



# **FRAFALL FRA ORGANISERT FOTBALLAKTIVITET**

HVA ER ÅRSAKENE TIL AT UNGDOMMER SLUTTER Å  
SPILLE FOTBALL?

Rapport for Norges Fotballforbund  
Skrevet av Thomas Mangor Jørgensen  
2023



## Om rapporten

Hensikten med denne rapporten har vært å sammenstille kunnskapen som eksisterer om årsaker til at unge fotballspillere slutter med organisert fotballaktivitet. Rapporten har basert seg på vitenskapelige fagfelleverderte studier og rapporter fra Norge og andre sammenlignbare land. Det primære fokuset har vært på frafall blant ungdommer fra 13 til 19 år, da det er her frafallet er størst og det finnes mest forskning. Frafall betegnes i denne rapporten som aktivitetsspesifikt frafall. Et slikt frafall betyr at man gir seg med en spesifikk idrett, men utelukker ikke at personen fortsetter med en annen. Samtidig kan det være nyttig å presisere at rapporten ikke har fokusert på årsaker til hvorfor enkelte unge personer aldri melder seg inn i et idrettslag eller en fotballklubb. «Idretten» har for enkelthetens skyld blitt benyttet som en betegnelse for den organiserte idretten, selv om dette bare utgjør en del av all idrett. På samme måte har «fotballen» blitt brukt som en betegnelse for den organiserte fotballaktiviteten, til tross for at det også går an å praktisere fotball utenom de organiserte tilbudene.

Rapporten er ment som en informasjonskilde for idrettsledere, trenere og andre interessenter, som ønsker å få en bedre oversikt over forskningen som eksisterer om frafall i fotballen per dags dato. Enkelte av studiene som har blitt presentert er gjort i idretten generelt, men fotballspillere er som regel en vesentlig del av datagrunnlaget fra disse studiene i form av å være størst av de organiserte idrettene både nasjonalt og globalt. Dermed kan en hevde at funnene i stor grad vil være relevante og tellende for fotballkonteksten. Det har i tillegg blitt presentert funn fra studier som er gjennomført i fotballen i andre sammenlignbare land, som også kan ansees å ha en relativt høy overføringsverdi til den norske fotballen. Enkelte studier har blitt ekskludert på bakgrunn av liten relevans til den nevnte konteksten. Dette gjelder primært funn i land som har en organisering av idretten som er svært ulik den norske eller idretter som skiller seg betydelig fra fotball. Årsakene til frafall i fotball som er presentert i denne rapporten er heller ikke en fullstendig liste. Det kan være andre grunner til at ungdommer gir seg med fotball som ikke er nevnt i rapporten.

## Innholdsfortegnelse

|          |   |           |
|----------|---|-----------|
| <b>1</b> | <b>Frafallsproblematikken</b> .....                         | <b>1</b>  |
| 1.1      | Hvorfor er det ønskelig å forhindre frafall? .....          | 1         |
| 1.2      | Frafallsproblematikken i organisert idrett og fotball ..... | 2         |
| <b>2</b> | <b>Årsaker til frafall</b> .....                            | <b>3</b>  |
| 2.1      | Trivsel og det sosiale .....                                | 3         |
| 2.2      | Motivasjon .....  | 4         |
| 2.3      | Opplevd kompetanse.....                                     | 5         |
| 2.4      | Idrettens rammebetingelser .....                            | 6         |
| 2.5      | Sosioøkonomisk status og økonomi.....                       | 7         |
| 2.6      | Kjønn .....   | 8         |
| 2.7      | Relativ alderseffekt .....                                  | 10        |
| <b>3</b> | <b>Avslutning</b> .....                                     | <b>11</b> |
| <b>4</b> | <b>Litteraturliste</b> .....                                | <b>14</b> |

## 1 Frafallsproblematikken

Idretten betraktes som en grunnstein i det norske samfunnet og tilskrives ofte positive ringvirkninger. Blant annet skal deltakelse for barn og unge sørge for god helse, mestring og et fellesskap. Samtidig skal bredden i idretten utgjøre grunnlaget for en toppidrett som skaper begeistring og entusiasme. Idretten er en bevegelse som favner bredt blant barn og unge i Norge, og de aller fleste er innom idretten i løpet av oppveksten [1, 2]. Selv om mange barn og unge deltar i idretten kan en se en tydelig frafallstrend i ungdomsårene, der tall viser at rundt 60 prosent av de som har vært innom ungdomsidretten<sup>1</sup> gir seg før de har fylt 18 år [3]. Fotball har tradisjon for å være den idretten med flest aktive medlemmer. Omtrent hver tredje person under 19 år som er aktiv i et idrettslag spiller nettopp fotball [4]. Hvis man ser på antall aktive spillere i fotballen i 2023 er andelen av spillerne som er 18 år kun 40 prosent av antallet i aldergruppen 12 år [5]. Dette viser at overvekten av de som er innom idretten velger å trekke seg i løpet av ungdomsårene. Hensikten med denne rapporten har vært å sammenstille forskningen som eksisterer på årsaker til at ungdommer velger å slutte med fotball.

### 1.1 Hvorfor er det ønskelig å forhindre frafall?

Et overordnet mål for idretten er at flest mulig skal delta lengst mulig, noe som blant annet understrekes i Stortingsmelding 26 fra 2011-2012 [6], som har tittelen «Den norske idrettsmodellen». Ambisjonen om å engasjere flest mulig kommer også til syne i fotballens egen strategiplan<sup>2</sup> frem mot 2025, der et av hovedmålene er å øke rekrutteringen og forhindre frafall [7]. Hvorfor det er ønskelig å legge til rette for deltakelse for flest mulig kan forklares både gjennom idrettens indre og ytre rasjonalitet [8]. Den indre rasjonaliteten handler om idrettens egenverdi, altså at idretten er sin egen begrunnelse. En sentral misjon for fotballen vil da naturligvis være å utvikle aktivitetstilbudet og favne bredt blant barn og unge, med den hensikt å skape mestring, drive på med konkurranser og forbedre prestasjoner. For eksempel sees den store deltakelsen typisk på som en styrke i norsk fotball [7]. Å minske frafallet i ungdomsårene er derfor i tråd med ønsket om å kunne levere et best mulig tilbud. Dette gjelder både for de som ønsker å spille for gøy, de som vil være en del av det sosiale fellesskapet og de som ønsker å bli best mulig. Frafall kan være en indikator på at det har dannet seg en distanse mellom det fotballen tilbyr og hva ungdommer selv ønsker ut ifra deres livssituasjon.

Den ytre rasjonaliteten dreier seg om hvordan idretten legitimeres gjennom sine ikke-idrettslige konsekvenser. Eksempelvis kan dette være å bidra til bedre folkehelse. Det å delta i idretten virker å ha en positiv sammenheng med grad av fysisk aktivitet i voksen alder [9, 10], og det ser også ut til at jo lengre man holder seg i idretten, desto større er sjansen for at man trener på andre måter hvis man gir seg [11]. Samtidig er det en rekke studier som peker på at deltakelse har positive følger for ungdommers mentale og fysiske helse [12-16]. I samsvar med dette er det indikasjoner på at ungdommer som ikke deltar i idretten opplever lavere livskvalitet [17]. Samlet sett underbygger funnene ovenfor betydningen av å holde unge mennesker involvert og engasjert i idretten. Dermed kan det argumenteres for at å hindre frafall fra fotballen også kan være gunstig for samfunnet som helhet.

---

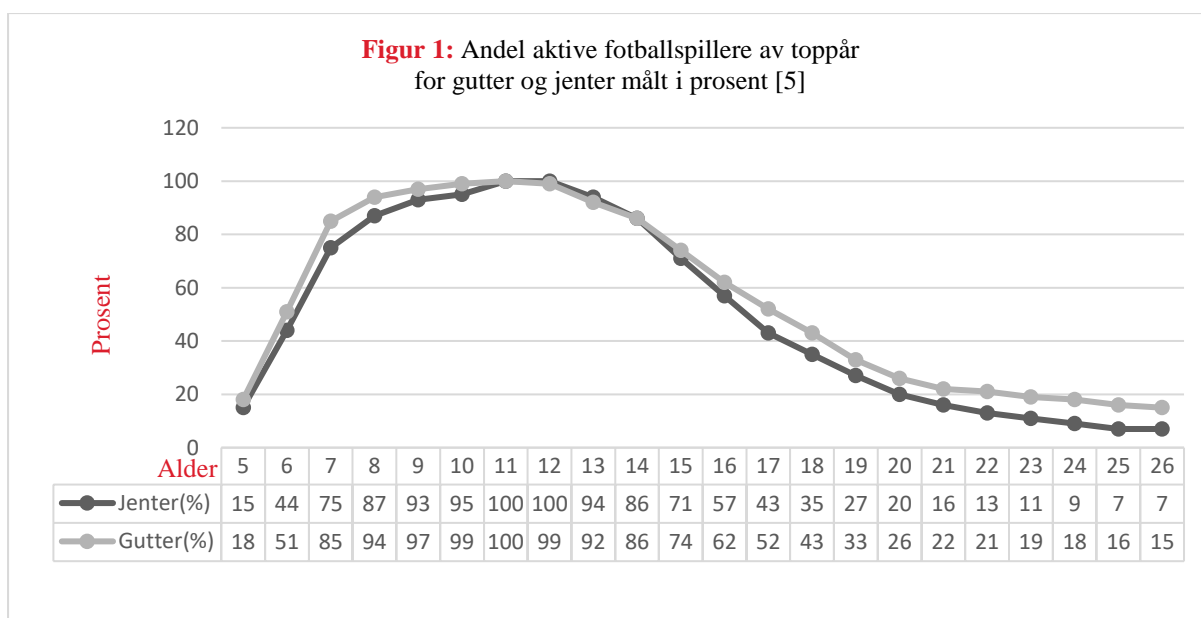
<sup>1</sup> Barneidretten omfatter utøvere som er mellom 6 og 12 år, mens ungdomsidretten inkluderer utøvere som er i aldergruppen 13 til 19 år.

<sup>2</sup> Strategiplanen gjelder for perioden 2020 til 2025 og er vedtatt på forbundstinget.

## 1.2 Frafallsproblematikken i organisert idrett og fotball

For å kunne få et bedre bilde av årsaker til at barn- og unge velger å slutte med organisert fotballaktivitet er det vesentlig å se på ulike trender innad i frafallet. Frafallet i fotballen må i tillegg sees i lys av trender i den organiserte idretten for øvrig. At unge utøvere velger å forlate idretten er hverken unormalt eller et nytt fenomen. Siden tidlig på 1980-tallet har forskere forsøkt å finne ut hvor mange som slutter, hvilken alder de er i, hvilke idrett de slutter i og hvorfor de ønsker å gi seg [18]. Dette har resultert i at det i dag eksisterer relativt omfattende kunnskap om frafall som fenomen. På tross av økt kunnskap er frafallsproblematikken en vedvarende utfordring for idretten. Et omfattende frafall i tenårene er noe som er rapportert i alle de skandinaviske landene [4, 19, 20], og i vestlige land er det ikke uvanlig at den årlige frafallsraten i ungdomsårene utgjør mellom 20 og 50 prosent [21].

Trenden i Norge og andre sammenlignbare land virker å være at problematikken med frafall ikke har særlig tegn på forbedring [jf. 22]. I en landsomfattende Ungdataundersøkelse<sup>3</sup> fra perioden 2020 til 2022, der 600 000 norske ungdommer deltok, fant Bakken og Strandbu at andelen av de som hadde sluttet i ungdomsidretten har gått noe opp de seneste årene. Utover dette avslører undersøkelsen at blant de som har vært innom ungdomsfotballen har 55 prosent gitt seg i løpet av de første årene på videregående skole [2]. Figur 1 nedenfor visualiserer tallene for 2023 når det gjelder andelen av aktive fotballspillere i de forskjellige alderskullene sammenlignet med toppåret, hvilket er når spillerne er 11 år. Tallene viser at andelen av de som fortsatt er aktive i fotballen i 19-års-alderen kontra toppåret er henholdsvis 27 prosent for jentene og 33 prosent for guttene. Tallene illustrerer dermed at det er en klar nedgang i antall aktive spillere utover i ungdomsårene og at jentene slutter i et større omfang og noe tidligere enn guttene [5]. Frafallstrenden i fotballen er ikke unik for Norge og er, som nevnt, også observert i andre land. En metastudie<sup>4</sup> med data fra en rekke land viser at det årlige frafallet i fotball ligger på 23.9 prosent og holder seg nokså stabilt gjennom tenårene [23].



<sup>3</sup> Flere enn 1 million barn og ungdom har svart på Ungdataundersøkelser siden 2010. Disse undersøkelsene har til hensikt å gi et innblikk i hvordan det er å være ung i Norge – blant annet i idretten.

<sup>4</sup> En metastudie går systematisk gjennom resultater fra tidligere forskningsstudier og trekker konklusjoner på bakgrunn av disse.

## 2 Årsaker til frafall

Det er mange årsaker til at ungdommer fatter en beslutning om å legge fotballskoene på hylla. Barn og unge deltar i idretten frivillig, og valget deres om å fortsette eller ikke har betydning for livene deres for øvrig [24]. Når man leser funnene fra forskningen i denne rapporten burde en ha i bakhodet at valget om å gi seg kan være en kompleks prosess. I studier der en har spurt ungdommer om hvorfor de har sluttet kommer det frem at veien mot avgjørelsen om å droppe ut kan være lang, flersidig og emosjonell [25, 26]. Valget om å slutte er gjerne et resultat av årsaker som sammen medfører en økende misnøye med å delta i idretten eller gjør at en velger å prioritere andre ting. Funn indikerer at både fotballens interne sider og eksterne forhold er rådende for avgjørelsen om å gi seg [f.eks. 27].

### 2.1 Trivsel og det sosiale

Å ha det gøy og oppleve trivsel er vesentlige faktorer for deltakelse i idretten. Et gjennomgående funn i forskningen, og ikke veldig overraskende, er at det å erfare positive affektive responser gjør at iveren etter å fortsette blir større. I en norsk rapport av Solstad og kollegaer fra 2021 ble barn og unge i alderen 10 til 19 år spurt om grunner til at de er med i idretten. Det var en overvekt av personer, mer spesifikt hele 91 prosent, som svarte at det stemte godt eller helt at de tok del i idrett fordi det oppleves som gøy. I tillegg svarte 85 prosent at det stemte godt eller helt at de deltok i idretten på grunn av det sosiale aspektet [28]. Dette stemmer overens med en etablert trend i norsk idrett, hvor barn og unge ofte deltar for å ha det morsomt og omgås venner<sup>5</sup> [29, 30]. I en annen norsk studie utført av Persson og kollegaer fikk utøvere som hadde forlatt ungdomsidretten forespørsel om å beskrive hvorfor de valgte å slutte. Den hyppigste årsaken som ble oppgitt var at de på en eller annen måte hadde mistet interessen eller gleden ved å delta [27]. En rekke studier gjennomført på unge fotballspillere i Norge og andre vestlige land er samstemte i at når spillerne ikke lenger opplever en form for glede eller trivsel ved å delta blir de mer tilbøyelige til å forlate laget [18, 31-36]. Man kan i denne anledning trekke frem det folkelige begrepet om «idrettsglede» som helt avgjørende for å forhindre frafall.

Å trives i den organiserte fotballen må sees i sammenheng med det sosiale aspektet ved å delta. Det er kjent fra eksisterende forskning at sosiale interaksjoner og følelsen av tilhørighet er vesentlig for å fortsette å engasjere seg i fotballen [27, 32, 37]. Rapporten til Solstad og kollegaer, som også spurte de som sluttet om hvorfor de valgte å trekke seg, viser at én av fire oppgir at de gjorde det fordi de ikke lenger trivdes med dem de trente sammen med [28]. I fotball ser en at spillere som trekker seg fra laget ofte føler mindre tilhørighet, noe som igjen kan skyldes at de i mindre grad føler seg som en del av gruppen eller mangler en følelse av sosial tilknytning [38, 39]. Sosial tilknytning er nært relatert til det å ha venner på laget. Eksempelvis blir det klart i studien til Espedalen og Seippel, som inkluderte 12 til 19 åringer i norsk idrett, at en av hovedgrunnene til å gi seg er fordi venner slutter [40]. Det fremkommer også av studier fra utlandet at mangel på gruppetilhørighet og/eller fravær av såkalte bestevenner på laget bidrar til frafall [34, 39]. For å forhindre frafall burde en dermed ivareta det sosiale aspektet ved fotballen og sørge for at spillerne har det moro både på trening og i kamp. Det er kanskje særlig viktig å være klar over dette utover i ungdomsårene når idretten gjerne blir mer seriøs.

---

<sup>5</sup> Selv om det å ha det gøy og være med venner er det som trekker mange til idretten, har instrumentelle motiver (helse, utseende osv.) for deltakelse vært økende de siste 10 årene [66].

## 2.2 Motivasjon

Motivasjon er en av de årsakene som har vært hyppigst studert for å forstå frafall blant barn og unge i idretten bedre. En betydelig del av denne forskningen har blitt gjennomført i andre kontekster enn den norske, men funnene kan ansees som relativt universelle, og kan derfor i stor grad overføres til idretten her til lands. Kunnskapen som foreligger har konsekvent vist at motivasjon spiller en avgjørende rolle i beslutningen om å fortsette sin deltakelse eller trekke seg fra fotballen [22, 32, 33, 41]. Det kommer frem at det å skape et miljø på treninger og i kamp som stimulerer til gode former for motivasjon kan være helt avgjørende for oppslutningen rundt et lag. Hva slags type miljø det er optimalt å fremme er noe det har blitt viet en del oppmerksomhet til i forskningen.

Blant annet har motivasjonsklima, hvilket handler om spillernes oppfatning av de normene og forventningene som stilles i gruppen de er en del av, vært fremtredende i forskningen. Når det er snakk om motivasjonsklima er det vanlig å skille mellom to typer av klimaer som kan kjennetegne gruppen, nemlig mestringsklima og prestasjonsklima. Mens mestringsklima kjennetegnes av å være et miljø der spillerne settes pris på, innsatsen deres verdsettes og læring er det primære målet, bærer et prestasjonsklima preg av å være sentrert rundt sosial sammenligning og favorisering av de spillerne som besitter best ferdigheter [42]. Tidligere studier er samstemte i at det er verdifullt å legge til rette for et mestringsklima for å forhindre frafall i fotball [22, 32, 41, 43, 44]. Et mestringsklima har vist seg å være heldig uavhengig av spillernes ferdighetsnivå [35, 45, 46]. I kontrast vil det å legge til rette for et prestasjonsklima kunne øke spillernes sannsynlighet for å slutte [43, 47]. Å fremme et mestringsklima er dermed et virkemiddel trenere kan benytte seg av for å motvirke frafallstrenden som i dag rår i ungdomsfotballen. Trenere kan danne et slikt klima gjennom å gi korrigerende instruksjoner på en positiv måte, oppmuntre spillere til å lære av sine feil, oppfordre spillerne til å støtte hverandre, samt anerkjenne positiv atferd og innsats like mye som resultater [48]. Det er betydningsfullt at trenerne er bevisste på hvilket klima de stimulerer til. Studier blant norske fotballspillere i ungdomsidretten viser at spillerne kan oppfatte klimaet som langt mer prestasjonsorientert enn det trenerne selv føler at de legger til rette for [49, 50].

Et annet aspekt ved miljøet som peker seg ut som heldig for ungdommers motivasjon i fotball er å ha en autonomistøttende trenerstil. Å være autonomistøttende innebærer å danne et miljø hvor utøverne føler på autonomi, kompetanse og sosial tilhørighet<sup>6</sup>. Disse tre er definert som grunnleggende behov. En studie gjennomført på fotballspillere mellom 9 og 15 år i europeiske land, inklusiv spillere fra Norge, viste at å ha en autonomistøttende trenerstil fremmet tilfredsstillende av de nevnte behovene, og at dette igjen førte til økt trivsel og en lavere tilbøyelighet til å slutte [35]. Lignende funn observeres også i vårt naboland, der en svensk studie fra 2022 av Beck og kollegaer med fotballspillere i alderen 11 til 17 år hevdes det at manglende autonomistøtte er en vesentlig årsak til frafall [51]. Dessuten har en sett i flere studier fra andre land at dersom en ikke tilfredsstiller utøvernes behov om autonomi, kompetanse og tilhørighet vil det kunne skapes en forhøyet risiko for at noen gir seg [41, 45, 52]. I denne anledning har kurs for trenere der de instrueres i en autonomistøttende trenerstil vist å føre til økt atferd som støtter de tre grunnleggende behovene, samtidig som det har gjort spillerne mer engasjerte og sørget for bedre motivasjon [51, 53-55].

I forskningen på motivasjon og frafall i idrett kommer det også frem at det å legge til rette for et mestringsklima er egnet for å tilfredsstille de grunnleggende behovene, og med det redusere sjansene for frafall [22, 43, 44]. Studiene viser i tillegg at det å skape et mestringsklima der behovene ivaretas gir økt indre motivasjon. En slik form for motivasjon ansees som særdeles gunstig, fordi engasjementet

---

<sup>6</sup> Autonomi handler om å gi utøverne valg og muligheter, mens kompetanse dreier seg om å føle seg kapabel og føle på mestring. Til slutt handler tilhørighet om følelsen å være en del av fellesskapet [57].

i aktiviteten da baserer seg på en indre interesse og lyst. Det er tidligere dokumentert at indre motivasjon har en positiv sammenheng med grad av engasjement og trivsel i fotball [56]. Andre funn tilsier at de som velger å forlate idretten ofte har basert sin deltakelse på ytre motivasjon [45]. Ytre motivasjon vil si å engasjere seg på bakgrunn av en ekstern belønning, som eksempelvis kan være anerkjennelse fra trenere eller å gjøre noe for å unngå å bli straffet. Selv om ytre belønning kan være effektivt på kort sikt, vil man som regel anbefale trenere å fremme spillernes indre motivasjon som er mest bærekraftig for et langvarig engasjement [57]. Med hensikt å redusere frafallet viser forskningen at en del av nøkkelen kan ligge i å skape et støttende og inkluderende miljø, som ivaretar spillernes grunnleggende behov og fokuserer på mestring. En norsk studie på unge fotballspillere fastslår at effekten av et mestringsklima er redusert hvis treneren oppleves som kontrollerende [58]. Å ha en kontrollerende treneratferd burde med andre ord minimeres. Derimot bør fokuset ligge på å legge til rette for mer gunstige former for motivasjon, og på den måten redusere risikoen for frafall.

### 2.3 Opplevd kompetanse

En annen årsak som trekkes frem i forskningen som årsak til deltakelse og frafall i fotballen er spillernes opplevelse av egen kompetanse. For eksempel knytter en norsk studie på unge fotballspillere det å oppleve lav kompetanse direkte til avgjørelsen om å trekke seg fra laget [46]. Forfatterne av denne studien forklarer dette med at noen kan velge å slutte for å begrense fotballens betydning når de føler at deres ferdigheter ikke strekker til, og med det beskytte sin egen selvfølelse. Dette støttes av studien til Espedalen og Seippel, som fant at manglende ferdigheter var en av de vanligste årsakene til at noen forlater idretten [40]. Faktisk svarte over halvparten at dette var en årsak til at de valgte å gi seg. Dette stemmer overens med andre funn, som bekrefter at individene som velger å gi seg jevnt over vurderer sine fotballspesifikke ferdigheter og kompetanse som lavere enn de som fortsetter [33, 47]. Samtidig kommer det frem at fotballspillere med mindre erfaring har større sannsynlighet for å slutte på bakgrunn i lavere opplevd kompetanse [22, 34].

Betydningen opplevd kompetanse har for frafall fremhever viktigheten av å skape et miljø der alle spillerne har muligheten til å føle på mestring og oppleve seg selv som kompetente. Som visualisert i Figur 1 er deltakelsen i fotballen størst når spillerne er i 11-års-alderen. I tillegg kan man lese av figuren at andelen som er med i 6-års-alderen målt opp imot toppåret er 44 prosent for jentene og 51 prosent for guttene, noe som vil si at mange nye spillere kommer til etter hvert i barneidretten frem mot 11-års-alderen [5]. Innlemmelsen av nye spillerne på en god måte blir da essensielt for at en ikke mister de som føler på lav kompetanse, som vil være naturlig når man starter med noe nytt. En finsk studie på fotballspillere mellom 15 og 16 år fant at det var en overvekt av spillere som hadde blitt med sent i fotballen som oppga at de sluttet på grunn av manglende ferdigheter [34]. Kompetanse er noe ungdommer i idretten selv peker på som en viktig drivkraft til at de deltar. I rapporten til Solstad og kollegaer oppga omtrent fire av fem at grunnen til at de er med i idretten er fordi de føler mestring der [28]. Det er individuelt hva som gjør at fotballspillerne føler seg kompetente, men man kan i lys av kunnskapen rundt motivasjon trekke frem nytten av å legge til rette for et mestringsklima. Å danne et slikt miljø vil trolig gi rom for at flere kan føle på mestring, gitt at verdiene som kjennetegner dette miljøet internaliseres i gruppen over tid. Fordelene ved å lykkes med å få ungdommene til å føle seg kompetente og/eller kjenne på mestring er nokså tydelige i forskningen og fremstår som vesentlige forutsetninger for om de velger å fortsette eller ikke.



## 2.4 Idrettens rammebetingelser

Denne rapporten har frem til nå belyst flere psykologiske og sosiale årsaker til frafall. Forskningen viser også at det er sider ved fotballens egne rammebetingelser som kan gjøre at enkelte velger å forlate den. Det er ikke til å stikke under en stol at fotballen blir mer konkurransepreget utover i ungdomsårene, da i form av et fokus på prestasjoner, spesialisering og konkurranse [8, 30]. Blant annet indikerer funn fra Sverige at presset på spillerne øker etter hvert som de avanserer i ungdomsfotballen ved at de opplever arenaen som mer prestasjons- og resultatorientert [25]. Espedalen og Seippel fant i sin studie at økt seriøsitet var en medvirkende årsak til frafall [40]. Andre viser til at når fotballen forsterker sitt fokus på konkurranse kan dette føre til lavere autonomi og mer press [45]. Dette kan gjøre arenaen mindre attraktiv for mange av spillerne. For eksempel kan et ensidig fokus på å vinne gjøre at enkelte spillere får mindre spilletid, noe som er funnet som en vesentlig årsak til frafall i fotball [32]. Studiene antyder at konkurransepreget i fotball kan for enkelte spillere føre til at de velger å forlate denne arenaen.

At spillerne føler på et press om å prestere kan gjøre at spillerne ikke føler seg kompetente og er blitt funnet som en grunn til at enkelte velger å slutte i idretten [59, 60]. Hvis man ser på funnen fra studien til Persson og kollegaer, avdekker disse at én av fem av de som trakk seg fra idretten opplevde kulturen på laget de var en del av som for kompetitiv og seriøs. Ungdommene begrunnet dette blant annet med at det ble for mye fokus på ferdigheter, at de ikke følte at de var gode nok eller at det ble for stort treningsvolum [27]. Det er viktig for beslutningstakere og trenere i fotball å forstå at et sterkt konkurransepreget miljø kan føre til at enkelte spillere velger å trekke seg fra laget. Dette er med å understreke behovet for en mer balansert tilnærming med en nedtoning av fokuset på de umiddelbare resultatene.

Selv om man skal være bevisst rundt hvordan økt fokus på konkurranse og mer seriøsitet kan påvirke spillerne er det ikke gitt at dette skal unngås. Konkurransespektet i fotball er en sentral del av sportens indre rasjonalitet og vil for mange være det som gjør idretten interessant. Sistnevnte kommer til syne i rapporten til Solstad og kollegaer, hvor 76 prosent av utøverne fra barne- og ungdomsidretten oppga at de er enige i at de er med fordi de liker å konkurrere [28]. I en annen norsk studie, der de intervjuet 14-15 åringer som blant annet spilte fotball, tydeliggjør at konkurransespektet har flere positive følger. Ungdommene fortalte at treningene ofte avsluttes med kamper, noe flere av dem trakk frem som den morsomste delen av treningen [61]. I så måte ser en hvordan konkurranse kan være lystbetont og en slags form for belønning. Essensen i argumentasjonen her er at dersom fokuset på å vinne og prestere tar overhånd og går på bekostning av gleden ved spillet og følelsen av fellesskap kan dette være problematisk og påvirke deltakelsen.

Med tiltakende seriøsitet utover ungdomsårene endrer fotballen ofte sine rammebetingelser med økt treningsmengde og flere forpliktelser. Dette skjer i en tid i ungdommenes liv hvor andre signifikante arenaer gjerne også krever mer tid og tilstedeværelse, slik som det å være med venner eller omfang av skolearbeid. Som følge av dette blir prioritering av tid en vesentlig faktor. Deltakelse i idretten har i denne sammenheng vist seg å komme i konflikt med prioriteringer på andre arenaer i ungdommenes liv [f.eks. 1, 27, 59, 62, 63]. I Solstad og kollegaer sin studie svarte over halvparten at grunnen til at de sluttet var for å kunne bruke mer tid på andre ting, mens én av tre sa det var for å konsentrere seg mer om skolearbeid [28]. Det var disse grunnene som ble hyppigst nevnt som årsaker til å slutte. Dette er i samsvar med studien til Persson og kollegaer, som fant at den mest vanlige årsaken til at ungdommene sluttet i idretten var tidspress og/eller press på skolen [27], samt Espedalen og Seippel sin studie der de erfarte at prioritering av skolearbeid var den største grunnen til at ungdommene ga seg [40]. Rapporten til Bakken og Strandbu viser at frafallet er noe økende i overgangen fra ungdomsskolen til videregående [2], hvilket indikerer at dette er et tidspunkt der flere ønsker å prioritere skolen over idretten. En slik

argumentasjon støttes av en annen norsk studie gjort på elever på videregående skole. De observerte at frafallet fra idrettslagene i denne aldergruppen var størst blant dem som brukte mest tid på lekser [64].

Frafall som en konsekvens av endrede prioriteringer kan sees i sammenheng med den generelle endringene i treningsvaner i den norske befolkningen de siste tjue årene. Aktiviteten til ungdommer har i økende grad beveget seg bort fra trening i de tradisjonelle idrettene, slik som fotball, mot mer trening på egenhånd og på treningssentre [65]. Dermed kan man se at mange trekker seg ut av idretten og finner andre arenaer å trene på [11, 65]. Blant annet har helse med årene blitt et fremtredende motiv for å holde seg aktiv [66, 67], noe som kan ivaretas andre steder enn i fotballen. Funnene knyttet til prioritering av tid er ikke unike for Norge, ettersom metastudier fra utlandet viser at tidskrav på andre arenaer eller endring i interesser er en vanlig årsak til å slutte med fotball [32-34, 68]. Med dette som bakteppe burde en se frafallet fra fotballen i lys av ungdommer sin livssituasjon. I en undersøkelse om idrettsdeltakelse og trening blant ungdom i Oslo kom det frem at det viktigste motivet ungdommene hadde for å trene var å holde seg i form, og at hovedgrunnen til å ikke delta i idretten var motviljen til å forplikte seg til regelmessige treningstider, som er typisk for idrettslag [67]. Klubber og trenere i fotballen burde være oppmerksomme på de mange kravene og forventningene ungdommene står ovenfor. Med formål å redusere frafallet i ungdomsårene burde en muligens utvikle en fotballhverdag, eventuelt et alternativ til den tradisjonelle treningshverdagen, med en fleksibilitet som tar hensyn til ungdommenes tidsplaner og prioriteringer.

## 2.5 Sosioøkonomisk status og økonomi

Ulikheter knyttet til sosioøkonomisk status (SØS)<sup>7</sup> har med tiden fått relativt mye oppmerksomhet i vitenskapelige arbeider i Norge. En stor andel av denne kunnskapen stammer fra funn fra Ungdataundersøkelser på elever fra skoler over hele landet. Til tross for at ungdomsidretten har stor oppslutning i alle sosiale lag ble det her klart at familiens SØS har betydning for ungdommenes idrettsdeltakelse, der personer fra familier med lav SØS slutter før de fra familier med høy SØS [1, 2, 69]. Ulikhetene i frafallet mellom de sosiale lagene ser ut til å være størst i begynnelsen av ungdomsidretten. I en rapport av Bakken fra 2019, som baserte seg på tall fra mer enn 225 000 norske ungdommer, kom det frem at 16 prosent av de fra lavere sosiale lag sluttet i begynnelsen av ungdomsidretten mot 7 prosent av de fra høyere sosiale lag [1]. Hvis en ser alle aldersgruppene fra 8.trinn til 2. klasse på videregående skole (Vg2) under ett så slutter 47 prosent av de fra familier med lav SØS kontra 31 prosent av de fra familier med høy SØS [2]. Tallene fra de nasjonale Ungdataundersøkelsene i Norge belyste at ungdommer fra lavere sosiale lag i mindre grad rekrutteres til idretten og slutter tidligere når de først blir med enn de fra høyere sosial lag [1, 69-71]. Disse funnene sammenfaller med funnene i studien til Back og kollegaer fra 2022. Sistnevnte fokuserte på svenske fotballspillere i alderen 11 til 17 år og fant at lav SØS er assosiert med en økende risiko for frafall [51]. De sosiale forskjellene virker å vare frem til omtrent 17-års-alderen. I aldergruppene eldre enn den alderen intensiveres også frafallet for personer fra familier med høyere SØS og forskjellene i frafallet jevnes ut [1, 63].

En sentral dimensjon i SØS er økonomiske ressurser, noe forskningen synliggjør som en mulig direkte årsak til at enkelte ungdommer forlater idretten eller fotballen. Eksempelvis fant man i en studie gjort på 16- til 19-åringer i Oslo at foreldrenes manglende økonomiske ressurser var en vesentlig årsak til frafall fra idretten [72]. Lignende fant en studie gjennomført i Trondheim at foreldrenes økonomi hadde betydning for hvor lenge ungdommene holdt seg i idretten [63]. I tillegg synliggjøres det i studien til Espedalen og Seippel at ungdommer fra familier med lav SØS sluttet i større grad på grunn av at

---

<sup>7</sup> Sosioøkonomisk status handler blant annet om en persons eller familiens yrke, utdanning og inntekt.

idretten opplevdes som for kostbar [40]. Funnene fra denne studien illustrerte at personer fra familier med mindre økonomiske ressurser kan oppleve vanskeligheter med å fortsette utover ungdomsidretten. Forfatterne beskrev at dette også var gjeldende for fotballen, selv om fotballen ansees som en av de mindre ressurskrevende idrettene å drive på med. Mer spesifikt ser man at ekstrakostnader i forbindelse med økning i antall treninger, reise, deltakelse på cuper og lignende er utgifter som det er utfordrende å bære for familier med lav SØS [73, 74]. En analyse av kostnadene i idretten gjennomført av Oslo Economics avdekket at kostnadsnivået er ganske varierende fra klubb til klubb [74]. Av den grunn er det viktig for klubber som ønsker deltakelse for flest mulig å sørge for at kostnader ikke blir en barriere som hindrer enkelte spillere å delta.

Det er verdt å legge til at selv om de fra familier med høyere SØS ofte deltar lengre behøver å ikke dette utelukkende være på grunn av økonomi. Disse kan også holde på lengre med basis i at foreldre fra høyere samfunnslag ofte er mer engasjert i eller i en posisjon til å legge til rett for barnets idrettsdeltakelse [72]. I en studie fra Sverige ble det påpekt at ungdommer som har foreldre som engasjerer seg i treninger og kamper betrakter idretten som gøyere, viktigere og mer nyttig enn de som har foreldre som er mindre engasjerte. Barna til de engasjerte foreldrene hadde en lavere sannsynlighet for å slutte [75]. Det har tidligere blitt dokumentert at deltakelse i idretten henger sammen med hvor sterkt idrettsdeltakelse står i kurs i familien vedkommende vokser opp i [76]. Sagt med andre ord kan det være flere årsaker til at frafallet typisk er høyest for individer fra familier med lav SØS.

## 2.6 Kjønn

Frafallsproblematikken arter seg noe ulikt for jenter og gutter. Helt konkret velger jenter i større grad enn gutter bort trening i idrettslag utover i ungdomsårene [1, 28, 51, 63, 66]. I rapporten til Bakken og Strandbu, hvilket basert seg på tall fra perioden mellom 2020 og 2022, fremkom det at det er et større frafall blant jenter i alle aldersgruppene fra 8. trinn til Vg2, og at forskjellen øker i omfang for hvert år som går [2]. Dette er i tråd med funn fra metastudien til Møllerløkken og kollegaer, hvor de fant at den årlige frafallsraten i fotball var høyere for jenter (26.8 prosent) enn for gutter (21.4 prosent) [23]. Videre viste rapporten til Bakken og Strandbu at blant de som hadde deltatt i ungdomsidretten hadde 64 prosent av jentene mot 53 prosent av guttene sluttet innen Vg2 [2]. Figur 1 viser en lignende tendens at andelen aktive i fotballen mot toppåret synker raskere fra 14-års-alderen for jentene enn den gjør for guttene. I tillegg synker andelen til et lavere nivå [5]. Funnene understreker med det forskjellen i frafallet mellom kjønnene som en virker å finne i både idretten generelt og i fotballen spesifikt.

Ifølge Norges Fotballforbunds egen strategiplan skal jenter være et satsningsområde frem mot 2025. Ambisjonen med satsingen er å rekruttere flere unge jenter til å spille fotball. Ut ifra dette kan det tydes at det eksisterer et ønske å holde flere aktive lengre enn de er den dag i dag [7]. Omtrent hver fjerde jente mellom 6 og 12 år spiller fotball, mens rundt annenhver gutt i den samme aldergruppen er med [77]. Forklaringer på hvorfor jentene oftere slutter og i sjeldnere rekrutteres er noe fraværende. Jenter er typisk underrepresentert i studier som omhandler frafall fra fotballen [33, 78]. Dog er det noen studier fra Norge som kaster lys over problematikken.

Skauge og Rafoss undersøkte, med utgangspunkt i de landsomfattende Ungdataundersøkelsene fra 2010 til 2018, treningsmotiveer blant ungdommer fra 13 til 18 år. For tenåringsjentene fant de at det å forplikte seg til faste treninger var en av hovedmotivene for å slutte i idrettslag. De fant også at mens konkurranse- og prestasjonsaspektet ble mer dominerende som et motiv for å fortsette for guttene med økende alder, var trenden motsatt for jentene [66]. Det å bli profesjonelle utøvere eller å «satse» er motiver som andre studier også viser at er mer fremtredende blant gutter enn blant jenter [79]. Videre

avdekket funnene presentert av Skauge og Rafoss at jenter i større grad foretrekker de kommersielle treningssentrene og peker på at tilbudet som idrettslagene har for jenter, der jenteidretten ofte verdsettes lavere enn gutteidretten, kan være en sentral årsak til at jentene slutter tidligere enn guttene [66]. En ny studie omhandlede kjønnede praksiser i ungdomsfotballen fant at jenters deltakelse ofte devalueres både av jentene selv og av idrettsorganisasjoner [80]. Kunnskapen fra de nevnte studiene indikerer at det ligger et potensiale i å forme en idrettskontekst som samsvarer bedre med jentenes behov. Det vil også være viktig å sikre at tilbudet på jentesiden samsvarer med tilbudet på guttesiden dersom man skal beholde spillerne.

I studien til Persson og kollegaer, der ungdom beskrev hva som var de viktigste årsakene til at det hadde sluttet i idretten, gikk mange av de samme grunnene igjen på tvers av kjønn. For eksempel oppga både gutter og jenter tidsaspektet og økt seriøsitet som vesentlige årsaker til at de valgte å trekke seg ut av idretten. Noen forskjeller kom likevel frem. Noe overraskende rapporterte guttene (39 prosent) i mye større grad enn jentene (26 prosent) at de hadde sluttet på grunn av årsaker relatert til manglende glede eller trivsel. Det betyr at manglende glede eller trivsel virker å være et mindre problem blant jentene. Interessant var det også at jentene beskrev, omtrent dobbelt så hyppig som guttene, at de sluttet som et resultat av skader/sykdom eller manglende tilbud innenfor klubben [27]. Dette samsvarer med funnene til Skauge og Rafoss om at tilbudet på jentesiden muligens ikke er godt nok for dem [66]. Mens studien til Persson og kollegaer ikke fant noen kjønnsforskjeller når det gjelder prioritering av tid som årsaker til frafall, fant derimot Skauge og Rafoss at jentene i større grad enn guttene opplevde det som utfordrende å forholde seg til faste treninger i idrettslagene [27, 66]. Det er behov for mer kunnskap om potensielle kjønnsforskjeller i tenåringer sin prioritering av tid og hvordan dette henger sammen med deltakelse i idretten og fotballen.

Siden det er færre jenter enn gutter som spiller fotball i utgangspunktet vil jentefotballen være ekstra sårbar for negative ringvirkninger som følge av frafall. I studien til Persson og kollegaer svarte 10 prosent av jentene at de takket for seg på grunn av manglende tilbud [27]. Ved å være en lagidrett som krever et visst antall spillere for å konkurrere kan dette medføre at man ikke har et tilbud til spillere i enkelte aldersgrupper [51]. Eksempelvis krever det gjerne opp imot tjue spillere for å kunne stille et lag i seriespill med 11er-fotball. Hvis bare to eller tre av spillerne bestemmer seg for å slutte kan dette sette eksistensen til hele laget på spill [jf. 33]. Dersom en ser på tallene for antall lag per årskull for jentene i 2023 kan dette gi grunn til bekymring, ettersom 789 lag i aldergruppen 14-15 år krymper til 444 lag i aldergruppen 16-17 år [5]. Noe av dette kan forklares av overgangen til 11-er fotball i denne alderen som gjerne gjør at enkelte lag slår seg sammen, men viser også at antallet trenings- og kamparenaer reduseres og tilbudet snevres inn. Ifølge rapporten til Bakken er det perioden når utøverne er 16-17 år som er særlig kritisk for jentene med tanke på frafall [1]. Samtidig kan man lese av Figur 1 at det er en relativt lav andel av de som er med ved toppåret som er med utover 20-årene på jentesiden [5].

Videre tyder funn på at årsaker til frafall knyttet til forskjeller som SØS, kjønn og etnisitet ofte er med å forsterke hverandre. Tallene fra rapporten til Bakken viste at ungdommene hadde en særlig stor sårbarhet for å slutte i ungdomsidretten hvis de var en jente fra en familie med lav SØS. I denne gruppen sluttet 47 prosent. Til sammenligning fant man at 23 prosent av guttene fra familier med høy SØS valgte å gi seg [1]. En lignende trend eksisterer også i den svenske idretten [51]. Faktisk viser funn fra en studie, gjennomført i Trondheim med ungdommer fra videregående skole, at hvis du er en jente fra en familie der ingen av foreldrene har høyere utdanning og familien har lav økonomisk kapital, vil du ha omtrent 75 prosent sannsynlighet for å slutte i idretten [63]. Funnene bidrar til å illustrere kompleksiteten i frafall fra idretten. I dette tilfellet gjennom at enkelte individer kan være mer utsatt for å gi seg basert på deres bakgrunn.

Utover det nevnte har man sett at jenter med innvandrerbakgrunn deltar sjeldnere i ungdomsidretten og slutter i et høyere tempo enn majoritetsjenter. Innvandrerjenter slutter også hyppigere enn innvandregutter [1, 3, 28, 60, 67]. I rapporten til Solstad og kollegaer fremkom det at 57 prosent av jentene med minoritetsbakgrunn valgte å gi seg i løpet av perioden i ungdomsidretten, mens 43 prosent av majoritetsjentene gjorde det samme<sup>8</sup> [28]. Dette sammenfaller med funn fra rapporten til Bakken og Strandbu, hvor andelen av de som sluttet med innvandrerbakgrunn var høyere enn for de som hadde norskfødte foreldre [2]. Helt konkret viste rapporten til Solstad og kollegaer at andelen av de som sluttet var høyest blant minoritetsjentene i alle aldersgruppene i ungdomsidretten [28]. De markante forskjellene i frafallet fra idretten mellom minoritets- og majoritetsungdom kan skyldes flere forhold relatert til familieressurser, herunder familiens fokus på fysisk aktivitet, foreldrenes (manglende) involvering eller at minoritetsungdom ofte legger større vekt på skolearbeide enn trening i idrettslag [67]. Man har i den forbindelse også sett at kostnader kan være noe som spiller inn [40, 74]. Det behøves mer kunnskap om hvorfor minoritetsjenter velger bort idretten og fotballen i et større omfang enn majoritetsjenter. Økt innsikt i disse individenes deltakelse i fotballen kan gjøre det enklere å lage en arena som ivaretar deres behov og minimerer mulige barrierer for deltakelse.

## 2.7 Relativ alderseffekt

En trend i frafallet fra fotballen er at økende alder i seg selv har en høy korrelasjon med det å slutte [41, 51]. Samtidig kan det virke som at alderen også spiller inn på frafallet i form av gi en relativ alderseffekt, der spillere som har blitt født sent på året kan ha en ulempe sammenlignet med de som er født tidligere på året. Flere studier har påpekt på at det er en overrepresentasjon av fotballspillere født sent på året (etter juli) blant de som har valgt å trekke seg [81-84]. Det har likevel vært noen inkonsistente funn rundt dette for jentene, som vil si at dette bør studeres videre [83, 85]. Det mangler i tillegg data rundt en slik årsak til frafall i den norske fotballkonteksten, men funnene fra andre kontekster gir likevel indikasjoner på at det kan være en hemsko å være født sent på året i fotballen. Denne potensielle alderseffekten er noe trenere burde være særlig klar over i klubber hvor man vurderer eller har valgt å slå sammen to årskull. Aldersforskjellen mellom yngste og eldste spiller på laget kan da være hele 23 måneder, og forskjeller i den biologiske alderen kan i noen tilfeller være vesentlig større enn dette.

Puberteten kan for mange være en sårbar periode, der til dels store fysiske og psykiske ulikheter kommer til synet. En norsk studie som fulgte utøvere i idretten fra de var 14 til 19 år fant at de med lavere kardiorespiratorisk kondisjon<sup>9</sup> i større grad sluttet. Dette gjaldt for begge kjønn. På toppen av det hele viste det seg at guttene som sluttet hadde en signifikant lavere høyde enn de som valgte å fortsette [86]. Sistnevnte er i tråd med funn fra utenlandske studier, som i forlengelse av dette også viser at gutter som har kommet lengre i utviklingen, og dermed er høyere, tyngre og sterkere, har fordeler som kan virke inn på deltakelsen [87, 88]. Både trenere og foreldre har en helt sentral rolle i å forklare barn og unge at de fysiske forskjellene kun er midlertidige og at gapet (for mange) vil tettes med vekst og tid. I den sammenheng kan det være formålstjenlig for trenere å understreke at også kontrollerbare evner, slik som innsats, evne til å vise lagånd eller tekniske og taktiske ferdigheter, er essensielle for å lykkes i fotballen. Hvorfor dette er viktig kan en se i lys av funnene presentert tidligere om betydningen av at spillerne opplever kompetanse for å unngå frafall.

---

<sup>8</sup> Det er store forskjeller i deltakelse og frafall i idretten mellom bydelene i Oslo, se rapporten til Solstad og kollegaer [28].

<sup>9</sup> Kardiorespiratorisk kondisjon er en indikator på den aerobe utholdenheten.

### 3 Avslutning

Denne rapporten har med utgangspunkt i tidligere forskning satt søkelys på årsaker til at ungdommer velger å slutte med organisert fotballaktivitet. Ut ifra kunnskapsgrunnlaget som eksisterer per i dag kan man hevde at både fotballens interne og eksterne forhold kan være bestemmende for om ungdommer velger å fortsette å delta i fotballen eller ikke. Mens intern forhold kan være miljøet på laget eller økt seriøsitet, kan eksterne forhold være sosial bakgrunn eller økte krav på andre arenaer i ungdommenes liv. Frafall må sees på som en prosess som skjer over tid og noe som gjerne er et resultat av flere overlappende årsaker, som sammen forsterker hverandre. Studier som er inkludert i denne rapporten har vist at årsakene til frafall er mangfoldige, men kan betegnes som enten personlige, sosiale og/eller strukturelle. Tabell 1 oppsummerer funnene fra forskningen som har blitt presentert i denne rapporten.

**Tabell 1:** Oppsummering av funn

| Være bevisst på at spillerne har ulikt utgangspunkt | Aspekter som kan forhindre frafall i fotball | Utfordringer fotballen står ovenfor |
|---|--|-------------------------------------|
| Kjønn   | Glede/trivsel                                | En konkurransepreget arena          |
| Etnisitet   | Tilhørighet                                  | Ungdommenes prioritering av tid     |
| Sosioøkonomisk status                               | Mestringsklima                               | Endrede treningsmotiver             |
| Relativ alderseffekt                                | Autonomistøttende stil                       |                                     |
|   | Indre motivasjon                             |                                     |
|   | Mestring/kompetanse                          |                                     |

Til venstre i Tabell 1 presenteres de fire momentene på individnivå som forskningen har vist at kan virke inn på tilbøyeligheten til å slutte i fotballen. Man kan argumentere for at det er fordelaktig å være bevisst disse årsakene, både for trenere som omgås spillerne i det daglige og for de som er med å definere rammebetingelsene for aktiviteten, nettopp for å kunne redusere det høye frafallet i ungdomsfotballen. Helt konkret fremkommer det i en rekke studier at jenter slutter tidligere enn gutter og at de trekker seg i et større omfang i ungdomsårene. Frafallet er særlig stort blant jenter fra familier med lav SØS og jenter med minoritetsbakgrunn [1, 28, 51, 63, 66]. Det kan ligge flere forklaringer bak denne trenden, og det behøves mer forskning på hvorfor det er slik. Likevel tyder funn fra idretten på at det å «satse» ikke er like viktig for jentene og at de i mindre grad opplever tilbudet som godt nok [27, 66, 79]. At jenter slutter hyppigere i fotballen enn gutter kan gi grunn til bekymring tatt i betraktning at jentene er færre i utgangspunktet.

Når det gjelder SØS blir det tydelig at å komme fra en familie med lav SØS gir en forhøyet risiko for frafall for begge kjønn [1, 2, 51, 69-71]. Samtidig opptrer økte kostnader som en årsak som kan bidra til frafall [40, 72]. Det er derfor av betydning å sørge for at sosiale ulikheter som eksisterer ellers i samfunnet ikke blir en barriere for deltakelse i fotballen. Til slutt vil det være fordelaktig å være bevisst på en potensiell relativ alderseffekt, hvilket innebærer at de som er født sent på året slutter i større grad enn de som er født tidligere på året i samme årskull [81-84]. Det ligger i naturens lover at ungdommer utvikler seg i ulikt tempo kroppslig. Av den grunn kan en påstå at det er viktig å understreke for spillerne at de ferdighetene som er trenbare, slik som innsats, teknikk og taktikk, er vel så vesentlige som de ukontrollerbare ferdighetene.

I den midterste kolonnen i Tabell 1 vises det til noen aspekter som forskningen har presentert som betydningsfulle for å forhindre frafall. For det første blir det klart at de aller fleste ungdommer holder på med idretten fordi det er gøy og for å omgås venner [28-30]. Dette kommer blant annet til synet ved at når ungdommene mister gleden ved å delta øker sannsynligheten for at de velger å gi seg betraktelig [eks. 27, 33]. Trivselen virker igjen å være nært relatert til det sosiale aspektet ved å delta. Det å tilbringe tid med venner og oppleve sosial tilhørighet er det som gjør fotballen appellerende for mange. Forskningen har vist at dersom venner slutter på laget eller at spillerne mangler en følelse av tilhørighet er dette avgjørende grunner til å noen velger å trekke seg [28, 38, 40]. Med dette som bakgrunn er det essensielt å sørge for at spillerne har det gøy og trives på trening og i kamp, samt at de inkluderes i det sosiale fellesskapet. Dette med sikte på å forhindre at enkelte spillere velger å gi seg.

For det andre indikerer forskningen at det å fremme gunstige former for motivasjon kan være helt avgjørende for deltakelsen til spillere. Det blir synlig i forskningen at å fremme et prestasjonsklima [43, 47] eller ikke ivareta spillernes behov om autonomi, kompetanse og tilhørighet [41, 45, 51] øker sannsynligheten for frafall. I kontrast til dette ser man at å legge til rette for et mestringsklima og ha en autonomistøttende trenerstil fører til økt deltakelse blant spillere [22, 32, 41, 43, 44]. Et råd til trenere og foreldre ute i fotballklubber som vil bevare flest mulig av spillerne på laget er derfor å definere suksess etter hvorvidt man klarer å skape et miljø der spillerne har det gøy, kjenner på mestring, utvikler nye ferdigheter og er en del av fellesskapet, og i mindre grad fokusere på normative prestasjoner. Foruten motivasjon er også manglende kompetanse en faktor som virker å være en årsak til frafall. Å evaluere egne ferdigheter eller kompetanse som lav eller ikke tilstrekkelig er observert som en av de vanligste årsakene til å slutte for unge fotballspillere [22, 33, 34, 40]. Samtidig er det å føle på mestring en viktig årsak til at mange deltar [28]. Av den grunn vil det være klare fordeler å skape et miljø der alle spillerne har mulighet til å føle seg kompetente. Dette er igjen med å understreke behovet for å legge til rette for et mestringsklima.

I kolonnen til høyre i Tabell 1 fremheves fotballens konkurransepreg som en mulig utfordring når det gjelder frafall. I årene utover ungdomsfotballen er det veldokumentert at det blir et økende fokus på å spesialisere seg, å prestere og å vinne kamper. Hvis målet er å forhindre frafall er det derfor en utfordring at en rekke studier viser at press, økt seriøsitet og manglende ferdigheter er nokså vanlige årsaker til å slutte [22, 27, 33, 40, 45, 60]. Dette betyr dog ikke at man skal fjerne konkurranseaspektet i fotballen, da det vil medføre en endring av dens indre rasjonalitet og er hverken heldig eller ønskelig. Snarere handler det om å gi spillerne en arena der mestring, fellesskap og trivsel gjennomsyrrer treninger og kamper til fordel for å vinne for enhver pris. Å skape flere og bedre alternative aktivitetstilbud i fotballen for de som ikke deltar for å bli best mulig er kanskje en vei å gå.

En annen vesentlig utfordring fotballen står ovenfor når det gjelder frafall er at ungdommer utover ungdomsårene ser ut til å prioritere tiden annerledes enn de gjorde da de var yngre. Prioritering av tid seiler frem som kanskje den aller viktigste årsaken til at ungdommer slutter i idretten, noe som går igjen i flere studier gjennomført blant ungdommer i Norge. Dette knyttes særlig opp mot den økte tiden skolen krever på ungdomsskolen og videregående skole [27, 28, 40], men også endrede treningsmotiver utover ungdomsårene [66, 67]. Endringene i hvor og hvordan ungdommene trener er også en utfordring fotballen står ovenfor i kampen mot å redusere frafallet. Eksempelvis ser man at en av hovedgrunnene til at mange trener er helseaspektet [66, 67]. Et slikt motiv for treningen kan ivaretas på andre arenaer enn på fotballbanen. For eksempel har treningsstrene i denne sammenheng en klar fordel i å kunne tilby en mer fleksibel treningshverdag. Mer fleksibilitet kan gjøre det enklere for ungdommene å prioritere andre sfærer i deres liv, slik som tid med venner eller tid til lekser.

Denne rapporten har hatt som mål å kaste lys over forskningen som eksisterer rundt frafall i fotballen, og har med det fortrinnsvis omtalt frafallstrenden som et problem. Enkelte argumenterer for at frafall er noe naturlig, da begrunnet i at ungdommer utvikler seg over tid og endrer interesser [8]. Andre poengterer at selv om ungdommer ser på andre aktiviteter som mer meningsfulle er ikke det nødvendigvis negativt [26]. Fra fotballen sitt ståsted er det derimot viktig å forhindre frafall for å kunne sikre et best mulig tilbud til de som faktisk ønsker å delta. Et godt tilbud er elementært for å lykkes med hovedmålet om å øke rekrutteringen og forhindre frafall [7], noe som igjen vil kunne gagne toppen så vel som bredden. At overvekten av de som er innom ungdomsfotballen slutter i løpet av tenårene indikerer at tilbudet bedre kan tilpasses ungdommenes motiver, ønsker og livssituasjon. Samtidig er det i et samfunnsperspektiv uheldig med et stor frafall sett i lys av at den totale treningsmengde er langt lavere for de som slutter i idretten kontra de som blir [3]. I tillegg virker det som at det å holde seg lengre i idretten øker sannsynligheten for at man holder seg aktiv på andre måter [11]. Dermed burde fotballen i seg selv og samfunnet for øvrig ha en stor interesse av å opprettholde deltakelse og forhindre frafall. Kunnskapen presentert i denne rapporten kan brukes som et grunnlag for å arbeide mot en fotballkontekst der flere deltar lengre.



## 4 Litteraturliste

- [1] A. Bakken. (2019). *Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar og hvem slutter i ungdomsidretten?* (NOVA rapport 2). <https://hdl.handle.net/20.500.12199/1298>
- [2] A. Bakken og Å. Strandbu. (2023). *Idrettsdeltakelse blant ungdom–før, under og etter koronapandemien* (NOVA 8278948259). <https://oda.oslomet.no/oda-xmloi/bitstream/handle/11250/3063817/NOVA-Rapport-4-2023.pdf?sequence=6&isAllowed=y>
- [3] Ungdata. (2020). *Ungdom og idrett i Norge*. NOVA. <https://www.ungdata.no/ungdom-og-idrett/>
- [4] Norges idrettsforbund. (2022). *Nøkkeltall: Rapport 2021* (Norges idrettsforbund 2021). <https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/e3516813cbf54cd48ac7697df2b32d44/nokkeltallallsrapport-2021.pdf>
- [5] Norges Fotballforbund. (2023). *Rekruttering og frafall 2017-2023* [Upublisert].
- [6] Meld. St. 26 (2011-2012). *Den norske idrettsmodellen*. Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld-st-26-20112012/id684356/?ch=1>
- [7] Norges Fotballforbund. (2022). *Strategiplan 2020-2025. Fotball for alle: glede, drømmer og felleskap* (NFF 2020-2025). <https://www.fotball.no/tema/strategiplan-2020-2023/#173172>
- [8] A. Hjelseth. (2016). *Frafall i ungdomsidretten - et overvurdert problem?* I Ø. Seippel, M. K. Sisjord, og Å. Strandbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 232-246). Cappelen Damm. [Online]. Hentet
- [9] M. B. Batista, C. L. P. Romanzini, C. C. L. Barbosa, G. Blasquez Shigaki, M. Romanzini, og E. R. V. Ronque. (2019). Participation in sports in childhood and adolescence and physical activity in adulthood: A systematic review. *Journal of sports sciences*, 37(19), 2253-2262. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1627696>
- [10] L. Kjønneksen, N. Anderssen, og B. Wold. (2009). Organized youth sport as a predictor of physical activity in adulthood. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 19(5), 646-654. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2008.00850.x>
- [11] M. Skauge og Ø. Seippel. (2022). Where do they all come from? Youth, fitness gyms, sport clubs and social inequality. *Sport in Society*, 25(8), 1506-1527. <https://doi.org/10.1080/17430437.2020.1840554>
- [12] S. Breistøl, J. Clench-Aas, B. Van Roy, og R. K. Raanaas. (2017). Association between participating in noncompetitive or competitive sports and mental health among adolescents—a Norwegian population-based cross-sectional study. *Scandinavian Journal of Child and Adolescent Psychiatry and Psychology*, 5, 28-38. <https://doi.org/10.21307/sjcapp-2017-003>
- [13] A. L. Kleppang og E. Å. Skille. (2022). Leisure-Time Activities in Different Contexts and Depressive Symptoms in Norwegian Adolescents: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10769. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710769>
- [14] S. L. Zuckerman *et al.* (2021). The behavioral, psychological, and social impacts of team sports: a systematic review and meta-analysis. *The Physician and sportsmedicine*, 49(3), 246-261. <https://doi.org/10.1080/00913847.2020.1850152>
- [15] H. B. Bjørnara *et al.* (2021). Does organized sports participation in childhood and adolescence positively influence health? A review of reviews. *Preventive medicine reports*, 23, 101425. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2021.101425>
- [16] P. Lagestad og I. Mehus. (2018). The importance of adolescents' participation in organized sport according to VO2peak: A longitudinal study. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 89(2), 143-152. <https://doi.org/10.1080/02701367.2018.1448050>
- [17] A. Bakken. (2017). *Ungdata 2017 Nasjonale resultater* (NOVA Rapport 10/17). <https://oda.oslomet.no/oda-xmloi/bitstream/handle/20.500.12199/5117/Opprettet-Ungdata-rapport-2017-4-august-2017-web-utg-med-omslag.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- [18] J. Crane og V. Temple. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European physical education review*, 21(1), 114-131. <https://doi.org/10.1177/1356336X14555294>

- [19] Riksidrottsförbundet. (2023). *Idrotten i siffror 2022* (2022). <https://www.rf.se/forskning-och-statistik/statistik/idrottsrorelsen-i-siffror>
- [20] C. C. C. Hoffgaard og T. Baagø-Rasmussen. (2023). *Idrætten i tal 2022: Status på foreningsidretten i Danmark* (1). <https://www.dif.dk/media/gehmg5sh/idraetten-i-tal-2022.pdf>
- [21] J. Fraser-Thomas, W. Falcão, og L. Wolman. (2018). Understanding take-up, drop-out and drop-off in youth sport. I K. Green og A. Smith (Red.), *Routledge Handbook of Youth sport* (s. 227-242). Routledge. [Online]. Hentet fra: <https://books.google.com/books?hl=no&lr=&id=Dp1YCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA227&dq=Understanding+take-up,+drop-out+and+drop-off+in+youth+sport&ots=zA7182w54M&sig=polJksEMHmyMiT1RiV-WEcvGG10>
- [22] J. Back, U. Johnson, P. Svedberg, A. McCall, og A. Ivarsson. (2022). Drop-out from team sport among adolescents: A systematic review and meta-analysis of prospective studies. *Psychology of Sport and Exercise*, 61, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102205>
- [23] N. E. Møllerløgken, H. Lorås, og A. V. Pedersen. (2015). A systematic review and meta-analysis of dropout rates in youth soccer. *Perceptual and motor skills*, 121(3), 913-922. <https://doi.org/10.2466/10.PMS.121c23x0>
- [24] R. W. Larson. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, 55, 170-183. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.170>
- [25] I. Eliasson og A. Johansson. (2021). The disengagement process among young athletes when withdrawing from sport: A new research approach. *International review for the sociology of sport*, 56(4), 537-557. <https://doi.org/10.1177/1012690219899614>
- [26] M. Bentzen, M. Hordvik, M. H. Stenersen, og B. E. Solstad. (2021). A longitudinal transitional perspective on why adolescents choose to quit organized sport in Norway. *Psychology of Sport and Exercise*, 56, 102015. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102015>
- [27] M. Persson, L. E. Espedalen, K. Stefansen, og Å. Strandbu. (2020). Opting out of youth sports: how can we understand the social processes involved? *Sport, Education and Society*, 25(7), 842-854. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1663811>
- [28] G. M. Solstad, M. R. Sandvik, og M. A. Sletten. (2022). *Deltakelse, trivsel og inkludering i barne-og ungdomsidretten. Delrapport fra forskningen om Idrett for alle i Oslo* (NOVA rapport 8278947961). <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/2838461/NOVA-Rapport-1-2022.pdf?sequence=1>
- [29] Ø. Seippel. (2006). The meanings of sport: Fun, health, beauty or community? *Sport in Society*, 9(1), 51-70. <https://doi.org/10.1080/17430430500355790>
- [30] Å. Strandbu, K. Stefansen, og I. Smette. (2016). En plass i jevnalderfellesskapet. Idrettens betydning i ungdomstiden. I Ø. Seippel, M. K. Sisjord, og Å. Strandbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 113-128). Cappelen Damm Akademiske. [Online]. Hentet
- [31] L. A. Gardner, C. A. Magee, og S. A. Vella. (2017). Enjoyment and behavioral intention predict organized youth sport participation and dropout. *Journal of physical activity and health*, 14(11), 861-865. <https://doi.org/10.1123/jpah.2016-0572>
- [32] V. A. Temple og J. R. Crane. (2016). A systematic review of drop-out from organized soccer among children and adolescents. *Soccer & Society*, 17(6), 856-881. <https://doi.org/10.1080/14660970.2015.1100901>
- [33] T. Schlesinger, A. Löbig, P. Ehnold, og S. Nagel. (2018). What is influencing the dropout behaviour of youth players from organised football? A systematised review. *German journal of exercise and sport research*, 48(2), 176-191. <https://doi.org/10.1007/s12662-018-0513-4>
- [34] C. Rottensteiner, L. Laakso, T. Pihlaja, og N. Konttinen. (2013). Personal reasons for withdrawal from team sports and the influence of significant others among youth athletes. *International journal of sports science & coaching*, 8(1), 19-32. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.8.1.19>
- [35] E. Quested *et al.* (2013). Intentions to drop-out of youth soccer: A test of the basic needs theory among European youth from five countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 395-407. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.830431>

- [36] N. W. Van Yperen, L. Jonker, og J. Verbeek. (2022). Predicting Dropout From Organized Football: A Prospective 4-Year Study Among Adolescent and Young Adult Football Players. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, 1-7. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.752884>
- [37] B. T. Jakobsson, S. Lundvall, og K. Redelius. (2014). Reasons to stay in club sport according to 19-year-old Swedish participants: A salutogenic approach. *Sport Science Review*, 23(5-6), 205-224. <https://doi.org/10.1515/ssr-2015-0002>
- [38] Y. Ommundsen og P. Vaglum. (1991). The influence of low perceived soccer and social competence on later dropout from soccer: a prospective study of young boys. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 1(3), 180-188. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1991.tb00293.x>
- [39] S. Ullrich-French og A. L. Smith. (2009). Social and motivational predictors of continued youth sport participation. *Psychology of sport and exercise*, 10(1), 87-95. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.06.007>
- [40] L. E. Espedalen og Ø. Seippel. (2022). Dropout and social inequality: young people's reasons for leaving organized sports. *Annals of Leisure Research*, 1-18. <https://doi.org/10.1080/11745398.2022.2070512>
- [41] S. M. Balish, C. McLaren, D. Rainham, og C. Blanchard. (2014). Correlates of youth sport attrition: A review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(4), 429-439. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.04.003>
- [42] C. Ames. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of educational psychology*, 84(3), 261. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.261>
- [43] H. Jõesaar, V. Hein, og M. S. Hagger. (2011). Peer influence on young athletes' need satisfaction, intrinsic motivation and persistence in sport: A 12-month prospective study. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(5), 500-508. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.04.005>
- [44] M. S. Alvarez, I. Balaguer, I. Castillo, og J. L. Duda. (2012). The coach-created motivational climate, young athletes' well-being, and intentions to continue participation. *Journal of clinical sport psychology*, 6(2), 166-179. <https://doi.org/10.1123/jcsp.6.2.166>
- [45] T. G. Calvo, E. Cervelló, R. Jiménez, D. Iglesias, og J. A. M. Murcia. (2010). Using self-determination theory to explain sport persistence and dropout in adolescent athletes. *The Spanish journal of psychology*, 13(2), 677-684. <https://doi.org/10.1017/S1138741600002341>
- [46] Y. Ommundsen og P. Vaglum. (1997). Competence, perceived importance of competence and drop-out from soccer: a study of young players. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 7(6), 373-383. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1997.tb00170.x>
- [47] E. M. Cervelló, A. Escartí, og J. F. Guzmán. (2007). Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*, 19(1), 65-71. [Online]. Hentet fra: <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/download/8598/8462>
- [48] S. Vazou, N. Ntoumanis, og J. L. Duda. (2005). Peer motivational climate in youth sport: A qualitative inquiry. *Psychology of sport and exercise*, 6(5), 497-516. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2004.03.005>
- [49] N. E. Møllerløgken, H. Lorås, og A. V. Pedersen. (2017). A comparison of players' and coaches' perceptions of the coach-created motivational climate within youth soccer teams. *Frontiers in psychology*, 8(109), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00109>
- [50] S. Gjesdal, A. Stenling, B. E. Solstad, og Y. Ommundsen. (2019). A study of coach-team perceptual distance concerning the coach-created motivational climate in youth sport. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 29(1), 132-143. <https://doi.org/10.1111/sms.13306>
- [51] J. Back *et al.* (2022). Psychosocial Predictors of Drop-Out from Organised Sport: A Prospective Study in Adolescent Soccer. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16585. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416585>
- [52] D. Gould og L. Walker. (2019). Youth sport: Meeting unique development needs of young athletes for preventing dropout. I M. H. Anshel, T. A. Petrie, og J. A. Steinfeldt (Red.), *APA Handbook of sport and exercise psychology. Sport psychology* (Vol. 1, s. 151-177). American Psychological Association [Online]. Hentet

- [53] H. Berntsen og E. Kristiansen. (2019). Guidelines for need-supportive coach development: The Motivation Activation Program in Sports (MAPS). *International Sport Coaching Journal*, 6(1), 88-97. <https://doi.org/10.1123/iscj.2018-0066>
- [54] J. Raabe, K. Schmidt, J. Carl, og O. Höner. (2019). The effectiveness of autonomy support interventions with physical education teachers and youth sport coaches: A systematic review. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 41(6), 345-355. <https://doi.org/10.1123/jsep.2019-0026>
- [55] B. Reynders *et al.* (2019). Coaching the coach: Intervention effects on need-supportive coaching behavior and athlete motivation and engagement. *Psychology of Sport and Exercise*, 43, 288-300. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.04.002>
- [56] A. Garcia-Mas *et al.* (2010). Commitment, enjoyment and motivation in young soccer competitive players. *The Spanish journal of psychology*, 13(2), 609-616. <https://doi.org/10.1017/S1138741600002286>
- [57] R. M. Ryan og E. L. Deci. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford publications. [Online]. Hentet
- [58] S. Gjesdal, E. M. Haug, og Y. Ommundsen. (2019). A conditional process analysis of the coach-created mastery climate, task goal orientation, and competence satisfaction in youth soccer: The moderating role of controlling coach behavior. *Journal of Applied Sport Psychology*, 31(2), 203-217. <https://doi.org/10.1080/10413200.2017.1413690>
- [59] Ø. Seippel. (2005). *Orker ikke, gidder ikke, passer ikke? Om frafallet i norsk idrett* (ISF Rapport 3). [https://samfunnsforskning.brage.unit.no/samfunnsforskning-xmlui/bitstream/handle/11250/177519/R\\_2005\\_3.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://samfunnsforskning.brage.unit.no/samfunnsforskning-xmlui/bitstream/handle/11250/177519/R_2005_3.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- [60] P. Carlman, S. Wagnsson, og G. Patriksson. (2013). Causes and consequences of dropping out from organized youth sports. *Swedish Journal of Sport Research*, 2(1), 26-54. [Online]. Hentet fra: <http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:kau:diva-33855>
- [61] Å. Strandbu, K. Stefansen, I. Smette, og Ø. Seippel. (2021). Ungdomsidrettens spenninger. I G. Ødegård og W. Pedersen (Red.), *Ungdommen*. Cappelen Damm Akademisk. [Online]. Hentet
- [62] T. B. Broch. (2015). *Idrett og inkludering i Akershus: Eksisterende tiltak og behov for støtte* (FOBU rapport 2015). <https://doi.org/10.13140/2.1.1381.0725>
- [63] T. R. Myrli og I. Mehus. (2015). Ulikhet i rekruttering og frafall i den organiserte idretten i Trondheim. *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 15(1), 51-77. [Online]. Hentet fra: <http://hdl.handle.net/11250/2629970>
- [64] M. Skauge og A. Hjelseth. (2021). Organisert idrett og skole som komplementære og konkurrerende arenaer: ulike mønstre for minoritets-og majoritetsungdom? En analyse av hvordan lekselesing, skoleprestasjoner og utdanningsaspirasjoner henger sammen med frafall fra idrettslag. *Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning*, 2(1), 23-43. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-8162-2021-01-02>
- [65] Ø. Seippel. (2016). Sprek, vakker og kjedelig? Trening og mening blant ungdom: 1985-2013. I Ø. Seippel, M. K. Sisjord, og Å. Standbu (Red.), *Ungdom og idrett* (s. 93-109). Cappelen Damm. [Online]. Hentet
- [66] M. Skauge og K. Rafoss. (2020). Kjønnnet trening som uttrykk for kjønnnet mening? Treningorganisering og treningsmotiveer blant ungdom i Norge 13-18 år 2010-2018. *Tidsskrift for kjønnsforskning*, 44(3), 217-230. <https://doi.org/10.18261/issn.1891-1781-2020-03-04>
- [67] G. Ødegård, A. Bakken, og Å. Strandbu. (2016). *Idrettsdeltakelse og trening blant ungdom i Oslo: Barrierer, frafall og endringer over tid* (Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor). <http://hdl.handle.net/11250/2445378>
- [68] O. Molinero, A. Salguero, E. Álvarez, og S. Márquez. (2009). Reasons for dropout in youth soccer: a comparison with other team sports. *European Journal of Human Movement*, 22, 21-30. [Online]. Hentet fra: <https://www.redalyc.org/pdf/2742/274219861002.pdf>
- [69] A. Bakken, R. Frøyland, og M. A. Sletten. (2016). *Sosiale forskjeller i unges liv. Hva sier Ungdata-undersøkelsene?* (NOVA rapport 3/16). <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5103>

- [70] S. E. Jacobsen, P. L. Andersen, Å. D. Nordø, M. A. Sletten, og D. Arnesen. (2021). *Sosial ulikhet i barn og unges deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter* (Senter for forskning på sivilisamfunn og frivillig sektor 8277636938). <https://www.nkbuf.no/getfile.php/4817750.2298.tkslsbnqkbbkz/Sosial%2Bulikhet%2Bi%2Barn%2Bog%2Bunges%2Bdeltakelse%2Bi%2Borganiserte%2Bfritidsaktiviteter.pdf>
- [71] F. Enstad og A. Bakken. (2022). *Ungdata junior 2022: Nasjonale resultater* (NOVA rapport 6). <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3011552/NOVA-rapport-6-2022.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
- [72] P. L. Andersen og A. Bakken. (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>
- [73] L. E. Espedalen, K. B. Grønkjær, og Å. Strandbu. (2021). *Minoritetsforeldre i idretten* (FOBU rapport 2021). <https://www.nih.no/globalassets/dokumenter/scp-fobu/fobu/rapport-minoritetsforeldre-med-forside.pdf>
- [74] Oslo Economics. (2020). *Økonomi som barriere for idrettsdeltakelse - kostnader og kostnadsdrivere i barne- og ungdomsidretten* (Oslo Economics rapport). <https://osloeconomics.no/wp-content/uploads/2020/03/Okonomi-som-barriere-kostnader-og-kostnadsdrivere-i-barne-og-ungdomsidretten-1.pdf>
- [75] D. Jaf, S. Wagnsson, T. Skoog, T. Glatz, og M. Özdemir. (2023). The interplay between parental behaviors and adolescents' sports-related values in understanding adolescents' dropout of organized sports activities. *Psychology of Sport and Exercise*, 68, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102448>
- [76] Å. Strandbu, A. Bakken, og K. Stefansen. (2020). The continued importance of family sport culture for sport participation during the teenage years. *Sport, Education and Society*, 25(8), 931-945. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1676221>
- [77] Norges Fotballforbund. (2018). *Antall lag over tid*. <https://www.fotball.no/tema/om-nff/statistikk-og-historikk/antall-lag-over-tid/>
- [78] K. Moulds, S. Galloway, S. Abbott, og S. P. Copley. (2022). Youth sport dropout according to the Process-Person-Context-Time model: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1-42. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.2012817>
- [79] I. M. Eriksen. (2022). Teens' dreams of becoming professional athletes: The gender gap in youths' sports ambitions. *Sport in Society*, 25(10), 1909-1923. <https://doi.org/10.1080/17430437.2021.1891044>
- [80] M. Persson. (2023). Playing without goals: gendered practices in recreational youth football. *Journal of Youth Studies*, 26(5), 577-592. <https://doi.org/10.1080/13676261.2021.2022641>
- [81] N. Delorme, J. Boiché, og M. Raspaud. (2010). Relative age and dropout in French male soccer. *Journal of sports sciences*, 28(7), 717-722. <https://doi.org/10.1080/02640411003663276>
- [82] F. Gallant, J. J. Hebert, V. Thibault, S. Mekari, C. M. Sabiston, og M. Bélanger. (2023). Puberty timing and relative age as predictors of physical activity discontinuation during adolescence. *Scientific Reports*, 13(1), 13740. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-40882-3>
- [83] N. Delorme, J. Boiché, og M. Raspaud. (2010). Relative age effect in female sport: a diachronic examination of soccer players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20(3), 509-515. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.00979.x>
- [84] K. L. Smith, M. Bélanger, L. Chittle, J. C. Dixon, S. Horton, og P. L. Weir. (2022). Does Relative Age Influence Organized Sport and Unorganized Physical Activity Participation in a Cohort of Adolescents? *Sports*, 10(7), 97. <https://doi.org/10.3390/sports10070097>
- [85] N. Wattie, M. Tietjens, S. Copley, J. Schorer, J. Baker, og D. Kurz. (2014). Relative age-related participation and dropout trends in German youth sports clubs. *European journal of sport science*, 14(S1), 213-220. <https://doi.org/10.1080/17461391.2012.681806>
- [86] P. A. Lagestad. (2019). Differences between adolescents staying in and dropping out of organized sport: A longitudinal study. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(2), 444-452. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s2065>

- [87] A. D. Baxter-Jones *et al.* (2020). The role of growth and maturation during adolescence on team-selection and short-term sports participation. *Annals of human biology*, 47(4), 316-323. <https://doi.org/10.1080/03014460.2019.1707870>
- [88] R. M. Malina, A. D. Rogol, S. P. Cumming, M. J. C. e Silva, og A. J. Figueiredo. (2015). Biological maturation of youth athletes: assessment and implications. *British journal of sports medicine*, 49(13), 852-859. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-094623>