

Mari Mushom

**Har idrettsungdom det bedre med seg selv
enn annen ungdom?**

Idrett og selvbilde i ungdomstiden

Masteroppgave i barnevern

OsloMet – storbyuniversitetet

Fakultetet for samfunnsvitenskap

Forord

Fem år som heltidsstudent går mot slutten. Innspurten på masteroppgaven ble for meg, som for mange andre, annerledes enn jeg hadde sett for meg. Plutselig ble det verdifulle studiemiljøet på skolen byttet ut med hjemmekontor og veiledningstimer ble gjennomført på Zoom. Når hverdagen blir snudd på hodet blir man minnet på hvor mye man ellers tar for gitt. Jeg har savnet å sitte ved siden av noen når jeg skriver, høre engasjert tasing på pc-en ovenfor meg eller overvære oppgitte sukk når noen står fast i en formulering. Det har tidvis virket absurd å arbeide med analyser i SPSS, referanser i EndNote og enkle kommafeil, når hele samfunnet er i unntakstilstand. Arbeidet med masteroppgaven har likevel minnet meg på at det vil komme en hverdag når vi igjen kan møtes i store forsamlinger. En hverdag hvor vi kan stå sammen fysisk og ikke bare virtuelt. Mitt ønske er at noen da vil dra nytte av timene jeg har lagt ned i å produsere kunnskap om idrett, selvbilde og sosiale forskjeller.

Jeg vil takke veilederen min Espen Dahl, for å utfordre meg faglig, men også for oppmuntring og støtte når jeg har trengt det. Takk til medstudenter for verdifull tilstedeværelse på lesesalen (så lenge det varte). Takk til venner og familie som har stilt interesserte spørsmål og hjulpet meg med å opprettholde motivasjonen. Takk til arbeidsplassen min som har gitt meg legitim sosial kontakt, når jeg sårt har trengt et avbrekk fra egen stue. Tusen takk til kyndige korrekturlesere: Marte, Ida og Vibeke. Ikke minst, takk til min tålmodige samboer Bendik, som har heiet på meg både gjennom masteroppgaven og resten av studieløpet.

Nå står nye utfordringer for tur. Det skal bli godt med en pause fra skolebenken nå.

Oslo, 15.05.2020

Mari Mushom

Innholdsfortegnelse

Forord	I
Innledning.....	1
Forskningsfeltet.....	2
Teoretisk rammeverk.....	3
Selvbidelitteraturens opphav	3
Moderne teori om selvbylde.....	5
Domenespesifikke selvområder i idretten.....	5
Selvutvikling: differensiering og integrering av selvet.....	6
Metode og data	7
Forskningsdesign	7
Datakvalitet.....	8
Validitet og reliabilitet.....	9
Analyser.....	11
Signifikanstesting for bivariate og multivariate analyser	11
Regresjonsanalyse med samspillsledd.....	12
Valg av regresjonsmodell og sensitivitetsanalyser	13
Forskningsetiske vurderinger	14
Begrensninger med studien	15
Funn.....	15
Diskusjon og konklusjon.....	16
Referanser.....	18
Vedlegg	21

Innledning

Temaet for masteroppgaven er idrett og selvbilde. Formålet er å undersøke om idrettsungdom har et bedre selvbilde enn de som ikke er aktive i organisert idrett. Jeg tar utgangspunkt i en utviklingspsykologisk og sosiokulturell forståelse av selvets utvikling. En forståelse som vektlegger at både kognitiv utvikling og sosiale omgivelser er av betydning for ungdommens selvbilde. Idrett antas å bidra til å optimalisere utvikling og gi positive sosialiseringserfaringer. Tradisjonelt har ungdom som vokser opp i familier med lav sosioøkonomisk status mindre tilgang på utviklingserfaringer enn ungdom fra mer velstående familier. Jeg undersøker derfor også om sammenhengen mellom idrett og selvbilde varierer mellom sosiale lag.

I en rapport om idrettens posisjon i ungdomstiden kommer det frem at idrettsungdom er mer veltilpasset på de fleste livsområder, sammenlignet med dem som ikke driver med idrett (Bakken, 2019a). Videre har man siden 2010 sett en tendens til økning i sosiale forskjeller i idretten. Færre ungdom fra lavere sosioøkonomiske lag deltar, noe som har blitt tolket i lys av endringer i organiseringen av idrett og økende krav om foreldreinvolvering (Bakken, 2019a). Har idrettsungdom det bedre med seg selv enn ungdom forøvrig? Og i så fall, er dette betinget av familiens sosioøkonomiske status? Svaret på disse spørsmålene får konsekvenser for hvordan vi betrakter sosiale forskjeller i idretten.

Hva angår selvbilde, er det en pågående debatt om hvorvidt selvbilde i ungdomstiden får konsekvenser for hvordan det går med ungdommen senere i livet. At selvbilde i stor grad korrelerer med psykologisk velvære *her og nå* er mindre omdiskutert (Diener & Diener, 1995; Nicolosi & Lipoma, 2012). De fleste mener derfor det har verdi å undersøke sammenhenger mellom hva ungdom gjør på fritiden og hvordan de evaluerer seg selv. I forskningsfeltet er det vanlig å benytte både psykologisk og sosiologisk teori, hvilket jeg også gjør i oppgaven. Studien bidrar med innsikt om forholdet mellom idrett og selvbilde, og i hvilken grad dette varierer mellom sosiale lag.

For alle som arbeider med barn og unge er det avgjørende med kunnskap om hvordan man kan legge til rette for gode oppvekstbetingelser. Kunnskap er med på å styre praksis, men teoretisk kunnskap må anvendes for å få praktiske konsekvenser (Grimen, 2008). Formålet er at studien skal bidra med kunnskap om hvordan organisert idrett kan være ett av flere mulige tiltak for å skape gode oppvekstsvilkår for ungdom. Idretten blir i oppgaven presentert som en arena som kan fremme positiv utvikling, men også en arena preget av sosial ulikhet. En sentral del av sosialfaglig og barnevernfaglig arbeid er å motarbeide sosial urettferdighet

(Fellesorganisasjonen, 2015). Utvidet kunnskap om hvor og hvordan ulikhet finner sted, kan gi retning for hvor man bør rette forebyggende innsats.

Studiens forskningsspørsmål lyder som følger: *Er det en positiv sammenheng mellom trening i idrettslag og selvbilde, og varierer denne sammenhengen mellom ulike sosiale lag?* Artikkelen er skrevet etter forfatterveiledningen til Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning¹.

Forskningsfeltet

I artikkelen gis en gjennomgang av empiriske studier av direkte relevans for forskningsspørsmålet. I denne kappen presenterer jeg derfor aktuelle forskningsfelt mer overordnet. Disse omhandler selvbilde, fritidsaktiviteter og interaksjonseffekter knyttet til sosioøkonomisk status.

Forskningsfeltet som omhandler selvbilde er som nevnt preget av en pågående debatt om hvorvidt selvbilde spiller en kausal rolle for hvordan det vil gå senere i livet (Zeigler-Hill, 2013, s. 1). På grunn av manglende konsensus om selvbildets kausale kraft, trekker jeg ikke slutninger angående konsekvensene av å ha et godt eller dårlig selvbilde. I stedet begrunner jeg viktigheten av selvbildet med den positive korrelasjonen man har funnet mellom et godt selvbilde og selvrapportert lykkefølelse og livstilfredshet (Diener & Diener, 1995; Furnham & Cheng, 2000). Bushman, Moeller og Crocker (2011) har i tillegg funnet at de fleste foretrekker et forbedret selvbilde, fremfor andre tilbudte goder (f.eks. lønn og favorittmåltid). Å forske på hva som kan bidra til et godt selvbilde er derfor nyttig både for å øke det generelle lykkenivået i ungdomsbefolkningen, samtidig som det er et ønske fra befolkningen selv. I artikkelen måles det globale selvbilde, altså den overordnede oppfatningen av egen verdi. I selvbidelitteraturen er det bred enighet om at det globale selvbilde henger sammen med hvordan man vurderer seg selv innenfor ulike livsområder, også kalt domenespesifikke selvbilder (Harter, 2012; Marsh & Shavelson, 1985; Von Soest, Wichstrøm & Kvalem, 2016).

Idrett er sentralt i forskningsfeltet som beskjeftiger seg med barn og unges fritidsaktiviteter, også kalt fritidsstudier. I Norge er idrett *den* enkeltaktiviteten som organiserer flest barn og ungdom (Bakken, 2019a). At idrett er en *organisert* fritidsaktivitet betyr at den har fast struktur, ledes og er initiert av voksne og fremmer ferdighetsutvikling (Mahoney, Eccles & Larson, 2004). I Norge og i internasjonal sammenheng er det forsket mye på hvilke positive konsekvenser det kan ha for ungdom å delta i idrettslag (Se for eksempel; Bakken, 2019a; Fraser-Thomas, Côté & Deakin, 2005; Fredricks & Eccles, 2006;

¹ For forfatterveiledning til Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning, se <https://www.idunn.no/ntu#/authors>

Seippel, 2006; Sletten, Strandbu & Gilje, 2015). I en rekke internasjonale studier har man også forsket spesifikt på sammenhengen mellom idrett og selvbilde og funnet en positiv korrelasjon mellom disse (Se for eksempel; Tracy & Erkut, 2002; Wagnsson, Lindwall & Gustafsson, 2014). Etter å ha gjennomført omfattende litteratursøk, har jeg ikke funnet studier som undersøker forholdet mellom idrett og selvbilde i norsk kontekst. Min artikkel blir dermed et bidrag til forskningsfeltet i form av resultater fra et norsk utvalg.

Både i norsk og i internasjonal sammenheng er det forsket lite på hvorvidt styrken på sammenhengen mellom idrettsdeltakelse og selvbilde varierer med sosioøkonomisk status. I studiene som er gjort er resultatene motstridende (Se for eksempel; Blomfield & Barber, 2011; Fredricks & Eccles, 2006; Marsh & Kleitman, 2002). Av den grunn ønsker jeg å undersøke dette nærmere. I sosial- og barnevernfaglig sammenheng er det av særlig interesse å få kunnskap om det finnes tiltak som særlig gagnar utsatte grupper i samfunnet. Dette fordi det er en viktig del av fagfeltets arbeidsoppgaver å bidra til å redusere sosiale forskjeller. I artikkelen undersøker jeg om det finnes interaksjonseffekter mellom idrettsdeltakelse og sosioøkonomisk status, og diskuterer de politiske implikasjonene av resultatene.

Teoretisk rammeverk

Selvbilde er den subjektive oppfatningen av egen verdi og henger derfor ikke alltid sammen med mer objektive mål for hva vi får til (Zeigler-Hill, 2013, s. 2). Det er vanlig å skille mellom et globalt selvbilde og domenespesifikke selvbilder. Det globale selvbilde handler om i hvilken grad man verdsetter seg selv som menneske. De domenespesifikke selvbildene er mer kontekstavhengig og omfatter hvordan man evaluerer seg selv innenfor bestemte områder som skole, idrett, relasjoner o.l. (Trzesniewski, Donnellan & Robins, 2013). Grunnlaget for å danne domenespesifikke selvevalueringer utvikles i 11-13 årsalderen, når ungdommen blir i stand til å oppdage ulike sider ved seg selv (Harter, 2012, s. 75). Det finnes en rekke teoretiske fremstillinger om selvet og selvbilde. Jeg tar utgangspunkt i tre av selvbildelitteraturens sentrale opphavsmenn: William James, George Herbert Mead og Charles Horton Cooley. Deretter redegjør jeg for deler av det teoretiske rammeverket til en av nåtidens viktigste selvbildeteoretikere, Susan Harter.

Selvbildelitteraturens opphav

Hva selvet «er» og hvordan det bør forstås har endret seg i takt med historiske perioder. William James (1842-1910) sitt skille mellom «jeg-selvet» og «meg-selvet» er derimot tilbakevendende i de fleste teoretiske fremstillinger. Ifølge ham representerer jeg-selvet

aktøren og er selve *kjernen* i selvet, mens meg-selvet er gjenstanden for aktørens kunnskap om seg selv (W. James, 1890, s. 400-401). Jeg-selvets vurdering av meg-selvet er personens selvbilde. Evnen til å vurdere forholdet mellom den man er og den man ønsker å være, er en kognitiv egenskap som utvikles i ungdomstiden (Harter, 2012, s. 80). Vurderingen avhenger av forholdet mellom opplevd suksess innenfor områder ungdommen anser som viktig og egne ambisjoner innenfor disse områdene. Hvis suksess og ambisjoner samsvarer, vil resultatet være et godt selvbilde (W. James, 1890, s. 310). For at idrett skal ha positive konsekvenser for selvbildet, er det altså en forutsetning at ungdommen både verdsetter idrett og opplever mestring på denne arenaen. Motsatt vil høye ambisjoner innenfor idrett ramme selvbildet negativt dersom ungdommen ikke klarer å innfri egne forventninger.

George Herbert Mead (1863-1931) fremhevet betydningen av sosiale erfaringer for utviklingen av selvet. Når ungdommen skal evaluere seg selv, tar han eller hun hensyn til hva andre tenker, eller rettere sagt; hva han eller hun *tror* at andre tenker (Mead, 1934, s. 138). Ingen har direkte tilgang til andres indre, men vi fortolker deres respons på vår atferd og bruker den i vår selvevaluering. Får ungdommen oppmuntrende tilbakemeldinger på trening og i konkurranse, vil idrett bidra til positive selvevalueringer. Motsatt kan kritiske kommentarer og nedlatende blikk gjøre ungdommen mer tilbøyelige til å vurdere seg selv negativt. Ifølge Mead (1934, s. 154) blir all sosial respons lagret i oss som «den generaliserte andre». Den generaliserte andre kan forstås som samfunnets stemme i individet. Denne varierer avhengig av kontekst og relasjon og påvirker både jeg-selvet og meg-selvet, ved å legge føringer for både selvforståelse og atferd (Mead, 1934, s. 155).

En lignende tankegang finner vi i speilingsteorien til sosiologen Charles Horton Cooley (1864-1920). Kort fortalt går teorien ut på at individet speiler seg i andres tilbakemeldinger. Dette «speilbildet» bidrar både til å skape, endre og reproducere selvbilde. I interaksjonen mellom hvordan jeg forstår *meg* selv og hvordan andre betrakter *meg*, utvikles en idé om hvem *jeg* er. Fortolkning av andres tilbakemelding er ikke nødvendigvis korrekt. Ungdommens selvbilde avhenger først og fremst av hva han eller hun *tror* andre tenker og mener. Dette trenger ikke samsvare med virkeligheten (Cooley, 1902, s. 183-185). Dersom ungdommen gjennom idrettsdeltakelse kan speile seg i positiv respons, vil dette kunne bidra til et godt selvbilde. På den en annen side kan ungdommen oppleve at det å speile seg i lagkamerater og treners blikk slett ikke er en god opplevelse, og dermed utvikle et dårligere selvbilde.

Moderne teori om selvbilde

I nyere tid har Susan Harter (1939 –) bidratt både med empiri, teori og metodologiske redskaper knyttet til temaet selvbilde. Sentralt i Harters teori er at selvet *både* er en kognitiv og en sosial konstruksjon. Hun integrerer psykologisk og sosiologisk teori i sin forståelse av selvet og har hentet inspirasjon fra overnevnte James, Mead og Cooley i sin teoriutvikling. Harter er opptatt av å studere utviklingen av selvet gjennom hele livsløpet (Harter, 2012, s. 9). Jeg redegjør her for selvutvikling i ungdomstiden og hvordan idrett kan tenkes å få konsekvenser for selvbilde.

Domenespesifikke selvområder i idretten

I ungdomstiden blir selvbildet i større grad enn tidligere preget av de ulike kontekstene ungdommen opptrer i. Ungdommen utvikler da domenespesifikke selvbilder knyttet til ulike livsområder (Harter, 2012, s. 17-18). De domenespesifikke selvforståelsene som er mest aktuelle i forbindelse med idrett er *fysiske ferdigheter* og *oppfatning av eget utseende*.

Av alle selvområder er det vurderingen av eget utseende som i størst grad korrelerer med det globale selvbilde. I følge Harter (2012, s. 159) har man fortsatt til gode å finne en gruppe mennesker hvor oppfatningen av eget utseende *ikke* er den beste indikatoren for det globale selvbilde. Påstanden er i tråd med funn gjort av andre selvbildeforskere (Von Soest et al., 2016). To forhold kan forklare hvorfor vurderingen av vårt ytre henger så nøye sammen med hvordan vi evaluerer vårt indre. For det første er utseende allestedsnærværende, vi speiler oss hele tiden i andres blikk på vårt ytre (Cooley, 1902). For det andre er det et omfattende utseendefokus i samfunnet (Harter, 2000). Det er derfor sannsynlig at ungdommen internaliserer skjønnhetsidealene han eller hun eksponeres for og at disse inngår som en del av «den generaliserte andre» (Mead, 1934). Ungdommen foretar deretter en sammenligning av eget utseende mot skjønnhetsidealene, dersom diskrepansen er stor, vil det ramme selvbildet negativt, spesielt om ungdommen anser utseende som viktig (W. James, 1890).

Selv om idrettsferdigheter og utseende begge representerer fysiske selvområder, er ikke idrettsferdigheter en like sikker indikator på det globale selvbilde (Harter, 2012, s. 160). Dette henger trolig sammen med at fysiske ferdigheter ikke er like allestedsnærværende som utseende. Ferdigheter blir først synlige i kontekster hvor de blir tatt i bruk, for eksempel i idrettslagene. For de som ikke deltar i idrett er det derfor usannsynlig at deres kompetanse innenfor sport har en sentral betydning for deres selvforståelse. Selv om også idrettsprestasjoner i stor grad preger mediebildet, er ikke disse like allestedsnærværende som skjønnhetsidealene. Mens skjønnhetsidealene ofte aktualiseres i idrett (eksempelvis gjennom

nyhetsartikler om utøveres utseende), er det sjeldent at idrettsprestasjoner gjøres aktuelt i andre domener. Selv om idrettsferdigheter i mindre grad enn utseende bidrar til å predikere det globale selvbilde, er det ikke utenkelig at forbedringer i ungdommens fysiske ferdigheter også vil kunne forandre forholdet til eget utseende. Idrett kan i så tilfelle tenkes å påvirke det globale selvbilde indirekte.

Selvutvikling: differensiering og integrering av selvet

I overgangen fra barndom til ungdomstid utvikles stadig mer avanserte kognitive funksjoner. Disse får betydning for det som kalles *differensiering* og *integrering* av selvet. *Differensiering* innebærer en erkjennelse av at egen atferd varierer avhengig av kontekst. Ungdommen oppdager ulike, kanskje også motstridende, sider ved seg selv. Med riktig sosial støtte fra omgivelsene blir ungdommen mot slutten av tenårene i stand til å *integre* de ulike selvrepresentasjonene til en enhetlig selvforståelse (Harter, 2012, s. 10). Kognitiv utvikling opptrer altså samtidig som og avhenger av ungdommens sosiale erfaringer. Ungdommen går gjennom tre normative faser for selvutvikling som jeg skisserer her:

I begynnelsen av ungdomstiden utvikles evnen til å danne selvrepresentasjoner med et høyere abstraksjonsnivå enn tidligere. Representasjonene er fragmenterte og ungdommen klarer ikke å knytte dem sammen til en sammenhengende selvforståelse (Fischer, 1980). Fordi selvrepresentasjonene ikke utgjør en logisk helhet, opplever ikke ungdommen at det er problematisk å ha tilsynelatende motstridende egenskaper (Harter, Bresnick, Bouchey & Whitesell, 1997). Tvert imot kan manglende evne til selvintegrering beskytte ungdommen, fordi misnøye med én egenskap, ikke sprer seg til misnøye med hele selvet (Higgins, 1991).

Etterhvert som ungdommen blir eldre blir motstridende selvrepresentasjoner mer problematisk. Ungdommen blir i stand til å *oppdage* at ulike egenskaper står i konflikt med hverandre, men klarer ikke å sette dem sammen til en logisk helhet (Harter, 2012, s. 96; Harter et al., 1997). Dette gjør at ungdommen ofte opplever å stå i rollekonflikter på tvers av kontekster, relasjoner og også med seg selv (Harter, 2012, s. 100).

For å utvikle seg og danne en sammenhengende selvforståelse, trenger ungdommen hjelp. Den kognitive utviklingen skjer ikke automatisk, men avhenger av støtte fra omgivelsene, særlig fra voksne (Karcher & Fischer, 2004). Nettopp voksenstøtte er en sentral del av idrett. Organiserte fritidsaktiviteter som idrett, karakteriseres blant annet ved å være organisert av voksne, ha en klar struktur og et hovedfokus på ferdighetsutvikling (Mahoney et al., 2004). Dette er forhold som kan hjelpe ungdom videre i utviklingen. Her tenkes idrett å kunne ha positiv innvirkning på selvbilde. Når ungdom får en sammenhengende selvforståelse, blir de

bedre i stand til å verdsette sine sterke sider, og nedjustere betydningen av områder hvor de ikke opplever samme grad av mestring. En annen antakelse er at ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk status vil ha større utbytte av voksenkontakten og utviklingsstøtten som følger med idrett. Bakgrunnen for antakelsen er at denne gruppen tradisjonelt har mindre tilgang på utviklingserfaringer på andre arenaer i sin hverdag (Blomfield & Barber, 2011).

Metode og data

I artikkelen undersøker jeg om det er en statistisk sammenheng mellom idrettsdeltakelse og selvbilde, og om sammenhengen varierer med sosioøkonomisk status. Jeg har valgt et kvantitativt forskningsdesign i form av statistisk analyse, og bruker foreliggende tverrsnittsdata fra den nasjonale spørreskjemaundersøkelsen gjennomført av Ungdata. Ungdata er et resultat av et samarbeid mellom de regionale kompetansesentrene innen rusfeltet (KoRus) og Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet – storbyuniversitetet. Undersøkelsene gjennomføres på ungdomskoler og videregående skoler over hele landet. Jeg har benyttet IBM SPSS Statistics v.26 til gjennomføring av de statistiske analysene.

Forskningsdesign

Jeg har benyttet tverrsnittsdata i mine analyser. Dataene er samlet inn på ett bestemt tidspunkt, og er derfor best egnet til å gi informasjon om hvordan verden ser ut på akkurat dette tidspunktet (Johannessen, Christoffersen & Tuft, 2016, s. 70). Tverrsnittdesign er ikke egnet til å si noe om årsakssammenhenger. Til det trengs gjentatte tverrsnittsundersøkelser eller andre longitudinelle design, i kombinasjon med egnede metoder (Thrane, 2018, s. 146). Mine analyser kan avdekke samvariasjon mellom idrettsdeltakelse og selvbilde, men er altså ikke egnet til å trekke slutninger om årsaksforhold. Fordi det varierer fra år til år hvilke kommuner som gjennomfører undersøkelsen, er datagrunnlaget et produkt av undersøkelser som er gjennomført i 2017, 2018 og 2019. På den måten blir utvalget nasjonalt representativt.

Spørreundersøkelsen til Ungdata inneholder en rekke spørsmål om ungdoms liv. Jeg har valgt spørsmålene som er mest relevante for å svare på forskningsspørsmålet. En styrke ved et så omfattende datamateriale som Ungdata, er at man har tilgang til en rekke variabler. På den måten kan man avdekke spuriøse sammenhenger, altså tilsynelatende sammenhenger, som i realiteten skyldes bakenforliggende forhold (Ringdal, 2018, s. 55). I mine analyser har jeg kontrollert for forhold som teori og forskning har vist at henger sammen med både selvbilde og idrettsdeltakelse. Kontrollvariablene er kjønn, klassetrinn, fysisk aktivitet, utseendepress og idrettspress. Jeg kontrollerer også for sosioøkonomisk status (SØS), denne variabelen

benyttes også til å studere interaksjonseffekter. Selv om variablene er valgt på bakgrunn av forskning og teori, kan jeg ikke utelukke at det finnes andre forhold som burde vært kontrollert for. Fordi jeg benytter foreliggende data har jeg tilpasset variablene ved å omkode dem, slik at de er mer egnet til å svare på forskningsspørsmålet. I artikkelen gis en gjennomgang av hvordan variablene er kodet. For oversikt over spørsmålsformuleringer og svaralternativer, se vedlegg 1.

Datakvalitet

Sentralt i vurderingen av datakvalitet er spørsmålet om hvorvidt utvalget som inngår i studien er representativt for den delen av befolkningen man ønsker å undersøke. Ungdata rapporterer en svarrespons på 87 % på ungdomstrinnet og 73 % på videregående skole (Bakken, 2019b). Dette er en svarprosent betraktelig høyere enn hva som er å forvente ved bruk av spørreskjemaundersøkelser (Elstad, 2010; Johannessen et al., 2016, s. 247). Den høye svarprosenten henger sammen med at undersøkelsen gjennomføres i skoletiden. Det er frivillig å delta og ungdommene som ikke ønsker å svare gjør skolearbeid i den avsatte tiden.

Svarprosenten er ikke lik andelen som faktisk besvarer hvert enkelt spørsmål. Tidligere analyser av en lignende undersøkelse (Ung i Oslo 2006) har avdekket betraktelig nedgang i svar på spørsmål mot slutten av spørreskjemaet (Elstad, 2010). Siden den gang er undersøkelsen kortet ned og gjort elektronisk. Tendensen Elstad beskriver kan fortsatt ha påvirket svarprosenten, særlig på spørsmål plassert mot slutten av undersøkelsen. I min studie gjelder dette særlig spørsmål knyttet til selvbilde. I analysene har jeg kun inkludert dem som har svart på alle spørsmålene jeg er interessert i, også da er svarprosenten høy (85,3 %).

Mer problematisk er det at frafallet er funnet å være sosialt skjevt (Elstad, 2010). Desto «lavere» gruppe i det sosiale hierarkiet, desto lavere svarprosent. Ungdom som har droppet ut eller skulket på undersøkelsesdagen er heller ikke representert i utvalget. Sosial skjevhet i frafall kan føre til underrepresentasjon av mindre privilegerte grupper og underestimert av sosiale problemer (Elstad, 2010). Dette kan representere et problem i mine analyser hvor jeg er opptatt av variasjonen mellom ulike sosiale lag. Fordi frafallet fra skolen øker med alder og en del velger å gå i lære etter Vg2 er problemet størst på Vg3. Jeg har derfor ekskludert dette trinnet fra utvalget. Man kan imidlertid ikke utelukke at gruppen som kategoriseres som «Lav SØS», i realiteten ikke representerer den mest marginaliserte gruppen i samfunnet. Resultatene må derfor regnes som konservative estimater for denne gruppen.

Validitet og reliabilitet

Om variablene er egnet til å måle fenomenene jeg ønsker å undersøke er et spørsmål om validitet og reliabilitet. Validitet handler om hvorvidt man måler det teoretiske begrepet man ønsker, mens reliabilitet forutsetter at operasjonaliseringen av variablene er pålitelige og reproduserbare. Reliabilitet er en forutsetning for, men ingen garanti for validitet. I vitenskapelige studier tilstreber man høy grad av både reliabilitet og validitet (Thrane, 2018, s. 47-48). Under vurderer jeg validitet og reliabilitet for variablene i undersøkelsen.

Selvbylde. Fordi spørsmålene direkte omhandler hvordan ungdommen vurderer seg selv, kan man ved bruk av sunn fornuft anta at det er samsvar mellom fenomenet «selvbylde» og Ungdata sin måling av det (Johannessen et al., 2016, s. 67). Harter (1988) har i tillegg utført en rekke validitetstester av måleinstrumentet med tilfredsstillende resultater². Spørsmålene som benyttes i undersøkelsen er fra en revidert utgave³ av instrumentet som er tilpasset norske forhold (Wichstrøm, 1995). Også denne utgaven er grundig validert og anbefales til bruk i forskning på norsk ungdom⁴. Jozefiak og Backer-Grøndahl (2019) har gjennomgått 33 studier som benytter Wichstrøms reviderte utgave, og testet konstruktvaliditet, konvergent validitet, diskriminant validitet og endringssensitivitet. For skalaen «globalt selvbylde» oppnådde de tilfredsstillende resultater på alle tester. For eksempel fant de at skalaen for globalt selvbylde er moderat negativt korrelert med mål på psykopatologi og moderat positivt korrelert med mål på livskvalitet, noe som gir støtte til konvergent validitet. I tillegg fant de at middelnivåene for globalt selvbylde er meningsfylt forskjellig mellom ulike grupper (f.eks. kjønn), slik man har funnet i tidligere forskning. Dette gir støtte til diskriminant validitet. På bakgrunn av dette er det grunn til å tro at spørsmålene i spørreundersøkelsen gir et valid mål på selvbylde.

For å vurdere *reliabiliteten* må man ta høyde for om rekkefølgen på svaralternativene har hatt betydning for ungdommenes svar. Tidligere studier av rekkefølgeeffekter blant barn og unge, har konkludert med at respondentene tenderer til å velge svaralternativer enten til venstre eller øverst i skjema, en såkalt «primacy-effekt» (Bakken, Andersen, Frøyland & Abebe, 2019). For å motvirke dette er variabelen satt sammen av spørsmål stilt med ulikt fortegn. Et eksempel er spørsmålene «jeg liker meg selv slik jeg er» og «jeg er ofte skuffet over meg selv». Variablene er deretter kodet om og satt sammen til en indeksvariabel. Fordi

² For Harters gjennomgang av Self-Perception Profile for Adolescents se <https://portfolio.du.edu/SusanHarter/page/44210>

³ Wichstrøm har utviklet en revidert og forenklet utgave Harters Self-Perception Profile for Adolescents. Denne er i tillegg tilpasset Norske forhold. Se https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6501_8

⁴ Regionsenteret for barn og unges psykiske helse har nylig gjort validitets- og reliabilitetstester for å vurdere måleegenskaper ved den norske versjonen av Self-Perception Profile for Adolescents. De anbefaler denne til bruk i forskning på barn og ungdom. Se <http://hdl.handle.net/11250/2601932>

variabelen er satt sammen av flere spørsmål kan man teste reliabiliteten empirisk ved bruk av en Cronbachs Alfa-verdi. Her måler man den indre konsistensen til variablene som inngår i indeksen (Thrane, 2018, s. 48). En indeks har tilfredsstillende reliabilitet dersom verdien på Cronbachs Alfa er over 0,7 (Ringdal, 2018, s. 104). I mitt datamateriale har jeg oppnådd verdien 0,83 for variabelen «selvbilde».

Trening i idrettslag. Den største trusselen for validiteten til variabelen «trening i idrettslag» er at svarene kan være usanne, uriktige eller at tidsangivelser har blitt oversett. Evalueringer av tidligere Ungdataundersøkelser tyder på at de fleste tar undersøkelsen på alvor og svarer sannferdig (Bakken, 2019b). Prosedyrer er likevel utviklet for å luke ut useriøse besvarelser, noe som tradisjonelt har medført at ca. 1 % av respondentene er kastet ut av analyse materialet (NOVA, 2013). Selv om spørsmålet er forståelig formulert, har analyser avdekket at respondenter ofte overser tidsangivelser, antakelig som en konsekvens av at de svarer på et omfattende spørreskjema (Elstad, 2010). For spørsmålet knyttet til trening i idrettslag blir tidsangivelsen gitt i selve svaralternativet. Dette reduserer risikoen for at den blir oversett, sammenlignet med om den ble gitt i den innledende spørsmålsformuleringen.

Sosioøkonomisk status. Variabelen for sosioøkonomisk status (SØS) er et samlemaal utviklet av Bakken, Frøyland og Sletten (2016) i forbindelse med rapporten «Sosiale forskjeller i unges liv». Her tar de utgangspunkt i data fra Ungdataundersøkelsen. Spørsmålene som inngår i samlemalet er gitt i vedlegg 1. En utfordring når man skal fange opp ulikhet i levekår i et land som Norge, hvor velstandsnivået er høyt, er at de fleste familier har mange av forbruksgodene det spørres om. Ved å konstruere et samlemaal hvor man også inkluderer foreldrenes utdanningsnivå og antall bøker i hjemmet får man ofte et mer robust og valid maal på familiens sosioøkonomiske status (Bakken et al., 2016, s. 28). Samlemalet er uførlig beskrevet og validert i egen rapport⁵. Fordi respondentene er delt opp i fem tilnærmet like store grupper, uavhengig av skjevhet i frafall, er det en risiko for at gruppen med lavest SØS i realiteten ikke er den mest marginaliserte gruppen i samfunnet. Analyser som gjør bruk av tilsvarende SØS-skala viser imidlertid at skalaen gir systematiske utslag på negative levekårsutfall, opplevelse av å ha dårlig råd og lav livskvalitet (Bakken et al., 2016).

Øvrige variabler. De øvrige variablene brukes som kontrollvariabler. Det betyr ikke at de er fritatt for kravet om validitet og reliabilitet, men jeg vil ikke beskrive disse like grundig. Siden spørsmålene om kjønn og klassetrinn omhandler objektive maal, er det grunn til å tro at validiteten er god. Svarene på spørsmålene som omhandler fysisk aktivitet og ulike former for

⁵ For en uførlig beskrivelse av hvordan samlemalet er konstruert se <http://www.hioa.no/Om-OsloMet/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/NOVA/Publikasjoner/Rapporter/2016/Sosiale-forskjeller-i-unges-liv>

press er i større grad prisgitt ungdommenes subjektive vurdering. Tolkning av både spørsmål og svaralternativ kan variere *mellom* ungdommene, og *fra* hva forskerne la til grunn når de utarbeidet spørreskjema. Videre vil det alltid ved selvrapporing være usikkerhet knyttet til om ungdommene svarer sant. Gitt prosedyrene som er benyttet for å luke ut systematisk useriøse besvarelser, vil antakelig ungdom som svarer usant her, være utelatt fra datamaterialet basert på sine svar på andre spørsmål.

Analyser

I artikkelen viser jeg først deskriptiv statistikk på variablene som benyttes i analysene. Deretter presenter jeg de bivariate sammenhengene mellom de viktigste variablene; først en sammenligning av gjennomsnittlig selvbilde avhengig av trening i idrettslag, deretter gjennomsnittlig selvbilde etter sosioøkonomisk status og dernest en krystabell for andel som trener i idrettslag avhengig av sosioøkonomisk status. Til slutt presenterer jeg de multivariate sammenhengene mellom alle variablene, ved en lineær regresjonsanalyse med samspillsledd.

Signifikanstesting for bivariate og multivariate analyser

Ungdata er tilnærmet en befolkningsundersøkelse av Norges ungdomspopulasjon. Fra det totale utvalget har jeg konstruert et analytisk utvalg, hvor jeg kun inkluderer de som har svart på samtlige spørsmål jeg benytter i analysene. Selv om man kan diskutere hvorvidt signifikanstesting er hensiktsmessig når datagrunnlaget omfatter tilnærmet hele ungdomspopulasjonen, er det som hovedregel ønskelig å utføre signifikanstesting, så lenge man i tillegg tolker resultatene substansielt. Jeg har derfor gjennomført signifikanstester for alle analyser. Signifikansnivået er risikoen vi er villig til å ta for å forkaste en sann nullhypotese, altså at endring i x *ikke* fører til endring i y . I samfunnsfagene er et vanlig valg av signifikansnivå 5 % (0,05) (Ringdal, 2018, s. 290). Signifikanstesting beskytter mot tilfeldighetene som følger med å analysere et tilfeldig trukket utvalg, men tar ikke høyde for systematiske skjevheter i utvalget (Thrane, 2017, s. 73). I mitt utvalg er det en reell risiko for at gruppen som er kategorisert som lavest SØS i realiteten ikke representerer den mest marginaliserte gruppen i samfunnet. Signifikanstesting løser ikke dette problemet. Som tidligere nevnt må resultatene for denne gruppen tolkes som konservative estimater, som kunne vært større dersom det ikke hadde foreligget systematiske skjevheter i utvalget.

For ulike analysemodeller benyttes ulike signifikanstester. For sammenligning av gjennomsnitt, også kalt en-veis variansanalyser, benyttes ANOVA som signifikanttest (Thrane, 2018, s. 53). Jeg oppnådde signifikante resultater på 0,01-nivået for begge mine

bivariate analyser, hvor jeg sammenligner gjennomsnitt. For å beregne statistisk sammenheng i krysstabeller med variabler på ordinalnivå, bør man undersøke om det foreligger bestemte mønster for avvik i tabellen. Dette kan gjøres med korrelasjonskoeffisientene *tau-c* og *gamma* (Hellevik, 2002, s. 254). Jeg benyttet derfor disse signifikanstestene på krysstabellen hvor jeg undersøkte hvor stor andel som trener i idrettslag avhengig av sosioøkonomisk status. Begge testene ga signifikante resultater på 0,01-nivået. Gamma ga korrelasjonsmål 0,222, mens tau-c ga korrelasjonsmål 0,153. Resultatene viser at det er en positiv korrelasjon mellom trening i idrettslag og sosioøkonomisk status. Generelt gir gamma alltid et høyere korrelasjonsmål enn tau-c (Ringdal, 2018, s. 329). For den multiple regresjonsanalysen har jeg brukt t-test av de inkluderte variablene. I artikkelen markeres de ulike signifikansnivåene med antall stjernetegn (*). * = $p < 0,05$, ** = $p < 0,01$, *** = $p < 0,001$, ns=ikke signifikant.

Regresjonsanalyse med samspillsledd

Formålet med en regresjonsanalyse er å beregne en uavhengig variabel sin unike effekt på den avhengige variabelen (Thrane, 2018, s. 71). Hovedmålet i min regresjonsanalyse er å undersøke effekten idrettsdeltakelse har på selvbilde. Ordet effekt er imidlertid noe misvisende, da det antyder et årsak-virkning-forhold. En slik dynamisk tolkning gir inntrykk av at vi vet hva som har ført til hva. Fordi datamaterialet er av typen tverrsnitt, kan jeg ikke si noe om årsaksretning og jeg etterstreber derfor en mer statisk tolkning av regresjonskoeffisientene (Thrane, 2017, s. 26). Det vil si at jeg er opptatt av å finne ut av hvordan trening i idrettslag samvarierer eller statistisk sett henger sammen med selvbilde.

For å undersøke en variabels unike effekt på den avhengige variabelen, må vi ta høyde for flere forhold. Når en regresjonsanalyse inneholder to eller flere uavhengige variabler kalles det en multippel regresjon (Johannessen et al., 2016). Det finnes flere begrunnelser for å gjennomføre en multippel fremfor en bivariat regresjon. For det første får man en mer fullstendig og virkelighetsnær modell. For det andre blir regresjonskoeffisienten for den viktigste uavhengige variabelen mer presis når man kontrollerer for potensielt konfunderende forhold (Thrane, 2017, s. 50).

Når man gjennomfører en multippel regresjonsanalyse gjør man en like-for-like sammenligning. Hvilke variabler man inkluderer angir hvilke like-for-like sammenligninger vi gjør (Hellevik, 2002, s. 61). Man begrunner valget av kontrollvariabler med tidligere forskning som sier noe om hvordan variablene henger sammen med både den avhengige og den viktigste uavhengige variabelen. Et eksempel på dette i mine analyser er kjønn. Fordi forskning har vist at kjønn henger sammen med både selvbilde og deltakelse i idrettslag, er

denne valgt som kontrollvariabel i min regresjonsanalyse. På samme måte har jeg begrunnet de andre kontrollvariablene med tidligere forskning, teori, eller en kombinasjon av disse.

Ved å bruke regresjon kan man også undersøke om sammenhengen mellom to variabler varierer mellom ulike grupper. Man gjennomfører da en samspillsanalyse. Samspill innebærer at effekten av en variabel er betinget av en annen (Ringdal, 2018, s. 528). Man undersøker om dette er tilfellet ved å multiplisere variablene man mistenker kan være betinget av hverandre, og skaper med det en ny variabel, et samspillsledd. Jeg har konstruert slike samspillsledd ved å multiplisere trening i idrettslag med sosioøkonomisk status. Fordi variabelen for trening i idrettslag består av to dummyvariabler har jeg konstruert to samspillsledd. Ved å inkludere disse i analysen, får man svar på om sammenhengen mellom å trene i idrettslag og selvbilde er betinget av eller varierer med hvor man er plassert i den sosiale lagdelingen. Det er verdt å merke seg at samspillseffekter kan komme i tillegg til hovedeffekter. Samspillseffektene viser oss om sammenhengen mellom to variabler er sterkere eller svakere for ulike grupper.

Valg av regresjonsmodell og sensitivitetsanalyser

Det er vanlig å bruke lineær multippel regresjon når utfallsvariabelen er kontinuerlig (Thrane, 2017, s. 161). Det finnes imidlertid en rekke forutsetninger som må være til stede for at en lineær regresjonsmodell skal fungere optimalt. For eksempel er det en forutsetning at sammenhengen mellom x og y i dataene kan oppsummeres som en rett linje. Videre kan ingen variabler ha så høy korrelasjon at regresjonen ikke kan identifisere hvilken x variasjonen i y stammer fra (Thrane, 2017, s. 87-89). Ønsker man å trekke slutninger utover dataene, må spredningen rundt regresjonslinjen være konstant for alle verdier av x , og restleddet må være normalfordelt (Almquist, Ashir & Brännström, 2015, s. 222). I SPSS har jeg testet om disse forutsetningene er tilstede. Jeg har fått tilfredsstillende resultater på alle tester, bortsett fra på grafen «Scatterplot». Her fikk jeg et kurveformet mønster noe som kan indikere problemer med modellen (Almquist et al., 2015, s. 229). For å være sikker på at resultatene i regresjonsmodellen ikke er et produkt av brudd på forutsetningen for lineær regresjon, har jeg gjennomført en sensitivitetsanalyse i form av en logistisk regresjon.

En forutsetning for å benytte logistisk regresjon er at utfallsvariabelen kun har to verdier, 0 og 1. Den logistiske regresjonen brukes til å predikere sannsynligheten for et gitt utfall (Almquist et al., 2015, s. 236). Sannsynligheten er gitt ved en Odds ratio (OR) verdi. Verdien kan minne om, men er ikke nøyaktig det samme som sannsynlighet. OR verdier varierer fra 0 til uendelig, hvor alle verdier under 1 representerer en negativ OR (for hver enhets økning i x reduseres sannsynligheten for et gitt utfall i y).

Ved gjennomføringen av den logistiske regresjonen kodet jeg om indeksen for selvbylde til en dikotom variabel. Alle som rapporterte om et selvbylde lavere enn medianen ble gitt verdien «0», resten ble gitt verdien «1». Utover dette benyttet jeg alle opprinnelige variabler fra den lineære regresjonen. En sammenligning av den lineære og den logistiske regresjonen viser at begge modellene gir substansielt like resultater, noe som styrker robustheten til resultatene i den lineære regresjonsanalysen. En forskjell er likevel verdt å nevne. Ved bruk av logistisk regresjon fikk jeg ikke signifikante resultater for noen av samspillsleddene, mens jeg i den lineære regresjonen fikk en signifikant samspillseffekt på $p < 0,05$. Som jeg diskuterer i artikkelen er regresjonskoeffisienten for dette samspillsleddet kun $-0,006$. Selv om sammenhengen her er statistisk signifikant, er den neppe praktisk nyttig signifikant. At resultatet ikke blir signifikant i den logistiske regresjonen illustrerer at man bør være forsiktig med å trekke absolutte slutninger basert på samspillseffekten i den lineære regresjonen.

Forskningsetiske vurderinger

Forskningsetikk er grunnleggende normer og regler for vitenskapelig praksis (Ringdal, 2018, s. 55). Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora, juss og teologi (NESH) har som hovedoppgave å etablere forskningsetiske retningslinjer som fremmer god og ansvarlig forskning. Jeg har etterstrebet å følge retningslinjene i arbeidet med masteroppgaven, blant annet ved å være åpen om potensielle svakheter eller begrensninger ved studien. Videre har jeg formidlet hvordan dataene er samlet inn, hvordan jeg har kodet dem og hvordan jeg har brukt dem i analysene. Under vil jeg gjøre nærmere rede for hvilke forholdsregler som er tatt for å ivareta hensynet til personer (NESH, 2016, s. 12-23).

Datainnsamlingen er meldt inn og godkjent av Norsk senter for forskningsdata (NSD). Undersøkelsen gjennomføres anonymt og alle svar blir behandlet strengt fortrolig av alle som får tilgang til dem (Ungdata, 2016). Ingen har mulighet til å identifisere hva enkeltpersoner har svart. Elevene står fritt i valget om å delta eller ikke. Foreldre kan reservere barn under 16 år fra deltakelse. Risikoen for at ungdom kan komme til skade som følge av undersøkelsen er liten. Noen spørsmål omhandler imidlertid sensitive temaer, som kan gi skadevirkninger for enkeltpersoner i form av å sette i gang eller forsterke negative tanker (Ringdal, 2018, s. 64). Ungdommen står derfor fritt til å la være å svare på slike spørsmål, og blir i tillegg informert om muligheten til å snakke med noen i etterkant av undersøkelsen (Ungdata, 2016).

Samfunnsvitenskapelige funn og problemstillinger har verdimeslige implikasjoner og står i fare for å bli et middel for å gjøre politiske budskap mer legitime (Ringdal, 2018, s. 70). At forskning brukes i politikken er ikke uvanlig. Mer problematisk er det om forskere selv gjør

politisk bruk av egne funn. Jeg har strebet etter å være partsnøytral i mitt arbeid, til tross for at egne interesser og verdier nødvendigvis har preget valg av tema og forskningsspørsmål.

Begrensninger med studien

Studien har noen begrensninger det er verdt å være oppmerksom på. For det første kan man ikke ved bruk av tverrsnittsdata trekke slutninger om årsaksretning eller årsak som sådan. Det kan eksistere konfunderende forhold (som ikke er inkludert i regresjonen) som påvirker både idrettsdeltakelse, selvbilde og korrelasjonen mellom disse. For det andre kan man ikke sikkert fastslå gjennom hvilke mekanismer sammenhengen medieres. For det tredje får man med et så stort utvalg begrenset informasjon om individuelle forskjeller. Det overnevnte gir grunn til å tolke resultatene med varsomhet. Med dette mener jeg ikke at funnene i seg selv er tvilsomme. En rekke sensitivitetsanalyser er gjort for å sikre at resultatene er statistisk robuste. Det er i bruken av resultatene jeg fordrer til aktsomhet. Funnene kan ikke alene tolkes kausalt. Til det trengs longitudinelle eller eksperimentelle studier og tilhørende velegnede metoder (Thrane, 2018, s. 146). Tolket i sammenheng med funn fra studiene jeg viser til i gjennomgangen av tidligere forskning, sannsynliggjøres årsaksretningen som presenteres i artikkelens analysemodell. For å kunne si sikkert om dette er tilfelle, trengs imidlertid nye studier med overnevnte forskningsdesign.

Funn

Et av artikkelens hovedfunn er at det er en positiv statistisk sammenheng mellom idrettsdeltakelse og selvbilde, og at sammenhengen er tydeligere blant dem som er svært aktive sammenlignet med dem som trener på et mer moderat nivå. I praksis betyr dette at de som trener aktivt i idrettslag i gjennomsnitt har noe bedre selvbilde enn de som ikke er aktive i organisert idrett. Analysen viser at man kan utelukke at dette skyldes forskjeller knyttet til kjønn, alder og sosioøkonomisk status. Videre kan man utelukke at sammenhengen kun skyldes at de som deltar i idrett er mer fysisk aktive enn øvrige ungdom. Styrken på sammenhengen øker dersom ungdommen i liten grad opplever press.

Artikkelens andre hovedfunn er at sammenhengen mellom idrett og selvbilde er ganske lik på tvers av ulike sosiale lag. Selv om det i regresjonen presenteres en signifikant samspillseffekt mellom sosioøkonomisk status og det å være middels aktiv i idrettslag, er samspillseffekten såpass liten at den trolig ikke har praktisk signifikant betydning. Samspillseffekten er ikke signifikant ved bruk av logistisk regresjon. Dette illustrerer at man i store utvalg kan få signifikante resultater, til tross for at forskjellene mellom de ulike

gruppene for sosioøkonomisk status er svært små. I praksis ser det ut til at sammenhengen mellom idrettsdeltakelse og selvbilde i mitt datamateriale er tilnærmet lik i alle sosiale lag.

Diskusjon og konklusjon

Det overordnede svaret på oppgavens forskningsspørsmål er at det er en positiv sammenheng mellom idrettsdeltakelse og selvbilde, og at denne varierer i liten grad mellom ulike sosiale lag. Jeg har benyttet et teoretisk rammeverk hvor man ser for seg at både kognitiv utvikling og sosiale omgivelser har betydning for utviklingen av selvbilde. Min fremstilling er inspirert av selvbildeteoretikeren Susan Harter, som har forent innsikter fra James, Mead og Cooley. Dersom man tolker mine resultater i lys av deres teori, kan det se ut til at idretten legger til rette for et balansert forhold mellom ambisjoner og prestasjoner (jf. James) og at de sosiale omgivelsene i idretten, for eksempel voksenstøtte, bidrar til positiv utvikling for ungdommen (jf. Mead og Cooley).

Det er særlig det domenespesifikke område som omhandler utseende som påvirker det globale selvbilde. Likevel viser forskning at utseendebaserte intervensjoner ikke bidrar til et bedre selvbilde (Ip & Jarry, 2008). Selv om idrett først og fremst handler om konkurranser og prestasjonsforbedring, kan det tenkes at ungdommen får et mer positivt forhold til eget utseende gjennom å delta i idrett, selv om dette ikke var begrunnelsen for å engasjere seg i idrett i utgangspunktet. Potensielt kan den positive sammenhengen skyldes at ungdommene opplever en forbedring i sine fysiske ferdigheter, og at det er dette som slår inn på det globale selvbilde. Et annet alternativ er at trening i idrettslag fører til en forbedring i både fysiske ferdigheter og i vurderingen av eget utseende, som i sin tur fører til et bedre globalt selvbilde.

Resultatene gir ikke støtte til antakelsen om at idrett bidrar til sosial utjevning i selvbilde. Selv om ungdom fra lavere sosiale lag ikke har noe særegent utbytte av idrettens betydning for selvbilde, henger økt aktivitet sammen med et bedre selvbilde *også* for denne gruppen. Det er tydelig i de innledende analysene at idrettsdeltakelse er skjevfordelt mellom ulike sosiale lag, og at ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk status *sjeldnere* får dra fordel av de positive ringvirkningene idrett kan gi. Selv om ikke idrett har særegen betydning for denne gruppen, representerer den derfor den sosiale skjevheten like fullt et sosialt problem. Den politiske implikasjonen som følger av dette er å gjøre idrettsdeltakelse tilgjengelig for alle. En mulighet er å benytte velferdsinstanser som arbeider med lavinntektsfamilier som rekrutteringsarena til idrett. For eksempel kan økonomisk og praktisk bistand til idrettsdeltakelse benyttes som hjelpetiltak i barneverntjenesten.

Studien bidrar med kunnskap om sammenhenger mellom en bestemt fysisk aktivitet, herunder idrett, og selvbilde. Selv etter å ha kontrollert for en rekke forhold viser det seg at de som deltar aktivt i organisert idrett rapporterer om et bedre selvbilde enn ungdom forøvrig. Studien gir også kunnskap om sosiale forskjeller både i deltakelse i idrett og i sammenhengen mellom idrett og selvbilde. Min studie representerer kun et øyeblikksbilde, men peker like fullt på noen sammenhenger som er verdt å undersøke videre. For å kunne fastslå årsak-virkning-forhold, anbefaler jeg at videre studier benytter longitudinelle eller eksperimentelle forskningsdesign på en lignende problemstilling.

Referanser

- Almquist, Y., Ashir, S. & Brännström, L. (2015). *A guide to quantitative methods*. Stockholm Chess.
- Bakken, A. (2019a). *Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar og hvem slutter i ungdomsidretten?* (2/2019). Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Bakken, A. (2019b). *Ungdata 2019. Nasjonale resultater* (9/2019). Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Bakken, A., Andersen, P. L., Frøyland, L. R. & Abebe, D. S. (2019). Rekkefølgeeffekter i spørreundersøkelser blant ungdom. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 3(1), 66-82. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2019-01-05>
- Bakken, A., Frøyland, L. R. & Sletten, M. A. (2016). *Sosiale forskjeller i unges liv: hva sier Ungdata-undersøkelsene?* (3/2016). Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Blomfield, C. & Barber, B. (2011). Developmental Experiences During Extracurricular Activities and Australian Adolescents' Self-Concept: Particularly Important for Youth from Disadvantaged Schools. *A Multidisciplinary Research Publication*, 40(5), 582-594. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9563-0>
- Bushman, B. J., Moeller, S. J. & Crocker, J. (2011). Sweets, Sex, or Self-Esteem? Comparing the Value of Self-Esteem Boosts With Other Pleasant Rewards. *Journal of Personality*, 79(5), 993-1012. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2011.00712.x>
- Cooley, C. H. (1902). *Human Nature and the Social Order*. New York: Schribners.
- Diener, E. & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.653>
- Elstad, J. I. (2010). Spørreskjemaundersøkelsens fallgruber. I D. Album, M. N. Hansen & K. Widerberg (Red.), *Metodene våre: eksempler fra samfunnsvitenskapelig forskning*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Fellesorganisasjonen. (2015). *Yrkesetisk grunnlagsdokument for barnevernspedagoger, sosionomer, vernepleiere og velferdsvitere*.
- Fischer, K. W. (1980). A theory of cognitive development: The control and construction of hierarchies of skills. *Psychological Review*, 87(6), 477-531. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.87.6.477>
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J. & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19-40. <https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>
- Fredricks, J. A. & Eccles, J. S. (2006). Is Extracurricular Participation Associated With Beneficial Outcomes? Concurrent and Longitudinal Relations. *Developmental psychology*, 42(4), 698-713. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.4.698>
- Furnham, A. & Cheng, H. (2000). Perceived parental behaviour, self-esteem and happiness. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 35(10), 463-470. <https://doi.org/10.1007/s001270050265>
- Grimen, H. (2008). Profesjon og kunnskap. I A. Molander & L. I. Terum (Red.), *Profesjonsstudier* (s. 71-86). Oslo: Universitetsforlaget.
- Harter, S. (1988). *Manual for the Self-Perception Profile for Adolescents*. Denver: University of Denver.
- Harter, S. (2000). Is self-esteem only skin-deep? The inextricable link between physical appearance and self-esteem. *Reclaiming Children and Youth*, 9(3), 133-138.
- Harter, S. (2012). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations* (2. utg.). New York: Guilford Press.

- Harter, S., Bresnick, S., Bouchey, H. A. & Whitesell, N. R. (1997). The development of multiple role-related selves during adolescence. *Development and Psychopathology*, 9(4), 835-853.
- Hellevik, O. (2002). *Forskningsmetode i sosiologi og statsvitenskap* (7. utg.). Oslo: Universitetsforl.
- Higgins, E. T. (1991). Development of Self-regulatory and Self-evaluative Processes: Costs, Benefits, and Tradeoffs. I M. R. Gunnar & L. A. Sroufe (Red.), *Minnesota Symposium on Child Psychology: Vol 23. Self processes and development*. (s. 125-165). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ip, K. & Jarry, J. L. (2008). Investment in body image for self-definition results in greater vulnerability to the thin media than does investment in appearance management. *Body Image*, 5(1), 59-69. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2007.08.002>
- James, W. (1890). *The Principles Of Psychology*. New York: Henry Holt and Company
- Johannessen, A., Christoffersen, L. & Tuft, P. A. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg.). Oslo: Abstrakt forlag.
- Karcher, M. J. & Fischer, K. W. (2004). A Developmental Sequence of Skills in Adolescents' Intergroup Understanding. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(3), 259-282. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2004.04.001>
- Mahoney, J. L., Eccles, J. S. & Larson, R. W. (2004). Processes of adjustment in organized out-of-school activities: opportunities and risks. *New directions for youth development*, (101), 115.
- Marsh, H. W. & Kleitman, S. (2002). Extracurricular school activities: the good, the bad, and the nonlinear. *Harvard Educational Review*, 72(4), 464-514. <https://doi.org/10.17763/haer.72.4.051388703v7v7736>
- Marsh, H. W. & Shavelson, R. (1985). Self-Concept: Its Multifaceted, Hierarchical Structure. *Educational Psychologist*, 20(3), 107-123. https://doi.org/10.1207/s15326985ep2003_1
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society: from the standpoint of a social behaviorist*. Chicago: University of Chicago Press.
- NESH. (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi* (4. utg.). Oslo: De nasjonale forskningsetiske komiteene.
- Nicolosi, S. & Lipoma, M. (2012). Self-esteem, physical self-perception and physical activities programs for adolescents. I S. De Wals & K. Meszaros (Red.), *Handbook on Psychology of Self-Esteem* (s. 301-312). UK: Nova Science Publishers.
- NOVA. (2013). Metode og dokumentasjon. Hentet 30.04.2020 fra <http://www.ungdata.no/Forskning/Metode-og-dokumentasjon/Ungdata-2010-2013-Metode-og-dokumentasjon>
- Ringdal, K. (2018). *Enhet og mangfold: samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode* (4. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Seippel, Ø. (2006). Sport and Social Capital. *Acta Sociologica*, 49(2), 169-183. <https://doi.org/10.1177/0001699306064771>
- Sletten, M. A., Strandbu, Å. & Gilje, Ø. (2015). Idrett, dataspilling og skole - konkurrerende eller «på lag»? *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 99(5), 334-350.
- Thrane, C. (2017). *Regresjonsanalyse: en praktisk tilnærming*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Thrane, C. (2018). *Kvantitativ metode: en praktisk tilnærming*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Tracy, A. J. & Erkut, S. (2002). Gender and Race Patterns in the Pathways from Sports Participation to Self-Esteem. *Sociological Perspectives*, 45(4), 445-466. <https://doi.org/10.1525/sop.2002.45.4.445>

- Trzesniewski, K., Donnellan, M. B. & Robins, R. W. (2013). Development of Self-esteem. I V. Zeigler-Hill (Red.), *Self-esteem*. New York: Psychology Press.
- Ungdata. (2016). Informasjon til ungdom og foreldre. Hentet 22.04.2020 fra <http://www.ungdata.no/Om-undersokelsen/Informasjon-til-ungdom-og-foresatte>
- Von Soest, T., Wichstrøm, L. & Kvalem, I. L. (2016). The Development of Global and Domain-Specific Self-Esteem From Age 13 to 31. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(4), 592-608. <https://doi.org/10.1037/pspp0000060>
- Wagnsson, S., Lindwall, M. & Gustafsson, H. (2014). Participation in organized sport and self-esteem across adolescence: the mediating role of perceived sport competence. *Journal of sport & exercise psychology*, 36(6), 584. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0137>
- Wichstrøm, L. (1995). Harter's Self-Perception Profile for Adolescents: Reliability, Validity, and Evaluation of the Question Format. *Journal of Personality Assessment*, 65(1), 100-116. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6501_8
- Zeigler-Hill, V. (2013). The importance of self-esteem. I V. Zeigler-Hill (Red.), *Self-Esteem* (s. 1-20). London: Psychology Press.

Vedlegg

Vedlegg 1 Tabell 1: Spørsmålsformulering, svaralternativer og verdifordeling på variabler

Vedlegg 2 Tabell 2: Sammenligning av opprinnelig utvalg og analytisk utvalg

Vedlegg 3 Tabell 3: Logistisk regresjon med samspillsledd

Tabell 1: Spørsmålsformulering, svaralternativer og verdifordeling på variabler

Indikator	Spørsmål/svar fra spørreskjema	Verdi
Godt Selvbilde	Jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er	
	Jeg liker meg selv slik jeg er	
	Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det	
	Jeg opplever at det jeg driver med i livet er meningsfullt	
	Passer svært godt	3
	Passer ganske godt	2
	Passer ganske dårlig	1
	Passer svært dårlig	0
Dårlig selvbilde	Jeg er ofte skuffet over meg selv	
	Jeg synes det er ganske vanskelig å få venner	
	Passer svært godt	0
	Passer ganske godt	1
	Passer ganske dårlig	2
	Passer svært dårlig	3
Trening i idrettslag	Hvor ofte trener du eller driver du med følgende aktiviteter: trener eller konkurrerer i et idrettslag	
	Aldri	0
	Sjelden	0
	1-2 ganger i måneden	0
	1-2 ganger i uka	1
	3-4 ganger i uka	2
	Minst fem ganger i uka	2

Indikator	Spørsmål/svar fra spørreskjema	Verdi
Foreldres utdanningsnivå	Har foreldrene dine utdanning fra universitet eller høyskole?	
	Far	1,5
	Mor	1,5
	Begge	3
	Ingen	0
Antall bøker i hjemmet	Hvor mange bøker tror du det er hjemme hos dere?	
	Ingen bøker	0
	Mindre enn 20 bøker	0,5
	20-100 bøker	1
	100-500 bøker	1,5
	500-1000 bøker	2
	Mer enn 1000 bøker	3
Family Affluence Scale (FAS)	Har familien din bil?	
	Nei	0
	Ja, en	2
	Ja, to eller flere	3
	Har du eget soverom?	
	Ja	3
	Nei	0
	Hvor mange ganger har du reist et sted på ferie med familien din i løpet av det siste året?	
	Ingen ganger	0
	En gang	1
	To ganger	2
	Mer enn to ganger	3
	Hvor mange datamaskiner eller nettbrett har familien din?	
	Ingen	0
	En	1
To	2	
Tre eller flere	3	

Indikator	Spørsmål/svar fra spørreskjema	Verdi
Klassetrinn	Hvilket klassetrinn går du i?	
	8. trinn	0
	9. trinn	1
	10. trinn	2
	1. Vgs	3
	2. Vgs	4
Kjønn	Er du gutt eller jente	
	Gutt	0
	Jente	1
Fysisk aktivitet	Hvor ofte er du så fysisk aktiv at du blir andpusten eller svett?	
	Aldri	0
	Sjelden	1
	1-2 ganger i måneden	2
	1-2 ganger i uka	3
	3-4 ganger i uka	4
	Minst 5 ganger i uka	5
Utseendepress	Opplever du press i hverdagen din? – Press om å se bra ut eller ha en fin kropp	
	Ikke noe press	0
	Litt press	1
	En del press	2
	Mye press	3
	Svært mye press	4
Idrettspress	Opplever du press i hverdagen din? – Press om å gjøre det bra i idrett	
	Ikke noe press	0
	Litt press	1
	En del press	2
	Mye press	3
	Svært mye press	4

Tabell 2: Sammenligning av opprinnelig utvalg og analytisk utvalg

	Opprinnelig utvalg (n=271 699)		Analytisk utvalg (n=231 739)	
	Valid %	N	%	N
Selvbilde	100	249 468	100	231 739
<i>Missing</i>	8,2	22 231		
Kjønn				
Jente	49,2	130 020	50,8	117 809
Gutt	50,8	134 253	49,2	113 930
<i>Missing</i>	2,7	7 426		
Klassetrinn⁶				
8. trinn	21,9	59 408	21,9	50 773
9. trinn	21,1	57 347	21,3	49 421
10. trinn	20,7	56 264	21,2	49 046
1. Vgs	20,3	55 040	19,7	45 730
2. Vgs	16,1	43 640	15,9	36 769
Trening i idrettslag				
Lite aktiv	55,1	139 056	55,3	128 246
Middels aktiv	12,2	30 786	12,2	28 192
Svært aktiv	32,7	82 523	32,5	75 301
<i>Missing</i>	7,1	19 334		
Sosioøkonomisk status				
Lav søs	20,0	54 125	18,6	43 212
Middels lav søs	19,9	53 951	19,8	45 871
Middels søs	19,7	53 309	19,9	46 217
Middels høy søs	20,1	54 505	20,7	47 943
Høy søs	20,4	55 192	20,9	48 496
<i>Missing</i>	0,2	617		

⁶ Fordi 3. vgs er utelatt fra analyse materialet oppgis ikke *missing* på denne variabelen

	Opprinnelig utvalg (n=271 699)		Analytisk utvalg (n=231 739)	
	Valid %	N	%	N
Fysisk aktiv				
Aldri	1,7	4 385	1,5	3 420
Sjelden	7,1	18 157	7,0	16 202
1-2 ganger i måneden	6,3	15 956	6,2	14 381
1-2 ganger i uka	26,9	68 477	27,0	62 526
3-4 ganger i uka	33,2	84 568	33,3	77 188
Minst 5 ganger i uka	24,9	63 482	25,0	58 022
<i>Missing</i>	6,1	16 674		
Press utseende				
Ikke noe press	30,2	76 865	29,7	68 863
Litt press	30,7	78 241	31,1	72 045
En del press	16,3	41 512	16,4	38 017
Mye press	11,0	28 087	11,1	25 751
Svært mye press	11,8	30 193	11,7	27 063
<i>Missing</i>	6,2	16 801		
Press idrett				
Ikke noe press	35,6	90 236	35,4	81 970
Litt press	25,6	64 853	25,8	59 830
En del press	18,1	46 025	18,2	42 233
Mye press	11,9	30 168	12,0	27 751
Svært mye press	8,8	22 314	8,6	19 955
<i>Missing</i>	6,7	18 103		

Tabell 3: Logistisk regresjon med selvbilde (0-1) som avhengig variabel (n= 231 739)

	Bivariat			Modell 2			Modell 3		
	OR	SE	p	OR	B	p	OR	SE	p
Trening i idrettslag (ref. lav)									
Middels aktiv	1,658	0,017	***	1,458	0,020	***	1,525	0,035	***
Svært aktiv	2,483	0,013	***	2,024	0,017	***	1,969	0,029	***
Kjønn (ref. jente)	2,872	0,011	***	1,396	0,013	***	1,397	0,013	***
Klassetrinn (0-4)	0,083	0,004	***	0,960	0,005	***	0,960	0,005	***
Sosioøkonomisk status (0-4)	1,113	0,004	***	1,116	0,004	***	1,116	0,005	***
Fysisk aktivitet (0-5)	1,328	0,004	***	1,292	0,006	***	1,293	0,006	***
Utseendepress (0-4)	0,485	0,004	***	0,522	0,005	***	0,522	0,005	***
Idrettspress (0-4)	0,748	0,004	***	0,871	0,006	***	0,871	0,006	***
Samspillsledd									
Middels aktiv*SØS							0,078	0,014	Ns
Svært aktiv*SØS							1,012	0,010	Ns
Konstant				1,478			1,478		
Nagelkerke R Square				0,267			0,267		

OR=Odds Ratio, SE=standardfeil, p=signifikansnivå. *p<0,05, **p<0,01, ***p<0,001, ns=ikke signifikant

Har idrettsungdom det bedre med seg selv enn annen ungdom?

Idrett og selvbilde i ungdomstiden

Do youths who participate in sports feel better about themselves than other youths?

Sports and self-esteem in adolescence

Sammendrag

Artikkelen har to formål: Å undersøke om idrettsungdom har et bedre selvbilde enn annen ungdom *og* å finne ut om dette varierer med familiens sosioøkonomiske status (SØS). Idrett antas å fremme utvikling og gi sosialiseringserfaringer, og på den måten bidra til et positivt selvbilde. I artikkelen benyttes tverrsnittsdata innsamlet av Ungdata i 2017-2019. Utvalget er ungdom i alderen 13-18 år (N=231 739). Hovedanalysen er en lineær regresjonsanalyse. Her kontrollerer jeg for kjønn, klassetrinn, fysisk aktivitet, utseendepress og idrettspress. Til slutt undersøker jeg om sammenhengen mellom idrett og selvbilde varierer mellom sosiale lag. Analysene viser at 1) Det er en positiv sammenheng mellom idrettsdeltakelse og selvbilde. 2) Det er en signifikant samspillseffekt mellom å være middels aktiv i idrett og lav SØS, men ikke mellom å være svært aktiv i idrett og SØS. Samspillseffekten er svært liten og har begrenset substansiell betydning. Selv om ingen sosioøkonomiske grupper har særegent utbytte av idrett for selvbilde, er skjevfordeling i deltakelse fortsatt et sosialt problem dersom det idrettspolitiske målet er «idrett for alle». For velferdsinstanser som arbeider med lavinntektsfamilier, er det grunn til å være oppmerksomme på ungdom som ønsker å være med i idrett.

Nøkkelord: ungdom, selvbilde, idrett, sosioøkonomisk status

Abstract

The article investigates whether youths who participate in sports have better self-esteem than other youths *and* if this varies with family's socioeconomic status (SES). Sports are expected to promote development and provide socialization experiences, thus contributing to positive self-esteem. I use cross-sectional data collected by "Ungdata" in 2017-2019. The sample includes youths aged 13-18 (N = 231 739). The main analysis is a linear regression. I control for gender, school class, physical activity, appearance pressure and performance pressure in sports. Finally, I examine whether the relationship between sports and self-esteem varies between social strata. Results: 1) There is a positive correlation between sports participation and self-esteem. 2) There is a significant interaction effect between being medium active in sports and low SES, but not between being very active in sports and SES. The interaction effect is small and has little substantial significance. Even though no socioeconomic group have a distinctive benefit from sports on self-esteem, the social distortion in sports still represents a social problem. Welfare agencies working with low-income families should be aware of youths who wants to participate in sports.

Keywords: adolescents, self-esteem, sports participation, socioeconomic status

Innledning

I ungdomstiden beveger den unge seg *fra* å være barn *til* å bli voksen. I denne perioden utvikles en rekke kognitive funksjoner som får konsekvenser for ungdommens selvbilde. En rekke forskere mener at selvbilde har betydning for ungdommenes forutsetninger for å lykkes senere i livet (Orth, Robins & Widaman, 2012; Swann, Chang-Schneider & Larsen McClarty, 2007). For eksempel mener Trzesniewski et al. (2006) å ha avdekket at et dårlig selvbilde i ungdomstiden er forbundet med dårlig helse, kriminell atferd og begrenset tilgang på økonomiske ressurser som voksen. Videre tyder Orth et al. (2012) sin forskning på at et godt selvbilde kan føre til økt tilfredshet i jobb og relasjoner, mer positive følelser og redusert sannsynlighet for å utvikle depresjon. Andre er skeptiske til å trekke slike slutninger, og mener selvbilde kun reflekterer andre prosesser i individets liv, uten å spille en kausal rolle i seg selv (Baumeister, Campbell, Krueger & Vohs, 2003; Boden, Fergusson & Horwood, 2008; Scheff & Fearon, 2004).

Uavhengig av hvordan det går senere i livet har selvbilde betydning for hvordan ungdommen har det *her og nå*. I flere studier blir selvbilde brukt som det viktigste målet på psykologisk velvære (Biddle & Mutrie, 2008, s. 181; Duncan & Eyre, 2015). Et godt selvbilde er forbundet med emosjonell stabilitet og veltilpasning på en rekke livsområder (Sonstroem, 1997). De som har et positivt selvbilde rapporterer oftere om følelsen av velvære, lykkefølelse, tilfredshet med livet og mestring av stress (Diener & Diener, 1995). Det er derfor interessant å utforske sammenhenger mellom hva ungdom gjør på fritiden og hvordan de evaluerer seg selv. På den måten kan man få innsikt i hvilke veier det er hensiktsmessig å gå for å forbedre selvbilde til ungdom. Dersom vi også utforsker om sammenhengene varierer mellom ulike sosiale grupper, kan vi få informasjon om noen ungdom har særlig utbytte av bestemte fritidsaktiviteter. I denne artikkelen undersøker jeg derfor om idrettsungdom har det bedre med seg selv enn annen ungdom, og om idrettens betydning for selvbilde varierer med familiens sosioøkonomiske status (SØS).

Sosiale forskjeller i idretten

I St. meld nr. 26 *Den Norske idrettsmodellen*, beskrives idrett som en viktig kilde til glede og mestring. Det understrekes også at deltakelse gir fellesskapsfølelse, gode oppvekstvilkår og god helse (Kulturdepartementet, 2012, s. 7). I en rapport om idrettens posisjon i ungdomstiden kommer det i tillegg frem at idrettsungdom har sunnere kosthold, trives bedre

på skolen og rapporterer om færre psykiske helseplager enn de som ikke driver med sport. (Bakken, 2019a). Det er derfor ikke overaskende at «idrett for alle» er et sentralt idrettspolitisk mål (Kulturdepartementet, 2012).

Noen er imidlertid mer skeptisk til idrettens betydning i unges liv. Rafoss og Tangen (2017) spør blant annet om det først og fremst er i idrett man finner de største helsegevinstene, når det er de kommersielle treningsentrene som har hatt mest økning i bruk de siste årene. Hjelseth (2016) mener dessuten at det er uheldig om idretten skal brukes til å tjene formål som ikke er en del av dens egen rasjonalitet. Selv om deltakelse kan ha positive konsekvenser i form av fellesskap og samhold, mener han at idretten ikke er tjent med å inkludere dem som ikke har glede av prestasjonsfokus og konkurranser. Idretten kan da bli en arena som påfører ungdom mer press, fremfor å være en kilde til glede og mestring, som idrettsmeldingen fremholder.

Idrettsdeltakelse er ikke jevnt fordelt i befolkningen. Det er dobbelt så mange fra høyere sosiale lag som deltar aktivt i organisert idrett, sammenliknet med dem som vokser opp i familier med færre økonomiske ressurser (Bakken, 2019a, s. 20). Dette gjelder også ellers i Europa (Van Tuyckom & Scheerder, 2010, s. 497). Innenfor en kulturell klasseforståelse tenker man at sosiale forskjeller skyldes at noen domener, herunder idrett, verdsettes mer av noen sosiale lag enn andre. I en rekke studier har man derimot avdekket at det er økonomi, og ikke kultur, som er den viktigste forklaringsmekanismen for sosiale forskjeller i idrett (Andersen & Bakken, 2019; Duncan, Woodfield, Al-Nakeeb & Nevill, 2002; Holt, Kingsley, Tink & Scherer, 2011). Deltakelse kan for det første være svært kostbart og hindre deltakelse for ungdommer fra lavinntektsfamilier. For det andre har en del foreldre med lav SØS arbeidsforhold preget av lite autonomi og fleksibilitet. Dette påvirker muligheten til å involvere seg i barnas fritidsaktiviteter (Andersen & Bakken, 2019, s. 923). Det overnevnte gir grunn til å tro at familier fra lavere sosiale lag både kan ha behov for økonomisk bistand og praktisk støtte for å gjøre idrettsdeltakelse mulig.

Det er forsket lite på forholdet mellom idrett og selvbilde i norsk kontekst. I flere internasjonale studier har man derimot funnet at ungdom som deltar i organisert idrett har et bedre selvbilde enn de som ikke gjør det (Se for eksempel; Tracy & Erkut, 2002; Wagnsson et al., 2014). Et sentralt spørsmål i artikkelen er om dette også gjelder norsk ungdom og hvorvidt sammenhengen varierer mellom sosiale lag.

Selvbilde – en subjektiv og sosial konstruksjon

Selvbilde er individets subjektive oppfatning av egen verdi. Ifølge W. James (1890, s. 310) er det et produkt av forholdet mellom opplevd suksess innenfor områder man anser som viktig og egne ambisjoner innenfor disse områdene. Selvbilde påvirkes også av hva andre mener om oss. Mead (1934, s. 175) hevdet at andres tilbakemeldinger får konsekvenser for selvbilde i form av at vi internaliserer og benytter andres respons når vi evaluerer oss selv. En lignende tankegang finner vi hos Cooley (1902, s. 184) som betraktet omgivelsenes respons som et speil vi bruker til å skape, endre og reprodusere eget selvbilde. I idrett må ungdom stadig forholde seg til om det er samsvar mellom egne ambisjoner og faktiske prestasjoner. I denne vurderingen gjør ungdommene bruk av tilbakemeldingene de får, både fra jevnaldrende og trenere. Er det balanse mellom ambisjoner og prestasjoner, er resultatet et godt selvbilde.

Som nevnt er forskere uenige om hvorvidt selvbilde predikerer hvordan det vil gå med ungdommen senere i livet. Selv om en rekke forskere mener å ha avdekket kausale sammenhenger mellom selvbilde og viktige livsutfall (Orth et al., 2012; Swann et al., 2007; Trzesniewski et al., 2006), gir manglende konsensus vedrørende kausalitet grunn til å innta en nyansert tilnærming til selvbildets kausale kraft (Zeigler-Hill, 2013, s. 10). At et godt selvbilde spiller en positiv og sentral rolle for hvordan ungdommen har det her og nå er mindre omdiskutert, og bidrar til at de fleste forskere mener det har verdi å forske på ungdommers selvbilde (Diener & Diener, 1995; Furnham & Cheng, 2000).

Oppfatningen av egen verdi henger sammen med hvordan man vurderer seg selv innenfor ulike livsområder. Man skiller derfor mellom et globalt selvbilde og domenespesifikke selvvurderinger. Selvområdene som aktualiseres mest i forbindelse med idrett er oppfatning av egne idrettsferdigheter og forholdet til eget utseende. Blant alle selvområder, er det oppfatningen av eget utseende som i størst grad korrelerer med det globale selvbilde (Von Soest et al., 2016, s. 593). Dette begrunnes med at utseende spiller en sentral rolle i de aller fleste kulturer og alltid er åpent for andres blikk og vurderinger (Harter, 2012, s. 158). Det er samtidig veldokumentert at de som er overopptatt av utseende er mer tilbøyelige til å vurdere sitt ytre negativt (Ip & Jarry, 2008; Mendelson, Mendelson & Andrews, 2000). Idrett kan derfor ha to motstridende effekter. Trening gjennomført med et ensidig utseendefokus kan ramme selvbilde negativt, men trening kan også resultere i en velfungerende kropp og idrettsferdigheter som ungdommen er fornøyd med.

Grunnlaget for domenespesifikke selvevalueringer legges i 11-13 årsalderen, når ungdommen oppdager ulike sider ved seg selv (Harter, 2012, s. 75). For å oppnå et positivt og stabilt selvbilde må ungdommen få hjelp til å *integre* selvrepresentasjonene til en sammenhengende selvforståelse (Harter, 2012, s. 10). Dette er en sentral del av ungdommens utvikling og særlig viktig her er støtte og oppmuntring fra voksne (Karcher & Fischer, 2004). I vestlige land bruker mange foreldre mye tid og krefter på å engasjere seg i barnets utvikling (Stefansen, Smette & Strandbu, 2018; Stefansen & Aarseth, 2011). Denne formen for involvert foreldreskap er mindre utbredt i familier fra lavere sosiale lag (Lareau, 2003). Flere forskere mener derfor at ungdom som vokser opp i familier med færre økonomiske ressurser kan ha større utbytte av idrettens betydning for selvbilde, enn ungdom fra mer velstående familier (Blomfield & Barber, 2011; Marsh & Kleitman, 2002). Dette fordi idretten gir ungdommen utviklingsmuligheter de potensielt ikke har tilgang på hjemme.

Tidligere forskning

Deltakelse i idrettslag og selvbilde. Eime, Young, Harvey, Charity og Payne (2013) fant i en gjennomgang av konsekvenser av idrettsdeltakelse, at forbedret selvbilde var det mest rapporterte psykologiske utfallet. I en rekke internasjonale studier har man altså funnet at idrettsungdom har et bedre selvbilde enn ungdom forøvrig. Årsaken til dette er sammensatt, men noen forklaringer går igjen. De fleste mener idrett kan være positivt for selvbilde ved at ungdommen får et bedre kroppsbilde, utvikler idrettsferdigheter, oppnår bedre sosial kompetanse eller en kombinasjon av disse.

Bowker (2006) fant i sin tverrsnittsstudie en sterk positiv sammenheng mellom idrettsdeltakelse og selvbilde blant kanadiske barn (10-13 år). Hun forklarte funnet med forbedring i de fysiske selvområdene kroppsbilde og fysiske ferdigheter. Wagnsson et al. (2014) rapporterte om en lignende sammenheng i en longitudinell studie av svensk ungdom (10-18 år), men løftet kun frem forbedring av fysiske ferdigheter som forklaringsmekanisme. Tracy og Erkut (2002) fant at det er økt opplevelse av fysisk velvære som gjør at idrettsungdom rapporterer om et bedre selvbilde enn de som ikke driver med idrett. I sin longitudinelle studie konkluderte de med at idrett best fremmer selvbilde dersom fokuset er på helse og funksjonalitet, fremfor utseende og kropp. I en systematisk gjennomgang av de psykososiale konsekvensene av ulike idretter fant Evans et al. (2017, s. 175) at lagidrett bidrar mer positivt til selvbilde enn individuell idrett. Slutzky og Simpkins (2009) har studert dette

forholdet mer inngående og funnet at lagidrett bidrar mer til et positivt selvbylde fordi man både får mulighet til å utvikle ferdigheter og motta aksept fra jevnaldrende samtidig.

Det positive forholdet mellom idrett og selvbylde er veletablert i internasjonal litteratur. Det er mindre forskning som sier noe om betydningen av idrettsdeltakelse for selvbylde varierer mellom ulike sosiale lag. I studiene som er gjort er funnene er motstridende. Mens Marsh og Kleitman (2002) fant at sosioøkonomisk status hadde en modererende effekt i favør av ungdom med lav SØS, kunne ikke Fredricks og Eccles (2006) avdekke en slik interaksjonseffekt i sin studie. I en australsk studie fant imidlertid Blomfield og Barber (2011) at ungdom fra «lavstatusskoler», hadde større utbytte av å delta i organiserte fritidsaktiviteter, enn ungdom forøvrig. De begrunnet funnet med at deltakelse gir erfaringer som fremmer utvikling, og at ungdom fra familier med lav SØS tradisjonelt har begrenset tilgang på slike erfaringer ellers i sine omgivelser. Når ungdommen får delta er effekten derfor særlig stor.

Sosioøkonomisk status og selvbylde. Selv om sosioøkonomisk status og selvbylde er blant de mest undersøkte sosiologiske og psykologiske variablene, er forholdet mellom dem fortsatt uklart. Twenge og Campbell (2002) forsøkte i en metaanalyse av 287 studier å avklare dette ved å kontrollere for en rekke variabler. De fant en liten, men signifikant, sammenheng mellom SØS og selvbylde, med en økende effektstørrelse fra tidlig ungdomstid til 60 års alder. De forklarte funnet med at med økende alder vil SØS i større grad reflektere egne prestasjoner, fremfor å være en refleksjon av foreldres sosiale og økonomiske situasjon.

Senere studier har både bekreftet (Veselska et al., 2010) og avkreftet (Sang, 2015) dette. I norsk kontekst har Bakken et al. (2016) funnet at ungdoms selvbylde varierer mellom ulike sosiale lag, men understreker at forskjellene er relativt små. Inkonsistensen i funn gir grunn til å tro at mange modererende faktorer påvirker forholdet mellom SØS og selvbylde, noe som igjen gjør det vanskelig å avklare en gang for alle (Twenge & Campbell, 2002, s. 59).

Forholdet mellom økonomiske vanskeligheter i familien og selvbylde, er derimot mindre omdiskutert. I flere studier har man funnet at økonomisk motgang rammer ungdoms selvbylde ved at foreldrestilen blir mer inkonsekvent og at ungdommen får mindre tilgang på emosjonell støtte (Doi, Fujiwara, Isumi & Ochi, 2019; Ho, Lempers & Clark-Lempers, 1995).

Det er verdt å merke seg at noen også mener selvbylde i ungdomstiden kan ha betydning for senere sosioøkonomisk status. S. L. James og Amato (2013) fant i sin longitudinelle studie at

selvbilde representerer ett av flere forhold som bidrar til å forklare reproduksjon av SØS. Ifølge deres funn har ungdom med et godt selvbilde større sannsynlighet for å oppnå en høyere sosioøkonomisk plassering enn sine foreldre. De konkluderte derfor med at forsøk på å fremme et godt selvbilde kan være fruktbart for å oppnå et høyere utdanningsnivå.

Alder, kjønn og deres betydning for selvbilde. Omfattende mengder forskning viser at selvbilde varierer med kjønn og alder. I en metaanalyse med 191 longitudinelle studier fant Orth, Erol og Luciano (2018) at selvbildet endrer seg normativt og systematisk gjennom livsløpet. For de fleste øker selvbilde i barndommen, forblir konstant i ungdomstiden, bedres i voksen alder før det blir noe dårligere mot slutten av livet. Forfatterne poengterer at det fortsatt er usikkerhet knyttet til selvbildeutviklingen i barne- og ungdomstiden. For eksempel rapporterte Robins, Trzesniewski, Tracy, Gosling og Potter (2002) at selvbildet forverres i ungdomstiden, mens Erol og Orth (2011) fant at selvbildet faktisk blir bedre gjennom ungdomsårene. Med tanke på kjønnsforskjeller viser de fleste studier at gutter i gjennomsnitt har noe bedre globalt selvbilde enn jenter (Marsh, 1989; McMullin & Cairney, 2004; Robins et al., 2002). Forskning på domenespesifikke selvområder har avdekket at kjønnsforskjellene ofte er større innenfor de domenespesifikke områdene, enn i det globale selvbilde (Gentile et al., 2009; Von Soest et al., 2016).

Idrettsdeltakelse – sosioøkonomisk status, alder og kjønn. Selvbilde henger altså sammen med sosioøkonomisk status, alder og kjønn. De samme forholdene har betydning for idrettsdeltakelse. Forskning har vist at rekrutteringen til idrett er sosialt skjevfordelt (Bakken, 2019a; Myrli & Mehus, 2015; Seippel, Sletten & Strandbu, 2011). De største forskjellene finner vi mellom ungdom fra familier med ulik SØS. I gruppen med lavest SØS er det 15 % av ungdommene som aldri har deltatt i organisert idrett, mot kun 3 % i gruppen med høyest SØS (Bakken, 2019a, s. 38-39). Forskjellene er tydelige også i frafallet fra idrett. Ungdom med høy SØS slutter senere og sjeldnere enn de med lav SØS (Bakken, 2019a, s. 87; Myrli & Mehus, 2015). Andelen som er aktive i idrettslag faller etterhvert som ungdom blir eldre. Frafall er størst blant jentene (Bakken et al., 2016, s. 67). For trening på treningssenter er tendensen motsatt. En vanlig forklaring på dette er at eldre ungdom i større grad ønsker å organisere treningen sin på egenhånd (Seippel et al., 2011, s. 64). Kjønnsforskjeller i idrett er små i begynnelsen av ungdomsskolen og øker med alder.

Data og metode

Formålet med studien er todelt. For det første ønsker jeg å undersøke om ungdom som trener i idrettslag rapporterer om bedre selvbilde enn de som ikke er aktive i organisert idrett. For det andre ønsker jeg å undersøke om idrettsdeltakelse er betinget av eller varierer med sosioøkonomisk status. Forskningsspørsmålet er: *Er det en positiv sammenheng mellom trening i idrettslag og selvbilde, og varierer denne sammenhengen mellom ulike sosiale lag?*

Datamaterialet er fra spørreundersøkelsen til Ungdata, en tverrsnittsstudie med over 260 000 respondenter. Ungdata er et resultat av et samarbeid mellom de regionale kompetansesentrene innen rusfeltet (KoRus) og Velferdsforskningsinstituttet NOVA. Undersøkelsene gjennomføres elektronisk i skoletiden for elever på ungdom- og videregående skole (Frøyland, 2015, s. 496). For å gjøre utvalget nasjonalt representativt er datagrunnlaget et produkt av undersøkelser fra 2017-2019 (Bakken, 2019b).

Resultatene er basert på selvrapportering. Dette er en styrke når formålet er å få oversikt over ungdoms egen livssituasjon, men medfører usikkerhet knyttet til om ungdommene forstår spørsmålene slik forskerne legger til grunn, og om de svarer sant (Bakken, 2019b, s. 10). Prosedyrer for å luke ut useriøse besvarelser er benyttet på datamaterialet, noe som tradisjonelt medfører at ca. 1 % av besvarelsene blir utelatt (NOVA, 2013). Tidligere analyser av en lignende undersøkelse (Ung i Oslo 2006) har avdekket sosial skjevhet i frafallet fra undersøkelsen (Elstad, 2010, s. 160). Dette kan medføre at gjennomsnittsanslag blir uriktige og at sosiale problemer kan bli underestimert. Generelt har spørreundersøkelser en tendens til å gi mer dekkende data om høystatus- enn lavstatusgrupper (Elstad, 2010, s. 160).

I analysene brukes åtte variabler konstruert fra datasettet: *selvbilde, trening i idrettslag, sosioøkonomisk status (SØS), kjønn, klassetrinn, fysisk aktivitet, utseendepress og idrettspress*. Kun de ungdommene som har svart på alle spørsmålene jeg er interessert i er inkludert i det analytiske utvalget. Dette medførte et frafall på 14,7 %. Fordelingen på variablene er tilnærmet lik i det opprinnelig og det analytiske utvalget. Utvalget består av 231 739 ungdommer hvorav 149 239 er ungdomsskoleelever og 82 500 er elever fra videregående opplæring. Dette er en svarprosent på 85,3 % av dem som ble presentert undersøkelsen. Jeg har ekskludert elever fra Vg3 utvalget, da denne gruppen er mer selektert. Dette skyldes at det er vanskeligere å gjennomføre undersøkelsene på dette trinnet, samt at den ikke gjennomføres blant lærlinger. I tillegg øker frafallet i videregående skole med alder.

Å delta i undersøkelsen er frivillig. Undersøkelser på ungdomstrinnet gjennomføres anonymt. Elever på videregående skole får flere bakgrunnsspørsmål, noe som gjør at besvarelsene kan inneholde indirekte personopplysninger. Foreldre og ungdom er informert om dette og ungdommen står fritt til å trekke seg, eller unnlate å svare på spørsmål (Bakken, 2019b, s. 8). Under gjennomføringen sitter ungdommene skjermet fra hverandre.

Variabler

Selvbilde. Spørsmålene som ble stilt er fra en revidert utgave av instrumentet «The Self-Perception Profile for Adolescents» (SPPA) (Harter, 1988; Wichstrøm, 1995). Instrumentet er tilpasset norske forhold og anbefalt til bruk i forskning om ungdoms selvbilde (Jozefiak & Backer-Grøndahl, 2019). Både Harters originalversjon¹ og Wichstrøms reviderte versjon² har dokumentert god validitet og reliabilitet. Ungdommene ble presentert seks påstander: «jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er», «jeg er ofte skuffet over meg selv», «jeg liker meg selv slik jeg er», «jeg er fornøyd med hvordan jeg har det», «jeg opplever at det jeg driver med i livet er meningsfullt» og «jeg synes det er ganske vanskelig å få venner». Svaralternativene var «passer svært godt», «passer ganske godt», «passer ganske dårlig» og «passer svært dårlig». Spørsmålene er stilt med ulikt fortegn for å unngå rekkefølgeeffekter i svarene (Bakken et al., 2019). I analysene er variablene kodet slik at lav verdi indikerer dårlig selvbilde og høy verdi indikerer godt selvbilde. Variablene er så satt sammen til en kontinuerlig gjennomsnittsvariabel med verdier fra 0 til 3. Denne gir et samlemål på ungdommens selvbilde. Det er satt som forutsetning at ungdommen har svart på minst fire av seks påstander, slik utvikleren av instrumentet anbefaler (Harter, 1988). Den indre konsistensen er testet ved Cronbach's Alpha og målt til 0,83. Dette er en tilfredsstillende verdi og tyder på god reliabilitet (Almquist et al., 2015, s. 163).

Trening i idrettslag. Spørsmålet som ble stilt ungdommene er: «hvor ofte trener du, eller driver med følgende aktiviteter; trener eller konkurrerer i et idrettslag?». Ungdommene ble gitt seks alternativer: «aldri», «sjelden», «1-2 ganger i måneden», «1-2 ganger i uka», «3-4 ganger i uka» og «minst fem ganger i uka». Jeg har konstruert en tredelt variabel hvor de som har oppgitt «aldri», «sjelden» eller «1-2 ganger i måneden» er kategorisert som «lite aktiv». De som har oppgitt «1-2 ganger i uka» er kategorisert som «middels aktiv». De som har oppgitt «3-4 ganger i uka» eller «minst fem ganger i uka» er kategorisert som «svært aktiv». Variablen er kodet på denne måten for å fange opp variasjonen i selvbilde mellom de som er

lite aktive i idrett, de som trener jevnlig og de hvor idrett utgjør en stor del av hverdagen. Variabelen er kategorisk på ordinalnivå med verdier fra 0 til 2. Lav verdi indikerer at man er lite aktiv, mens høy verdi indikerer at man er svært aktiv i idrettslag.

Sosioøkonomisk status (SØS). Jeg bruker samlemålet som er utviklet og validert av Bakken et al. (2016) i forbindelse med rapporten «Sosiale forskjeller i unges liv»³. Her tar de utgangspunkt i data fra Ungdataundersøkelsen. Samlemålet omhandler foreldrenes utdanning; «har foreldrene dine utdanning fra universitet eller høyskole?», antall bøker i hjemmet; «hvor mange bøker tror du det er hjemme hos dere?» og velstandsnivået i familien. Disse tre dimensjonene teller like mye. Den siste dimensjonen, familiens velstandsnivå, måles ved fire spørsmål fra skalaen «Family Affluence Scale II» (FAS) (Currie et al., 2008). Spørsmålene er «har familien din bil?», «har du eget soverom?», «hvor mange ganger har du reist et sted på ferie med familien din i løpet av det siste året?» og «hvor mange datamaskiner eller nettbrett har familien din?». Basert på sin sumskåre er ungdommene delt opp i fem tilnærmet like store grupper. Tidligere analyser viser at den laveste gruppen for SØS systematisk gir utslag på negative levekårsutfall, lavere livskvalitet og opplevelsen av at familien har dårlig råd (Bakken et al., 2016). Dette tyder på at SØS-målet fanger opp et lignende fenomen som lavinntekt og sosiale forskjeller. Variabelen er kategorisk på ordinalnivå med verdier fra 0 til 4, hvor lav verdi indikerer lav SØS og høy verdi indikerer høy SØS.

Kjønn og klasstrinn. Ungdommene ble spurt «er du gutt eller jente?» med svaralternativene «gutt» og «jente». Jenter er gitt verdien «0» og gutter verdien «1». For å måle alder bruker jeg klasstrinn som indikator. Ungdommene ble spurt «hvilket klasstrinn går du i?» med svaralternativer fra 8. trinn til Videregående trinn 3 (Vg 3 er utelatt). I analysene er variabelen kodet fra 0 til 4. Lav verdi indikerer lavt klasstrinn og høy verdi indikerer høyt klasstrinn.

Fysisk aktivitet. Jeg kontrollerer for det generelle nivået for fysisk aktivitet, for å utelukke at det er trening i seg selv som fører til at idrettsungdom har et bedre selvbilde enn ungdom forøvrig. Ungdommene ble spurt «hvor ofte er du så fysisk aktiv at du blir andpusten eller svett?» med svaralternativene «aldri», «sjelden», «1-2 ganger i måneden», «1-2 ganger i uka», «3-4 ganger i uka» og «minst 5 ganger i uka». Variabelen er kontinuerlig på ordinalnivå og er kodet fra 0 til 5 hvor lav verdi indikerer lite aktivitet og høy verdi indikerer mye aktivitet.

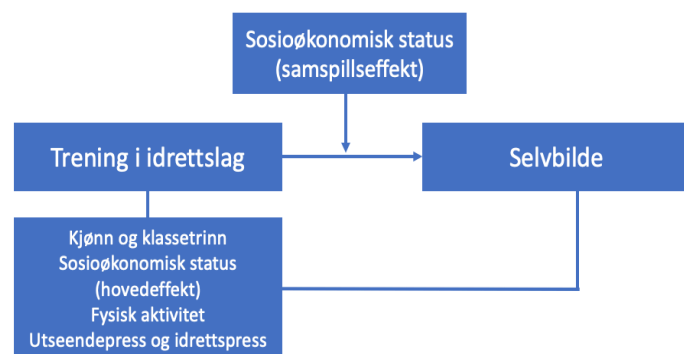
Utseendepress og idrettspress. Selvbilde henger sammen med en rekke livsområder (Harter, 2012; Marsh & Shavelson, 1985; Von Soest et al., 2016). Idrettsdeltakelse aktualiserer særlig to domenespesifikke selvområder, hvordan ungdommen vurderer henholdsvis eget utseende og sine ferdigheter innen idrett. Jeg kontrollerer derfor for hvor mye press ungdommen opplever med tanke på utseende og om å gjøre det bra i idrett. Dette sier både noe om hvor viktig ungdommen mener utseende og idrettsferdigheter er, og i hvilken grad ungdommen opplever å innfri egne forventninger. Spørsmålet ungdommene ble stilt var «opplever du press i hverdagen din? – press om å se bra ut eller ha en fin kropp; press om å gjøre det bra i idrett». Svaralternativene var «ikke noe press», «litt press», «en del press», «mye press» og «svært mye press». Variablene er kontinuerlig på ordinalnivå og er kodet fra 0 til 4 hvor lav verdi indikerer lite press og høy verdi indikerer mye press.

Analysestrategi

På bakgrunn av tidligere forskning og teori har jeg utarbeidet en analysemodell, se figur 1. Jeg har en antakelse om at de som trener i idrettslag har et bedre selvbilde enn de som ikke er med i organisert idrett. Fordi tidligere forskning har vist at kjønn og alder har betydning både for

selvbilde og idrettsdeltakelse, har jeg inkludert disse i modellen. Det samme gjelder generell fysisk aktivitet, utseendepress og idrettspress. Tidligere studier rapporterer til dels motstridende resultater med tanke på interaksjonseffekter ved SØS. Jeg ønsker derfor å undersøke samspillseffekter nærmere. Til dette bruker jeg en stegvis lineær regresjonsanalyse med samspillsledd hvor jeg inkluderer alle variablene i analysemodellen.

Figur 1: Analysemodell



Resultater

I tabell 1 vises deskriptiv fordeling for alle variabler i analysene. Fordi kjønnsforskjellene er relativt store, blir variasjon i selvbilde tydeligere ved å presentere kjønnene separat. Dette gjøres også i enkelte innledende analyser. Da det ikke er kjønnsforskjeller som er hovedfokus i artikkelen, nøyer jeg meg med å benytte kjønn som kontrollvariabel i regresjonen.

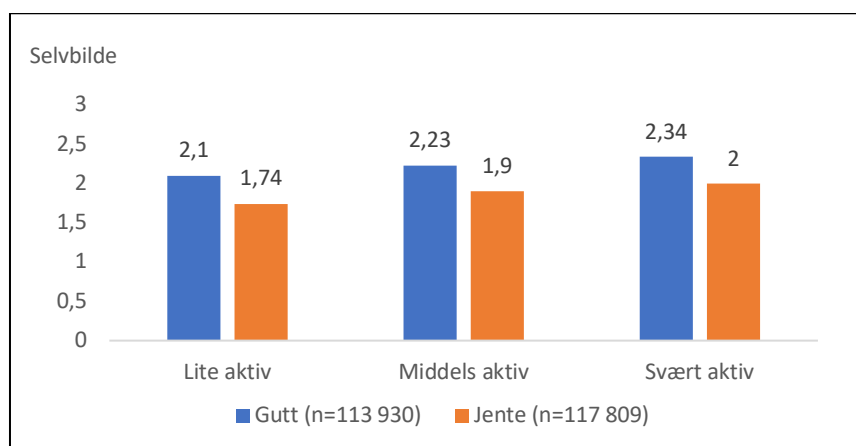
Tabell 1: Deskriptiv fordeling på variablene i analysene (n=231 739)

	Totalt		Jenter		Gutter	
	N	%	N	%	N	%
Selvbilde (gjennomsnitt)	211 739	2,02	117 809	1,84	113 930	2,22
Trening i idrettslag						
Lite aktiv	128 246	55	69 103	59	59 143	52
Middels aktiv	28 192	12	12 977	12	14 215	12
Svært aktiv	75 301	33	34 729	29	40 572	36
Klassetrinn						
8. trinn	50 773	22	25 739	22	25 034	22
9. trinn	49 421	21	25 121	21	24 300	21
10. trinn	49 046	21	24 985	21	24 061	21
Vg 1	45 730	20	23 275	20	22 455	20
Vg 2	36 769	16	18 689	16	18 080	16
Sosioøkonomisk status						
Lav	43 212	18	20 981	18	22 231	20
Middels lav	45 871	20	23 019	19	22 852	20
Middels	46 217	20	23 074	20	23 143	20
Middels høy	47 943	21	24 214	21	23 729	21
Høy	48 496	21	26 521	22	21 975	19
Fysisk aktivitet						
Aldri	3 420	2	1 670	2	1 750	2
Sjelden	16 202	7	9 012	7	7 190	6
1-2 ganger i måneden	14 381	6	8 329	7	6 052	5
1-2 ganger i uka	62 526	27	35 087	30	27 439	24
3-4 ganger i uka	77 188	33	39 999	34	37 189	33
Minst 5 ganger i uka	58 022	25	23 712	20	34 310	30
Utseendepress						
Ikke noe press	68 863	30	18 832	16	50 031	44
Litt press	72 045	31	34 543	30	37 502	33
En del press	38 017	16	23 054	19	14 963	13
Mye press	25 751	11	18 907	16	6 844	6
Svært mye press	27 063	12	22 473	19	4 590	4
Idrettspress						
Ikke noe press	81 970	35	33 787	29	48 183	42
Litt press	59 830	26	31 045	26	28 785	25
En del press	42 233	18	23 191	20	19 942	17
Mye press	27 751	12	16 601	14	11 150	10
Svært mye press	19 955	9	13 185	11	6 770	6

Innledende analyser

Under følger en trivariat analyse hvor jeg sammenligner gjennomsnittet på variabelen selvbilde med ulike nivåer for trening i idrettslag. Analysen er gjort separat for jenter og gutter. Som det fremgår av figur 2 oppgir de som er middels aktiv i idrettslag å ha noe bedre selvbilde enn de som er lite aktive, mens de som er svært aktive rapporterer om et bedre selvbilde enn både de som er lite og de som er middels aktive i idrettslag. Gutter rapporterer i gjennomsnitt å ha bedre selvbilde enn jenter, uavhengig av idrettsdeltakelse.

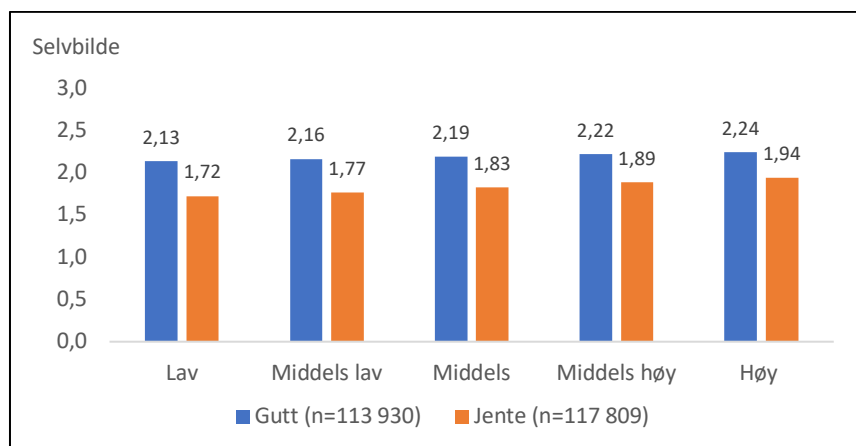
Figur 2: Gjennomsnittlig selvbilde (0-3) etter trening i idrettslag og kjønn (n=231 739)



Statistisk signifikant på $p < 0,001$ testet ved ANOVA for både gutter og jenter

Jeg har også undersøkt hvordan gjennomsnittet på variabelen selvbilde varierer med sosioøkonomisk status, se figur 3. I gjennomsnitt rapporterer de med lav SØS å ha noe lavere selvbilde enn de med høy SØS. Dette gjelder både gutter og jenter. Selv om forskjellene er signifikante, er de relativt små. Det som er verdt å merke seg er at standardavviket til gruppene med lav SØS er høyere, enn gruppene med høy SØS (ikke vist i figur). Dette tyder på at det er større variasjon i selvbilde til ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk status.

Figur 3: Gjennomsnittlig selvbilde (0-3) etter kjønn og sosioøkonomisk status (n= 231 739)

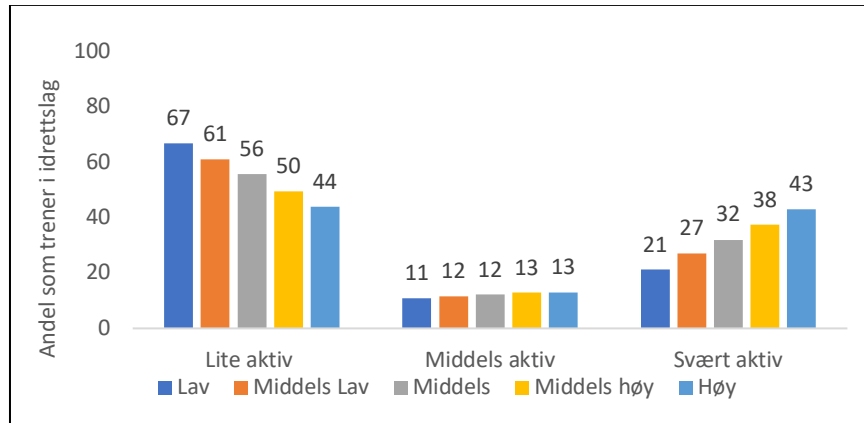


Statistisk signifikant på $p < 0,001$ testet ved ANOVA for både gutter og jenter

Videre har jeg med en krysstabell undersøkt om det er sammenheng mellom trening i idrettslag og sosioøkonomisk status, se figur 4. Som man kan lese av figuren er det ca. like stor prosentandel som oppgir å være middels aktiv i alle grupper. I de andre kategoriene finner vi en klar skjevfordeling. Mens 67 % av ungdommen fra gruppen med lavest SØS

oppgir å være lite aktiv, gjelder dette 44 % av de med høyest SØS. I sistnevnte gruppe oppgir 43 % av ungdommen at de er svært aktive, mot kun 21 % i gruppen med lavest SØS.

Figur 4: Andel som trener i idrettslag i prosent etter sosioøkonomisk status (n= 231 739)



Statistisk signifikant på $p < 0,001$ testet ved Gamma (0,222) og Tau-c (0,153)

Regresjonsanalyse

For å undersøke om sammenhengen mellom trening i idrettslag og selvbilde skyldes bakenforliggende tredjevariabler, gjennomfører jeg en stegvis lineær regresjonsanalyse. Her kontrollerer jeg for potensielt konfunderende forhold. Kontrollvariablene er gitt i figur 1. Jeg velger lineær regresjon fordi utfallsvariabelen er kontinuerlig (Almquist et al., 2015, s. 176). Resultatene vises i tabell 2.

I *modell 1* vises de bivariate sammenhengene mellom selvbilde og de øvrige variablene i analysen, dette for lettere å kunne observere hvordan koeffisientene og forklart varians (R^2) endrer seg når jeg inkluderer flere variabler i regresjonen. Som forventet øker koeffisienten når man går fra å være lite aktiv til å være svært aktiv. R^2 er 0,036 (ikke i vist i tabell). Trening i idrettslag forklarer altså i underkant av 4 % av variasjonen i selvbilde. Gutter rapporterer om bedre selvbilde enn jenter og de med høy SØS har noe bedre selvbilde enn de med lav SØS. Koeffisienten for klassetrinn er negativ, noe som indikerer at ungdom rapporterer om litt dårligere selvbilde når de blir eldre. De som ofte er i fysisk aktivitet har litt bedre selvbilde enn de ikke er fysisk aktive. Å oppleve utseendepress henger tydeligere sammen med å ha et dårlig selvbilde enn det å oppleve press om å gjøre det bra i idrett.

Tabell 2: Stegvis lineær regresjonsanalyse med selvbilde (0-3) som avhengig variabel (n= 231 739)

	Modell 1			Modell 2			Modell 3			Modell 4			Modell 5			Modell 6		
	b	SE	p	b	SE	p	b	SE	p	b	SE	p	b	SE	p	b	SE	p
Trening i idrettslag (ref. ikke aktiv)																		
Middels aktiv	0,161	0,004	***	0,123	0,004	***	0,113	0,004	***	0,089	0,004	***	0,097	0,004	***	0,110	0,007	***
Svært aktiv	0,275	0,003	***	0,223	0,003	***	0,206	0,003	***	0,147	0,003	***	0,181	0,003	***	0,180	0,005	***
Kjønn (ref. jente)	0,362	0,003	***	0,347	0,003	***	0,351	0,003	***	0,344	0,003	***	0,106	0,002	***	0,106	0,002	***
Klasse trinn (0-4)	-0,054	0,001	***	-0,037	0,001	***	-0,038	0,001	***	-0,040	0,001	***	-0,021	0,001	***	-0,021	0,001	***
Sosioøkonomisk status (0-4)	0,037	0,001	***				0,029	0,001	***	0,024	0,001	***	0,027	0,001	***	0,028	0,001	***
Fysisk aktivitet (0-5)	0,096	0,001	***							0,047	0,001	***	0,072	0,001	***	0,072	0,001	***
Utseende press (0-4)	-0,250	0,001	***										-0,213	0,001	***	-0,213	0,001	***
Idretts press (0-4)	-0,108	0,001	***										-0,045	0,001	***	-0,045	0,001	***
Sampillsledd																		
Middels aktiv*SØS																-0,006	0,003	*
Svært aktiv*SØS																0,000	0,002	ns
Konstant				1,828			1,775			1,645			1,987			1,986		
R ²				0,110			0,114			0,119			0,313			0,313		

*b=ustandardisert regresjonskoeffisient, SE=standardfeil, p=signifikansnivå. *p < 0,05, **p < 0,01, ***p < 0,001, ns=ikke signifikant*

I *modell 2* kontrollerer jeg for kjønn og klasstrinn. Koeffisientene for trening i idrettslag reduseres noe. Dette er å forvente, da kjønn og alder har betydning for ungdoms selvbilde og idrettsdeltakelse varierer med kjønn og alder. Koeffisientene er fortsatt signifikante, noe som støtter opp om antakelsen om at det er en positiv sammenheng mellom idrett og selvbilde. Det samme gjelder når jeg i *modell 3* kontrollerer for SØS, og i *modell 4* for generell fysisk aktivitet. Igjen reduseres koeffisientene for trening i idrettslag, men de er fortsatt signifikante på $p < 0,001$. Det er ikke overraskende at betydningen av idrettsdeltakelse reduseres når man tar høyde for fysisk aktivitet. Trening er tross alt en stor del av organisert idrett. R^2 øker til 0,107 når man legger til kjønn og klasstrinn (*modell 2*), til 0,111 når man legger til sosioøkonomisk status (*modell 3*) og til 0,119 når man legger til fysisk aktivitet (*modell 4*).

I *modell 5* legger jeg til variablene for utseendepress og idrettspress. Dette fører til at regresjonskoeffisientene for idrettsdeltakelse øker. Det kan virke som at idrettsdeltakelse henger tydeligere sammen med et positivt selvbilde når ungdom ikke opplever press. Motsatt ser vi at koeffisientene for begge former for press har negativt fortegn. Det betyr at økt opplevelse av press knyttet både til utseende og til idrettsprestasjoner henger negativt sammen med selvbilde. Et interessant funn, som ikke er direkte relevant for forskningsspørsmålet, er at koeffisienten for kjønn reduseres betraktelig. Én tolkning av dette er at jenter opplever mer press enn gutter, for når jenter og gutter opplever like mye press, jevnes betydningen av kjønn ut. Den forklarte variansen øker betraktelig til 0,313. På bakgrunn av tidligere forskning og teori, og den betraktelig større koeffisienten, er det grunn til å tro at det er det utseenderelaterte presset som bidrar mest til økt forklart varians. Dette underbygges også av de standardiserte regresjonskoeffisientene (ikke vist i tabell), som er mer egnede når man sammenligner betydningen av to variabler på en avhengig variabel. Her har utseendepress en standardisert regresjonskoeffisient på -0,429, mot -0,089 for idrettspress. Altså har utseendepress større betydning for ungdoms selvbilde enn idrettspress.

I *modell 6* undersøker jeg om sammenhengen mellom idrett og selvbilde er betinget av sosioøkonomisk status. Jeg konstruerte to samspillsledd til variabelen SØS. Ett for å være middels aktiv og ett for å være svært aktiv. Analysene viser en samspillseffekt mellom SØS og å være *middels aktiv*. Denne er signifikant på $p < 0,05$. Effekten er negativ, noe som tyder på at det er en sterkere sammenheng mellom selvbilde og å være middels aktiv blant ungdom med lav SØS. Selv om effekten er signifikant er den svært liten. Sammenhengen reduseres med -0,006 skalaenheter på variabelen selvbilde (0-3) når man går fra lav til høyere SØS.

Forskjellene er noe større mellom yttergruppene (sammenhengen reduseres med 0,024 skalaenheter når man går fra lavest til høyest SØS). Analysene viser ingen signifikant samspillseffekt mellom å være *svært aktiv* og SØS. Ved gjennomføring av en sensitivitetsanalyse i form av logistisk regresjon, oppnådde jeg ikke signifikante samspillseffekter for noen av nivåene for trening i idrettslag⁴.

Selv om sammenhengen mellom å være middels aktiv og lav SØS er signifikant i den lineære regresjonsanalysen, gir resultatet kun betinget støtte til en antakelse om at ungdom med lav SØS har særegent utbytte av idrett. Selv om sammenhengen er signifikant, er styrken på sammenhengen svært liten (Thrane, 2018, s. 134). Dette illustrerer at selv små effekter kan gi signifikante utslag i datasett med mange respondenter. Sammenhengen ble dessuten ikke bekreftet ved gjennomføring av sensitivitetsanalyser. Tolket substansielt har ikke sammenhengen praktisk signifikant betydning. Det virker derimot som om sammenhengen mellom idrett og selvbilde er tilnærmet lik for de fleste ungdom i mitt datamateriale. Signifikanstesting beskytter kun mot tilfeldighetene som følger med å analysere et tilfeldig trukket utvalg og tar ikke høyde for systematiske skjevheter. Fordi det er en reell risiko for systematiske skjevheter i mitt utvalg er dette viktig å merke seg. I diskusjonen forholder jeg meg først og fremst til resultatene i mitt datamateriale.

Diskusjon

Det overordnede svaret på forskningsspørsmålet er at det er en positiv sammenheng mellom trening i idrettslag og selvbilde, og at denne i liten grad varierer mellom ulike sosiale lag. Man kan ikke lese av analysene hva som gjør at idrettsungdom har det bedre med seg selv enn annen ungdom, men vi kan utelukke at sammenhengen skyldes kjønns- og aldersforskjeller og seleksjon av ungdom fra høyere sosiale lag i idretten. Sammenhengen forblir signifikant når man kontrollerer for ungdommens generelle aktivitetsnivå. Det er altså noe mer ved idretten enn fysisk aktivitet, som bidrar til å forklare den positive korrelasjonen med selvbilde. Analysene gir grunn til å tro at ungdommene har større utbytte av idrettens betydning for selvbilde når de ikke opplever press. Det ser ikke ut til å være en betydelig samspillseffekt mellom sosioøkonomisk status og idrettsdeltakelse i mitt datamateriale. Sammenhengen er omtrent lik i alle sosiale lag.

Organisert idrett – balanse mellom prestasjoner og ambisjoner?

Analysene viser at ungdom som driver med idrett har bedre selvbilde enn de som ikke er aktive i idrettslag. Ifølge W. James (1890) får man et godt selvbilde dersom ambisjoner står i et balansert forhold til faktiske prestasjoner. Selv om man kan oppleve nederlag på idrettsarenaen, virker det som at idrett stort sett legger til rette for å utvikle realistiske mål. I hvilken grad nederlag eller suksess preger selvbilde, avhenger av om ungdommen opplever det som viktig å lykkes. Dette kan belyse hvorfor ungdom som trener mye ser ut til å ha større utbytte av idrettens betydning for selvbilde, enn de som kun trener 1-2 ganger i uken.

Antakelig er idrett en mer sentral del av deres selvforståelse. Å legge ned mye tid i idretten, øker dessuten sannsynligheten for å oppnå sine mål. At forskjellene i selvbilde ikke er *større* kan forklares ved at ungdom som ikke identifiserer seg med idrett, «høster» sitt selvbilde andre steder. Det kan også tenkes at ungdom som har negative opplevelser fra idrettsarenaen er med på å jevne ut resultatene.

I hvilken grad ungdom synes det er viktig å være god i idrett er ikke kun individuelt betinget. Ifølge både Mead (1934) og Cooley (1902) henger selvforståelsen uløselig sammen med de sosiale omgivelsene. Når det i Norge er 93 % som rapporterer at de har deltatt i organisert idrett i oppveksten (Bakken, 2019a), kan vi legge til grunn at idrett står sterkt i samfunnet. Man skulle tro at idrett kunne forklare mer av variasjonen i ungdommers selvbilde enn 3,6 %. Det er verdt å merke seg at forklart varians tenderer til å være lav når undersøkelsesobjektet er individer, og særlig når fenomenet man undersøker er så omfattende som selvbilde (Johannessen et al., 2016, s. 333). I en lignende studie med et amerikansk utvalg, varierte forklart varians fra 2 % til 9 % (avhengig av kjønn og etnisitet) (Tracy & Erkut, 2002). En R^2 på 3,6 % for hele ungdomspopulasjonen er derfor ikke ubetydelig, og viser at idrett tross alt er en sentral del av mange norske ungdommers liv.

Utseendepress ser ut til å ramme selvbildet hardere enn press om å gjøre det bra i idrett. Med tanke på at det er vurderingen av eget utseende som har størst betydning for det globale selvbilde (Harter, 2000; Von Soest et al., 2016), er ikke resultatene overaskende. Et interessant fenomen er at de som bruker mye tid på å forbedre sitt utseende er mer tilbøyelig til å vurdere seg selv negativt (Ip & Jarry, 2008; Mendelson et al., 2000), mens for de som driver med idrett ser det ut til at desto mer tid de bruker på idretten, desto mer positivt innstilt er de til seg selv. Man kan anta at idrett legger bedre til rette for realistiske mål, enn utseendemotivert trening. Tidstrenden er at ungdom begrunner trening med instrumentelle

motiver som «å holde vekten ned» og «av hensyn til utseende». Dette gjelder særlig ungdom som trener på treningssenter (Seippel, 2016, s. 93). Idretten har en annen rasjonalitet; her handler trening om mestring, prestasjonsforbedring og konkurranser (Hjelseth, 2016, s. 232). Det kan virke som om idrettens begrunnelser for trening i større grad fremmer et positivt selvbilde. Hvis målet er at ungdom skal få et positivt syn på seg selv, gir funnene grunn til å rekruttere ungdom til idrettslag fremfor treningssenter. Videre er det både for idrettslag og treningssentre, gunstig å begrense fokus på kropp og utseende.

Idrett - en arena for selvintegrasjon?

En annen mulig forklaring på den positive korrelasjonen mellom idrett og selvbilde, er at idrettsdeltakelse hjelper ungdom med å forene ulike selvrepresentasjoner til en enhetlig selvforståelse (Harter, 2012, s. 10). Ungdom får et bedre selvbilde hvis de opplever å ha et sammenhengende selv. Dette fordi de blir i stand til å verdsette sine sterke sider og spille ned betydningen av det de ikke får til (Harter, 2012, s. 124). Analysene viser at det er noe *mer* ved idrett enn fysisk aktivitet, som forklarer variasjonen i selvbilde. Det er derfor grunn til å tro at noe med selve organiseringen legger til rette for utvikling av et godt selvbilde. Hvilke forhold dette er kan man ikke lese av mine analyser, men forhold som tradisjonelt har vist seg å være positivt for utvikling er voksenkontakt, sosialiseringserfaringer og veiledning (Mahoney et al., 2004). Nettopp dette er kjennetegn ved organisert idrett. Dette sannsynliggjør at idrett har en positiv innvirkning på ungdommers utvikling, og dermed selvbilde.

Her aktualiseres antakelsen om at idrett kan være særlig betydningsfullt for ungdom som vokser opp i familier med lav SØS (Marsh & Kleitman, 2002). Denne gruppen har tradisjonelt tilgang på færre utviklingsmuligheter og man kunne anta at støtte og veiledning gjennom idrettslag ville være særlig verdifullt (Blomfield & Barber, 2011). Mine analyser gir ikke støtte til en slik antakelse. At analysene ikke avdekker en substansiell interaksjonseffekt, kan skyldes at gruppen med lavest SØS i realiteten ikke representerer den mest marginaliserte gruppen i samfunnet (Elstad, 2010). Dette kan være en konsekvens av sosial skjevhet i frafallet fra undersøkelsen og av hvordan variabelen for SØS er konstruert (fem like store grupper). Videre er Norge et egalitært samfunn, og det kan tenkes at andelen økonomisk svakerestilt ungdom ikke er stor nok til å avdekke betydelige samspillseffekter i et så stort utvalg. En konservativ tolkning av mine resultater er at idrett henger positivt sammen med selvbildeutvikling i ungdomstiden, men at ingen sosioøkonomiske grupper har særegent utbytte av idrett. Av den grunn er ikke idrett egnet til å redusere sosiale forskjeller i selvbilde.

Dersom vi velger å tolke analysene kausalt kan idrett i beste fall bidra til en forbedring i selvbilde til ungdom generelt, uavhengig av SØS. For å kunne trekke en slik slutning må antakelsen dokumenteres ved et longitudinelt eller eksperimentelt forskningsdesign.

Sosial skjevhet i idretten – et sosialt problem?

Når jeg nå løfter frem gruppene med lav sosioøkonomisk status, er det på bakgrunn av den klare skjevfordelingen jeg presenterte i de innledende analysene. Tidligere studier har vist at deltakelse i idrettslag kan være fordelaktig på flere måter (Se for eksempel; Bakken, 2019a; Mahoney et al., 2004; Seippel, 2006). Den positive korrelasjonen mellom idrett og selvbilde føyer seg til rekken over positive ringvirkninger idrett kan ha i ungdoms liv. Selv om ungdom med lav SØS ikke har noe særegent utbytte av idrett, henger økt aktivitet sammen med et bedre selvbilde *også* for denne gruppen. Det problematiske er at disse ungdommene er tydelig underrepresentert blant dem som oppgir å være svært aktive i idretten.

Fordi idrett ofte beskrives med positiv ordlyd er det lett å se for seg idrett som en løsning på en rekke sosiale problemer. Mine resultater viser at man bør være forsiktig med å bruke idrett som middel for å redusere sosiale forskjeller i selvbilde. Resultatene gir grunn til å stille seg bak Hjelseths (2016) skepsis mot å begrunne deltakelse med formål utenfor idrettens egen rasjonalitet, herunder konkurranse og prestasjoner. Det er imidlertid lite som tilsier at ungdom med lav SØS har mindre glede av konkurranse og prestasjonsforbedring enn andre. I de fleste studier er det økonomi, og ikke manglende interesse for konkurranse og trening, som løftes frem som forklaringsmekanisme for sosiale forskjeller i idrett (Andersen & Bakken, 2019; Duncan et al., 2002; Holt et al., 2011). Den politiske begrunnelsen for å jevne ut forskjeller i idrettsdeltakelse er derfor å gi lik tilgang til idrett. Det betyr ikke at man skal presse ungdom som ikke er interessert inn i idretten. Resultatene bekrefter imidlertid idrettens betydning også for ungdom med lavere SØS, en gruppe som kan trenge økonomisk og praktisk støtte for å kunne delta. I idrettspolitisk og sosialfaglig sammenheng er dette kunnskap som kan fremme ekstra oppmerksomhet rundt mulighetene til deltakelse for denne gruppen ungdom.

Styrker og svakheter med studien

Ungdataundersøkelsen har svært høy svarprosent (85,3), langt over hva som er vanlig i samfunnsvitenskap (Johannessen et al., 2016, s. 247). Nettoutvalget er i tillegg svært stort (n=231 739). Videre er de viktigste variablene (selvbilde og SØS) basert på grundig validerte måleinstrumenter (Bakken et al., 2016; Harter, 1988; Jozefiak & Backer-Grøndahl, 2019;

Wichstrøm, 1995), og valget av kontrollvariabler henger tydelig sammen med både empiriske studier og teori. Studien har også klare begrensninger. For det *første* benytter jeg tverrsnittsdata og man kan ikke trekke kausalslutninger ut ifra analysene (Johannessen et al., 2016, s. 70). Selv om tidligere forskning og teori sannsynliggjør en kausal sammenheng mellom idrett og selvbilde, er ikke resultatene alene tilstrekkelig til å trekke slike slutninger. For det *andre* gir ikke analysene svar på hva som er opphavet til samvariasjonen mellom idrett og selvbilde. Fysisk aktivitet ser ut til å forklare deler av sammenhengen, men hvilke andre mekanismer som bidrar er uavklart. Jeg har pekt på voksenkontakt som en mulig medierende faktor, men det trengs mer forskning for å kunne bekrefte eller avkrefte dette. For det *tredje* kan vi ikke utelukke systematiske skjevheter i bortfallet fra undersøkelsen, særlig med tanke på gruppen med lavest SØS (Elstad, 2010). Min fremstilling er representert derfor en konservativ tolkning av resultatene. Den svake samspillseffekten jeg rapporterte kan i realiteten være noe større. For det *fjerde* er idrettens skyggesider underkommunisert i artikkelen. For eksempel er idrettsutøvere mer utsatt for å utvikle spiseforstyrrelser enn de som ikke driver med idrett (Joy, Kussman & Nattiv, 2016). Andre negative aspekter ved idrett kan være uforholdsmessig stort press, mobbing, trenere som misbruker sin maktposisjon, med mer. Dette er forhold som er viktig å utforske, men som går utover rammene til denne studien.

Konklusjon

Den overordnede konklusjonen er at for ungdom flest er det positivt for selvbilde å delta i idrett. Idrett forklarer en liten, men ikke ubetydelig del, av variasjonen i ungdommers selvbilde. Man bør likevel være varsom med å betrakte idrett som en «kur» mot et dårlig selvbilde. Idretten har heller ikke noen utpreget betydning for selvbildet til ungdommer fra familier med lav sosioøkonomisk status. Idrett ser ut til å være like betydningsfullt i alle sosioøkonomiske grupper. Tidligere forskning har vist at økonomi er den viktigste årsaken til sosial skjevhet i idrett. Hvis det idrettspolitiske målet er «idrett for alle» gir resultatene grunn til årvåkenhet med tanke på tilfellene hvor økonomi er til hinder for deltakelse. For velferdsinstanser som arbeider med familier med begrenset tilgang til økonomiske ressurser, kan resultatene bidra til å faglig begrunne økonomisk bistand til idrettsdeltakelse. For å si noe sikkert om årsak-virkning-forholdet mellom idrett og selvbilde, oppfordrer jeg til forskning på en lignende problemstilling med et longitudinelt eller eksperimentelt forskningsdesign.

Referanser

- Almquist, Y., Ashir, S. & Brännström, L. (2015). *A guide to quantitative methods*. Stockholm Chess.
- Andersen, P. L. & Bakken, A. (2019). Social class differences in youths' participation in organized sports: What are the mechanisms? *International Review for the Sociology of Sport*, 54(8), 921-937. <https://doi.org/10.1177/1012690218764626>
- Bakken, A. (2019a). *Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar og hvem slutter i ungdomsidretten?* (2/2019). Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Bakken, A. (2019b). *Ungdata 2019. Nasjonale resultater* (9/2019). Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Bakken, A., Andersen, P. L., Frøyland, L. R. & Abebe, D. S. (2019). Rekkefølgeeffekter i spørreundersøkelser blant ungdom. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 3(1), 66-82. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2019-01-05>
- Bakken, A., Frøyland, L. R. & Sletten, M. A. (2016). *Sosiale forskjeller i unges liv: hva sier Ungdata-undersøkelsene?* (3/2016). Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I. & Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1-44. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- Biddle, S. & Mutrie, N. (2008). *Psychology of physical activity: determinants, well-being and interventions* (2. utg.). London: Routledge.
- Blomfield, C. & Barber, B. (2011). Developmental Experiences During Extracurricular Activities and Australian Adolescents' Self-Concept: Particularly Important for Youth from Disadvantaged Schools. *A Multidisciplinary Research Publication*, 40(5), 582-594. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9563-0>
- Boden, J. M., Fergusson, D. M. & Horwood, L. J. (2008). Does adolescent self-esteem predict later life outcomes? A test of the causal role of self-esteem. *Development and Psychopathology*, 20(1), 319-339. <https://doi.org/10.1017/S0954579408000151>
- Bowker, A. (2006). The Relationship Between Sports Participation and Self-Esteem During Early Adolescence. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 38(3), 214-229. <https://doi.org/10.1037/cjbs2006009>
- Bushman, B. J., Moeller, S. J. & Crocker, J. (2011). Sweets, Sex, or Self-Esteem? Comparing the Value of Self-Esteem Boosts With Other Pleasant Rewards. *Journal of Personality*, 79(5), 993-1012. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2011.00712.x>
- Cooley, C. H. (1902). *Human Nature and the Social Order*. New York: Schribners.
- Currie, C., Molcho, M., Boyce, W., Holstein, B., Torsheim, T. & Richter, M. (2008). Researching health inequalities in adolescents: The development of the Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) Family Affluence Scale. *Social Science & Medicine*, 66(6), 1429-1436. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2007.11.024>
- Diener, E. & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.653>
- Doi, S., Fujiwara, T., Isumi, A. & Ochi, M. (2019). Pathway of the association between child poverty and low self-esteem: Results from a population-based study of adolescents in Japan. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00937>
- Duncan, M. & Eyre, E. L. J. (2015). Physical Activity and Self-Esteem. I A. Lane (Red.), *Sport and Exercise Psychology*. London: Routledge.

- Duncan, M., Woodfield, L., Al-Nakeeb, Y. & Nevill, A. (2002). The Impact of Socio-Economic Status on the Physical Activity Levels of British Secondary School Children. *European Journal of Physical Education*, 7(1), 30-44.
<https://doi.org/10.1080/1740898020070104>
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J. & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 98.
<https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Elstad, J. I. (2010). Spørreskjemaundersøkelsens fallgruber. I D. Album, M. N. Hansen & K. Widerberg (Red.), *Metodene våre: eksempler fra samfunnsvitenskapelig forskning*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Erol, R. Y. & Orth, U. (2011). Self-Esteem Development From Age 14 to 30 Years: A Longitudinal Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(3), 607-619.
<https://doi.org/10.1037/a0024299>
- Evans, M. B., Allan, V., Erickson, K., Martin, L. J., Budziszewski, R. & Côté, J. (2017). Are all sport activities equal? A systematic review of how youth psychosocial experiences vary across differing sport activities. *British Journal of Sports Medicine*, 51(3), 169-176.
<https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096725>
- Fellesorganisasjonen. (2015). *Yrkesetisk grunnlagsdokument for barnevernspedagoger, sosionomer, vernepleiere og velferdsvitere*.
- Fischer, K. W. (1980). A theory of cognitive development: The control and construction of hierarchies of skills. *Psychological Review*, 87(6), 477-531.
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.87.6.477>
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J. & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19-40.
<https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>
- Fredricks, J. A. & Eccles, J. S. (2006). Is Extracurricular Participation Associated With Beneficial Outcomes? Concurrent and Longitudinal Relations. *Developmental psychology*, 42(4), 698-713.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.4.698>
- Frøyland, L. R. (2015). *Ungdata - Lokale ungdomsundersøkelser: Dokumentasjon av variablene i spørreskjemaet*. Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Furnham, A. & Cheng, H. (2000). Perceived parental behaviour, self-esteem and happiness. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 35(10), 463-470.
<https://doi.org/10.1007/s001270050265>
- Gentile, B., Grabe, S., Dolan-Pascoe, B., Twenge, J. M., Wells, B. E. & Maitino, A. (2009). Gender Differences in Domain-Specific Self-Esteem: A Meta-Analysis. *Review of General Psychology*, 13(1), 34-45.
<https://doi.org/10.1037/a0013689>
- Grimen, H. (2008). Profesjon og kunnskap. I A. Molander & L. I. Terum (Red.), *Profesjonsstudier* (s. 71-86). Oslo: Universitetsforlaget.
- Harter, S. (1988). *Manual for the Self-Perception Profile for Adolescents*. Denver: University of Denver.
- Harter, S. (2000). Is self-esteem only skin-deep? The inextricable link between physical appearance and self-esteem. *Reclaiming Children and Youth*, 9(3), 133-138.
- Harter, S. (2012). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations* (2. utg.). New York: Guilford Press.
- Harter, S., Bresnick, S., Bouchey, H. A. & Whitesell, N. R. (1997). The development of multiple role-related selves during adolescence. *Development and Psychopathology*, 9(4), 835-853.

- Hellevik, O. (2002). *Forskningsmetode i sosiologi og statsvitenskap* (7. utg.). Oslo: Universitetsforl.
- Higgins, E. T. (1991). Development of Self-regulatory and Self-evaluative Processes: Costs, Benefits, and Tradeoffs. I M. R. Gunnar & L. A. Sroufe (Red.), *Minnesota Symposium on Child Psychology: Vol 23. Self processes and development*. (s. 125-165). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Hjelseth, A. (2016). Frafall i ungdomsidretten - et overvurdert problem? I Ø. Seippel, M.-K. Sisjord & Å. Strandbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 232-246). Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Ho, C., Lempers, J. & Clark-Lempers, D. (1995). Effects of economic hardship on adolescent self-esteem: A family mediation model. *Adolescence*, 30(117), 117-131.
- Holt, N. L., Kingsley, B. C., Tink, L. N. & Scherer, J. (2011). Benefits and challenges associated with sport participation by children and parents from low-income families. *Psychology of Sport & Exercise*, 12(5), 490-499.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.05.007>
- Ip, K. & Jarry, J. L. (2008). Investment in body image for self-definition results in greater vulnerability to the thin media than does investment in appearance management. *Body Image*, 5(1), 59-69. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2007.08.002>
- James, S. L. & Amato, P. R. (2013). Self-Esteem and the Reproduction of Social Class. *Social Science Quarterly*, 94(4), 933-955. <https://doi.org/10.1111/ssqu.12019>
- James, W. (1890). *The Principles Of Psychology*. New York: Henry Holt and Company
- Johannessen, A., Christoffersen, L. & Tufte, P. A. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg.). Oslo: Abstrakt forlag.
- Joy, E., Kussman, A. & Nattiv, A. (2016). 2016 update on eating disorders in athletes: A comprehensive narrative review with a focus on clinical assessment and management. *British Journal of Sports Medicine*, 50(3), 54-162. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-095735>
- Jozefiak, T. & Backer-Grøndahl, A. (2019). Måleegenskaper ved den norske versjonen av Self-Perception Profile for Adolescents (SPPA). *PsykTestBarn*, 1(1).
- Karcher, M. J. & Fischer, K. W. (2004). A Developmental Sequence of Skills in Adolescents' Intergroup Understanding. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(3), 259-282. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2004.04.001>
- Kulturdepartementet. (2012). *Den norske idrettsmodellen* (St.meld. nr. 26 2011-2012). Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld-st-26-20112012/id684356/>
- Lareau, A. (2003). *Unequal childhoods: class, race, and family life*. Berkeley: University of California Press.
- Mahoney, J. L., Eccles, J. S. & Larson, R. W. (2004). Processes of adjustment in organized out-of-school activities: opportunities and risks. *New directions for youth development*, (101), 115.
- Marsh, H. W. (1989). Age and Sex Effects in Multiple Dimensions of Self-Concept: Preadolescence to Early Adulthood. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 417-430. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.417>
- Marsh, H. W. & Kleitman, S. (2002). Extracurricular school activities: the good, the bad, and the nonlinear. *Harvard Educational Review*, 72(4), 464-514.
<https://doi.org/10.17763/haer.72.4.051388703v7v7736>
- Marsh, H. W. & Shavelson, R. (1985). Self-Concept: Its Multifaceted, Hierarchical Structure. *Educational Psychologist*, 20(3), 107-123.
https://doi.org/10.1207/s15326985ep2003_1
- McMullin, J. & Cairney, J. (2004). Self-esteem and the intersection of age, class, and gender. *Journal of Aging Studies*, 18(1), 75-90. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2003.09.006>

- Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society: from the standpoint of a social behaviorist*. Chicago: University of Chicago Press.
- Mendelson, M. J., Mendelson, B. K. & Andrews, J. (2000). Self-Esteem, Body Esteem, and Body-Mass in Late Adolescence: Is a Competence \times Importance Model Needed? *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21(3), 249-266. [https://doi.org/10.1016/S0193-3973\(99\)00035-0](https://doi.org/10.1016/S0193-3973(99)00035-0)
- Myrli, T. R. & Mehus, I. (2015). Ulikhet i rekruttering og frafall i den organiserte idretten i Trondheim. *Tidsskrift for ungdomsforskning*, (1), 51-77.
- NESH. (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi* (4. utg.). Oslo: De nasjonale forskningsetiske komiteene.
- Nicolosi, S. & Lipoma, M. (2012). Self-esteem, physical self-perception and physical activities programs for adolescents. I S. De Wals & K. Meszaros (Red.), *Handbook on Psychology of Self-Esteem* (s. 301-312). UK: Nova Science Publishers.
- NOVA. (2013). Metode og dokumentasjon. Hentet 30.04.2020 fra <http://www.ungdata.no/Forskning/Metode-og-dokumentasjon/Ungdata-2010-2013-Metode-og-dokumentasjon>
- Orth, U., Erol, R. Y. & Luciano, E. C. (2018). Development of Self-Esteem From Age 4 to 94 Years: A Meta-Analysis of Longitudinal Studies. *Psychological Bulletin*, 144(10), 1045-1080. <https://doi.org/10.1037/bul0000161>
- Orth, U., Robins, R. W. & Widaman, K. F. (2012). Life-Span Development of Self-Esteem and Its Effects on Important Life Outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271-1288. <https://doi.org/10.1037/a0025558>
- Rafoss, K. & Tangen, J. O. (2017). Den norske idrettsmodellen – i utakt med tiden? *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 1(2), 152-170. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2017-02-04>
- Ringdal, K. (2018). *Enhet og mangfold: samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode* (4. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D. & Potter, J. (2002). Global Self-Esteem Across the Life Span. *Psychology and Aging*, 17(3), 423-434. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.17.3.423>
- Sang, C., C. (2015). Relationship between students' family Socio-economic Status, Self esteem. *International Journal of Education and Research*, 3 No. 2, 647-656.
- Scheff, T. J. & Fearon, D. S. (2004). Cognition and Emotion? The Dead End in Self-Esteem Research. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 34(1), 73-90. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5914.2004.00235.x>
- Seippel, Ø. (2006). Sport and Social Capital. *Acta Sociologica*, 49(2), 169-183. <https://doi.org/10.1177/0001699306064771>
- Seippel, Ø. (2016). Sprek, vakker og kjedelig?: trening og mening blant ungdom: 1985-2013. I Ø. Seippel, M.-K. Sisjord & Å. Strandbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 93-112). Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Seippel, Ø., Sletten, M. A. & Strandbu, Å. (2011). *Ungdom og trening: endring over tid og sosiale skillelinjer* (3/2011). Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Sletten, M. A., Strandbu, Å. & Gilje, Ø. (2015). Idrett, dataspilling og skole - konkurrerende eller «på lag»? *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 99(5), 334-350.
- Slutzky, C. B. & Simpkins, S. D. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: Exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport & Exercise*, 10(3), 381-389. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.09.006>

- Sonstroem, R. J. (1997). The physical self-system: A mediator of exercise and self-esteem. I K. R. Fox (Red.), *The physical self: From motivation to well-being*. (s. 3-26). US: Human Kinetics.
- Stefansen, K., Smette, I. & Strandbu, Å. (2018). Understanding the increase in parents' involvement in organized youth sports. *Sport, Education and Society*, 23(2), 162-172. <https://doi.org/10.1080/13573322.2016.1150834>
- Stefansen, K. & Aarseth, H. (2011). Enriching intimacy: the role of the emotional in the 'resourcing' of middle-class children. *British Journal of Sociology of Education*, 32(3), 389-405. <https://doi.org/10.1080/01425692.2011.559340>
- Swann, W. B., Chang-Schneider, C. & Larsen McClarty, K. (2007). Do people's self-views matter? Self-concept and self-esteem in everyday life. *The American psychologist*, 62(2), 84. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.62.2.84>
- Thrane, C. (2017). *Regresjonsanalyse: en praktisk tilnærming*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Thrane, C. (2018). *Kvantitativ metode: en praktisk tilnærming*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Tracy, A. J. & Erkut, S. (2002). Gender and Race Patterns in the Pathways from Sports Participation to Self-Esteem. *Sociological Perspectives*, 45(4), 445-466. <https://doi.org/10.1525/sop.2002.45.4.445>
- Trzesniewski, K., Donnellan, M., Moffitt, T., Robins, R., Poulton, R. & Caspi, A. (2006). Low Self-Esteem During Adolescence Predicts Poor Health, Criminal Behavior, and Limited Economic Prospects during Adulthood. *Developmental psychology*, 42, 381-390. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.381>
- Trzesniewski, K., Donnellan, M. B. & Robins, R. W. (2013). Development of Self-esteem. I V. Zeigler-Hill (Red.), *Self-esteem*. New York: Psychology Press.
- Twenge, J. M. & Campbell, K. W. (2002). Self-Esteem and Socioeconomic Status: A Meta-Analytic Review. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 59-71. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601_3
- Ungdata. (2016). Informasjon til ungdom og foreldre. Hentet 22.04.2020 fra <http://www.ungdata.no/Om-undersokelsen/Informasjon-til-ungdom-og-foresatte>
- Van Tuyckom, C. & Scheerder, J. (2010). Sport for All? Insight into stratification and compensation mechanisms of sporting activity in the 27 European Union member states. *Sport, Education and Society*, 15(4), 495-512. <https://doi.org/10.1080/13573322.2010.514746>
- Veselska, Z., Geckova, A. M., Gajdosova, B., Orosova, O., van Dijk, J. P. & Reijneveld, S. A. (2010). Socio-economic differences in self-esteem of adolescents influenced by personality, mental health and social support. *European Journal of Public Health*, 20(6), 647-652. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckp210>
- Von Soest, T., Wichstrøm, L. & Kvalem, I. L. (2016). The Development of Global and Domain-Specific Self-Esteem From Age 13 to 31. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(4), 592-608. <https://doi.org/10.1037/pspp0000060>
- Wagnsson, S., Lindwall, M. & Gustafsson, H. (2014). Participation in organized sport and self-esteem across adolescence: the mediating role of perceived sport competence. *Journal of sport & exercise psychology*, 36(6), 584. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0137>
- Wichstrøm, L. (1995). Harter's Self-Perception Profile for Adolescents: Reliability, Validity, and Evaluation of the Question Format. *Journal of Personality Assessment*, 65(1), 100-116. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6501_8
- Zeigler-Hill, V. (2013). The importance of self-esteem. I V. Zeigler-Hill (Red.), *Self-Esteem* (s. 1-20). London: Psychology Press.

Sluttnoter

¹ Harter har gitt en uførlig gjennomgang av Self-Perception Profile for Adolescents, og andre manualer for å måle selvbilde til andre aldersgrupper. Se <https://portfolio.du.edu/SusanHarter/page/44210>

² Wichstrøm har utviklet en revidert og forenklet utgave Harters Self-Perception Profile for Adolescents. Denne er i tillegg tilpasset Norske forhold. Se https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6501_8

³ For å lese mer om hvordan samlemålet er satt sammen og om sosiale forskjeller i ungdomstiden se <http://www.hioa.no/Om-OsloMet/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/NOVA/Publikasjoner/Rapporter/2016/Sosiale-forskjeller-i-unges-liv>

⁴ I den logistiske regresjonen er variabelen selvbilde kodet om til en dikotom variabel hvor de som har et gjennomsnittlig selvbilde under medianen er gitt verdi 0 og de som har et gjennomsnittlig selvbilde over medianen er gitt verdi 1. Resultatene fra den logistiske regresjonen er tilgjengelig ved henvendelse til forfatter.