighet att bo hemma under den pågående studietiden. En av respondenterna förklarade att i och med att han bodde hemma så kunde föräldrarna hjälpa till med till exempel matlagning och att det kunde bidra till mer tid till annat och mindre stress. Flera menade även att föräldrarna var mer inställda på att studierna var lite viktigare än idrotten, de var dock stödjande oavsett prioritering.

När det kom till vänner inom idrotten så beskrev samtliga av respondenterna att det var viktigt eftersom att annars kunde idrotten bli tråkig. En av respondenterna upplevde att det var väldigt viktigt med vänner inom idrotten och att det var en stor anledning till att han höll på med idrotten. En annan menade att han presterade bättre i och med den sammanhållning som fanns i laget. En tredje menade att det var viktigt med vänner inom idrotten för att det spenderades så mycket tid med personerna. Även om det var viktigt med vänner inom idrotten så var samtliga respondenter överens om att det var lika viktigt med vänner utanför idrotten *”Det är väl skönt att ha lite vänner som man kan prata med något annat med som har en annan syn på saker än bara prata om idrott eller bara om skolan” (R7MI).* En stor anledning till det var för att få möjlighet att koppla bort idrotten eller skolan och kunna fokusera på andra saker.

## 4.0 Diskussion

Resultatet kommer att diskuteras och kopplas ihop med den tidigare forskningen samt den teoretiska utgångspunkten. Diskussionen kommer att utgå från samma struktur som resultatdelen, där fokus kommer att ligga på möjligheter, svårigheter samt tränare, lärare, vänner och familj. För- och nackdelar med metoden kommer att diskuteras under metoddiskussionen. Avslutningsvis presenteras en slutsats samt förslag till fortsatt forskning.

### 4.1 Resultatdiskussion

Syftet med denna studie var att öka kunskapen om elitidrottstudenter och deras upplevelser av att kombinera elitidrott och akademiska studier i ett elitidrottsvänligt lärosäte. De huvudsakliga resultaten av studien visar på att studenterna upplever sina möjligheter som relativt goda, även om de fortfarande uppkommer vissa svårigheter. Majoriteten av respondenterna menar på att kommunikation och stöd från tränare, lärare, vänner och familj är en viktig del i att klara av kombinationen elitidrott och studier.

Den teori som använts i studien är karriärutvecklingsmodellen som erbjuder ett holistiskt perspektiv på en idrottares karriär och fokuserar på utveckling inom olika områden (Wylleman m.fl. 2004). Resultatet i studien visar att utvecklingen inom de olika nivåerna kan påverkas beroende på var personen lägger fokus. Utbildning och yrkesnivån kan påverkas negativt i kombinationen om fokus ligger på de idrottsliga prestationerna. En liknande effekt förekommer om fokus istället ligger på studier då utvecklingen inom den idrottsliga nivån påverkas. I resultatet förklarade respondenter som lagt mycket energi på idrotten att det påverkade de akademiska resultaten negativt. De respondenter som lagt mycket energi på studier beskrev att de idrottsliga prestationerna hade påverkats negativt. Även om det ligger ett stort fokus på en av dessa nivåer så utvecklas personen även inom den andra nivån. Graden av utveckling är däremot lägre än vad den skulle kunna vara. Resultatet tyder på att utvecklingen inom både den idrottsliga- samt utbildnings och yrkesnivån påverkar den psykosociala nivåns utveckling. I huvudsak har den sociala utvecklingen påverkats negativt och då mestadels på grund utav att det inte finns mycket tid till att träffa vänner eller att utföra andra fritidsaktiviteter. Däremot finns det en positiv påverkan med att fokusera på utveckling inom utbildning och idrott och det är att individerna utvecklas till att bli mer självständiga samt att ta mer ansvar. Utvecklingen inom samtliga nivåer påverkar varandra, och hur personen utvecklas inom de olika nivåerna beror på vilka val som görs.

När det kommer till studenternas möjligheter till att kombinera elitidrott och studier så menar RF (2017) att det elitidrottsvänliga lärosätet ska ge studenterna en rad olika möjligheter med syfte att underlätta kombinationen, studiens resultat tyder på att detta inte stämmer helt. Samtliga av respondenterna menar att de inte utnyttjat det elitidrottsvänliga lärosätets möjligheter speciellt mycket, och att kombinationen ändå är genomförbar. De flesta av respondenterna menar på att de i vissa fall har goda möjligheter till att flytta på inlämningsuppgifter, vilket stärks av Stråhlman (1997). Flera menar dock att det inte har någonting med att lärosätet är elitidrottsvänligt att göra, utan att det mer handlar om att lärarna är tillmötesgående. En intressant aspekt av detta är att de möjligheter som både RF och lärosätena fokuserar på är egentligen möjligheter som en vanlig student skulle kunna ha tillgång till, t ex att flytta en inlämningsuppgift, eller att missa ett seminarietillfälle och få en kompletteringsuppgift.

Istället borde större fokus ligga på möjligheter som verkligen bara är en hjälp för en elitidrottande student, som t ex elitgruppsverksamhet som tre respondenter i studien hade tillgång till, andra hade även möjlighet till anpassad praktikplats samt möjlighet att bli prioriterad vid intagning efter studieuppehåll. De respondenter som hade möjlighet till elitgruppsverksamhet upplevde det som väldigt positivt. En respondent menade även att det skulle vara inspirerande att ha en mentor som tidigare gjort samma kombination. Detta kan tolkas som att det kanske inte enbart är viktigt att få information och stöd från lärosäte och RF utan minst lika viktigt att träffa andra som gör samma kombination, där det finns möjlighet att dela med sig av tips och kunskap kring hur kombinationen kan förbättras.

Enligt RF (2018) ska det finnas möjlighet till i den mån det går att flytta tentor, vilket samtliga respondenter utom en aldrig kunnat göra. Flera respondenter menar på att detta skulle vara en möjlighet som skulle kunna hjälpa dem mycket i kombinationen. Det läggs stort fokus från lärosätets sida på att det ska gå att skjuta upp obligatoriska moment, vilket tycks det väldigt orimligt om det inte går att flytta och justera tider för tentor. Det finns en förståelse kring att det kan vara problematiskt att kunna flytta obligatoriska moment på grund av idrotten, samtidigt känns det som att det borde finnas en större tydlighet kring exakt vilka moment som går att flytta och inte.

Samtliga respondenter i studien menar att kommunikationen kring vad som gäller med det elitidrottsvänliga lärosätet är otillräcklig. En respondent förklarar att kommunikationen kring lärare och lärosäte är för dålig, och att lärarna ofta inte vet vad som gäller. Elitidrottsvänliga lärosäten startades upp hösten 2015 (RF, 2017). En anledning till att kommunikationen och informationen inte fungerar skulle kunna vara att konceptet elitidrottsvänligt lärosäte är väldigt nytt i Sverige. Detta resonemang skulle även kunna stärkas genom en jämförelse med andra länders stödprogram. Australien Government (2018) beskriver deras Program EAFU som väldigt bra när de kommer till att stötta studenter. Jämför man de elitidrottsvänliga lärosätena med t ex Australien så visar det sig tydligt att Australien har fler möjligheter, de har också utformat programmet i 39 av sina universitet och har funnits sedan 1981 (a.a). Detta kan tyda på att ju längre tid ett program har funnits desto bättre fungerar det. I Sverige är EVL relativt nytt och det kan vara en anledning till att flera upplever att det inte fungerar som det är tänkt. Ett antagande som kan göras är att ju längre tid och ju flera år

det elitidrottsvänliga lärosätet får etablera sig, desto mer kommer det att utvecklas genom bättre möjligheter. Om lärosätena är mottagliga för kritik och villiga att lyssna på studenternas behov kommer förmodligen utvecklingen gå framåt.

Fahlström m.fl. (2014) menar på att ett nationellt system skulle underlätta kombinationen, vilket resultatet i denna studie visar att det gör till viss del. De menar på att problemen som uppstår utan ett nationellt system, i detta fall ett elitidrottsvänligt lärosäte, är tidsbrist, stor arbetsbelastning och påverkan på de akademiska och idrottsliga prestationerna. Det som är intressant är att resultatet tyder på att det elitidrottsvänliga lärosätet inte underlättar de flesta svårigheter som kan uppstå. De kan i vissa fall hjälpa med flexibilitet och möjlighet till att kunna flytta saker. Denna studie visar dock på att svårigheter som tidsbrist, stress och påverkan på akademiska och idrottsliga prestationer ändå finns kvar. Detta stärks av Subijano m.fl. (2015) som menar på att ett stödprogram som ger studenten möjligheter att t ex att kunna flytta vissa saker inte underlättar svårigheterna som att bland annat stress kan uppstå, dock att det kan ha andra positiva effekter som t ex närmare kontakt med organisationer och ett bredare nätverk inom idrotten.

Studiens resultat visar på att de som prioriterar antingen elitidrotten eller studierna mer än den andra, upplever att den del som inte prioriteras påverkas negativt. Enligt Aquilina (2013) är det viktigt att prioritera båda delarna lika mycket för att underlätta kombinationen så mycket som möjligt. Att prioritera båda delarna kan vara nästintill omöjligt då det tar väldigt mycket tid, istället är det nog viktigt att hitta en balans som fungerar för individen, eftersom att alla är olika och prioriterar olika. En intressant aspekt av studiens resultat är att männen prioriterar idrotten och kvinnorna prioriterar studierna. Även om det inte går att generalisera i denna studie eftersom att könsfördelningen är ojämn, med sex män och två kvinnor. Det kan finnas fler anledningar till att kvinnorna prioriterar studierna före idrotten. En anledning till detta kan vara att kvinnliga elitidrottare tjänar mindre än manliga elitidrottare. Även om en kvinnlig idrottare blir heltidsproffs i sin idrott kommer det i jämförelse med männen vara svårt att försörja sig på bara idrotten, eftersom att kvinnor överlag inom idrotten tjänar mindre än männen. Ljunglöf och Norberg (2003) beskriver skillnaderna mellan kvinnor och mäns utövande av elitidrott. De menar att kvinnorna inte finns där pengarna finns samt att kvinnliga idrottare får betydligt mindre statligt stöd än manliga idrottare.



Skillnaden i prioriteringar skulle dock inte främst behöva bero på kön utan på flera andra aspekter, t ex möjlighet till ekonomisk ersättning från förening och idrottsförbund. Det kan även bero på vilken typ av idrott som individen utövar, eller typ av studieprogram. Är det en mindre populär idrott, där det finns vetskap om att det aldrig kommer gå att försörja sig på den, kan det vara självklart att prioritera studierna istället.

Tidigare forskning visar på att ekonomi kan upplevas som en svårighet (Tekavc m.fl, 2015; Bankel m.fl. 2017). Majoriteten i denna studie upplever inte deras ekonomiska situation som ett problem. Resultatet i studien visar ändå på att möjligheten till ekonomiskt stöd anses som bra även om det inte är nödvändigt. De respondenter i studien som fått möjlighet till stipendium menar på att det underlättar kombinationen. Detta kan tyda på att ju bättre ekonomi elitidrottstuder har desto större möjlighet finns att satsa fullt ut på idrotten, och att inte behöva jobba eller lägga ner egna pengar på t ex resor och tävlingar. Detta stärks av Miller och Kerr (2002) som menar på att genom ett ekonomiskt stöd är det enklare att hitta en balans i den dubbla karriären. Det ekonomiska stödet skulle kunna ses ur flera olika synvinklar. Stödet kan ses som en stor motivation till att fortsätta och slutföra kombinationen. Motivation kan ges dels för viljan att fortsätta studera och även för att få bekräftelse på att de idrottsliga prestationerna uppmärksammas av t ex RF genom stipendium. En intressant aspekt av det ekonomiska stödet är att det skulle kunna påverka negativt. Stödet skulle kunna skapa en bekvämlighet hos idrottaren. Detta skulle kunna leda till att de akademiska prestationerna påverkas genom att idrottaren känner att studierna inte är lika viktiga på grund av ett redan stort ekonomiskt stöd. Behovet av studiemedel kan vid tillgång till ett elitidrottstipendium upplevas som inte lika viktigt, vilket kan leda till att studierna prioriteras bort.

Flera studier visar på att de primära svårigheterna med kombinationen elitidrott och studier är brist på tid samt uteblivandet av fritidsaktiviteter (Fryklund 2012; Tshube & Feltz 2015; Geranisova & Ronkainen 2014; Bankel m.fl. 2017). Miller och Kerr (2002) menar även att kombinationen bidrar till stressrelaterade upplevelser. Detta stärker resultatet i denna studie som visar att respondenterna upplever tidsbrist och stress. Tidsbristen kopplat till kombinationen elitidrott och studier är förmodligen till viss del ofrånkomlig, på grund utav att båda kräver mycket tid och att vissa saker som t ex andra

intressen kommer vara tvungna att prioriteras bort. Två respondenter i studien har på grund av tidsbristen valt att studera på halvfart eller att ta uppehåll från studierna. Detta visar tydligt att det går att minska tidsbristen, ändå är det bara två respondenter som utnyttjat det. Detta kan bero på en vilja att slutföra studierna så tidigt i karriären som möjligt, och för att göra kombinationen så kort som möjligt. Om bristen på tid skulle minimeras, skulle det också kunna minska risken att stress uppkommer, eftersom att det förmodligen har ett sammanhang.

Både Miller och Kerr (2002) och Tshube och Feltz (2015) stärker studiens resultat att kombinationen är mer svårhanterad i början av studiekarriären. Detta tyder på att studenterna utvecklas i att kunna hantera kombinationen på ett bättre sätt. Att studera på universitet eller högskola är en stor omställning från gymnasiet när det kommer till studieupplägg och studieteknik. När en elitidrottare börjar studera en högre utbildning så är det flera saker som måste gå i lås. Det handlar inte bara om att kunna kombinera idrotten med studier utan även att vänja sig till det nya studiesättet och att få ihop det nya vardagspusslet, det blir många förändringar på kort tid och det handlar om att anpassa sig. Resultatet i studien visar att respondenterna upplever kombinationen som mer behaglig med tiden.

Flera respondenter i studien resonerar kring resurser som de anser borde förbättras för att underlätta kombinationen. Tidigare studier visar på att en minskad flexibilitet kan skapa problem för att balansera idrotten med studierna (Tekavc m.fl 2015; Tshube & Feltz 2015). Detta tyder på att ifall respondenterna i studien haft större flexibilitet kring vissa delar, t ex att kunna flytta tentor skulle det kunna underlätta kombinationen. Att kunna flytta en tenta skulle kunna eliminera ett stressrelaterat moment samt minimera de svårigheter som uppstår kring tentamensperioderna. Samtidigt menade vissa på att det inte kunde ställa för mycket krav på lärosätet när det kom till resurser som kunde hjälpa, när många tar upp samma typ av förbättringar känns det som att det är en stor del som skulle kunna göra skillnad.

Alla respondenter i studien upplever inte att de har en god kommunikation, relation eller stöd från sin tränare när det gäller att de kombinerar elitidrott och studier, även om samtliga menar på att det är viktigt att ha det. Detta stärks av Kristiansen m.fl (2012) som menar på att kommunikationen är viktig, och Tekavc m.fl (2015) menar på att

relationen mellan idrottare och tränare är viktig. En god relation och en bra kommunikation kan i alla sammanhang anses viktig mellan tränare och idrottare, detta kan bli ännu viktigare när det handlar om att kombinera elitidrott och studier. Tekavc m.fl (2015) visar även på att konflikter med tränaren kan uppstå på grund av kombinationen. Detta är något som ingen respondent i den här studien har upplevt. Detta kan bero på ett flertal saker. Främst handlar det nog om hur tränaren är som individ och hur tränaren upplever att det påverkar idrotten, samt vad tränaren tycker är viktigt. Det skulle även kunna bero på vilken nivå som idrotten utövas på. En elitidrottare på nationell nivå är ofta inte heltidsproffs och då blir det mer självklart att kombinera idrotten med antingen jobb eller studier, vilket minskar risken för att konflikter med tränare ska uppstå. Aquilina (2009) menar även på att tränaren kan ha en stark åsikt om hur en elitidrottarens livsstil bör se ut. En respondent i studien hade en känsla av att hans tränare trodde att han skulle prestera bättre om han inte studerade. Detta går ihop med hur det kan påverka de idrottsliga prestationerna. Det kan vara så att tränare kan ha en känsla eller en vilja av att individen bara ska satsa på idrotten, och samtidigt ha ett förstånd av att det inte går att styra helt vad idrottaren har för andra sysselsättningar.

Majoriteten av respondenterna i studien beskriver att de upplever lärarnas bemötande som positivt och att de oftast är väldigt tillmötesgående till att hitta alternativa lösningar. Även om de flesta upplever lärarna som stöttande och positivt inställda till kombinationen menade tre respondenter att de ändå hade upplevt negativa situationer. Enligt Geranisova och Ronkainen (2014) kan vissa lärare vara motstridiga i början av kombinationen samt ha en negativ bild av att inte bara satsa på studierna. Två respondenter i denna studie upplever att de har känslor av att lärarna tycker att de borde satsa på studierna istället, en har upplevt att det skapats en konflikt på grund av kombinationen. Att lärarna är tillmötesgående och att det oftast försöker hitta lösningar visar på att kombinationen är accepterad. Detta går att koppla ihop med kommunikationen kring det elitidrottsvänliga lärosätet. Resultaten kan tyda på att de lärare som är negativt inställda till kombinationen kanske inte har tillräckligt med kunskap kring ämnet och inte blivit tillräckligt informerade om vad som gäller. Är lärarna inte informerade kring vad som gäller känns det inte som att det går att kräva av dem att de ska lägga ner extra tid på att hjälpa en student för att den ska kunna

kombinera sina studier med idrott. Dels för att det tar tid och även för att det har lärarna inte betalt för att göra.

När det kom till vänner och familj så visar flera studier på att det är viktigt att ha både vänner inom och utanför idrotten (Tekavc m.fl. 2015; Geraniosova & Ronkainen. 2014; Brown m.fl. 2015). Detta stärks i denna studie då många tycker det är viktigt. Det ansågs väldigt viktigt med vänner utanför idrotten för att kunna koppla bort och tänka på annat. Tekavc m.fl. (2015) menar på att det går att hitta en psykologisk och social balans, vilket är intressant, det kan kopplas till att om en elitidrottstudent har vänner inom idrotten, skolan samt utanför båda, går det att uppnå en social balans, vilket flera i studien gjorde. Att kunna koppla bort helt upplevs som viktigt. Detta kan tyda på att studenter tycker att detta är viktigt för att koppla bort stress och flera störande moment som uppkommer med kombinationen, och att detta fungerar att göra genom att umgås med vänner som inte har någon koppling till idrotten eller till studierna. Flera respondenter menar att deras familj var det viktigaste stödet i kombinationen och det stärks upp av ett flertal studier där familjen hade en positiv påverkan på individerna för att hjälpa dem att kunna kombinera elitidrott och studier (Tekavc m.fl. 2015; Geraniosova & Ronkainen. 2014; Brown m.fl. 2015).

## **4.2 Metoddiskussion**

För att kunna svara på syfte och frågeställningar har denna studie haft en kvalitativ ansats med semistrukturerade intervjuer. Metoden har upplevts som ytterst relevant eftersom att det har varit fokus på studenternas upplevelser kring att kombinera elitidrott och studier. Kvale och Brinkmann (2014) menar på att det inte finns några direkta regler för hur en oerfaren forskare ska förhålla sig till intervjuer. Eftersom att författarna i studien inte haft någon större erfarenhet kring intervjuer har en viktig del i processen varit att noga förbereda och planera intervjuerna. Det har även varit stort fokus på att författarna ska förhålla sig på ett så likande sätt som möjligt när intervjuerna genomförts. Att noga kontrollera dessa delar har varit till stor hjälp för författarna för att behålla fokus under intervjuerna samt att genomförandet blivit så noga utfört som möjligt.

Som urvalsmetod valdes ett klusterurval eftersom att processen skulle ske i flera steg (Hassmén & Hassmén, 2008). Urvalet valdes också eftersom att författarna ansåg att

samtliga elitidrottsvänliga lärosäten i Sverige inte kunde väljas. Eftersom att tanken från början var att göra alla intervjuer face-to-face valdes bara lärosäten i Mellansverige för att de ansågs geografiskt lättillgängliga. Allt eftersom att urvalsprocessen genomfördes upptäckte författarna möjligheten till att kunna göra intervjuer via Skype och telefon. Detta kan i efterhand ses som en nackdel då studien inte enbart hade behövt begränsa sig till lärosäten i Mellansverige. Lärosäten i de södra och norra klustren hade kunnat väljas och på så sätt hade studien fått ett mer geografiskt utspritt urval, och även gjort studien mer generaliserbar.

Könsfördelningen i studien är ojämn med sex män och två kvinnor. Eftersom att resultatet visar på att dessa grupper prioriterar studierna och idrotten olika hade resultatet i studien möjligtvis kunna påverkats vid en mer jämn könsfördelning. De två bortfallen i studien var båda kvinnliga. Författarna gjorde inga åtgärder för detta, dels för att antalet respondenter ansågs tillräckligt och även för att studien inte har som huvudfokus att undersöka skillnader mellan män och kvinnor. Det fanns heller ingen anledning att rekrytera flera deltagare till studien eftersom att en informationsmättnad redan hade uppnåtts med de intervjuer som genomförts. Eftersom att det visade sig i vissa fall vara skillnader på män och kvinnors tankar hade det varit intressant ifall fördelningen varit mer jämn. Det ena bortfallet i studien skedde på grund av försent svar från respondenten, vilket författarna inte kunde påverka. Det andra bortfallet skedde på grund av otydlig information i den första mailkontakten med lärosätena. Anledningen till bortfallet var att studenten studerade vid ett elitidrottsvänligt lärosäte, som tränare och inte som aktiv elitidrottare. Detta gjorde så att författarna och den tilltänkte respondenten hade en mailkontakt fram tills att informationsbrevet skickades ut och intervjuerna skulle planeras. Detta gjorde så att en extra mailkontakt gjordes i onödan vilket tog tid både för författarna och den tilltänkta respondenten.

Intervjuguiden har upplevts som ett bra verktyg för att på ett enkelt sätt kunna hålla en struktur i intervjun. Den semistrukturerade intervjun upplevs också som en fördel eftersom att det gjort så att samtalet blivit mer öppet samtidigt som författarna kunnat styra samtalet till viss mån, för att hålla sig till ämnet. De frågor som använts har varit bakgrundsfrågor, inledande frågor, uppföljande och sonderade frågor. Hade dessa olika frågetyper inte använts under intervjuerna hade vissa beskrivande och utvecklande svar kunna uteblivit i de intervjuer där respondenten inte utvecklade sina svar. Pilotintervjun

upplevs som en viktig del eftersom att det har hjälpt författarna att revidera intervjuguiden och säkerställa att syfte och frågeställningar besvarats.

Genomförandet och kontakten med respondenterna har skett enbart via mailkontakt. Detta har genom processen upplevts som en nackdel. En telefonkontakt med respondenterna hade varit mer tidseffektiv eftersom att tid och plats hade kunnat planerats in direkt, istället för att ha en längre mailkontakt innehållande flera svar fram och tillbaka med samtliga respondenter. En ytterligare påminnande telefonkontakt med lärosätet hade också varit fördelaktigt som ett komplement till mailet, eftersom att ett av lärosätena svarade sent efter utskickad information. Kvale och Brinkmann (2014) tar upp både för och nackdelar med datorstödda och face-to-face intervjuer. Författarna upplevde att face-to-face intervjuer var mer avslappnade. Det var enklare att uppfatta när respondenten tog pauser för att fundera över sina svar, detta genom att kunna ta del av kroppsspråk och ansiktsuttryck. För att göra detta möjligt skulle intervjuerna som gjordes via Skype istället skett i videoformat. Att träffa respondenterna kan ha bidragit till en mer trygg och avslappnad miljö för både respondenterna och även författarna. Respondenterna kan därför eventuellt ha gett mer utvecklade svar jämfört med de intervjuer som utfördes via Skype och telefon. Detta kan i sin tur ha lett till skillnader i svaren mellan de olika genomförandena av intervjuerna även om det inte varit avsevärt stora. Eftersom att författarna känt sig mer bekväma vid face-to-face kan det ha påverkat deras sätt att formulera sina frågor samt att samtalet kan ha blivit mer flytande jämfört med i Skype och telefonintervjuerna.

Anledningen till att dela upp intervjuerna var främst på grund av studiens tidsram på tio veckor. Uppdelningen sågs som positiv för att både kunna genomföra och transkribera intervjuerna så tidigt i processen som möjligt. Nackdelen med att dela upp intervjuerna var att författarna inte fick ta del av alla intervjuer på plats. För att ändå få en helhetsuppfattning av alla intervjuer transkriberade författarna varandras intervjuer. Även om kodningen och meningskoncentreringen fungerade som goda analysmetoder så upplevdes analysen av insamlade data som tyngre än väntat. Anledningen till att det upplevdes som tungt var författarnas oerfarenhet att tolka mängden data som skulle analyseras. Analysen sågs som en fördel för att det tvingade författarna att fördjupa sig i materialet för att förstå detaljer. Det upplevdes också som en fördel att följa en

analysmetod med flera tydliga steg, detta för att enkelt kunna förhålla sig till analysen och veta vad som skulle göras.

Författarna i studien har kontrollerat trovärdigheten genom hela studien, genom att läsa igenom analysen flera gånger. Deltagarkontrollen som genomförts ses även som positivt för studiens trovärdighet (Malterud, 1998). Genom att skicka ut en sammanfattning av de centrala delarna i varje enskild respondents intervju kunde de kontrollera att det inte skett några missuppfattningar. Även om författarna försökt att förhålla sig på ett så liknande sätt som möjligt under intervjuerna så finns det en risk att små skillnader i hur dem genomfört kan ha påverkat tillförlitlighet. För att öka pålitligheten så hade samtliga intervjuer kunnat genomföras av samma person för att minimera skillnaderna i genomförandet.

Respondenterna fick en tydlig beskrivning av studiens etiska riktlinjer dels genom informationsbrevet samt en kortfattad genomgång innan intervjuerna genomfördes. Anledningen till att informera respondenterna igen innan intervjuerna startade var för att påminna om intervjuens upplägg samt deras rättigheter.

### **4.3 Slutsats & Fortsatt forskning**

Det kan vara svårt att dra övergripande slutsatser på grund utav att studenterna har olika typer av idrotter samt olika utbildningar. Något som kunde ses utifrån den här studien är att även om elitidrottsstudenterna upplever att det finns en mängd möjligheter att genomföra kombinationen finns det fortfarande en del som kan förbättras. Många av respondenterna använder inte stöden som finns tillgängliga i någon större utsträckning eftersom att de upplever att det fungerar ändå. En stor anledning till det beror på att informationen om vad som gäller är otillräcklig. Ett steg närmare för att minska de svårigheter som upplevs i samband med kombinationen är en tydligare och mer lättillgänglig information för elitidrottande studenter samt lärare. Resultatet i den här studien stämmer överens med tidigare forskning. Det som kan identifieras i denna studie som inte framgår i tidigare forskning är att det finns brist i kommunikation och dålig information om vilka rättigheter som gäller i det elitidrottsvänliga lärosätet. Det har även visat sig att det kan vara viktigt att träffa andra som genomför samma kombination för att få tips och skapa motivation. Förhoppningen är att denna studie ska kunna hjälpa blivande elitidrottstudenter, elitidrottsvänliga lärosäten samt studenternas tränare.

Resultatet från intervjuerna skulle kunna hjälpa de elitidrottsvänliga lärosätena att förbättra vissa resurser, och på så sätt ge elitidrottstudenter bättre möjligheter att genomföra kombinationen. Studien skulle även kunna hjälpa blivande elitidrottstudenter att förbereda sig inför de identifierade svårigheterna som resultatet visar. Resultatet skulle även kunna ge studenternas tränare en större förståelse kring deras betydelse i kombinationen, genom att förbättra deras syn och stöd. Under processens gång har författarna haft tankar kring fortsatt forskning som skulle kunna vara av intresse. Det skulle vara intressant att genomföra en studie som jämför skillnader på hur det ser ut i olika lärosäten. Fortsatta studier skulle kunna rikta in sig enbart på RIU eller lärosäten utan stöd. Ett förslag är att jämföra vilka skillnader det är i upplevelser i ett RIU jämfört med ett EVL. Det skulle också vara intressant att jämföra EVL med ett lärosäte som inte har något stöd alls. Andra förslag är att jämföra skillnader mellan män och kvinnor, skillnader mellan lagidrott och individuell idrott och att titta på om det finns skillnader beroende på vilket program som studeras.



## Referenser

Aquilina. D (2013). A Study of the Relationship Between Elite Athletes' Educational Development and Sporting Performance. *The International Journal of the History of Sport*, 30 (4), 374-392. Doi: 10.1080/09523367.2013.765723

Aquilina. D & Henry. I (2010). Elite athletes and university education in Europe: a review of policy and practice in higher education in the European Union Member States. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 2 (1), 25-47. Doi: 10.1080/19406941003634024

Aquilina. D (2009). *Degrees of Success: Negotiating Dual Career Paths in Elite Sport and University Education in Finland, France and the UK*. Doktorsavhandling, Loughborough University, Loughborough. Från <http://space.iboro.ac.uk>

Australian Government, Australian Sports Commission. *University network*. Tillgänglig: [https://www.ausport.gov.au/ais/personal\\_excellence/university\\_network](https://www.ausport.gov.au/ais/personal_excellence/university_network) [2018-02-06]

Backman. J (2008). *Rapporter och uppsatser*. Studentlitteratur AB: Lund.

Bankel. J, Eriksson. P, Hallquist. P, Lindahl. K, Linnér. L, Stambulova. N, Svanfeldt. K, Uebel. M, Wiorek. D. (2017). *Nationella riktlinjer för elitidrottarens dubbla karriärer*. Riksidrottsförbundet: Stockholm.

Brown. D, Fletcher. D, Henry. I, Borrie. A, Emmett. J, Buzza. A, Wonbwell. B (2015) A British university case study of the transitional experiences of student-athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 79-90. Doi: 10.1016/j.psychsport.2015.04.002

Carlsson. A (2013). Elitidrott och högre utbildning. Tillgänglig: [http://www.riksdagen.se/sv/Dokument-Lagar/Forslag/Motioner/mot-201213Ub272-Elitidrotto\\_H002Ub272/](http://www.riksdagen.se/sv/Dokument-Lagar/Forslag/Motioner/mot-201213Ub272-Elitidrotto_H002Ub272/) [2018-02-01]

Fahlström. PG, Patriksson. G, Stråhlman. O (2014). *Vägen från landslaget - om elitidrott, karriär och avslutning*. Göteborg: (FoU-rapport 2014:3).

Fryklund. S (2012). *Swedish Student-Athletes' Within-Career Transitions*. Malmö: Malmö University, *Department of Sport Sciences*.

Geranosova. K, Ronkainen. N (2014). The Experience of Dual Career through Slovak Athletes' Eyes. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*. 61, 53-64. Doi: 10.1515/pcssr -2015-0005

Gratton. C, Jones. I (2010). *Research Methods for Sports Studies*. London: Routledge.

Hassmén. P, Hassmén. N (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. SISU idrottsböcker: Stockholm. (sida 113, 390)

Hassmén. P, Hassmén. N, Plate. J (2003). *Idrottspsykologi*. Natur och Kultur: Stockholm. (sidor 119-121).

Hedin. A & Martin. C (u.d.) (1996). *En liten lathund om kvalitativ metod med tonvikt på intervju.*

Högskolelagen (1992:1434). Tillgänglig [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/hogskolelag-19921434\\_sfs-1992-1434](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/hogskolelag-19921434_sfs-1992-1434) [2018-02-01]

Kristiansen. E, Tomten. E, Hanstad. V, Roberts. C (2012). Coaching communication issues with elite female athletes: Two Norwegian case studies. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*. 22 (6), 156-167. Doi: 10.1111/j.1600-0838.2012.01521.x

Kvale. S, Brinkman. S (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Studentlitteratur AB: Lund. (Sida 246)

Lindfelt. M (2007). *Eliten e`liten - men växer. Förändrade perspektiv på elitidrott.* (FoU-rapport 2007:11). Stockholm: Riksidrottsförbundet. Tillgänglig: <http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/elitidrott/eliten-e-liten-men-vaxer.pdf> [2018-02-13]

Ljunglöf, S. & Norberg, J (2003). *Idrott, kön och genus – en kunskapsöversikt.* Riksidrottsförbundet: Stockholm. (FoU-Rapport;2003:1)

MacNamara. A, & Collins. D (2010). The role of psychological characteristics in managing the transition to university. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 353–362. Doi: 10.1016/j.psychsport.2010.04.003

Malterud. K (1998). *Kvalitativa metoder i medicinsk forskning*. Studentlitteratur AB: Lund.

McKenna. J, & Dunstan-Lewis. N (2004). An Action Research Approach to Supporting Elite Student athletes in Higher Education. *European Physical Education Review*,10 (2), 179–98. Doi:10.1177/1356336X04044070

Miller. P, Kerr. G. (2002). The Athletic, Academic and Social Experiences of Intercollegiate Student athletes. *Journal of Sport Behavior* 25, no. 4. 346 – 63.

NCAA. (2004). *NCAA strategic Plan*: Tillgänglig: [www.ncaapublications.com/productdownloads/SP04.pdf](http://www.ncaapublications.com/productdownloads/SP04.pdf) [2018-02-06]

PMP in partnership with the Institute of Sport and Leisure Policy Loughborough University (2004). *European Commission Dg Education & Culture Education of young sportspersons final report*. Tillgänglig: [http://edz.bib.uni-mannheim.de/daten/edz-b/gdbk/04/pmp-study-dual-career\\_en.pdf](http://edz.bib.uni-mannheim.de/daten/edz-b/gdbk/04/pmp-study-dual-career_en.pdf) [2018-02-06]

Pagrotsky. L. (2012). *Elitidrottares förutsättningar för högre studier*. Tillgänglig: [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/motion/elitidrottares-forutsattningar-for-hogre-studier\\_GU02Ub401](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/motion/elitidrottares-forutsattningar-for-hogre-studier_GU02Ub401) [2018-02-01]

- Riksidrottsförbundet (2017). *Riksidrottsuniversitetet*. Tillgänglig: [www.svenskidrott.se/Elitidrott/Riksidrottsuniversitet](http://www.svenskidrott.se/Elitidrott/Riksidrottsuniversitet) [2018-02-01]
- Riksidrottsförbundet (2016). *Verksamhetsberättelse med årsredovisning*. Tillgänglig: <http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/dokumentbank/rfs-verksamhet/verksamhetsberattelse-2016.pdf?w=900&h=900> [2018-03-06]
- Riksidrottsförbundet (2017). *Elitidrottsstipendium*. Tillgänglig: [www.svenskidrott.se/Elitidrott/Elitidrottsstipendium](http://www.svenskidrott.se/Elitidrott/Elitidrottsstipendium) [2018-02-01]
- Subijana. C, Barriopedro. M & Conde. E (2015) Supporting Dual Career in Spain: Elite athletes barriers to study. *Psychology of Sports and Exercise*, 21, 57 - 64. Doi: 10.1016/j.psychsport.2015.04.012
- Sjöblom. P, & Fahlén. J. (2012). Till OS med olika bagage - London första testet för elitstödet. *Svensk idrottsforskning*. 2, 9-13.
- Stambulova. N, Stephanb. Y, Japhaga. U. (2007). Athletic retirement: A cross-national comparison of elite French and Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 101-118. Doi: 10.1016/j.psychsport.2006.05.002
- Stambulova. N, Engström. C, Franck. A, Linnér. L. (2013). *På väg mot att bli "vinnare i långa loppet" – Riksidrottsgymnasieelevers upplevelser av dubbla karriärer under sitt första läsår*. FoU-rapport 2013:3, Riksidrottsförbundet.
- Stråhlman, O. (1997). *Elitidrott, karriär och avslutning*. Akademisk avhandling. Göteborg: Acta Universitatis Gothoburgensis.
- Stråhlman. O (2001). Svenska idrottstalangers möjligheter att kombinera elitidrott och studier. *Svensk idrottsforskning*, 4, 41-43.
- Tekavc. J, Wylleman. P, & Erpic, S. C. (2015). Perceptions of dual career development among elite level swimmers and basketball players. *Psychology of Sport and Exercise*, 21 (11), 27–41. Doi: 10.1016/j.psychsport.2015.03.002
- Tshube. T, & Feltz, D. L. (2015). The relationship between dual-career and post-sport career transition among elite athletes in South Africa, Botswana, Namibia and Zimbabwe. *Psychology of Sport and Exercise*, 2. 109-114. DOI: 10.1016/j.psychsport.2015.05.005
- Wylleman. P, Alfermann. D & Lavalley. D. (2004). Career transitions in sport: European perspectives, *Psychology of Sport and Exercise*, 5 (1), 7-20. DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00049-3](http://dx.doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00049-3)
- Wylleman. P, De Brandt. K, Defruyt. S (2017). GEES Handbook for Dual Career Support Providers (DCSPs). Tillgänglig: [https://kics.sport.vlaanderen/topsport/Documents/170301\\_GEES\\_Handbook\\_for\\_dual\\_career\\_support\\_providers.pdf](https://kics.sport.vlaanderen/topsport/Documents/170301_GEES_Handbook_for_dual_career_support_providers.pdf) [2018-02-01]

# Bilaga 1

## Intervjuguide

### Bakgrundsfrågor

Kan du berätta lite om dig själv:

- Hur gammal är du?
- Vilken idrott utövar du och på vilken nivå?
- Hur länge har du utövat din idrott?
- Vilket program studerar du och hur länge har du studerat?
- Hur kommer det sig att du valde att studera under din idrottskarriär?
  - a) *Vilka var de största skillnaderna som du upplevde i övergången?*
- Vad var det som fick dig att välja det lärosäte som du studerar på?
- Skulle du kunna beskriva hur mycket tid du ungefär lägger på idrotten i veckan?  
Hur mycket tid lägger du ungefär på studier i veckan?

### Kombinationen

1. Skulle du kunna beskriva hur en typisk dag ser ut för dig? Hur känner du dig under en sådan dag?
  - a) *Ledig dag från studier?*
  - b) *Ledig dag från Träning?*
2. Upplever du att det finns bättre och sämre perioder i kombination inom idrott och studier? isåfall beskriv dessa perioder. Hur påverkas kombinationen av under dessa perioder?
  - a) *Tentaperioder*
  - b) *Tävlingsperioder*
  - c) *Träningsläger*
  - d) *Hur skiljer dessa perioder jämfört med vanliga perioder?*
3. Hur upplever du att kombinationen påverkar dina akademiska prestationer?
4. Hur upplever du att kombinationen påverkar dina idrottsliga prestationer?
  - a) *Prestationsmässigt*
  - b) *Resultatmässigt*
  - c) *Koncentrationsmässigt*

### Möjligheter

1. Hur upplever du dina möjligheter till att kunna kombinera elitidrott och studier?
  - a) *Flexibilitet*
  - b) *Vägledning och rådgivning*
  - c) *Anpassade inlämningar och tentamenstillfällen*
  - d) *Studera på halvfart*
  - e) *Individuellt studieupplägg*
  - f) *Kontaktperson*
  - g) *Vara borta från studierna på grund av idrotten?*
  - h) *Ekonomiskt stöd från förening, lärosäte, Rf?*
2. När du började din utbildning, var ditt lärosäte elitidrottsvänligt då? Om inte, har dina möjligheter förändrats efter att ditt lärosäte blev elitidrottsvänligt? På vilket sätt har det förändrats?
  - a) *På vilket sätt tror du att din kombination mellan elitidrott och studier skulle påverkas om du inte hade möjlighet att studera inom ett elitidrottsvänligt lärosäte?*
3. Hur tillfredsställd är du med din nuvarande livssituation? Finns det några resurser som du skulle vilja förbättra i din kombination (från lärosätets sida)?

## **Svårigheter**

1. Upplever du några svårigheter med att kombinera idrotten och studier?
  - a) *Upplever du någon tidsbrist? kan du förklara?*
  - b) *Hur ser du på ditt sociala liv? Fritidsaktiviteter*
  - c) *Upplever du några faktorer som kan bidra till stress med kombinationen? I så fall vilka? hur hanterar du det?*
  - d) *Känner du att kombinationen kan påverka din koncentrationsförmåga eller ditt fokus när det kommer till studierna och idrotten? Känner du att du kan släppa idrotten när du studerar eller tvärtom?*
  - e) *Känner du att du hinner vila och återhämta dig tillräckligt? Beskriv*
2. Har du några speciella strategier för att underlätta de krav som ställs på dig som elitidrottande student? Ser det likadant ut nu som när du började studera?
  - a) *Hur prioriterar du idrotten och studierna? Prioriteras något av dessa mer? Hur kommer det sig?*
3. Hur upplever du din ekonomiska situation kring din dubbla karriär? Har du möjlighet till att jobba? Beskriv

## **Betydelsefulla personer (Tränare, lärare, vänner och familj)**

### Tränare:

1. Är din tränare medveten om att du studerar? Om nej, hur kommer det sig?
2. Hur upplever du att din tränare ser på din kombination av elitidrott och studier?
  - a) *Stödjande eller icke stödjande? Hur påverkar det dig? Är din tränare lika motiverande till akademiska resultat som idrottsliga?*
  - b) *På vilket sätt?*
  - c) *Har det alltid varit så?*
  - d) *Kan du ge exempel?*
  - e) *Hur se du på kommunikation kring kombinationen av elitidrott och studier med din tränare?*
  - f) *Finns det någon annan i din förening du kan vända dig till?*

### Lärare:

1. Hur upplever du att lärarna påverkar din kombination av elitidrott och studier?
  - a) *Är de medvetna om din kombination? Om inte, hur påverkar det dig?*
  - b) *Positivt eller negativt bemötande?*
  - c) *Vilka krav ställs på dig? Högre än på andra?*
  - d) *Försöker lärarna hitta Alternativa lösningar? Beskriv*

### Familj och vänner:

1. Hur upplever du att din familj påverkar din kombination? Kan du förklara?
2. Hur viktigt är det för dig att ha vänner inom respektive utanför idrotten? Kan du förklara hur det påverkar dig?
3. Finns det någon annan i din omgivning som genomför samma kombination med elitidrott och studier? I så fall, Hur påverkar det dig?
  - a) *Om inte, motiveras du av andra personer som du vet tidigare har genomfört kombinationen?*

*Avslutningsvis, Finns det något annat som du vill tillägga om hur det är att kombinera elitidrott och akademiska studier på ett elitidrottsvänligt lärosäte? Etc*

## Bilaga 2

### *Till dig som studerar vid ett Elitidrottsvänligt Lärosäte - förfrågan angående intervju*

Vill du delta i en studie med syfte att öka kunskapen kring att kombinera elitidrott och studier på akademisk nivå.

Studien skrivs som en C-uppsats på idrottsvetenskapliga programmet på Högskolan i Gävle på uppdrag av Svenska Akademiska Idrottsförbundet. Tidigare forskning visar att det är krävande att studera på universitet eller högskola samtidigt som en elitidrottskarriär pågår vid sidan av. Den här studien syftar till att öka kunskapen kring de upplevelser elitidrottsstudenter har gentemot kombinationen elitidrott och studier på akademisk nivå. Vilka möjligheter och svårigheter finns? Vilket stöd behövs?

Du får det här brevet då du studerar vid ett elitidrottsvänligt lärosäte och kombinerar elitidrott med studier. Ditt deltagande innebär att du bli intervjuad under ca 45-60 min. Tiden för intervjun anpassas efter dig. Intervjuerna kommer att genomföras under vecka 12 (2-6 April).

För att kunna analysera materialet kommer intervjuerna att spelas in och sedan skrivas ut i text. Materialet kommer att förvaras så att obehöriga inte kommer att få ta del av dina svar. Informationen som samlas in kommer enbart att användas i forskningssyfte. Det du säger kommer att vara konfidentiellt. Din identitet kommer alltså inte att framgå i det redovisade resultatet. Du kommer även att få möjlighet att ta del av det analyserade resultatet för att säkerställa att inga misstolkningar har skett.

Deltagande är frivilligt och du kan avbryta ditt deltagande när helst du önskar utan närmare motivering. Är du intresserad av att delta i studien? Bekräfta ditt intresse för deltagande i studien genom att svara på detta e-post inom 7 dagar. Vi kommer då att kontakta dig per e-post för att bekräfta ditt deltagande och komma överens om tid och plats för genomförande av intervjun.

Tack på förhand!

Simon Samuelsson & Jim Eriksson

#### **Kontakt:**

Simon.Samuelsson93@hotmail.se  
Tel. 0722822434

[jim\\_eriksson1994@hotmail.se](mailto:jim_eriksson1994@hotmail.se)  
Tel. 0767163437

#### **Handledare:**

Kajsa Jerlinder, Fil.dr., Lektor i idrottsvetenskap.  
[Kjr@hig.se](mailto:Kjr@hig.se)  
026-648953