

På Sidelinjen

En Fænomenologisk Undersøgelse af Eliteatleters Identitet Under
Længerevarende Skadesforløb

Kristoffer Holtze Rode & Morten Lund Bække
Institut for psykologi



Tak

Specialet har været en lærerig, udfordrende og spændende rejse.

En stor og hjertelig tak skal lyde til Sophie, der har spillet en helt central rolle i opgavens tilblivelse.

Hendes hjælp med at skabe den første kontakt til flere af specialets deltagere har været uvurderlig.

Ligeledes vil vi gerne takke de to atleter, der med stor hjælpsomhed deltog som erfaringspersoner i forbindelse med specialets pilotinterview. Jeres input var afgørende for at skærpe fokus og retning i den videre undersøgelse.

Tak til Maria Holzleitner, der med sine kreative evner har bidraget med en flot og personlig forside til specialet.

Vi vil også rette en varm tak til kærester, nære venner og medstuderende for støtte, sparring og opmuntring undervejs. En særlig tak går til vores vejleder, Susanne, for skarpe faglige input, motiverende engagement og tryk vejledning gennem hele processen.

Endelig skal der lyde en dybfølt tak til specialets deltagere. Tak for jeres tid, jeres åbenhed og for villigheden til at dele erfaringer, som både har rørt og beriget.

Uden jer - Intet speciale.

Abstract

Background: Elite athletes often experience a profound entanglement between their identity and their athletic career, as sport frequently constitutes not only a profession, but also a central source of meaning, structure, and social belonging. When a long-term injury occurs, it may therefore affect more than just the athlete's physical capacity — it can disrupt their sense of self and life-world.

Aim: This thesis explores how elite athletes experience and make sense of long-term injury, and how such experiences affect their identity and self-perception. **Method:** The study is based on six semi-structured interviews with professional male football players and one female volleyball player. The data were analysed through an inductive, qualitative approach and later interpreted through Shaun Gallagher's pattern theory of self. Three key aspects of the self were applied as a theoretical lens: the narrative, the social/intersubjective, and the normative self. **Results:** The findings indicate that long-term injury challenges athletes' sense of identity by disrupting their performance-based practical identity and social role within the team. Athletes describe feelings of meaninglessness, social exclusion, and difficulties in sustaining coherent self-narratives. These experiences are often met with attempts to maintain continuity through future-oriented "comeback" narratives. The study also highlights the role of age, team culture, and alternative roles in shaping opportunities for identity renegotiation. **Conclusion:** Long-term injuries pose a significant challenge to elite athletes' self-understanding, as they unsettle the coherence between embodied action, social recognition, and normative self-expectations. The thesis contributes to a deeper psychological and phenomenological understanding of identity disruptions in elite sports and points to broader existential mechanisms in response to life-altering events.

Indholdsfortegnelse

Opvarmning.....	1
Før Du Læser: Opgavens Playbook.....	2
<i>Læsevejledning.....</i>	3
Den Eksisterende Litteratur.....	4
Betydningen af Skader Hos Eliteatleter.....	4
Narrative Undersøgelser af Eliteatleter.....	5
Atletisk Identitet: Definition og Litteratur.....	7
Den Teoretiske Ramme: Identitet på Spil.....	8
Fænomenologi: En Introduktion og Overblik.....	8
<i>Intentionalitet.....</i>	10
<i>Kropslighed.....</i>	11
Identitet og Selvet.....	12
<i>Det Narrative Selv.....</i>	14
<i>Det Sociale/Intersubjektive og Normative Selv.....</i>	16
Det Sociale Selv.....	16
Det Normative Selv.....	17
Delopsummering.....	19
Videnskabsteoretisk Ståsted.....	20
Fænomenologi.....	21
<i>En Kommentar Til Epoché og Den Fænomenologiske Reduktion.....</i>	22
Hermeneutik.....	22

<i>Fænomenologi og Hermeneutik Sammen</i>	23
Metodologiske Overvejelser	24
Kvalitativ Metode.....	24
<i>Kvalitetskriterier i Kvalitativ Metode</i>	25
Oversigt Over Kvalitetskriterier.....	26
Metode og Forskningsdesign: Game Plan	27
Definition af Elitesportsudøvere.....	27
<i>Inklusion- og Eksklusionskriterier</i>	28
Rekrutteringsproces.....	28
Semistrukturerede Interviews: Tale, Tilgang og Tanker.....	29
<i>Det Fænomenologiske Interview</i>	31
Explication Interview.....	32
<i>Online Interviews</i>	32
Konstruktion af Interviewguide.....	33
Pilotinterview.....	33
Strukturen af Interviewet.....	34
Iterativ Udvikling af Interviewguiden.....	35
Etiske Overvejelser.....	35
Analyse: En Iterativ Proces.....	37
Resultater: På Sidelinjen	38
Præsentation af Deltagere.....	39
Introduktion Til Analysen.....	40
Konkurrencemiljø: “Det er en selv, det drejer sig om”	42

<i>Teoretisk Fortolkning: Den Præsterende Atlet</i>	45
Separation: På Den Anden side af Kridtstregerne.....	48
<i>Teoretisk Fortolkning: Kropslig Situering og “Livet på holdet”</i>	51
Rollen på Holdet: “Så er du lige pludselig ingenting”.....	53
<i>Teoretisk Fortolkning: “Jeg har ikke noget at bidrage med”</i>	56
Fritid og Fremtid: “Hele mit liv har jeg været fodboldspilleren”.....	58
<i>Teoretisk Fortolkning: Helte-narrativet og Det Sociale Tomrum</i>	61
Diskussion og Perspektivering: Tanker i Tillægstiden	63
Opsamling og Diskussion af Resultater.....	63
<i>Sammenligning Med Eksisterende Litteratur</i>	66
Teoretiske Refleksioner.....	69
Metodiske Refleksioner.....	70
<i>Future Research</i>	73
Perspektivering.....	74
<i>Rollen Som Psykologer</i>	76
Konklusion: Slutfløjt	77
Litteraturliste	79
Bilag	87
Bilag I: Søgestrategi.....	87
Bilag II: Samtykkeerklæring.....	89
Bilag III: Udkast fra Asger.....	91
Bilag IV: Udkast fra Ditte.....	97

Opvarmning

Vi forstår os selv gennem de historier vi fortæller – og dem vi bliver fortalt (Ricœur, 1991). Identitet formes i spændingsfeltet mellem vores erfaringer, relationer og de sociale rammer, vi indgår i. Den knytter sig ofte til hverdagslivets rytmer, til vores arbejde, vores fritid og de sociale sammenhænge, vi føler os hjemme i. I fænomenologisk forstand opstår identitet i og med vores livsverden: Den sansede, meningsbærende verden, som vi er kropsligt og praktisk involveret i (Gallagher, 2005; 2024). Når arbejde og passion smelter sammen, bliver identitet ikke blot noget, vi har – men noget, vi gør.

Mange professionelle atleter føler en særlig stærk forbindelse mellem deres identitet og deres karriere, da sporten ofte fungerer som både hobby, profession og en vigtig kilde til socialt fællesskab (Lavalley & Robinson, 2007). Atleter vælger, ofte allerede i en ung alder, at dedikere en betydelig del af deres liv til at mestre en bestemt sportsgren (De Bosscher et al., 2023). For de få exceptionelle individer bliver sporten omdrejningspunktet for hele tilværelsen; en livsbane, der indebærer gentagne træningsrutiner, massiv tidsmæssig investering og ofte ekstreme fysiske krav, som sætter kroppen under konstant pres (Lavalley & Robinson, 2007).

Denne målrettede specialisering rummer dog ikke kun passion og fællesskab, men også et enormt forventningspres, benhård konkurrence og en høj risiko for skader, hvilket ifølge Lavalley og Robinson (2007) udgør en integreret del af elitesportens virkelighed. Der forekommer i gennemsnit 8,1 skade per 1000 timer blandt professionelle fodboldspillere (Lopez et al., 2019), og 3,1 skade per 1000 timer i volleyball (Bele et al., 2015). Både akutte og langvarige skader er en uundgåelig del af elitesporten, der skønt fysiologisk af natur, samtidig udgør en væsentlig risikofaktor for atletens mentale helbred (Wolanin et al., 2015).

For den eliteatlet, hvis liv og identitet i høj grad er flettet sammen med sporten, kan en skade opleves som langt mere end en fysisk begrænsning. Den udgør et brud i rytmen og retningen, som kroppen og tilværelsen hidtil har bevæget sig i. Som psykologistuderende er det netop dette brud og det identitetsmæssige arbejde det afføder, som har vakt vores faglige nysgerrighed. Meget arbejde med identitet i elitesport har fokuseret på ophold eller transitioner, som ved pensionering (Ronkainen et al., 2016). Vi vil i stedet fokusere på selve skadesperioden, og hvordan en person oplever ikke at kunne leve op til sin egen selvopfattelse. Vi ser skadesoplevelsen som et særligt vindue til at undersøge, hvordan individer forholder sig til pludselige forandringer, og hvordan de genforhandler deres selvforståelse i mødet med tab, uvished og forandret handleevne. Vi forventer, at erfaringerne fra eliteatleter ikke blot kan give indblik i identitetskriser i sportens verden, men også belyse mere almene psykologiske mekanismer forbundet med eksistentielle brud og udfordringer i menneskers liv. På denne baggrund har vi formuleret følgende problemformulering:

Hvordan oplever eliteatleter et længerevarende skadesforløb, og hvilken betydning har dette for identitet og selvopfattelse?

Før Du Læser: Opgavens Playbook

I dette speciale har vi valgt en kvalitativ, eksplorativ tilgang med afsæt i seks dybdegående interviews med elitesportsudøvere: fem mandlige fodboldspillere – heraf fire pensionerede og én aktiv – samt én kvindelig volleyballspiller på højeste nationale niveau. I erkendelse af at majoriteten af deltagerne har baggrund i professionel fodbold, har vi i analyse og diskussion valgt at fokusere på fodboldspillerne og de miljøspecifikke træk særligt for denne sport. Volleyballspillerens beretninger anvendes i denne sammenhæng som et sammenligningsgrundlag, der bidrager til at fremhæve både generelle og sportsgrensspecifikke tendenser.

På baggrund af ønsket om at forstå atleternes personlige erfaringer og meningsdannelser har vi foretaget en induktiv analyse, som efterfølgende forankres i en interdisciplinær teoretisk fortolkning inspireret af fænomenologiske, narrative og psykologiske begreber. I arbejdet med analysen har det været væsentligt for os løbende at sondre mellem disse perspektiver, da de hver især tilbyder forskellige tilgange til forståelsen af subjektivitet, erfaring og identitet og dermed belyser det empiriske materiale på forskellig vis. Af den grund kommer der til at være et større fokus på de teoretiske og metodiske overvejelser i den redegørende del af specialet end typisk for den kvalitative opgave.

Læsevejledning

Først redegør vi for den eksisterende forskning på området, hvorefter vi præsenterer den teoretiske og filosofiske rammesætning samt de overvejelser, der knytter sig hertil. I det efterfølgende afsnit argumenterer vi for vores videnskabsteoretiske ståsted og metodologiske tilgang. Dette følges af en gennemgang af opgavens forskningsdesign og metodiske udførelse, herunder udformning og tilpasning af interviewguiden samt etiske overvejelser. Dernæst situeres vores deltagere, inden vi præsenterer resultaterne.

Resultatafsnittet består først af en overvejende induktiv analyse, som efterfølges af en teoretisk fortolkning. Herefter følger en opsamling og diskussion af resultaterne, hvor vi relaterer dem til den eksisterende litteratur, uddyber vores teoretiske og metodiske refleksioner samt perspektiverer med afsæt i vores rolle som kommende psykologer. Afslutningsvis samler vi hovedpointerne fra analysen og diskussionen i en konkluderende besvarelse af problemformuleringen.

Den Eksisterende Litteratur

Det følgende afsnit har til formål at kortlægge og sammenfatte den væsentligste eksisterende forskning, der undersøger sammenhængen mellem skadesforløb, identitet og betydningsdannelse hos eliteatleter. Litteraturen er identificeret gennem systematiske søgninger i databaserne PubMed, PsycInfo og Google Scholar. Søgestrategien varierede afhængigt af platformen: I Google Scholar blev der anvendt en bredere søgestreng med henblik på at identificere reviews, mens søgninger i PsycInfo og PubMed blev gennemført med en mere snæver og præcist defineret søgestreng med fokus på identitet. Særligt fokus var på artikler, der undersøgte psykologiske, fænomenologiske og/eller narrative perspektiver. Relevante reviews blev desuden anvendt som udgangspunkt for citationssøgninger med henblik på at identificere brugbare primærstudier. Resultaterne på Pubmed gav 39 hits, PsycInfo gav 49 og Google Scholar gav 82. 14 artikler blev i den forbindelse inddraget i opgaven. Den fulde søgestrategi er beskrevet i bilag I.

Formålet med litteraturgennemgangen er ikke alene at give et overblik over det eksisterende forskningsfelt, men også at udpege områder, hvor den eksisterende forskning er begrænset eller fraværende, og hvor dette speciale kan tilbyde nye indsigter. Hensigten var at finde studier, der inddrager subjektive oplevelser og betydningsdannelse i eliteidrættens kontekst, hvilket også afspejler specialets humanvidenskabelige tilgang, gennemgået senere i det videnskabsteoretiske afsnit.

Betydningen af Skader Hos Eliteatleter

I et systematisk review af betydningen af skader for eliteatleter identificerede Reussner et al. (2024) fem gennemgående temaer i litteraturen: *unwelcome disruption*, *destruction*, *reinforcement*, *going through the motions* og *time-out*.

Skaden blev i flere studier beskrevet som en uønsket forstyrrelse af positive fremtidsudsigter, særligt i relation til at kunne vende tilbage til tidligere præstationsniveau og frygten for at blive skadet igen (Ronkainen & Ryba, 2017). Dertil kom en social dimension, hvor atleterne oplevede en følelse af separation, spændinger og ensomhed i deres relationer: “You don’t feel a part of it as much. You’re not in the match-day things, and that’s probably what you miss” (Ruddock-Hudson et al., 2012, p. 382)

For nogle blev skaden forbundet med en dybere frygt for identitetstab, særligt hvis der var tvivl om muligheden for at vende tilbage til sporten (Von Rosen et al., 2018). Denne oplevelse blev forstærket af mødet med trænere, klubber og holdkammerater, som gjorde det tydeligt for atleten at de kunne udskiftes (Fortunato & Marchant, 1999). Omvendt viste andre atleter et mere positivt syn, hvor skaden blev betragtet som en mulighed for mental og fysisk styrkelse: “When you come back you’re much stronger mentally. I’m going to go back into competition with a mental force that will allow me to make a real hit” (San Jose, 2003, p. 453)

En mindre gruppe atleter forholdte sig mere pragmatisk til skaden og betragtede den som en uundgåelig del af elitesport. For disse atleter handlede det udelukkende om at komme hurtigt igennem forløbet og tilbage på banen (Bianco et al., 1999). En tilgang der dog kunne indebære, at de vendte tilbage for tidligt eller spillede med smerter (Roderick et al., 2000). Endelig oplevede nogle atleter skaden som en midlertidig pause fra sporten, der muliggjorde refleksion og gav anledning til at opdage nye interesser og værdier uden for den sportslige karriere (Gilbourne, 2002).

Narrative Undersøgelser af Eliteatleter

Narrativ analyse af elitesportsudøvere er ikke et nyt fænomen, men forskningsfeltet har været præget af stor spredning, og med undtagelse af studier der fokuserer på karriereafslutning,

beskæftiger få artikler sig specifikt med skader (Ronkainen et al., 2016). Derudover tages der i et meta-studie af Ronkainen et al. (2016) også stilling til positioneringen af det teoretiske standpunkt på kontinuummet præsenteret af Smith & Sparkes (2008) – dette kontinuum udfoldes i den teoretiske ramme. I reviewet indikeres det, at den primære del af forskningen har haft et fokus på det “tykt sociale og tyndt individuelle” frem for et mere “inner world” perspektiv. Der er altså i den narrative forskning en mangel på atletes identitet som fokuseret på individet. Derudover mener de, at der har været et overvejende fokus på “big story” (s. 133) life story interviews, der fokuserede på hvordan subjektet konstruerede narrativet af deres liv i sin helhed, frem for hvordan de skaber mening af deres identitet i de små historier:

By shifting focus from overall storylines to small interactions between the researcher and the interviewee, sport psychology researchers could develop more insight to performative aspects (the hows) of athletic identity (Ronkainen et al., 2016; 133)

Inden for narrativ forskning i eliteidræt peger flere studier på *performance narrativet* som den mest udbredte og kulturelt dominerende fortælling (Carless & Douglas, 2013; Hudson & Day, 2012; Ronkainen et al., 2013; Ryba et al., 2015). Dette narrativ strukturerer atletes liv udelukkende omkring idealer om succes, hårdt arbejde og målopfyldelse, hvilket ofte fører til en tidlig lukning af identiteten, ofring af relationer og risiko for lav trivsel på længere sigt.

Som modstykke til dette identificerer Carless & Douglas (2013) to alternative fortælleformer: *relational* og *discovery narratives*. Hvor *relational narratives* vægter relationer og gensidighed, fokuserer *discovery narratives* på søgen efter mening, åbenhed overfor forandring og personlig udvikling. Her fremstår sport ikke som et mål i sig selv, men som én af flere mulige veje til selvforståelse og livsudfoldelse. *Discovery narratives* åbner for fleksible identiteter og en mere eksistentielt forankret tilgang til det at være atlet.

Atleter positionerer sig forskelligt i forhold til disse narrativer: Nogle *lever* performance narrativet og internaliserer det fuldt ud. Andre *modstår* det aktivt gennem

alternative fortælleformer, mens en tredje gruppe *spiller* rollen som atlet udadtil, men opretholder en mere kompleks, personlig fortælling i det skjulte – afhængigt af kontekst og sociale forventninger (Carless & Douglas, 2013).

Atletisk Identitet: Definition og Litteratur

Brewer et al. (1993) definerede oprindeligt atletisk identitet som den grad, en person definerer sig selv ud fra den atletiske rolle, men reviderede senere denne definition til styrken og eksklusiviteten af en persons identifikation med den atletiske rolle. Derudover beskrev Brewer et al. (1993), hvordan atletisk identitet er multifacetteret, da den både kan have positive og negative betydninger for atleten. En stærk atletisk identitet kan give atleten en tydelig retning og formål, men kan også føre til negative udfald, særligt i forbindelse med ‘*identity foreclosure*’ (Brewer & Petitpas, 2017) – et begreb der udfoldes nærmere i den teoretiske ramme. Andre negative konsekvenser kan inkludere spiseforstyrrelser (Lochbaum et al., 2022) samt dårlige psykologiske reaktioner på situationer, hvor den atletiske rolle udfordres – såsom præstationsproblemer eller at blive fravalgt et hold (Ronkainen et al., 2016). Brewer et al. (1993) udviklede også ‘The Athletic Identity Measurement Scale’ (AIMS) – et spørgeskema designet til at vurdere graden af en persons identifikation med atletrollen. Dette instrument var hovedfokus i Lochbaum et al. (2022), som gennemførte et systematisk review og en meta-analyse af spørgeskemaet. De konkluderede, at en stærk atletisk identitet generelt har flere positive end negative effekter.

Meget af den forskning, der er fulgt efter Brewer et al. (1993), har primært været kvantitativ og fokuseret på at identificere korrelationer ved hjælp af måleinstrumenter som AIMS, ofte med henblik på at afdække sammenhænge med positive eller negative udfald. Dette reflekteres blandt andet i et systematisk review af Chun et al. fra 2023, der forsøgte at afdække litteraturen på identitetsarbejde inden for atleter fra forskellige niveauer. Her fandt

de 54 artikler, hvoraf 11 var kvalitative og 1 var mixed methods. Af de 12 kvalitative artikler omhandlede størstedelen transitioner enten indenfor sporten (særligt studerende atleter) eller ud af sporten. 2 artikler undersøgte identitet under længerevarende skadesperiode, hvor den ene var forfatterens autoetnografiske arbejde (Dean, 2018), og den anden var baseret på autoetnografisk materiale fra to langdistanceløbere (Hockey, 2005).

Litteraturen peger på, at skadesoplevelser hos eliteatleter ofte medfører dybtgående identitetsmæssige og eksistentielle udfordringer, men at forskningen primært har fokuseret på generelle livsfortællinger, kvantitative målinger og overgangsperioder snarere end på subjektive, levede erfaringer under længerevarende skadesforløb. Der synes at være en mangel på studier, der undersøger eliteatleters identitet og meningsdannelse fra teoretisk tolkende udgangspunkt.

Den Teoretiske Ramme: Identitet på Spil

I det følgende præsenterer vi et overblik, hvor vi, omend relativt kort, beskriver nogle af de vigtigste forhold og begreber ved fænomenologien. Dette vil sammen med det efterfølgende afsnit om identitet og selvet danne den teoretiske ramme for specialet.

Fænomenologi: En Introduktion og Overblik

Fænomenologien opstod tidligt i det 20. århundrede som et kritisk svar på naturalismen og den kartesianske dualisme (Zahavi & Grünbaum, 2011). Selvom filosofien har rødder tidligere, bliver Edmund Husserl generelt antaget som grundlæggeren af, hvad der i dag kaldes fænomenologien. Husserl præsenterede i 1900-1901 sin *Logische Untersuchungen*, hvor han argumenterede for, at man måtte “vende tilbage til sagerne selv” – et opgør med abstrakte teorier til fordel for en fokusering på, hvordan fænomener faktisk erfares. For

Husserl betød dette, at en fænomenologisk analyse må rette sig mod den strukturelle måde, hvorpå fænomener fremtræder for bevidstheden (Gallagher & Zahavi, 2020).

Fænomenologien blev senere videreudviklet af filosoffer som Martin Heidegger og Maurice Merleau-Ponty samt nyere forskere som Shaun Gallagher og Dan Zahavi. Hos Heidegger blev fokus flyttet fra Husserls idé om den rene bevidsthed til menneskets eksistens som *væren-i-verden* (*Dasein*). Det vil sige, at mennesket altid, allerede, befinder sig i en konkret og meningsfuld relation til verden. Erfaring og forståelse er dermed ikke noget, der sker isoleret i et indre rum, men noget der altid er *situeret* i praktiske sociale og eksistentielle sammenhænge (Gallagher & Zahavi, 2020). En professionel atlet oplever eksempelvis ikke sin krop som et objekt blandt andre, men som et redskab og et grundlag for handlen – som noget, der hele tiden er i brug, og som sætter rammerne for, hvordan verden kan tilgås, for eksempel i forhold til konkurrence, restitution eller bevægelse på banen.

Denne måde at være-i-verden på manifesterer sig som *levede oplevelser* (*lived experience*), som betegner den umiddelbare og sanselige måde, verden opleves på fra et førstepersonsperspektiv (Zahavi, 2018). Det handler ikke blot om at *have* erfaringer men om, hvordan det *føles* at være i en bestemt situation. Der kan eksempelvis være en forskel på, hvordan det føles for en fodboldspiller at tage fodboldstøvler på, når de skal spille kamp sammenlignet med at skulle træne. Støvlerne i sig selv har ikke ændret sig, men de fremtræder anderledes i lyset af atletens ændrede omstændigheder.

Samtidig er al oplevelse forankret i en *livsverden* (*life-world*) – det vil sige det bagvedliggende netværk af forforståelser, sociale normer og kropslige vaner, som danner rammen for erfaring (Zahavi, 2018). Den professionelle atlets livsverden kan være præget af konkurrencementalitet, kroppens funktionalitet og præstationsmål, hvilket former hvordan både kroppen, smerte, træning og pause gives mening.

Intentionalitet

Intentionalitet betragtes i fænomenologien som et grundlæggende forhold for bevidstheden.

Intentionalitet er bevidsthedens iboende rettedhed mod noget, både ydre fænomener, som fysiske objekter og andre mennesker og indre erfaringer som forestillinger og hukommelsen (Gallagher & Zahavi, 2020).

Den noetisk-noematiske struktur, som Husserl udviklede, er den underliggende opdeling af enhver bevidst intentionalitet. *Noema* betegner det objekt, som bevidstheden retter sig mod, og *noesis* betegner den bevidsthedsakt, hvorigennem dette objekt erfares (Krueger, 2019). For eksempel: Når du husker, at din vandflaske står derhjemme, er noema vandflasken *som husket*, og noesis er *selve huskeakten*. Hvis du derimod rækker ud efter flasken og bruger den, ændres den noetiske struktur: Noema bliver nu flasken *som sanset*, mens noesis er selve *perceptionen* gennem berøring eller synet. I forståelsen af intentionalitet skelnes der desuden af Krueger (2019) mellem tre indbyrdes forbundne dimensioner: *Mental*, *affektiv* og *motorisk* intentionalitet.

Mental intentionalitet handler om det refleksive forhold mellem subjektet og det intentionerede objekt. Når man perciperer et objekt som en bold, vil man aldrig kunne se hele bolden - der vil altid være noget gemt på den anden side. Husserl mener, at vi dog altid *oplever* hele objektet som 3-dimensionelt med en bagside. For Husserl kan denne egenskab ved vores oplevelse – at vi opfatter objekter som mere end blot det, der umiddelbart præsenterer sig for sanserne – forklares gennem perceptionens intentionelle struktur og dens karakter af *stræben*. De dele af bolden, som vi ikke ser direkte, er alligevel medgivne i oplevelsen, fordi vi oplever bolden som noget, der *indbyder til handling* og åbner muligheder for interaktion, som gradvist afslører mere af objektets karakter (Krueger, 2019).

Affektiv intentionalitet henviser til følelsers eller affektive tilstandes rettedhed mod objekter, personer eller situationer. Følelser er ikke isolerede eller indre tilstande uden

relation, men er altid rettet mod noget – de er grundlæggende intentionelle (Krueger, 2019). For eksempel er frygt rettet mod noget oplevet som truende, og glæde er rettet mod noget tilfredsstillende. I tilfældet med bolden kan den affektive intentionalitet variere alt efter konteksten. Når man spiller hjemme i haven, vil bolden vække helt andre følelser end ved træning og kamp.

Motorisk intentionalitet er præ-noetisk, da den eksisterer på et mere grundlæggende niveau end repræsentationel intentionalitet (Krueger, 2019). Den betegner den måde, vi kropsligt og vanemæssigt forholder os til verden på. Den viser sig i vores daglige rutiner og handlinger, som når fodboldspilleren sparker til bolden. Her behøver man ikke tænke bevidst over musklernes enkelte bevægelser eller boldens præcise placering på jorden – der handles spontant og kropsligt.

Kropslighed

Et centralt udgangspunkt i fænomenologisk filosofi er, at menneskelig erfaring altid er kropsligt forankret – et perspektiv, der refereres til som *kropslighed* (eng. embodiment) (Engel, 1977). I en definition af kropslighed er det væsentligt at skelne mellem Edmund Husserls begreber *Leib* og *Körper*. Begrebet *Körper* betegner kroppen som en fysiologisk, neurologisk og fysisk størrelse, der er synlig i rummet og dermed tilgængelig for objektiv, videnskabelig undersøgelse. *Leib* henviser derimod til den levede krop – den subjektive oplevelse af kroppen, hvordan den føles indefra, bevæger sig og indgår i relation til verden omkring os (Aho & Aho, 2008). I forlængelse heraf betones kroppens *situering*: Menneskets erfaringer er altid kropsligt forankrede og indlejret i konkrete sociale og materielle kontekster. Kropslig situering peger dermed på, at perception, emotion og handling ikke blot foregår *i* kroppen, men *med* kroppen i en given livsverden (Gallagher, 2005).

Identitet og Selvet

I arbejdet med at udvælge det teoretiske fundament for denne opgave er vi som skrivere og analytikere stødt på en metodologisk og begrebslig udfordring: Hvordan definerer og afgrænser man begreber som *selv* og *identitet*, når disse, selv inden for en relativt afgrænset tradition som den fænomenologiske, forstås vidt forskelligt og til tider modsætningsfuldt?

Denne erkendelse har affødt en grundlæggende refleksion over vores eget teoretiske ståsted og det ansvar, der følger med, når man vælger at inddrage visse forståelser og udelade andre. I stedet for at forsøge at fastlåse selvet eller identitet i én endelig definition, har vi valgt at anerkende disse som flerdimensionelle størrelser, der bedst begribes gennem en åben og kompleks forståelsesramme.

I forlængelse heraf har vi vurderet fænomenologen Shaun Gallaghers metateoretiske tilgang, *en mønsterteori for selvet* (eng. a pattern theory of self), særlig relevant og anvendelig, da den giver mulighed for at forstå selvet som en kompleks og dynamisk størrelse (Gallagher, 2013; 2024). Gallagher foreslår, at selvet ikke er en substans eller en kerne, men snarere et mønster af forskellige sammenvævede aspekter, såsom kropslige, affektive, sociale, narrative, intentionelle og moralske, som tilsammen konstituerer individets oplevelse af at være nogen i verden. Aspekterne skal ses som vekselvirkende komponenter, hvor forandringer i ét element har indvirkning på de andre i en kontinuerlig proces (Gallagher, 2024).

Inden for fænomenologisk tænkning, og hos Gallagher specifikt, anvendes begreberne *selv* og *identitet* ofte side om side, uden at der nødvendigvis etableres en skarp distinktion. Begge begreber henviser til oplevet kontinuitet og sammenhæng i subjektiv erfaring. Hvor *selvet*, i tråd med Gallaghers mønsterteori, betegner et dynamisk samspil af oplevelsesmæssige, kropslige, affektive og relationelle aspekter, forstår vi *identitet* som de narrative og sociale udtryk for dette selv. Det vil sige, hvordan individet italesætter, forstår og

bliver genkendt i en given kontekst. På den måde bliver identitet et synligt, men ikke udtømmende aftryk af det mere omfattende selv (Gallagher, 2024). I det følgende anvendes begreberne *identitet* og *selv* ligeledes uden skarp adskillelse, da en stringent sondring ikke er central for opgavens formål og stemmer overens med vores teoretiske afsæt.

Gallagher anerkender, at mønsterteorien ikke løser spørgsmålet om, hvor grænsen går, for hvornår et aspekt udgør en del af selvet, og hvornår det blot er en kontekstuel påvirkning. I hans egen udlægning er det en udfordring, at ikke alle aspekter nødvendigvis er til stede samtidigt, og at forskellige konfigurationer kan være 'selv-agtige' i varierende grad (Gallagher, 2024). Alligevel ser vi netop styrken i denne fleksibilitet, da den giver mulighed for at analysere vores empiriske materiale uden at tvinge deltagernes oplevelser ind i én ensartet forståelsesmodel.

På baggrund af denne forståelse arbejder vi med selvet som en kontekstuel betinget og situeret struktur, der opstår i mødet mellem kropslige, relationelle og kulturelle faktorer. I forbindelse med Gallaghers mønsterteori har vi, som resultat af en iterativ analyseproces, valgt at fokusere på følgende tre aspekter af selvet som teoretisk ramme for den fortolkende del af analysen:

1. *Narrativt selv* – hvordan individet forstår sig selv over tid gennem fortællinger, og hvordan identitet rammesættes gennem dominerende kulturelle narrativer.
2. *Socialt/intersubjektivt selv* – hvordan identitet formes og vedligeholdes i relation til andre og i konkrete sociale kontekster, hvor individet konstant spejler og positionerer sig.
3. *Normativt selv* – hvordan individet internaliserer og forsøger at leve op til kulturelle og sociale normer.

Formålet er ikke at udlede én samlet teori om identitet i elitesport, men snarere at udstyre analysen med begrebslige værktøjer, der kan åbne nye perspektiver på det empiriske materiale. Samtidig søger vi med denne tilgang at tydeliggøre de teoretiske antagelser, som informerer vores analyse, og dermed lægge op til en refleksion over, hvordan dette ståsted har præget de fortolkninger og konklusioner, vi når frem til.

Det Narrative Selv

Det narrative selv beskrives af fænomenologen Ricœur som “The sort of identity to which a human being has access thanks to the mediation of the narrative function” (Ricœur, 1991, s. 73). Det vil sige, at den narrative identitet udgøres af den livsfortælling, et menneske danner om sig selv – både indadtil og udadtil – og som hele tiden er under udvikling. Gennem sådanne fortællinger fortolker og organiserer individet sine autobiografiske minder og forestiller sig fremtidige oplevelser (McAdams & McLean, 2013). Forskere inden for personlighedspsykologi har beskrevet, hvordan den narrative form eller sekvens, som mennesker anvender i konstruktionen af deres livsfortællinger, har stor betydning for individets generelle trivsel og modstandskraft (McAdams & McLean, 2013). Dette kan eksempelvis være konstruktionen af en ‘forløsnings-sekvens’ (eng. redemption sequence), der betegner et skifte i en livsfortælling fra en følelsesmæssig negativ oplevelse til en positiv konklusion eller forståelse af selvet (McAdams & McLean, 2013).

Narrativ identitet er en reflektiv proces, der forbinder bevidsthed og hukommelse med en grundlæggende *tidslig* struktur. De fortællinger, man former om sig selv, er dog ikke neutrale; de påvirkes i høj grad af de kulturelle og historiske kontekster, man lever i og handler ud fra. Selvom konstruktionen af en narrativ identitet kan give individet en oplevelse af mening og sammenhæng, er det ikke et statisk fænomen. Det repræsenterer primært et aspekt af selvet, som formes i et samspil mellem individuel udvikling og interpersonel

involvering (McLean, 2017). Jo mere et individ oplever sig selv som konsistent eller sammenhængende på tværs af forskellige livsarenaer, desto mere forankret bliver identiteten. Udviklingspsykologen Erikson betegnede dette som ‘self-sameness across spaces’ (Erikson, 1968).

Sammenhængen mellem det sociale og det narrative selv diskuteres af Smith & Sparkes (2008), som argumenterer for et kontinuum af teoretiske perspektiver, der spænder fra et “tykt individ, tyndt socialt” perspektiv til et “tyndt individ, tykt socialt” perspektiv. I den ene ende af dette kontinuum findes det psykosociale, som vægter det individuelle perspektiv højere end det sociale. Det individuelle fokus skal dog ikke forstås som en tilsidesættelse eller ignorering af det relationelle aspekt, men snarere som et udgangspunkt i det indre liv – et “inner world”-perspektiv – hvor det sociale fungerer som et konstituerende element for individets narrative identitet, der formidles gennem subjektets egen fortolkning og inkorporering:

It would seem, therefore, that psychosocial storied perspectives tend to construe identities and selves in ways that have a social element. Yet, the emphasis appears to be on the individual and their ‘inside or inner-made stories’ (Smith & Sparkes, 2008; s. 12)

Dette “tykt individuelle, tyndt sociale” perspektiv ligger tættere på det, vi abonnerer på i nærværende undersøgelse, da det stemmer overens med vores fænomenologiske, subjekt-fokuserede udgangspunkt – et udgangspunkt, som vi videnskabsteoretisk udfolder nærmere i det metodologiske afsnit. Vi anerkender i høj grad det relationelles betydning i identitetens tilblivelse, men fastholder samtidig et fokus på livsverdenen og den levede oplevelse, som den træder frem for subjektet i identitetsdannelsen.

Som tidligere nævnt spiller både kultur og de tilhørende sociale forventninger en væsentlig rolle i subjektets narrative konstruktion – i samspil med det intersubjektive. De følgende afsnit vil udfolde netop disse aspekter af selvet, som også indgår i Gallaghers

mønster teori for selvet. Dette skal ikke forstås som en gentagelse af det narrative selv som isoleret fænomen, men snarere som en uddybet fremstilling af de fortolkende og meningsskabende dimensioner, der ligger indlejret i det narrative perspektiv. Gallagher (2024) understreger selv, hvordan det narrative element rækker ud over sig selv og forbinder sig med andre aspekter af selvet:

I think this individualizing capacity fits with the idea that narrative has a recursive reflective function such that it reflects all of the other aspects of the selfpattern, and loops back into these other processes. (Gallagher, 2024; s. 13)

Det Sociale/Intersubjektive og Normative Selv

Hvor det narrative perspektiv fremhæver den temporale og meningsskabende sammenhæng i identiteten, sætter vi i det følgende fokus på relationen til andre og forholdet til normer. Disse to aspekter glider ofte ind over hinanden i praksis, men analytisk skelner vi mellem et socialt/intersubjektivt selv, der opstår i mødet med andre mennesker, og et normativt selv, der handler om, hvordan individet forholder sig til krav og idealer.

Det Sociale Selv

Zahavi (2015) fremhæver, at selvet allerede på det mest basale, præ-refleksive, niveau er åbent mod den anden – en intersubjektiv åbenhed, der præger vores oplevelser som grundlæggende orienterede mod andre. I den forstand er det sociale selv ikke en ydre tilføjelse, men en eksplicitering og kontekstualisering af subjektiv erfaring i intersubjektive og kulturelle rammer (Zahavi, 2015). Begrebet *primær intersubjektivitet* betegner denne umiddelbare, kropslige og følelsesmæssige gensidighed, vi som mennesker indgår i fra helt tidligt i livet (Terrace et al., 2022). Selv før vi har adgang til sprog eller begrebslig forståelse, responderer vi på og synkroniserer med andres blikke, stemninger og bevægelser. Denne form for samspil er ikke tillært, men udgør snarere en grundlæggende ramme for subjektiv

erfaring. I takt med den menneskelige udvikling tilføjes lag af kompleksitet, først gennem det, der betegnes som *sekundær intersubjektivitet* – evnen til at dele opmærksomhed, intentioner og målrettet samspil med andre. Her begynder selvet at blive formet i eksplorative og intentionelle fælles handlinger. På et senere udviklingsstadium tales der om *tertiær intersubjektivitet*, som betegner individets deltagelse i symbolske og kulturelle systemer, hvor selvoplevelsen formes gennem sprog, narrativer, normer og sociale ritualer. (Rochat et al., 2009) Det præ-refleksive åbnes dermed mod det refleksive; det vi oplever, begynder at blive organiseret og fortolket i lyset af kulturelt tilgængelige fortællinger og sociale betydningsstrukturer.

Dette peger frem mod det, Shaun Gallagher betegner som *det sociale selv* – en dimension af selvet, der formes i og gennem relationer til andre (Gallagher, 2024). Det er i mødet med den anden, i den kontinuerlige interaktion, at selvet formes og bekræftes, men også udfordres og forstyrres. Når en elitesportsudøver rammes af en skade og trækkes ud af holdfællesskabets rytme, er det derfor ikke blot en praktisk eller fysisk afbrydelse, men en oplevelse, der kan forstyrre selvet på et dybere plan. For bedre at forstå denne dimension kan vi med fordel inddrage Charles Horton Cooleys (1902) begreb om *det spejlede selv* (eng. the looking-glass self). Her beskrives, hvordan individets oplevelse af sig selv formes gennem forestillinger om, hvordan man opfattes af andre. Vi spejler os i andres blikke og forventninger, og vi bruger denne spejling til at vurdere vores egen værdi og rolle. Dette sker ikke nødvendigvis eksplicit, men som en løbende, kropsligt og emotionelt forankret proces, som i moderne socialpsykologi betegnes *reflekteret vurdering* (eng. reflected appraisal) (Wallace & Tice, 2012).

Det Normative Selv

Hvor det narrative selv betoner individets livsfortælling og meningsskabelse over tid, og det intersubjektive selv fremhæver selvet som formet i mødet med andre, introducerer den

normative tilgang en anden dimension: Selvet som en kilde til *forpligtelse*. Ifølge Christine Korsgaard (1996) er det, der konstituerer selvet som enhed, ikke blot kontinuitet i fortælling eller social anerkendelse, men evnen til at forholde sig refleksivt til egne *impulser* og træffe valg på baggrund af, hvad man kan stå inde for. Det er gennem denne refleksive praksis, at individet opbygger og opretholder sin *praktiske identitet* (eng. practical identity).

Den praktiske identitet defineres som en selvbeskrivelse, individet identificerer sig med og anser som et normativt udgangspunkt for handling: “a description under which you find your life to be worth living, and your actions to be worth undertaking.” (Korsgaard, 1996; s. 101). Dette kan både være en defineret rolle, et ideal, værdisæt, religion osv. i varierende niveauer af specificitet (Korsgaard, 1996). Eksempelvis kan det i elitesportsverdenen, være noget så generelt som rollen af elitesportsudøver eller fodboldspiller, men kan også være “en god holdkammerat”. Det er denne identitet, der danner grundlag for refleksiviteten i sine *impulser* – hvordan man træffer valg, ud fra hvordan man opfatter sig selv. At have en grund til handling vil sige at kunne refleksivt godkende den – at se impulsen som i overensstemmelse med, hvem man forstår sig selv som. Omvendt opstår *forpligtelse*, når man oplever, at man ikke kan stå inde for en impuls, fordi den ville stride imod ens praktiske identitet. Men hvad sker der, når individet ikke formår at handle i overensstemmelse med sin praktiske identitet? Når skader, mentale barrierer eller sociale forhold umuliggør det, man føler sig forpligtet til? Korsgaard anerkender, at vi som mennesker er sårbare over for netop sådanne konflikter. Evnen til at opretholde en praktisk identitet er ikke givet; den fordrer både refleksion og handlekraft. Når man ikke kan leve op til den identitet, man anser som grundlæggende, kan det føre til oplevelser af fremmedgørelse, moralsk spænding eller identitetskrise (Korsgaard, 1996).

Konceptet omkring *identity foreclosure*¹ spiller godt sammen med konceptet omkring normativitet, da *identity foreclosure* kan ses som et tegn på hvordan atleter tidligt danner en praktisk identitet som sportsudøver og baserer deres valg ud fra dette.

Athletic identity foreclosure omhandler en forpligtelse til atletrollen uden forudgående udforskning af erhvervsmæssige eller ideologiske alternativer (Brewer & Petitpas, 2017). Denne forpligtelse til atletrollen udspringer af den psykosociale udviklingsteori af Erikson, og senere nærmere defineret af psykologen Marcia. Marcia beskrev *identity foreclosure* som noget, der opstår, når individer træffer for tidlige beslutninger om erhvervsmæssige eller ideologiske roller, som er socialt og for forældrene acceptable, for at undgå identitetskriser. Denne rollemæssige afskærmning kan give en følelse af psykologisk tryghed og sikkerhed, på bekostning af muligheder for psykosocial udvikling (Brewer & Petitpas, 2017). Petitpas og France (2010) argumenterer for, at de psykologiske og sociale dynamikker, der kendetegner elitesport, i særlig grad kan fremme *identity foreclosure*. Dette begrundes dels med den sociale og forældremæssige støtte, som mange unge møder i forbindelse med deres sportsdeltagelse, dels med de tidsmæssige begrænsninger, som elitesport uundgåeligt medfører, og som begrænser muligheden for at udforske alternative identiteter og livsveje.

Delopsummering

Med udgangspunkt i en teoretisk interdisciplinær tilgang har vi i dette afsnit præsenteret en multifacetteret forståelse af selvet og identitet, der kan rumme kompleksiteten i elitesportsudøveres erfaringer under længerevarende skadesforløb. I stedet for at søge én afgrænset definition har vi valgt at arbejde med selvet som en dynamisk og situeret struktur, inspireret af Shaun Gallaghers mønsterteori for selvet. Her forstås selvet ikke som en fast kerne, men som et mønster af forskellige aspekter – herunder kropslige, affektive, sociale,

¹ Begrebet *identity foreclosure* beholdes på engelsk, da vi ikke mener at have fundet en retvisende oversættelse

narrative og normative – der tilsammen gensidigt konstituerer oplevelsen af at være nogen i verden.

Med dette som ramme har vi identificeret tre centrale teoretiske perspektiver, som informerer analysen: *Det narrative selv*, *det sociale/intersubjektive selv* og *det normative selv*. Disse tre aspekter fungerer som analytiske linser, som vi vil anvende til at undersøge, hvordan oplevelsen af skade kan påvirke atleternes selvforståelse og identitet. I forlængelse heraf vil vi blandt andet inddrage begreber som *reflekteret vurdering* (Wallace & Tice, 2012) og *identity foreclosure* (Brewer & Petitpas, 2017).

Videnskabsteoretisk Ståsted

Vi deler Christensens (2020) synspunkt om nødvendigheden af, at placere psykologi som en videnskab, for at kunne forholde sig til dens resultater. Vi er ligeledes enige i Howitt (2019) som finder det nødvendigt for den kvalitative etos at forbinde valg af teori og valg af metode. Vi vil i det følgende afsnit tage stilling til vores videnskabsteoretiske ståsted, og hvordan det sidenhen har formet vores forskningsdesign og teoretiske overvejelser.

Psykologiens genstandsfelt er ikke entydigt afgrænset, da disciplinen ikke kan placeres inden for én bestemt videnskabelig tradition, men derimod trækker på både human-, natur- og socialvidenskabelige tilgange (Christensen, 2020). For at præcisere opgavens videnskabsteoretiske grundlag er det nødvendigt at tydeliggøre den specifikke videnskabelige retning, vi følger. Vores genstandsfelt er elitesportsudøveres oplevelse af længerevarende skadesforløb og dets betydning for deres selvopfattelse og identitet. På baggrund af dette placeres det videnskabelige ståsted indenfor den humanvidenskabelige tradition (Christensen, 2020).

I det følgende afsnit vil vi gøre rede for den fænomenologiske ontologi og hermeneutiske epistemologi, der guider vores tilgang. Efterfølgende vil vi kommentere på,

hvordan fænomenologi og hermeneutik integreres og understøtter hinanden. Denne videnskabsteoretiske ramme vil danne udgangspunktet for overvejelser omkring metodologi og forskningsdesign.

Fænomenologi

Videnskabsteoretisk er fænomenologien en ontologi, hvor subjektet ikke blot anses som en passiv iagttagere af verden, men som aktivt medkonstituerende for den. Verden fremtræder altid for et subjekt, der sanser, fortolker og handler – og netop i dette møde mellem subjekt og verden opstår erfaringens betydning (Gallagher & Zahavi, 2020). Denne forståelse gør det muligt at indfange kompleksiteten i atleternes oplevelser, da mening ikke blot forstås som noget, der “findes”, men som noget, der skabes i og gennem livsverdenen. Dermed understøtter fænomenologien vores antireduktionistiske udgangspunkt og vores bestræbelse på at skabe en dybere forståelse af, hvordan skadesforløbet påvirker individets identitet og livsverden.

Den klassiske fænomenologi benytter sig særligt af to begreber: *Epoché* – eller *bracketing* – og den *fænomenologiske reduktion*. Med epoché søger forskeren at sætte egne forudforståelser og antagelser ‘i parentes’ for at kunne møde det undersøgte fænomen, som det fremstår for den, der oplever det (Gallagher & Zahavi, 2020). Det indebærer en bevidst tilbageholdelse af domme om fænomenets objektive eller faktiske status for i stedet at vende opmærksomheden mod, hvordan fænomenet viser sig i bevidstheden hos den oplevende. Det er et refleksivt, aktivt arbejde, hvor man kontinuerligt forsøger at fastholde åbenhed over for deltagerens beskrivelser, uden at inddrage bagvedliggende forklaringer eller antage, at man allerede forstår, hvad en oplevelse “betyder” (Gallagher & Zahavi, 2020).

Hertil følger begrebet *fænomenologisk reduktion*, som indebærer et skift i opmærksomheden: I stedet for at spørge “hvad er dette?” om eksempelvis en genstand,

spørger man i stedet “hvordan fremstår dette for subjektet?”. Det kunne være, om genstanden bliver husket, direkte observeret eller er noget personen forestiller sig (Gallagher & Zahavi, 2020, s. 27).

Ved at nå til strukturen af atleternes oplevelser, menes der at kunne siges noget generelt om fænomenet ud over den subjektive oplevelse hos den enkelte (Howitt, 2019). Dette betyder at atleternes oplevelser ikke blot forstås som individuelle beretninger, men som meningsbærende i kraft af deres relation til verden.

En Kommentar Til Epoché og Den Fænomenologiske Reduktion

Selvom vi anerkender vigtigheden af begreberne epoché og reduktionen for forståelsen af den filosofiske fænomenologi som videnskabsteori, understøtter det ikke applikationen af fænomenologien på det empiriske materiale, og vi har derfor undladt at benytte os stringent af koncepterne. Dette valg er informeret af Zahavi (2019), som argumenterer for, at brugen af epoché og den fænomenologiske reduktion ikke blot er unødvendig for brugen af fænomenologi i forskning, men faktisk kan hindre den. Dette argumenterer han blandt andet for ved at referere Spiegelberg, som afslutter sit omfattende værk *Phenomenology in Psychology and Psychiatry* med en pointe om, at det er nødvendigt at frigøre sig fra visse af Husserls metodologiske teknikaliteter, heriblandt epoché og reduktionen, hvis der skal skabes en reel og frugtbar udveksling mellem fænomenologi og psykologi (Spiegelberg, 1972 i Zahavi, 2019). I stedet vil vi anerkende og reflektere over vores forforståelse og tolke vores data gennem en hermeneutisk tilgang.

Hermeneutik

Vores videnskabsteoretiske tilgang bygger ikke alene på fænomenologien, men også på hermeneutikken, der understøtter vores fortolkende analyse af atleternes oplevelser.

Hermeneutikken beskæftiger sig med, hvordan forståelse skabes gennem fortolkning, og hvordan denne proces altid involverer forskerens forforståelse (Gadamer, 2013). Da vi arbejder med subjektive erfaringer, opnås forståelsen af oplevelser ikke gennem en neutral eller objektiv tilgang, men derimod gennem en kontinuerlig refleksiv proces.

Hermeneutikken beskæftiger sig primært med skrevne tekster, hvilket for projektet inkluderer interview-transskriberinger (Christensen, 2020).

Et centralt begreb i hermeneutikken er den hermeneutiske cirkel, som beskriver, hvordan forståelse opstår i en dynamisk vekselvirkning mellem helhed og del. I vores undersøgelse betyder dette, at vi fortolker atleternes udsagn i lyset af deres samlede livsverden og skadesforløb samtidig med, at de enkelte erfaringer bidrager til en mere nuanceret forståelse af helheden (Christensen, 2020).

Fænomenologi og Hermeneutik Sammen

Mens fænomenologi og hermeneutik kan betragtes som adskilte videnskabsteoretiske tilgange², vil de i nærværende opgave integreres for at sikre en nuanceret forståelse af atleternes skadesforløb. Fænomenologien danner grundlaget for at undersøge, hvordan oplevelser fremtræder for atleterne, mens hermeneutikken muliggør en fortolkning af hvordan disse oplevelser indgår i en større meningskontekst.

Vi abonnerer desuden i denne opgave på Paul Ricœurs (1975) mening om, at fænomenologi og hermeneutik ikke er modsætninger, men tværtimod gensidigt afhængige. Fænomenologien søger at afdække oplevelsens struktur, men da forståelse altid vil være medieret af kontekst og sprog, vil hermeneutikken være nødvendig for at sætte oplevelserne i relation til atleternes identitet og meningsdannelse.

² Obs. Gadamers hermeneutik er baseret/udviklet på baggrund af Heideggers arbejde.

Metodologiske Overvejelser

I overvejelserne omkring valg af metode blev der indledningsvist taget stilling til alternative og supplerende metodiske tilgange. Kvantitative metoder blev tidligt udelukket, da de er forankrede i en reduktionistisk og deduktiv tilgang, hvilket ikke er foreneligt med vores videnskabsteoretiske ståsted og særligt den fænomenologiske ontologi. I stedet blev observation overvejet både som et alternativ og som en supplerende metode. Vi valgte interviews som primær metode, grundet samtaleelementets mulighed for dybere udforskning af interviewpersonernes subjektive oplevelser. En kombination af observation og interviews kunne have bidraget yderligere, men dette var ikke praktisk gennemførligt med de rekrutterede deltagere, eller de tidsmæssige begrænsninger for en opgave af dette omfang.

Når der fortolkes på subjekters individuelle oplevelser, må der nødvendigvis tages stilling til førstehåndsperspektivet der siger, at det er umuligt at sætte sig fuldstændigt i den andens sted, grundet deres *førstepersons privilegeret tilgang til egne tanker* (Christensen, 2020). Som humanistisk undersøgelse forsøger vi derfor at danne os et holistisk billede af personen, og undersøger ud fra *barmhjertighedsprincippet* (Christensen, 2020), der foreskriver, at vi, så vidt muligt, forstår deltagerens udsagn som meningsfulde, rationelle og sande inden for deres egen kontekst. I det følgende afsnit vil vi uddybe valget af en kvalitativ metode, og de tiltag der er foretaget for at sikre kvaliteten af undersøgelsen.

Kvalitativ Metode

Den kvalitative metode er en tilgang, hvor resultaterne udspringer af forskerens skildring af de indtryk, opfattelser og forståelser, der opstår i dialogen med mennesker og deres omgivelser (Karpachof, 2015). Den kvalitative metode muliggør således en dybere undersøgelse af, hvordan mennesker oplever og fortolker deres verden, og tilbyder dermed en

mere holistisk tilgang (Tanggaard & Brinkmann, 2015a). Vi har valgt at anvende den kvalitative metode, da den giver os mulighed for at udforske de komplekse, subjektive oplevelser, tanker og følelser, som eliteatleter gennemgår, når de håndterer et skadesforløb. En skade hos en eliteatlet er en kompleks og prøvende periode, hvor atletens tanker og adfærd påvirkes af de sociale og kulturelle sammenhænge, de er en del af. Derfor fandt vi det hensigtsmæssigt at anvende en metode, der aktivt inddrager disse aspekter. Derudover tilbyder den kvalitative metode en fleksibilitet og åbenhed, der gør det muligt at inddrage atleternes egne stemmer. Metoden tillader os som studerende at justere spørgsmål og undersøgelsesmetoder undervejs, hvilket skaber rum for nye perspektiver og nuancer i vores forståelse.

Kvalitetskriterier i Kvalitativ Metode

Reliabiliteten af dette specialeprojekt, såvel som andre kvalitative studier, adskiller sig fra den kvantitative forsknings tilgang. Som Thagaard (2004) fremhæver, bør den kvalitative forskning anerkende, at resultaterne er unikke og opstår i samspillet mellem forskerens antagelser, spørgsmål og metodiske tilgange samt informantens forforståelse og perspektiver. Derfor bør den kvalitative undersøgelse stræbe efter transparens, gyldighed og genkendelighed for at sikre kvalitet (Tanggaard & Brinkmann, 2015b).

Der er bred enighed om, at kvalitative resultater ikke nødvendigvis kan reproducere i traditionel forstand, men at forskningsprocessen bør dokumenteres tydeligt, så den fremstår forståelig og efterprøvbar for læseren. Dog eksisterer der ingen universelt accepterede kriterier for kvalitetssikring af kvalitative studier. I dette speciale tager vi udgangspunkt i syv kvalitetsindikatorer, som beskrevet af Elliot et al., (1999). Disse indikatorer udgør ikke en udtømmende liste eller en garanti for kvalitet, men fungerer som retningslinjer for at opfylde de førnævnte principper om transparens, gyldighed og genkendelighed.

Oversigt Over Kvalitetskriterier

Specificering af forskerens perspektiv: Forfatteren tydeliggør sit teoretiske samt personlige mål og perspektiv. En åbenlys skildring af holdninger og interesser og deres indvirkning for den overordnede forståelse.

Situering af deltagere: En beskrivelse og afklaring af deltagerens livsomstændigheder, såvel som konteksten for det eventuelle interview. Fremstilling af og begrundelse for selektionen af deltagerne i undersøgelsen.

Forskeren giver eksempler: Der præsenteres konkrete eksempler, såsom uddrag fra interviews, der giver læseren mulighed for at vurdere, om deres analyse og fortolkning af den pågældende empiri stemmer overens med eller adskiller sig fra den fremlagte fortolkning.

Troværdighedstjek: Pålideligheden af de opnåede analyser og fortolkninger bør kontrolleres på én eller flere måder, eksempelvis ved at; 1) Undersøge forståelsen med informanter eller tilsvarende, 2) Involvere flere analytikere eller selv gennemgå analysen for fejl, 3) Sammenligne forskellige kvalitative perspektiver, 4) Triangulere med eksterne faktorer eller kvantitative data.

Kohærens: Materialet bør præsenteres sammenhængende og konsistent, samtidig med at nuancer bevares.

Sondring af generelle og specifikke formål: En generel forståelse kræver tilstrækkeligt omfang, repræsentative informanter og en redegørelse for begrænsninger. Et specifikt tilfælde skal udlægges systematisk og grundigt, så læseren opnår tilstrækkelig indsigt.

Resonans hos læser tilstræbes: Materialet bør præsenteres på en måde, der vækker genklang hos læseren ved at gøre indsigterne præcise og vedkommende.

Metode og Forskningsdesign: Game Plan

I dette afsnit redegør vi for de centrale metodiske valg og overvejelser, der har formet specialets forskningsdesign. Vi beskriver vores definition af eliteatleter og langvarige skadesforløb, inklusionskriterier og rekrutteringsproces, herunder de udfordringer vi stødte på i kontakten til sportsmiljøer. Derudover præsenteres vores valg af semistrukturerede interviews, det fænomenologiske interview og explication interviewing, samt overvejelser omkring online interviews. Afsnittet afsluttes med en gennemgang af analysemetoden samt etiske overvejelser.

Definition af Elitesportsudøvere

I forbindelse med rekrutteringen af interviewpersoner til dette speciale gjorde vi os indledningsvist en række overvejelser om, hvordan vi ville definere begreberne eliteatlet og langvarigt skadesforløb, da dette afgjorde, hvem der kunne inddrages i studiet. Vores gennemgang af litteraturen viste, at der ikke findes en entydig og universelt gældende definition af eliteatleter (*Eliteidræt — Den Danske Ordbog*, n.d.; *Eliteidræt*, 2024). Der er desuden en udtalt mangel på definition af “elite” i forskningsmiljøet (McAuley et al., 2021), hvor nogle artikler kategoriserer “elite” helt ned til atleter under 9 år (Müller et al., 2018).

For formålet i dette speciale valgte vi at definere en eliteatlet som en sportsudøver, der konkurrerer på det højeste niveau i nationale og internationale turneringer. Da vi ønskede at undersøge et længerevarende skadesforløb og dets betydning for selvopfattelse og identitet, havde vi en forventning om, at det ville være særligt interessant at interviewe atleter med en professionel kontrakt. Dette valg blev truffet ud fra en antagelse om, at sportens betydning for disse atleter var mere omfattende, da den også udgjorde deres primære beskæftigelse.

Derudover ønskede vi at få indsigt i, hvordan skadesforløbet opleves i en professionel kontekst, herunder relationen til klubber, trænere og andre aktører i elitesportsmiljøet.

Inklusion- og Eksklusionskriterier

For at afgrænse vores undersøgelse uden at gøre inklusionskriterierne så snævre, at det ville blive vanskeligt at finde deltagere, definerede vi langvarigt skadesforløb som en skade, der havde resulteret i minimum tre måneders fravær fra konkurrence. Vi udelukkede hovedskader, da deres mulige kognitive og følelsesmæssige følger (se Collins et. al., 2023) kunne forstyrre undersøgelsen af skadens betydning for identitet. Vi udelukkede ikke, at atleterne kunne befinde sig i genoptræningsfasen på interview tidspunktet. Dog gjorde vi os overvejelser om, at en retrospektiv eller bagudskuende refleksion over skadesforløbet potentielt ville have en mindre psykologisk belastning for deltagerne. Derudover inkluderede vi kun voksne (over 18 år), og personer der var engelsk- eller dansksprogede.

Rekrutteringsproces

Til trods for vores specialevejleders bekymring om, at det kunne være vanskeligt at få adgang til eliteatleter – baseret på erfaringer fra tidligere lignende projekter – gik vi optimistisk i gang med rekrutteringen. Vi kontaktede større idrætsinstitutioner og sportsklubber inden for blandt andet fodbold, håndbold, ishockey og gymnastik. Skønt enkelte positive tilbagemeldinger i begyndelsen, måtte vi efter en måned erkende, at vores vejleders bekymring var berettiget, da vi stadig ikke havde sikret nogen interviewdeltagere. Gennem vores vejleder blev vi sat i kontakt med to studerende eliteatleter, som var tiltænkt rollen som erfaringspersoner i udviklingen af vores interviewguide. Da vores rekruttering viste sig udfordrende, blev det kortvarigt overvejet, om de i stedet skulle indgå som egentlige

interviewpersoner. Samtidig udvidede vi vores søgestrategi og benyttede os af opslag på sociale medier, netværkskontakt samt direkte henvendelser til atleter.

Det var først gennem en bekendt, at vi fik det afgørende gennembrud i rekrutteringen og blev sat i kontakt med en gruppe atleter, der opfyldte vores inklusionskriterier. Størstedelen var nuværende eller tidligere kontraktbundne mandlige fodboldspillere, som i løbet af deres karriere havde oplevet længerevarende skadesforløb, samt en kvindelig volleyballspiller på eliteplan. Vores oplevelse var, at en væsentlig udfordring i rekrutteringen skyldtes, at flere klubber var tilbageholdende med at give adgang til deres sportsudøvere. Dette kunne blandt andet hænge sammen med det høje antal lignende henvendelser, interne klubrestriktioner samt bekymringer om, hvordan deltagelse i et interview kunne påvirke atleternes præstation og konkurrenceevne. En klub udtrykte specifikt, at de frygtede, at interviews om skadesoplevelser kunne gøre atleterne mere forsigtige på banen og øge deres opmærksomhed på at undgå skader, hvilket potentielt kunne påvirke deres spil. Dette er væsentlige betænkningspunkter, som vi vil berøre under de etiske overvejelser.

Semistrukturerede Interviews: Tale, Tilgang og Tanker

Følgende afsnit vil redegøre for valget af semi-strukturerede interviews, samt hvordan vi planlagde at udføre interviewet med afsæt i den fænomenologiske metode og tilføjelsen af 'explication interviewing' teknikken.

Ifølge Smith og Sparkes (2016, s. 107) er interviews ofte et næsten automatisk valg inden for kvalitativ forskning, hvilket kan føre til manglende refleksion over metodiske begrundelser. Vi var særligt opmærksomme på dette og afsatte tid til grundige overvejelser for at undgå forhastede metodiske valg. Årsager til at benytte semistrukturerede interview (SI) inkluderede: **(a)** Samtaleelementet og fleksibilitet, **(b)** Interviewpersonens indflydelse, **(c)** Erfaring og **(d)** Oplevelser og betydningsdannelse:

- (a) Samtaleelementet og fleksibilitet:** Interviews er en social aktivitet, hvor data skabes i interaktionen mellem interviewer og interviewperson (Smith & Sparkes, 2016). SI giver mulighed for at tilpasse samtalen til de områder, der er mest relevante for den enkelte deltager (Howitt, 2019). Da vi arbejder inden for et relativt uudforsket område med få deltagere, var denne fleksibilitet særligt værdifuld.
- (b) Interviewpersonens indflydelse:** Vi erkender, at vores forforståelse kan påvirke, hvordan vi formulerer spørgsmål og tolker svar. Derfor var det vigtigt for os at give plads til deltagernes perspektiver og aktivt lade dem forme interviewprocessen. SI giver mulighed for, at deltagerne kan påvirke retningen og indholdet af interviewet. Ikke alene kan dette ske inden for det enkelte interview, men også på tværs af interviews, hvor tidligere svar kan informere og justere spørgsmålene i efterfølgende samtaler (Smith & Sparkes, 2016).
- (c) Erfaring:** Vores valg af semistrukturerede interviews var også praktisk begrundet, da vi begge har mest erfaring med denne metode. Ifølge Howitt (2019, s. 61) afhænger et vellykket interview blandt andet af interview-tekniske færdigheder og grundig forberedelse (Eng. skills and preparation). Erfaring spiller derfor en væsentlig rolle i at kunne gennemføre interviews effektivt. Senere vil vi diskutere, hvordan vores terapeutiske baggrund kan påvirke interviewprocessen.
- (d) Oplevelser og betydningsdannelse:** Interview er en særligt velegnet metode til vidensdannelse vedrørende oplevelser og betydning (Smith & Sparkes, 2016). Dette er essentielt for en humanistisk og særligt fænomenologisk undersøgelse, da betydningen af oplevelser, der eksempelvis observeres, er skjult for observatøren.

Interviews indebærer dog også udfordringer. Samtaleelementet påvirkes af en række sociale faktorer såsom alder, fagligt niveau, etnicitet og køn (Smith & Sparkes, 2016). Det er umuligt at tage højde for alle potentielle påvirkninger, men det er vigtigt at reflektere over de mest

relevante faktorer og deres betydning for dataindsamlingen. En anden væsentlig udfordring er de ressourcemæssige krav, da interviews er en tidskrævende metode (Howitt, 2019). Der skal tildeles tilstrækkelig tid til rekruttering, transport, interview og transskribering. I en opgave med en fast tidsramme, kan der lægges et pres på mængden af data, da det ikke blot er en overvejelse omkring datamætning, men også et spørgsmål om at kunne give det nødvendige fokus på den eksisterende data.

Interviewrollen kunne til tider minde om en terapeutisk funktion, hvilket krævede særlig opmærksomhed for at fastholde den eksplorative samtaleform og holde fokus på interviewets formål. Intervieweren skulle dermed balancere mellem at støtte deltagerens refleksion og samtidig sikre, at samtalen forblev undersøgende frem for vejledende.

Det Fænomenologiske Interview.

Det fænomenologiske interview, som beskrevet i Høffding & Martiny (2015), understreger interviewerens anden-persons perspektiv der betyder, at intervieweren indtager en empatisk position, hvor der er en gensidig forståelse og oplevelse mellem interviewer og interviewperson. Denne gensidighed kommer til udtryk gennem en fokusering på den reciprokke relation, som intervieweren etablerer.

Reciprociteten i interviewet kommer til udtryk på flere niveauer. For det første gennem forskerens forforståelse og tidligere erfaring, som påvirker både interviewets struktur og formuleringen af spørgsmål (Høffding & Martiny, 2015). For det andet gennem forskerens fortolkning af interviewpersonens nonverbale udtryk såsom kropssprog, intonation og andre subtile signaler, der formidler udtalt information. Disse elementer skaber en dynamisk udveksling, hvor intervieweren løbende justerer sine spørgsmål i samspil med interviewpersonen. På denne måde bliver den fælles vidensproduktion i det fænomenologiske interview en reciprok proces.

De primære dele i datagenereringen hos Høffding & Martiny (2015) tager afstand fra en decideret manual for interviewteknik. Dette er ikke ensbetydende med en mangel på interviewguide, men i stedet et fokus på åbne spørgsmål, et empatisk sprog og en bevidsthed om den reciprokke dynamik i interviewprocessen.

Explication Interview

Explication interview er en form for guidet retrospektiv introspektion, der søger at placere subjektet i oplevelsen der forsøges undersøgt, ved at fremme bibliografiske beskrivelser, med formålet at bringe det præ-refleksive ind i bevidstheden (Maurel, 2009). Dette er særligt brugbart, når der undersøges oplevelser af fænomener som subjektet mener ikke at kunne huske, men kan også benyttes til at gå i dybden med enkelte specifikke oplevelser (Høffding & Martiny, 2015). Denne dybdegående udforskning af enkeltstående oplevelser er med til at afdække strukturen af det undersøgte fænomen. Metoden til at undersøge de enkeltstående oplevelser omfatter brugen af 'Ericksonian language', der understreger vigtigheden af åbne spørgsmål. Her anvendes en særlig spørgeteknik, hvor spørgsmålene formuleres uden på forhånd at forudsætte eller antyde et bestemt svar (Høffding & Martiny, 2015).

Valgene af interviewmetoder skal ses hierarkisk, da SI danner grundlaget for det reciprokke fænomenologiske interview, der i forlængelse trækker på metoder fra explication interviewing, med det formål mere dybdegående at kunne situere subjektet i deres oplevelse.

Online Interviews

Selvom online interviews kan medbringe udfordringer, var det for projektet tidligt besluttet, at online interviews er bedre end ingen interviews. Vi vil derfor kort gennemgå de potentielle hindringer online interviews kan medføre, og hvordan vi vil imødekomme dem.

I en artikel fra Jiang (2020) fandt de en række udfordringer ved online videomøder. Disse inkluderede: (1) Større anstrengelse og koncentration er nødvendig for at afkode

nonverbale signaler, (2) selv en lille forsinkelse i afsendelse og modtagelse af beskeder kan skabe en opfattelse af, at samtalepartneren er mindre venlig eller fokuseret, (3) stilhed under videosamtaler kan forårsage angst blandt deltagerne, (4) en følelse af at blive overvåget (øget selvbevidsthed), og (5) en misforståelse af mangfoldigheden af signaler, personalisering og sproglig variation.

Særligt (1) omkring nonverbale signaler er relevant for vores forskningsdesign, da aflæsning af nonverbale cues er essentielle for reciprociteten i interviewet. For at imødekomme udfordringerne vil der tages skridt som at sikre en hurtig internetforbindelse, der vil forbedre både potentielle forsinkelser, såvel som muligheden for at afkode nonverbale signaler (De Villiers et al., 2021). Vi vil italesætte observatør tydeligt for at imødekomme følelsen af at blive overvåget, og opfordre til en mere komfortabel setting for deltageren, som at have kaffe/te med (De Villiers et al., 2021), for at mindske ængstelighed omkring stilhed.

Konstruktion af Interviewguide

Pilotinterview

Inden interviewguiden blev formuleret, afholdte vi uformelle pilotinterviews med de førnævnte studerende atleter, med henblik på at få indsigt i verdenen af professionel sport. Dette inkluderede en kvindelig fodboldspiller og en mandlig håndboldspiller. Begge atleter havde tidligere konkurreret på højt niveau og haft en eller flere længerevarende skader. Interviewene bidrog til at skærpe fokus i de efterfølgende interviews, særligt i forhold til vigtigheden af det sociale, omklædningsrummet som social arena og konkurrenceelementet af elitesport.

Strukturen af Interviewet

Interviewet var struktureret i en tragtform, hvor samtalen gradvist blev fokuseret fra brede, introducerende emner til en detaljeret udforskning af skadesoplevelsen. Det blev indledt med en kort præsentation, hvor deltageren blev takket for sin deltagelse, projektets formål blev gentaget, og samtykke samt fortrolighed blev gennemgået.

De første spørgsmål havde fokus på konkrete forhold vedrørende deltagerens sportshistorik, herunder hvor og hvornår de havde spillet, samt deres skadeshistorik. Der blev også spurgt ind til en typisk dag som aktiv atlet for at skabe et kontrastgrundlag til oplevelsen af at være skadet. Herefter blev samtalen rettet mod en specifik længerevarende skade, som deltageren fandt særligt betydningsfuld. En typisk dag som skadet atlet blev gennemgået med særligt fokus på interaktioner med holdkammerater, trænere og oplevelsen af ens rolle i klubben. Hvis muligt blev der også dykket ned i en specifik hændelse under skadesperioden for at skabe en mere detaljeret forståelse. Dette var den mest dybdegående del af interviewet, hvor der gennem explication interviewing (Maurel, 2009) blev arbejdet med at få deltageren til at uddybe deres oplevelser og refleksioner. Afslutningsvis blev deltageren spurgt om eventuelle råd til andre atleter i en lignende situation samt om vigtige emner, vi ikke var kommet omkring.

Formålet med denne struktur var at skabe en tryk og naturlig samtale, hvor deltageren gradvist blev ledt fra generelle beskrivelser til en situeret og dybdegående udforskning af skadesoplevelsen. Den indledende fase bidrog til at gøre deltageren komfortabel og gav interviewerens en referenceramme for de senere spørgsmål. Tragten sikrede en naturlig overgang fra brede spørgsmål til en fokuseret refleksion over den specifikke skade og dens betydning.

Iterativ Udvikling af Interviewguiden

Efter det første interview blev vi opmærksomme på udfordringerne ved en stringent anvendelse af Explication interview-metoden. Atleternes retrospektive perspektiv strakte sig ofte så langt tilbage, at det var vanskeligt for dem at genkalde sig specifikke situationer tilstrækkeligt detaljeret. Den første interviewperson udviste kropslige signaler, der indikerede refleksion og et forsøg på at genkalde oplevelser, men havde tendens til hurtigt at miste fokus og bevæge sig væk fra den specifikke situation. En mere erfaren interviewer kunne have anvendt ‘triggers’ mere effektivt og med større sikkerhed i rollen, hvilket i forlængelse havde styrket metodens udbytte. I stedet valgte vi at tilpasse tilgangen ved at fokusere mere på standardiserede interviewmetoder for at sikre en mere sammenhængende datagenerering, men bibeholdt elementer af spørgsmål som brugen af Ericksonian language. På trods af udfordringerne med at facilitere overgangen fra det prærefleksive til det bevidste niveau, vurderes projektet fortsat at have draget fordel af brugen af explication interviewing og et fokus på biografiske refleksioner.

Etiske Overvejelser

Etiske hensyn har været centrale i samtlige faser af dette specialeprojekt – fra rekruttering og datagenerering til analyse og præsentation af resultater. Da projektet berører personlige og potentielt sårbare erfaringer relateret til skadesforløb og identitetstab, har vi bestræbt os på at sikre en høj grad af tryghed, deltager-autonomi og gennemsigtighed i vores tilgang.

Allerede i den indledende kontakt med deltagerne blev der fremsendt skriftlig information om projektets formål, interviewets karakter samt betingelserne for frivillig deltagelse og anonymitet. Heri blev det også understreget, at vi anbefalede et fysisk interviewmøde – enten hos deltageren selv eller på en anden lokation, de fandt komfortabel og praktisk. Denne anbefaling var baseret på vores erfaring med, at fysiske rammer ofte

fremmer en mere naturlig og tillidsfuld samtalsituation, hvilket kan understøtte en mere nuanceret og åben refleksion over svære emner. Samtidig blev det gjort klart, at deltagerne frit kunne vælge en online interviewform, hvis dette var mere bekvemt for dem.

I praksis foregik halvdelen af interviewene online via Zoom, mens de øvrige fandt sted fysisk – ét i interviewers hjem og to i deltagernes egne hjem. Vi vurderede, at deltagernes mulighed for at vælge den ramme, de følte sig mest trygge i, i sig selv var en etisk vigtig gestus, der kunne styrke deres følelse af kontrol og medbestemmelse i samtalsituationen. Denne fleksibilitet blev ikke mindst vigtig i forhold til de logistiske og tidsmæssige hensyn. Vi var dog opmærksomme på, at online interviews potentielt kunne udfordre den fortrolige relation og det fænomenologiske nærvær, som projektets tilgang forudsætter. Derfor tog vi en række forholdsregler som beskrevet i afsnittet om online interviews. Vi vurderer, at disse tiltag, sammen med vores refleksive opmærksomhed på interview-dynamikken, bidrog til at skabe en tryk atmosfære uanset interviewets form.

I begyndelsen af hvert interview blev deltagerne grundigt mindet om projektets formål, interviewets indhold samt deres rettigheder som deltagere, herunder muligheden for at trække deres samtykke tilbage uden videre forpligtigelse. Det informerede samtykke blev indhentet skriftligt og udarbejdet i overensstemmelse med SDU RIO's retningslinjer for samtykke (Samtykke, n.d) og kan læses i Bilag II. Forud for og under interviewene blev det gentaget, at deltagelsen var frivillig, og at de til enhver tid kunne afbryde interviewet, holde en pause, undlade at svare på spørgsmål eller få deres data slettet.

For at beskytte deltagernes anonymitet er alle personidentificerbare oplysninger blevet anonymiseret i transskriptionerne, herunder navne, klubber og byer. Data er blevet opbevaret sikkert i krypterede, adgangsbeskyttede systemer (OneDrive og NVivo), og slettes efter specialets bedømmelse i overensstemmelse med gældende databeskyttelseslovgivning.

Vi har desuden overvejet de psykologiske konsekvenser, som deltagelsen i interviewene potentielt kunne medføre. Selvom mange deltagere havde opnået en vis tidsmæssig afstand til deres skadesforløb, var det vigtigt for os at skabe en tryk ramme, hvor refleksion og sårbarhed kunne finde sted på deltagernes egne præmisser. Derfor blev samtalerne indledt med lette, deskriptive spørgsmål og gradvist ledt ind i mere emotionelt ladede emner i overensstemmelse med en tragtformet struktur. Intervieweren indtog en empatisk og lyttende rolle, hvor aktiv lytning og opmærksomhed på nonverbale signaler var centrale redskaber til at sikre deltagernes velbefindende.

Vi var samtidig bevidste om, at vores rolle som psykologistuderende kunne påvirke magtbalancen i interview-relationen. For nogle deltagere kunne det potentielt vække en oplevelse af at være genstand for psykologisk vurdering eller fortolkning. Vi søgte at imødekomme dette ved at signalere åbenhed, respekt og nysgerrighed frem for vurdering eller ekspertposition. I forlængelse heraf har vi bestræbt os på, i analyse og præsentation, at lade deltagernes stemmer fremstå autentiske og meningsbærende uden at trække generaliserende eller reduktionistiske konklusioner.

Analyse: En Iterativ Proces

Analysen i dette speciale tager udgangspunkt i Tier 2-analysen beskrevet af Høffding og Martiny (2015) og er yderligere inspireret af det fænomenologiske og etnografiske feltarbejde af Ravn (jf. Bluhm & Ravn, 2021; Ravn & Høffding, 2021). Tilgangen er indledningsvist overvejende induktiv og eksplorativ med vægt på deltagernes egne begreber og forståelseshorisonter (emic conditions), efterfulgt af en mere teoretisk fortolkende metode (etic conditions).

Første fase af analysen indledtes med en grundig bekendtgørelse med interviewmaterialet gennem gentagne gennemlytninger og læsninger af transskriptionerne.

Undervejs blev der noteret overordnede indtryk og meningsbærende udsagn. Denne indledende bearbejdning blev efterfulgt af en systematisk kodning, inspireret af Braun og Clarkes (2021) retningslinjer for reflektiv tematisk analyse. Kodningen blev udført i NVivo og omfattede både individuelle og fælles drøftelser for at sikre konsistens og nuancering. Særligt i denne fase blev der identificeret såkaldte *index cases*, som dannede fokus for næste omgang kodning og tematisering (Braun & Clarke, 2021).

Den indledende del er ‘overvejende induktiv’, da vi på baggrund af litteraturlæsning og faglig erfaring ikke kan undgå at blive deduktive i nogen grad. Dette følger antagelserne af Braun & Clarke (2021), som siger at det ikke er enten/eller, om man er induktiv eller deduktiv, men i stedet, at man opererer på et spektrum. Denne vekslen mellem det systematiske og det intuitive, mellem det teoretisk informerede og det empirisk forankrede, afspejler en tilgang, hvor både *episodiske* og *systematiske* strategier anvendes parallelt (Bundgaard et al., 2018).

Den efterfølgende teoretiske fortolkning er informeret af den induktive, emic-orienterede analyse. Som Wolcott (1995) understreger, er teori kun værdifuld i det omfang, den kan belyse de erfaringer, vi har gjort i mødet med deltagerne. Det vil sige, at teorivalget ikke var forudbestemt, men udviklede sig med udgangspunkt i mønstre og temaer, der opstod i arbejdet med det empiriske materiale. Den teoretiske ramme er således valgt med henblik på at give begrebslig dybde og fortolkningsmæssig resonans til de fremanalyserede oplevelser – snarere end at analysen løbende blev styret af en på forhånd fastlagt teori.

Resultater: På Sidelinjen

For vores resultatafsnit vil vi indledningsvist præsentere vores deltagere og omstændighederne for deres interviews. Efterfølgende vil vi introducere strukturen af den todelte analyse, og de fire hovedtemaer afsnittet er inddelt efter.

Præsentation af Deltagere

I dette studie deltog seks elitesportsudøvere, der alle har oplevet længerevarende skadesforløb. Deltagergruppen repræsenterer både nuværende og tidligere atleter fra to forskellige holdsportsgrene med størstedelen fra professionel fodbold. Deltagernes navne er pseudonymer, og alle identificerbare oplysninger er anonymiseret. Uddrag fra to interviews er vedlagt som bilag – samtlige interviewtransskriptioner kan udleveres såfremt det ønskes.

Asger³ er en tidligere professionel fodboldspiller på ca. 35 år, der har spillet på Superliga- og 1. divisionsniveau i både Danmark og udlandet. Han har i dag trukket sig tilbage fra sporten og arbejder i en ikke-sportsrelateret branche. Interviewet blev gennemført ved spisebordet i hans hjem om aftenen. Han virkede generelt komfortabel og åben, trods enkelte opmærksomhedsafbrydelser relateret til optageudstyret og hensynet til et sovende barn i hjemmet. Interviewet varede 82 minutter.

Benjamin, ca. 40 år, er ligeledes pensioneret fodboldspiller, men arbejder fortsat inden for sporten. Han har spillet på højeste niveau i Danmark og Tyskland. Interviewet blev gennemført online via Zoom. Under interviewet fremstod han som en anelse reserveret og beskyttende i sine svar. En mindre teknisk afbrydelse opstod, da interviewerens måtte skifte høretelefoner. Interviewet varede 75 minutter.

Casper, ca. 25 år, har tidligere spillet på et niveau under 1. division, men afsluttede sin karriere tidligt efter to alvorlige skader. Han studerer i dag. Interviewet blev afholdt online og bar præg af, at Casper ikke tidligere havde haft anledning til at reflektere over sit skadesforløb. Han virkede til tider forstyrret af det digitale format, herunder kamera og lydoptagelse. Interviewet varede 38 minutter.

Ditte⁴, ca. 25 år, er en aktiv volleyballspiller på højeste nationale niveau og kombinerer elitesporten med studier. Interviewet fandt sted online og blev præget af en åben og tillidsfuld

³ Uddrag fra Asgers interview er medtaget som Bilag III

⁴ Uddrag fra Dittes interview er medtaget som Bilag IV

stemning. Et enkelt kort lydudfald forekom, men påvirkede ikke interviewets forløb nævneværdigt. Interviewet varede 61 minutter.

Erik er en tidligere professionel fodboldspiller på ca. 40 år med erfaring fra højeste niveau i både danske og udenlandske klubber samt det nationale landshold. Han arbejder nu som træner. Interviewet fandt sted hos intervieweren i en uformel og gæstfri ramme. Han var i begyndelsen let afventende, men blev hurtigt engageret og afslappet. Interviewet varede 58 minutter.

Frederik, ca. 30 år, er aktiv fodboldspiller og aktuelt i et skadesforløb. Han har tidligere afsluttet en uddannelse og har spillet på både Superliga- og 1. divisionsniveau i Danmark og udlandet. Interviewet fandt sted i hans hjem og var præget af en rolig og åben atmosfære. Frederik fremstod tilpas i samtalen om sin aktuelle situation og tilbød afslutningsvis yderligere hjælp, hvis behovet skulle opstå. Interviewet varede 64 minutter.

Specialets deltagere repræsenterer således både kønsmæssig og karrieremæssig variation, og deres forskellige positioner i forhold til skaden (aktiv vs. pensioneret) har bidraget til nuancerede perspektiver i analysen.

Introduktion Til Analysen

I forbindelse med den analytiske proces, som den er beskrevet tidligere, trådte flere gennemgående mønstre og tematiske sammenfald frem på tværs af interviewene. Disse fællesnævner blev samlet i fire overordnede temaer: *Konkurrencemiljø*, *Separation*, *Rollen på holdet* samt *Fritid og Fremtid*. Temaerne er ikke udtryk for adskilte eller selvstændige kategorier, men skal snarere forstås som indbyrdes forbundne perspektiver, der hver især belyser centrale aspekter af, hvordan det opleves at være skadet i en elitesportslig kontekst. Inddelingen er foretaget med det formål at præsentere materialets kompleksitet i en form, som både er retvisende for det empiriske materiale og tilgængelig for læseren. Temaerne afspejler ikke blot vores analytiske blik, men udspringer af de

erfaringer, som deltagerne selv gentagne gange vendte tilbage til som væsentlige i deres fortællinger.

For at fremme læsbarheden og minimere unødvendige gentagelser vil de fire temaer blive præsenteret ét ad gangen. Hvert tema indledes med en induktiv, eksplorativ analyse baseret på deltagernes udsagn og efterfølges af en mere teoretisk forankret fortolkning, hvor vi inddrager de begreber og perspektiver, der tidligere er blevet introduceret i opgaven. Denne opbygning skal gøre det muligt både at bevare nuancerne i deltagernes egne ord og tydeliggøre analysens bevægelser mellem empiri og teori.

Det er væsentligt at anerkende, at skadesoplevelsen kan variere betydeligt på tværs af idrætsdiscipliner, særligt mellem individuelle og holdbaserede sportsgrene. Med udgangspunkt i vores empiri vil analysen derfor særligt rette opmærksomheden mod de forhold, der gør sig gældende for atleter i holdsport, og i særdeleshed for fodboldspillere. Formålet er at undersøge, hvordan en skade påvirker atlethers oplevelse af sig selv, samtidig med at analysen søger at indfange, hvordan disse erfaringer udspiller sig i et samspil mellem personlige oplevelser, sociale relationer og de strukturelle rammer, som den specifikke sportsgren er præget af.

Analysen centrerer sig primært omkring fodboldspillernes erfaringer. Dette valg er truffet på baggrund af, at fodboldspillere for det første udgør fem ud af seks af vores interviewdeltagere og således er klart overrepræsenteret i datamaterialet. For det andet viste det sig undervejs i analysearbejdet, at fodboldspillernes beretninger på en række områder adskiller sig markant fra den ene volleyballspillers erfaringer. Forskellene relaterer sig blandt andet til sportens status, økonomiske struktur, og den sociale dynamik i miljøet omkring elitesporten. De særlige forhold som kendetegner elitefodbold, herunder den hårde konkurrence, kommercialisering og stærke sociale hierarkier, synes at forme spillernes oplevelse af skader på måder, som ikke nødvendigvis genfindes i samme grad i volleyballmiljøet. Volleyballspillerens udsagn vil dog løbende blive

inddraget i analysen, både som kontrast til og nuancering af de mønstre, der tegner sig i fodboldspillernes fortællinger, og som understregning af visse fællestræk på tværs af sportsgrenene.

Konkurrencemiljø: “Det er en selv, det drejer sig om”

Det første tema, *Konkurrencemiljø*, udspringer af interviewdeltagernes mangeartede beskrivelser af den kultur og det sociale klima, som en holdsport på eliteplan er præget af. Et gennemgående træk i deltagernes beskrivelser er det gennemsyrede konkurrencepræg, der kendetegner elitesportens miljø. Alle interviewdeltagere beretter om en hverdag med konstant præstationsfokus, hvor både træning og kampe fungerer som løbende evalueringer af deres sportslige værdi – foretaget af trænere, medspillere, klubledelse og ikke mindst dem selv. Hos fodboldspillerne er det en hverdag, hvor relationer mellem holdkammerater præges af både fællesskab og konkurrence, og hvor kollegiale venskaber hele tiden eksisterer side om side med bevidstheden om, at man kæmper om de samme pladser og dermed også de samme muligheder og økonomiske gevinster.

Jeg vil gerne pointere det der med, at man er sig selv nærmest i sport, og holdkammerater er fine, og de er rare, og de er gode venner, men det er en selv, det drejer sig om. Og det er bedre at være... og spille og holdet taber, end det er at sidde ude og holdet vinder.

Konkurrenceelementet er særligt udtalt i fortællingerne fra fodboldspillerne, hvor den interne konkurrence ikke blot er accepteret, men ofte opleves som et vilkår for overlevelse i elitesporten. Flere beskriver, hvordan det er almindeligt ikke at have tæt kontakt med spillere på samme position, ikke af direkte fjendtlighed, men fordi konkurrencesituationen skaber en usynlig barriere. Når en direkte konkurrent bliver skadet, nævnes det åbent, at dette kan opleves som en fordel, fordi det potentielt øger ens egen spilletid og forbedrer forhandlingspositioner i forhold til klubben, kontrakter og bonusordninger.

Jeg har aldrig grædt over, at den anden angriber er skadet. Det kommer jeg aldrig til. Det gør jeg ikke. Det er en god nyhed. Vil jeg sige. Når det går ens konkurrenter dårligt, så er det godt for dig. [...] Hvis jeg er frisk så håber jeg... og får at vide at der er en fra dit hold der er blevet skadet i dag. Hvem håber [jeg] at det bliver? 100% den anden angriber. Uden tvivl. Helt klart. Og hvis vi kunne vælge to, så ville jeg sige, at hvis vi havde to angribere, så ville jeg sige helt klart de to. Og hvis vi havde tre, så havde jeg taget den tredje med også.

Den dobbeltsidede interaktion, hvor man på én gang er holdkammerat og konkurrent, bliver således en central del af spillernes sociale virkelighed. Hvor stærkt denne dobbelthed opleves, synes at hænge nøje sammen med det sportslige niveau og ikke mindst de økonomiske incitamenter. Blandt fodboldspillerne på højeste niveau, er presset og de indbyggede hierarkier i sporten mere markante, og relationerne beskrives som præget af distance og omskiftelighed. Der berettes om relationer, der kan være intense, men sjældent langtidsholdbare, og som hurtigt kan skifte karakter afhængigt af præstation og status i klubben. Asger fortæller også:

Vi har virkelig hygget os sammen. Vi har været ude og spise sammen og haft det virkelig godt. Det sekund én forlader holdet. Det kan være mig, det kan være en anden. Så snakker vi aldrig sammen igen. Jeg har ikke kontakt med nogen stort set. [...] Det er bare sådan, at når jeg... hvis jeg skifter klub, så henter de en ny en ind, han kommer bare ind og tager min plads. Og så er han bare en del af holdet. [...]. Du ved... Det er bare bedste venner. Og fra den ene dag til den anden, der er det bare ovre.

Erik understøtter desuden dette med:

[...] fordi det er nogle holdkammerater. Det er ikke måske dine tætte venner. Du vil heller ikke vise svaghedstegn og alle de her ting. Så det er svært at åbne op på følelser.

I modsætning hertil fremstår fortællingen fra volleyballspilleren i visse henseender mindre hårdt tonet. Selvom hun også beskriver en præstationsorienteret kultur, nævnes fællesskabet og den

sociale støtte i højere grad som ressourcer, muligvis fordi sporten er organiseret med lavere økonomisk gevinst og mindre medieeksponering, og dermed ikke i samme grad fostrer den individualiserede og resultatorienterede tilgang til præstation og relationer.

Der er mange af mine holdkammerater, som er mine gode veninder. Mine to trænere, især den ene af dem, vores assistenttræner, er også... Jeg vil næsten sige, at han er en ven faktisk. Og vi kender hinanden mega godt på holdet. [...] Så det er et meget støttende miljø. Det er meget accepterende. Hvis man ikke har lyst til at komme til træning når man er skadet, så er det helt okay. Hvis man gerne vil komme, så er der altid et smil og et kram. Og hvis man har brug for en skulder at græde på, så kan man bare tage hvilken som helst af de personer der er på banen.

Det er tydeligt at deltagerne, navnlig fodboldspillerne, oplever en konstant vurdering fra flere aktører. Cheftræneren fremhæves ofte som den centrale figur, der har magten til at tildele spilletid og dermed også betydning for spillerens status i klubben. Derudover er det sociale hierarki på holdet nært forbundet med den enkeltes præstation. Flere deltagere beskriver, hvordan gode præstationer ikke blot påvirker fremtidsudsigter og økonomiske muligheder, men også spiller en afgørende rolle for ens sociale position og oplevede værdi i truppen. Benjamin siger:

Det kan være både det, at jeg først og fremmest præsterer på banen, og dernæst give noget energi til dem omkring mig. Hvis jeg er lavest i hierarkiet, og jeg ikke har spillet ligesom i [tysk klub], og så oven i købet er skadet, så skal jeg jo egentlig bare sætte mig ned og tie stille.

Særligt én deltager, Asger, knyttede sin opfattelse af egenværdi og livskvalitet tæt til sin præstation på banen. I hans fortælling fremstår perioder med god form som livsbekræftende og meningsfulde, mens skadesperioder eller præstationsmæssige nedture forbindes med følelser af utilstrækkelighed og frustration.

[...] den første halvanden, to måneder nok, der vil jeg gerne hjem (fra udenlandsk klub). Men så lige pludselig, der har jeg en kamp hvor jeg er god, og så ringer [dansk klub] og laver en aftale

med dem. Derfra var det bare en dans på roser. Der var jeg mega glad for at være der. Så da jeg kommer hjem der, der er jeg virkelig træt af at jeg skal hjem.

Dette peger på, hvordan selvet i eliteidrættens kontekst i høj grad opleves som betinget af evnen til at præstere. Når den skadede atlet derved udelukkes fra den præstationsorienterede hverdag, medfører det ikke blot en pause i karrieren, men også en midlertidig forskydning i deres position på holdet og i det sociale fællesskab.

Teoretisk Fortolkning: Den Præsterende Atlet

I eksemplet med Benjamin, hvor han reflekterer over sin tid i den tyske klub, bliver det tydeligt, hvordan fraværet af præstation – som følge af skade – får direkte konsekvenser for hans sociale position på holdet. Han beskriver, hvordan han i denne periode oplevede at skulle “sætte sig ned og tie stille”, fordi han hverken kunne bidrage sportsligt eller energimæssigt til gruppen. Hermed illustreres, hvordan hans *praktiske identitet* (Korsgaard, 1996) som præsterende fodboldspiller bliver udfordret. I fraværet af sportslig værdi mangler han den normative forankring, som ellers legitimerer hans tilstedeværelse og sociale adfærd. De sociale *impulser* (Korsgaard, 1996) – såsom at tage ordet eller vise initiativ – fremstår som uforenelige med den rolle, han nu oplever at indtage. Hans *praktiske identitet*, den selvbeskrivelse Benjamin identificerer sig med, er således i misforhold til den position, han aktuelt indtager, hvilket skaber en form for normativ inkongruens.

I kontrast hertil fremstår Dittes *praktiske identitet* som mere nuanceret og mindre entydigt knyttet til sportslige præstationer. Hendes fortælling om det sociale miljø i volleyballmiljøet er præget af støtte, nærhed og accept, og selvom præstation stadig spiller en rolle, beskrives konkurrencemiljøet som væsentligt mindre dominerende. Dette giver Ditte en større frihed til at handle i overensstemmelse med sine sociale *impulser* – såsom at søge støtte, vise sårbarhed eller engagere sig relationelt – uden at det opleves som i konflikt med hendes selvforståelse. Hun kan således lettere *refleksivt retfærdiggøre* sine handlinger i lyset af den *praktiske identitet*, hun oplever

sig selv at have i situationen. Det betyder også at Ditte har nemmere ved at finde motivation til at deltage og føler sig mindre udenfor:

Det tror jeg, altså den der følelse af det velkendte og det velkomne, er meget afgørende for, at jeg overhovedet kom. Fordi det var sådan, ja som sagt, så det at jeg spiller volley er for mig, altså det sociale er en kæmpe stor del af det. Jeg hygger mig, med de piger, det er virkelig sjovt at være sammen med dem.

En anden central effekt, af konkurrencemiljøet, knytter sig til den konstante observation og vurdering fra trænere og øvrige aktører i klubben. Med afsæt i begrebet *reflekteret vurdering* (Wallace & Tice, 2012), som beskriver hvordan individet internaliserer andres blikke og forventninger som grundlag for selvsvurdering, skabes et vedvarende pres på at fremstå i et positivt lys. Det pres reflekteres i en selvopfattelse, der hviler meget i trænerens bedømmelse. Dette ses når Asger beskriver betydningen af trænerens bekymring og opmærksomhed på én når man er skadet:

Det betyder meget, når man er skadet, at træneren spørger til, hvordan det går. Jo oftere han spørger til, hvordan det går, jo bedre er det for dig. For det betyder, at han har mere interesse i at få dig tilbage. Hvis han ikke spørger, hvordan det går, så er han også ligeglad med, at man er klar. Det betyder meget, om træneren spørger. Og jeg vil sige, at assistenttræneren er fint, men det er vigtigt, at træneren spørger.

Asgers udtalelse understreger, hvordan trænerens opmærksomhed fungerer som et signal om fortsat relevans og værdi. Når denne interesse udebliver, trues ikke blot fremtidsudsigterne i klubben, men også oplevelsen af at være betydningsfuld som atlet.

I situationen hvor Asger fortæller om sit forhold til de andre spillere på hans position, viser det tydeligt det normative miljø af konkurrence, der dikterer at man i visse tilfælde kan være positiv over skader hos en medspiller, da det betyder at man kan få spilletid. Dette er ikke en ondsindet forestilling hos Asger, men et billede af hans opfattelse af normen og hvad vi tolker som

et perspektiv Asger har fået gennem *tertiær intersubjektivitet* (Rochat et al., 2009). Asger har internaliseret, hvad han opfatter som normen og intentionen i andre atleter. Det er ikke kun for hans eget vedkommende at han forudsætter denne forhåbning i skader:

Interviewer: [...] *tænkte du på, at den anden angrebsspiller sikkert tænkte det samme?*

Øh.. Nej. Det gjorde jeg ikke. Det ved jeg jo han gør. Øh. Nogle gange kan det godt være sådan.. [...] Den anden angriber spørger, hvordan det går. For eksempel hvor jeg havde en lille skade, hvor man godt kan tænke, hold nu bare din kæft. Det behøver du ikke at spørge om.

Altså du ved. Fordi jeg ved godt hvad han... hvad du håber jeg svarer.

Den sociale distancering fra holdkammerater – særligt dem, man konkurrerer med om spilletid – afspejler ikke blot en strategisk positionering, men vidner også om et mere grundlæggende kulturelt narrativ, der gennemsyrrer atleternes selvforståelse. Når Erik beskriver, at man ikke er “tætte venner” med sine konkurrenter, og understreger vigtigheden af ikke at “vise svaghedstegn”, peger det på en internaliseret fortælling om, hvad det vil sige at være en rigtig atlet: Stærk og selvstændig. Disse fortællinger kan anskues som dannet af den *tertiære intersubjektivitet* (Rochat et al., 2009), hvor individets erfaring formes af de kulturelle og institutionelle normer, man er indlejret i. Dette er i tråd med det macho-dominerede præstations-narrativ (Carless & Douglas, 2013), som flere fodboldspillere – implicit eller eksplicit – tilslutter sig, og som skaber en fælles kulturel forståelsesramme. Som tidligere eksemplificeret: “Holdkammerater er fine, og de er rare, og de er gode venner, men det er en selv, det drejer sig om.”. Det er netop gennem sådanne fortællinger, at det narrative selv formes og vedligeholdes. Det fører til en form for gardering, hvor emotionel sårbarhed og åbenhed undertrykkes, fordi det opleves som uforeneligt med rollen som eliteatlet. Garderingen opstår, fordi atleten forventer, at sårbarhed ikke anerkendes som legitimt inden for den kulturelle ramme af elitesport. Det, at udvise emotionel åbenhed, kan tolkes som svaghed og gennem *reflekteret vurdering* (Wallace & Tice, 2012) internaliserer atleten denne norm og tilpasser sin adfærd herefter. I forlængelse heraf bliver det tydeligt, hvordan en snæver *praktisk identitet*

(Korsgaard, 1996), centreret omkring præstation og konkurrence, ikke blot formes af egne idealer, men også understøttes og stabiliseres gennem sociale og narrative strukturer. Effekterne af præstation- og konkurrencedreven *praktisk identitet*, bliver desuden forstærket af den fysiske separation de skadede spillere oplever.

Separation: På Den Anden side af Kridtstregerne

Et gennemgående tema til stede hos samtlige deltagere var betydningen af den fysiske separation fra holdet under skadesperioden. Oplevelsen af dette stod stærkest for flere på det tidspunkt atleterne mødte ind, hvor de socialiserede kort med holdkammerater inden de så gik hver til sit; holdet ud på banen, deltageren til genoptræning:

Men det der tidspunkt, det er det værste tidspunkt faktisk. Det der om morgenen, den der, nu skilles vore veje, nu går i ud og gør det vi alle sammen elsker. Og så går jeg op og laver det, vi alle sammen hader. (griner) Virkelig. Det var sådan det var. Det er sådan en misundelse på en eller anden måde.

Her ses det hvordan atleten fra starten af dagen fysisk separeres fra resten af holdet. Træningsbanen symboliserer ikke blot den aktive udøvelse af sporten, men også tilhørsforholdet til holdet – den er både arena for præstation og ramme for fællesskab. Særligt fodboldspillerne beskrev, hvordan fællesskabet udenfor banen blev skabt i oplevelserne på banen, og de efterfølgende samtaler og vurderinger der opstod. Den fysiske separation af atleten fra træningsbanen var derfor særligt hård for flere deltagere:

Det der med at være en del af hele livet omkring holdet, og livet omkring holdet, det er jo det, der sker ude på banen. Det er... det er at opleve dem, der ikke... dem der finder ud af, at de ikke skal starte inde, og hvor frustrerede de er, og hvor... hvad vi træner på. Og nogle gange kan det være bare for at se nogen gå til den og tackle hinanden og sådan noget. Det er det der, man savner.

Selvom sociale relationer opretholdes gennem fælles morgenmad, frokost osv. så vil man som skadet spiller aldrig kunne indgå i 'livet' omkring holdet, uden den fysiske deltagelse i træningen, yderligere eksemplificeret når Erik siger:

Selvfølgelig er der stadig det der fællesskab, du spiser stadigvæk frokost med dem og de her ting. Men den ting som du elsker, og det som du... og det her fællesskab og det her fælles mål, man har som hold, jamen det er du ligesom ikke en del af.

Foruden træningen bliver kampe præsenteret som et centralt element i udførelsen af atletrollen. Til træning, når atleten genoptræner, kan rollen som atlet tilnærmelsesvis opretholdes, i og med at daglige rutiner og arbejde fuldføres. Til kampe opstår en anden situation, hvor atleten fysisk og symbolsk bliver holdt udenfor den arena, som deres rolle særligt kommer til udtryk i. Her bliver man, som Frederik beskriver, ikke bare sat på bænken, men skubbet helt ud af rollen og reduceret til tilskuer:

Jamen, det vigtigste for fodbold det er den fodboldkamp. Og det kan man ikke være med til. Og man er i hvert fald ikke med på banen, man sidder på tribunen og kigger, så man er mere en fan end en spiller nærmest.. Så det er meget tydeligt for alle, at man ikke er en del af det på samme måde, som hvis man bare var blevet fravalgt på kampdagen.

Separationen fra fællesskabet på holdet var særligt tydeligt for Asger, da han kort efter at skifte til en ny klub blev skadet, og derfor ikke havde haft mulighed for at blive en del af fællesskabet gennem aktiv deltagelse på træningsbanen:

Man kan jo godt socialisere uden rigtig altså, uden rigtig at komme ind på folk. Og det er sådan lidt sådan jeg oplever. Du ved man sidder og joker lidt i omklædningsrummet, men man kommer ikke ind og får det samme forhold, som jeg har oplevet andre steder, fordi jeg har været skadet. Og ikke har spillet. Så det er sådan et... (host) Forsøg på ligesom at... få lidt socialt, men det bliver aldrig det samme. Det gør det ikke. Det er det sted, jeg har haft det sådan... altså dårligst. [...] Jeg bliver ikke en rigtig del af det på noget tidspunkt.

Her viser Asger, hvordan deltagelsen på træningsbanen fungerer som en indgang til fællesskabet på holdet, samt betydningen af timingen af skaden. Det sociale liv i omklædningsrummet blev oplevet som overfladisk, og forsøget på integration uden aktiv deltagelse i træning og spil føltes utilstrækkeligt. Han havde endnu ikke nået at etablere en plads i det sociale hierarki, og uden adgang til træningsbanen blev han hurtigt placeret i en marginal position.

Samtlige deltagere reflekterede over betydningen og graden af observation af de andres træning, med vidt forskellige oplevelser og resultater af deltagelsen. For Casper var det pålagt spillerne at være til træning selv når de ikke selv kunne deltage, hvilket han beskrev som værende med til en bibeholdelse af de sociale relationer. Ditte beskriver det at være til stede ved træningen som en påmindelse om skaden og dens fysiske begrænsninger, men at deltagelsen alligevel var positiv: *“Men jeg blev ikke trist af at være der. Det var tværtimod. Jeg blev mere fyldt op.”*

For Ditte bliver det at være nær det sportslige fællesskab en kilde til glæde og mening – en mulighed for at bevare forbindelsen til sporten og til sin identitet som atlet. I kontrast til dette beskriver Benjamin, hvordan manglen på et positivt socialt miljø helt fjernede lysten til at deltage, selv som observatør. Når det sociale bånd til holdet er brudt, mister selv den passive tilstedeværelse sin værdi:

I [tysk klub] der gad jeg sgu ikke at blive og kigge. Jeg vidste, at jeg var færdig i klubben, så jeg tænkte, hvad fanden skal jeg kigge på de røvhuller for?

For Benjamin giver observation af træning kun mening, hvis formålet er øget deltagelse i fællesskabet, enten som indgangsvinkel i en ny klub eller opretholdelse af de eksisterende sociale relationer. I dette tilfælde har Benjamin intet behov for at oprette eller bibeholde de sociale relationer, da han er på vej ud.

Teoretisk Fortolkning: Kropslig Situering og “Livet på holdet”

For fodboldspillerne bliver træningsbanen en arena der gennemsyrrer spillernes narrativ omkring “livet på holdet”. Det er en fysisk placering spillerne befinder sig på og konkurrerer i, men den *kropslige situering* på banen (Gallagher, 2005) har større betydning end blot det konkurrencemæssige aspekt fra tidligere.

En anden forklaring på betydningen af deltagelse i træningen ses i eksemplet fra Asger, der beskriver hvordan man ikke kan mærke frustrationerne i de andre spillere, reaktionen ved en stor tackling, osv. Dette kan helt grundlæggende skyldes manglen på den form for *primær intersubjektivitet* (Terrace et al., 2022) der opleves intuitivt i det kropslige udtryk og gensidighed atleterne oplever ved deltagelse i træning - og hvorfor det ikke er det samme når man kigger på. Asger beskriver eksempelvis at det kan hjælpe at se på, da man derved kan tage del i de efterfølgende samtaler, men uden at kunne *føle* det.

Ligesom når jeg har været ude på banen og kigget, så har jeg lidt mere en forståelse af, hvad der foregår, hvad der skete på træningsbanen, og så når folk kommer ind, så kan jeg bedre connecte med dem og snakke med dem.

Forbindelsen til det sociale på banen, og det at observere spillerne, kan til gengæld skifte markant, ud fra hvordan atletens livsverden ser ud. I Benjamins udlægning beskrives det, hvordan han ikke ønsker at observere de andre spillere, og kalder dem ligefrem “røvhuller”. Hans udtalelse er ikke rettet mod nogen bestemt, men opfattelsen af at være “på vej ud” påvirker hans *affektive intentionalitet* (Krueger, 2019) og farver hans relationelle perspektiv mod holdet, grundet hans ansættelsesforhold. Han oplever altså ikke blot en kropslig eksklusion fra træning og en social udelukkelse fra samtaler, men også en indre distancering, hvor følelsen af at høre til forsvinder. Oplevelsen af at være skadet, på vej ud af en klub, virker derfor til at have en kumulativ negativ effekt, hvor forskellige aspekter af selvet bliver påvirket.

I den forbindelse bliver det tydeligt, hvor udfordrende det kan være at etablere sin identitet på et nyt hold, hvis man ankommer med en skade eller pådrager sig en skade kort efter ankomsten. Asgers oplevelse med omklædningsrummet illustrerer, hvordan en sådan situation kan forhindre udviklingen af det sociale selv. Ifølge Gallagher (2024) er det sociale selv kontinuerligt skabt gennem interaktioner. Hvor skader ofte fører til en forstyrrelse af allerede eksisterende relationer, peger dette eksempel på en endnu dybere udfordring: Nemlig fraværet af mulighed for overhovedet at påbegynde udviklingen af det sociale aspekt af selvet i relation til holdet. Konsekvensen bliver, at den *praktiske identitet* (Korsgaard, 1996) som ‘præsterende atlet’ fastholdes som den primære selvforståelse – en identitet, som allerede er sat under pres på grund af skaden. Atleten er altså “fanget” i sin identitet som har *forpligtelser* (Korsgaard, 1996) til at præstere, men uden at være i stand til det, og uden adgang til at etablere en alternativ eller supplerende identitet gennem socialt samspil.

Frederik udtrykker i sit citat særligt kampen som en central arena for både det narrative, sociale og kropslige. Ved en udeblivelse fra holdet baseret på taktiske valg af træneren, er man stadig en del af holdet qua ens potentiale til at deltage og genvinde sin plads. Sat på tilskuerpladsen er den *kropslige situering* markant anderledes fra det at deltage, både aktivt og fra bænken. Skadesperioden eksemplificerer en midlertidig men total eksklusion fra præstations-rollen på banen og det sociale fællesskab med holdkammeraterne i kampsituationen. Med dette bliver kampen et identitetsbærende knudepunkt for atleten.

Noget der virker til at mitigere de negative effekter af atletens manglende evne til at leve op til sin *praktiske identitets forpligtelser*, er trænerens rammesætning og forventninger. Hos Casper implementerer træneren kravet om at spillerne møder op til træning selv når de er skadet.

Jeg var der faktisk stort set til alle træninger, selvom jeg ikke trænede. Det var jo egentlig også en del af vores aftale fra dengang, man skulle skrive under på en kontrakt.[...] Og det er uanset hvad. Så jeg kom derud stort set hver gang. Jeg kiggede på, støttede drengene, hyggede lidt

med dem. Når de fik en vandpause, så stod man lige og snakkede lidt med dem. Fyrede lige en joke af i ny og næ. For at bibeholde den relation til dem.

Denne praksis – og Caspers aktive engagement i den – muliggør både en opretholdelse og en re-konfiguration af hans *praktiske identitet*. I stedet for at være fastlåst i rollen som den, der “burde præstere, men ikke kan”, træder en ny *forpligtelse* frem: At være til stede og støtte holdkammeraterne. Dette betyder også at man har nemmere ved at “fyre en joke af”, da den sociale *impuls* (Korsgaard, 1996) refleksivt kan retfærdiggøres. Der opstår et rum for fortsat intersubjektivitet og meningsfuld deltagelse, selv i fraværet af fysisk præstation.

Oplevelserne af separation er ikke udelukkende forbundet til den fysiske separation fra holdet, men også adskillelsen fra at ‘gøre det man elsker’ – et tab af mening i tilværelsen. Sporten blev ikke blot set som en karriere, men som en livsbærende praksis fyldt med passion. For samtlige deltagere var sporten noget, der startede tidligt, før sporten var et erhverv og udelukkende var for sjov. At miste adgangen til disse oplevelser, og dermed til en central kilde til identitet, struktur og mening, forstærkede det mentale pres og det sortsyn, der fulgte med skadesperioden. Ditte siger: “Min største drivkraft er stadig, at jeg synes, det er virkelig sjovt”.

Rollen på Holdet: “Så er du lige pludselig ingenting”

En skade medfører for mange af deltagerne ikke blot en fysiologisk begrænsning, men også en markant forskydning i deres rolle på holdet. Fodboldspillerne beskriver, hvordan skadesperioden er præget af en oplevelse af at miste relevans, både som sportsligt bidrag og som social aktør i truppen. Den centrale position, man måtte have som starter eller som en stemme i omklædningsrummet, forsvinder i takt med, at man ikke længere kan bidrage på banen. Flere deltagere beskriver, hvordan de tidligere oplevede sig selv som betydningsfulde, ikke kun gennem deres præstationer, men også som dem, der skabte stemning, tog ansvar eller satte tonen i gruppen.

Men under skadesperioden forsvinder den følelse af berettigelse til at tage del i fællesskabet, særligt i situationer hvor samtalen drejer sig om spillet. Som Frederik beretter:

Jeg tror helt sikkert, at der er en eller anden usagt forventning om, at skadede spillere ikke skal sige så meget og ikke fylde lige så meget. Man bliver jo også spurgt mindre ind, fordi man ved ikke, hvad der foregår ude på træningsbanen og på kampbanen på samme måde. Så man bliver ikke inddraget i samtalerne omkring, hvordan det går og hvad man skal ændre. Så det mærker man jo også selv.

Ditte, som ellers beskriver en mere støttende kultur i volleyballmiljøet, oplever også, at hendes rolle ændres under skaden. Hun fortæller, hvordan hun i højere grad holder sig tilbage med kommentarer til spillet, fordi hun ikke længere føler, at hun har den samme legitimitet. Selvom hun fortsat føler sig inkluderet socialt, er der en implicit grænse for, hvornår hendes stemme har vægt – en grænse, der sættes af hendes manglende aktive deltagelse. Hun siger: ”Så jeg prøvede at holde mig lidt mere på sidelinjen, og ikke, ja, ikke, og mere bare sådan være der, uden rigtigt at sige så meget”.

Hos fodboldspillerne er oplevelsen af rolleforandring tæt forbundet med spillernes følelse af værdi. Når man ikke længere kan præstere, sættes ikke kun den fysiske krop, men også selvet og den sociale identitet midlertidigt ’ud af spillet’. Man bliver en passiv livsaktør der optager plads uden at give noget tilbage. Der var en generel oplevelse af, at det mentale dyk ikke kun relaterede sig til fraværet fra spillet, men også til et udtalt tab af identitet og formål, som skaden medførte. For mange havde sporten været omdrejningspunktet for livsindhold og selvforståelse, og skaden åbnede op for et uventet og dybt følelsesmæssigt tomrum. Asger beretter tydeligt om dette tab med ordene:

Fordi så er du lige pludselig ingenting. (*Interviewer: Ingenting?*) Hvis du ikke ka’.. Hvis alt det, de kender dig for, ikke er noget du gør eller kan, så er du jo ikke rigtig noget værd.. Altså, man kan jo godt være glad, selvom man er skadet, så det er jo ikke sådan at.. men det er jo

basically den følelse, man sidder med, at så'n.. nå nu er min identitet den er.. den er ikke noget værd.

Han siger også:

Du bliver ligegyldig. Det er sådan jeg vil sige det. Du har næsten ikke noget at bidrage med i den her verden. Altså det er meget stort holdt op. Men du har ikke... Det du kan, det kan du ikke. Så hvad kan du? Jamen ingenting.

En række af spillerne benytter sig af enslydende beskrivelser, og Eriks udsagn fremhæver særligt overraskelsen over de psykiske belastninger, som fulgte med skaden:

Jeg tror, at det her med skader, det er mere mentalt hårdt, end det er fysisk hårdt. Det er den mentale del, der gør mest ondt, og det er den, jeg nogle gange tror, der slår en mest ud. Den fysiske del. Altså enten så er du fodboldinvalid, eller så kommer du dig igen. Men det her mentale, det her med at føle, at dit liv bliver vendt på hovedet. Du hører ikke til.

Granskning af empirien tydeliggjorde hvorledes følelsen af at være 'ligegyldig' bliver særligt intens i de klubber og miljøer, hvor identiteten i høj grad er forbundet med præstation og hierarki. I nogle tilfælde førte det til en aktiv tilbagetrækning, ikke blot fra fællesskabets engagement i spillet, men også fra det sociale liv. Andre forsøgte at finde måder at opretholde deres tilstedeværelse og rolle, eksempelvis ved at man, som det tidligere er beskrevet, er til stede som observatør ved træning. Nogle atleter beskrev, at det med alderen blev lettere at indtage en ikke-præstationsbaseret rolle i truppen. De oplevede i højere grad at kunne fungere som mentorer eller mæglerfigurer, og det bidrog til at fastholde en følelse af betydning og kontinuitet, selv under skadesperioder. Asger fortæller om den sene tid af sin karriere:

[...] Det gjorde jeg på en måde lidt sådan. Jeg sørgerde for alt var som det skulle være derinde (i omklædningsrummet, red.). Og så har jeg givet feedback til trænere. [...] Jeg har været i [klub],

for eksempel til sidst, der var jeg meget talerøret for hele truppen. [...] der er jeg ikke særlig god. Så det var min måde at bidrage med. Så det var fint. Det havde jeg det rigtig godt med.

Men som flere beskriver, er det svært at finde en meningsfuld erstatning for den rolle, man mister, når man ikke længere kan være med på banen.

I sidste ende peger deltagernes fortællinger på, at rollen på holdet ikke alene handler om spilletid, men også om adgang til en særlig form for mening og identitet. Når denne rolle midlertidigt forsvinder, skabes et tomrum, som mange forsøger at udfylde, nogle med midlertidige strategier, andre med et mere grundlæggende behov for at genfinde retning og mening. Dette tab af rolle og identitet under skadesperioden havde for mange ikke blot konsekvenser i den sportslige kontekst, men rakte også ind i deres privatliv og selvopfattelse uden for klubben – et aspekt vi udfolder nærmere i analysens sidste tema.

Teoretisk Fortolkning: “Jeg har ikke noget at bidrage med”

Eriks udsagn – “enten så er du fodboldinvalid, eller så kommer du dig igen” – illustrerer en dikotomisk forståelse af identitet og af de narrative muligheder fodboldspillerne kan orientere sig efter. Der tegnes et billede af, at man enten genvinder sin funktion som præsterende atlet, eller må forlade sporten helt. Selvom dette i praksis ofte er rigtigt, reflekterer det også et narrativ, hvor det ikke opfattes som muligt at udvikle en legitim identitet i sporten, som ikke er knyttet til aktiv præstation. Det sociale rum på holdet tilbyder således i udgangspunktet kun én accepteret rolle, hvilket især rammer yngre spillere, som endnu ikke har opbygget normativ autoritet eller erfaring.

Denne strukturelle fastlåsning aktualiserer Korsgaards begreb om *praktisk identitet* (1996): Når ens handlemuligheder og normative begrundelser er uløseligt knyttet til præstation, bliver skaden ikke blot en fysisk begrænsning, men en identitetsmæssig krise. Som Benjamin tidligere

beskriver det, føler han ikke, at han har noget at bidrage med, og derfor ingen grund til at engagere sig – hans *impulser* kan ikke retfærdiggøres, fordi de ikke understøttes af hans selvforståelse.

I kontrast hertil står udviklingen, vi ser hos Asger. I takt med at hans rolle på banen mindskes, og præstationen ikke længere er central, opstår muligheden for at udvikle en ny *praktisk identitet* – som “talerør for holdet” og kulturbærer. Han beskriver, hvordan hans blik for alternative måder at bidrage på først opstår sent i karrieren:

Det skal vi helt frem til de sidste år, hvor jeg er i [dansk klub], hvor holdet bliver større end mig, fordi jeg ligesom er færdig. Jeg er ikke ambitiøs mere. Jeg håber mest for holdet mere end mig selv.

Hans udtalelser tidligere i afsnittet om at man ikke har noget at bidrage med i denne verden, kan tolkes som en repræsentation af *identity foreclosure* (Brewer & Petitpas, 2017), da hans rolle – ikke bare på holdet – er indsnævret. Han har ikke haft blik for, at der var andre muligheder end fodbold og at skulle præstere, før han er blevet ældre, og får øjne for hvordan han ellers kan bidrage. Med skabelsen af en ny *praktisk identitet* som “talerør for holdet”, oplevede Asger en ny mening med tilværelsen i sporten:

Så var jeg i en position, hvor jeg godt kunne gå til træneren og sige, “du skal vide, det her, det er ikke særlig populært at du gør det her”, for ligesom at hjælpe ham og for at hjælpe alle egentlig.

Denne transformation opstår dog ikke spontant, men er muliggjort af det normative landskab, han har iagttaget gennem sin karriere. Han har set ældre spillere indtage disse roller før ham, og den normative struktur, der begrænser de yngre spilleres mulighed for samme, bliver dermed tydelig. Retten til at omdefinere sin *praktiske identitet* er ikke ligeligt fordelt, men afhænger af erfaring, status og alder. Det er ikke alle, der får adgang til nye roller – og slet ikke på egne præmisser.

Særligt denne pointe i hvordan aldring i elitesport medfører en gradvis åbning mod ny forståelse af mulige identiteter og roller, er vigtig for det overordnede narrativ hos atleterne. Dette kan forstås i forlængelse af den tidslige struktur i narrativ identitet, som Ricœur (1991) og McAdams & McLean (2013) beskriver. Narrativ identitet er ikke statisk, men udvikles over tid gennem fortolkning af tidligere erfaringer og forestillinger om fremtidige muligheder. Det at blive ældre i sporten indebærer ikke blot en forandring i fysisk kapacitet, men også et skifte i den måde, man fortæller og forstår sin egen rolle i fællesskabet. Hvor den unge atlet ofte fortæller sig selv i lys af fremtidige præstationer og potentiale, begynder den ældre atlet i højere grad at fortolke sin tilstedeværelse i sporten gennem tilbageblik, refleksion og alternative måder at være betydningsfuld på.

Fritid og Fremtid: “Hele mit liv har jeg været fodboldspilleren”

Det fjerde og sidste tema, *Fritid og Fremtid*, udspringer af deltagernes fortællinger om, hvordan skaden rækker ud over hverdagen i klubben og ind i både deres fritidsliv og fremtidsperspektiver. For mange af informanterne var det tydeligt, at fodbold ikke blot var en beskæftigelse, men den centrale akse, som hele deres tilværelse drejede omkring. Dette blev særligt tydeligt i den periode, hvor de var skadet. En tid, hvor fraværet af træning og kampe ikke blot indebar en pause i karrieren, men også et markant tab af struktur, mening og identitet i hverdagen.

Flere fodboldspillere fortalte, at de stort set ikke havde interesser uden for sporten. Når skaden derfor fratog dem muligheden for at deltage aktivt i fodboldens rytme, opstod der et tomrum. For nogle fremstod fritiden som uudholdelig, et sted, hvor både selvværd og retning midlertidigt forsvandt. Skaden blev i denne sammenhæng ikke blot en fysisk forhindring, men en eksistentiel udfordring, fordi den satte dem uden for den eneste livsstil, de kendte og havde investeret sig i. I forhold til spørgsmålet om hvad han foretager sig når han kommer hjem fra træning, svarer Asger:

Jamen ikke rigtig noget, sådan husker jeg. Jeg husker ikke, at jeg laver noget. Jeg husker bare det hele det går bare ud på... Jeg går bare hjem og slapper af. Jeg laver ingenting.

Denne oplevelse blev for nogle yderligere forstærket i sociale sammenhænge uden for klubben. Flere udtrykte, at samtaler med omgangskredse uden for sporten og mødet med nye bekendtskaber ofte kredsede om netop fodbold. Når de som skadede ikke længere kunne bidrage aktivt til sporten, oplevede de derfor en synliggørelse af, at deres person var reduceret til rollen som *fodboldspilleren*. Mødet med andre blev for flere en frustrerende påmindelse om deres uønskede situation.

Så alle der spørger, alle man snakker med, alle der spørger en om noget... når jeg kommer ud... altid... så har folk altid spurgt ind til fodbold. Altså det er lige meget om det er familiefester eller nede i byen, eller det er, jeg var oppe og se håndbold eller jeg er på en eller anden minigolfbane, eller hvor fanden de folk møder mig så har det altid været fodbold, de har spurgt ind til, hvordan var det og... hvordan var det og du ved.

I kontrast hertil stod Dittes oplevelser, idet hun fortalte om sociale relationer og interesser uden for sporten, der i højere grad kredsede om andre emner end volleyball. Hun beskrev, hvordan hun havde adgang til fællesskaber og beskæftigelser, såsom uddannelse og personlige interesser, hvor hendes identitet ikke var bundet op på hendes rolle som atlet.

Flere atleter nævnte at det var vanskeligt at tale med andre om hvordan de egentlig havde det, fordi de ofte oplevede en mangel på forståelse fra personer som ikke selv dyrkede elitesport. Dette gjaldt også i relationen til familien. Her blev familien på den ene side beskrevet som en vigtig følelsesmæssig støtte, men samtidig også som en kilde til frustration, fordi familiemedlemmer ikke altid forstod hvad de gennemgik og hvordan deres genoptræningsarbejde fungerede. Frederik siger blandt andet:

Fodbold er så nemt for næsten alle at snakke om. [...] når det går godt, så er det dejligt, fordi det er nemt at snakke om. Men når det går dårligt, så er det ikke så sjovt hele tiden, at blive

spurgt om det. [...] Jeg havde i hvert fald en periode, hvor jeg syntes, det var rimelig træls at høre, at alle mente, at de havde en løsning på, hvordan jeg skulle blive skadesfri. [...] jeg er trods alt elitesportsudøver. Der gælder måske ikke helt de samme ting for, at en eller anden gik fra at være skadet til, at nu kan de godt gå ned og købe ind og tage ud og cykle en halv time om hverdagen. Hvor jeg skal hen et sted, hvor jeg kan tåle en rigtig tung belastning, 6 ud af 7 dage. Og så sidde og lytte tålmodigt til nogle tips, som lyder meget langt ude.

Det var gennemgående for interviewene, at skaden uundgåeligt rejste bekymringer omkring fremtiden. Flere deltagere beskrev, hvordan tvivl og uro trængte sig på i takt med, at genoptræningen skred frem. Spørgsmål om, hvorvidt man ville vende tilbage til tidligere niveau, eller i det hele taget vende tilbage, fyldte i perioden. For nogle blev disse tanker afvist eller undertrykt, og flere udtrykte, at det slet ikke var en mulighed at forestille sig, at de ikke skulle komme tilbage. Denne kompromisløse tilgang vidner både om en stærk sportslig identitet og om de høje forventninger, deltagerne havde til sig selv. Den mentale strategi for mange bestod netop i at fokusere entydigt på at 'overvinde' skaden og komme tilbage stærkere end før. Benjamin siger:

Min første korsbåndsskade, det var egentlig ikke så slemt, fordi jeg glædede mig hver gang, fordi nu var jeg ligesom, hver gang der var noget fremskridt, så var der et plus for mig, og det betød noget for mig. Og jeg havde det lidt ligesom hele tiden, den her, det kan godt være, at de siger 9 måneder, men jeg kan gøre det på 5, eller jeg kan gøre det på 6. Så jeg havde jo det her konkurrence-gen og det var også derfor, at jeg kom for tidligt i gang.

Bekymringen eller usikkerheden omkring fremtiden og oplevelsen af tomhed i fritiden synes i høj grad at være relateret til graden af sportslig identitetsbinding og fraværet af alternative perspektiver i livet. For de deltagere, hvor sporten udgjorde en reel levevej, de mandlige fodboldspillere på højeste niveau, og som samtidig ikke havde gjort sig tanker om et liv efter karrieren, var følelsen af tab og uro mere udtalt. Det samme gjorde sig gældende for spillere uden sideløbende uddannelse

eller interesser uden for sporten. Her synes skaden at udløse en identitetskrise, fordi den truede det eneste livsprojekt, de hidtil havde investeret i. Erik fortæller:

Hele mit liv har jeg været fodboldspilleren.. og den hænger lige pludselig i en tynd tråd. Jeg havde ikke gjort mig nogen forestillinger om, hvad jeg skulle lave bagefter. Fordi man, ligesom, lever i nuet, og man har ikke råd til at tænke for langt frem og.. Det er ligesom en kort karriere, og den skal du have så meget ud af som muligt.. Så det var en sindssygt hård periode.

Teoretisk Fortolkning: Helte-narrativet og Det Sociale Tomrum

I temaet *fritid og fremtid* bliver det tydeligt – ikke blot for analysen, men også for deltagerne selv – hvor omfattende deres *identity foreclosure* (Brewer & Petitpas, 2017) har været. Skadesperioden fungerer som et vendepunkt, hvor de bliver konfronteret med, hvor ensidigt deres identitet er blevet forstået og bekræftet af omgivelserne. Flere fodboldspillere beskriver, hvordan deres sociale interaktioner – selv i nære relationer som familiesammenkomster – næsten udelukkende handler om fodbold. Det er den eneste rolle, de bliver tiltalt i, og det er herigennem, deres værdi anerkendes. Dette er i modsætning til Ditte, som bevidst opsøger og opretholder sociale relationer uden for sporten.

For fodboldspillerne medfører skaden et refleksivt brud, hvor de gennem den *reflekterede vurdering* bliver opmærksomme på, at de ikke blot selv har investeret identitetsmæssigt i fodbolden, men at deres omverden også i høj grad har fastholdt og forstærket denne ene identitetskonstruktion. Det er først, når præstationen ikke længere er mulig, at eksklusiviteten og sårbarheden i denne identitet træder tydeligt frem.

De sociale relationer uden for sporten viser sig ligeledes at være udfordrende for flere af fodboldspillerne. I skadesperioden oplever de et øget skel mellem deres identitet som atlet og de sociale normer og interaktionsformer, der dominerer uden for sportens verden. Dette kan forstås som en forstyrrelse i den *tertiære intersubjektivitet* (Rochat et al., 2009), hvor samspillet med andre

tidligere har været stabilt funderet i et fælles sprog og forståelsesramme omkring sporten. Når atleten ikke længere kan tale ind i oplevelser med træning, kamp og præstation, opstår der et identitetsmæssigt tomrum, også i interaktion med nære relationer. Det normative perspektiv, som atleten har opbygget omkring, hvordan man bør opføre sig og hvad man bør kunne bidrage med i samtaler, passer ikke længere ind – hverken i det sportslige eller det private rum.

Denne dobbeltforskydning forstærker følelsen af at være uden for begge fællesskaber: I klubben fordi man ikke længere præsterer, og i privatlivet fordi normativiteten er anderledes. Frederik beskriver, hvordan dette opleves i relationen til venner og familie:

Jeg kan også mærke, at mine venner og familie synes også, at det er lidt svært. Hvor meget skal man spørge ind? Fordi de også godt kan høre, hvor meget. Jeg har ikke lyst til at snakke om det hele tiden. Især hvis der ikke er så meget forandring fra uge til uge

Det narrative selv udfordres yderligere, når spillerne konfronteres med forestillinger om fremtiden. For mange fodboldspillere er det vanskeligt at se sig selv som andet end atleter – og samtidig ved de, at de ikke kan blive ved med at være det samme. Dette skaber en grundlæggende spænding i den narrative struktur, som ifølge Ricoeur netop bygger på oplevelsen af kontinuitet over tid. I skadesperioden forsøger mange atleter dog at opretholde fortællingen om det præsterende selv – blot med en midlertidig forskydning: De fortæller sig selv og omgivelserne, at de vil vende tilbage stærkere end før eller hurtigere end forventet. Dermed bevares identiteten som atlet gennem en slags narrativ udsættelse, hvor præstation stadig er det centrale, blot rykket til et fremtidigt tidspunkt, som Benjamin der siger “det kan godt være, at de siger 9 måneder, men jeg kan gøre det på 5”. Denne form for “helte-narrativ” fungerer som en midlertidig stabilisering af selvfortællingen og giver mening i en situation præget af tab og uvished. Casper udtrykker:

Og især da jeg var sådan, at nu var jeg jo ikke særlig gammel, så man føler sig lidt som en helt. Jo, men jeg kan da sagtens gå. Jeg kan sagtens tage benpres igen. Jeg kan sagtens træne leg

extensions og sådan noget. Altså det kan jeg sagtens nu. Jeg er videre fra elastikker, så jeg kan også godt lige komme med ud og løbe lidt, komme med ud og sparke lidt til bolden.

Men når blikket rettes længere ud i fremtiden – mod tiden efter skaden, eller mod karrierens afslutning – bliver det vanskeligere at fastholde den sammenhængende fortælling. Ifølge McAdams og McLean (2013) er forestillinger om fremtiden en integreret del af den narrative identitet, og når disse fremtidige billeder ikke længere kan forbindes med fortiden og nutiden i en meningsfuld helhed, opstår identitetsmæssig ustabilitet. For flere deltagere bliver det tydeligt, at de ikke har udviklet alternative selvfortællinger, som rækker ud over det præsterende atletiske selv. Det, de ser ind i, er ikke blot en karrieremæssig afslutning, men et identitetsmæssigt tomrum. Frygten for ikke at vende tilbage bliver dermed ikke kun en fysisk bekymring, men en eksistentiel krise: Hvem er jeg, hvis jeg ikke skal være atlet?

Diskussion og Perspektivering: Tanker i Tillægstiden

I det følgende afsnit vil vi først opsummere og diskutere vores resultater samt sammenligne dem med den eksisterende litteratur. Efterfølgende vil vi komme ind på metodiske og teoretiske refleksioner, samt hvad vi ser som relevant videre forskning for yderligere afdækning af genstandsfeltet. Afslutningsvis vil vi perspektivere bredere, primært omkring hvordan vores fund sættes i relation til vores fremtidige erhverv som psykologer.

Opsamling og Diskussion af Resultater

Formålet med dette projekt var at undersøge, hvordan elitesportsudøvere oplever deres identitet og selvopfattelse under et længerevarende skadesforløb. Det første tema, ‘Konkurrencemiljø’, belyser, hvordan det miljø fodboldspillerne færdes i, opretholder en normativ struktur centreret omkring konkurrence, hvilket i høj grad præger deres relation til

medspillere og deres oplevelse af sig selv. For fodboldspillerne betød dette en tendens til lavere grad af sammenhold – især med medspillere på samme position – og en tydelig prioritering af egne præstationer over kollektivet. Dette opsummeres af citatet: “det er en selv, det drejer sig om.” I kontrast hertil beskrev volleyballspilleren et langt mere inkluderende og støttende miljø, hvor det sociale fællesskab og glæden ved sporten vægtede højere end intern konkurrence.

Teoretisk viser dette sig i forskelle i deltagernes *praktiske identitet* (Korsgaard, 1996). Hos fodboldspillerne fremstår identiteten tæt forbundet med rollen som den præsterende atlet, hvilket betyder, at deres *impulser* – for eksempel ønsket om at indgå socialt – ofte ikke kunne retfærdiggøres refleksivt, så længe de ikke kunne præstere fysisk. Dette førte i flere tilfælde til en oplevelse af social tilbagetrækning eller eksklusion. Volleyballspillerens *praktiske identitet* var derimod tættere knyttet til rollen som en god holdkammerat, hvilket muliggjorde, at hendes sociale *impulser* lettere kunne retfærdiggøres, også under skade.

Konkurrencemiljøet påvirkede desuden atleternes selvopfattelse gennem sociale mekanismer, særligt i form af den *reflekterede vurdering* (Wallace & Tice, 2012). Atleterne internaliserede ikke blot andres opfattelser generelt, men særligt trænerens blik fremstod som centralt. Træneren fungerede som en særlig målramme for selv vurdering, netop fordi spillerne befinder sig i en konstant evalueringssituation, hvor deres præstationer løbende bliver observeret, vurderet og sammenlignet. Denne kontinuerlige eksponering betød, at trænerens opmærksomhed – eller mangel på samme – fik en betydelig indvirkning på spillernes oplevelse af værdi og selv.

Det andet tema, Separation, tydeliggjorde betydningen af den *kropslige situering* for oplevelsen af at være en del af fællesskabet – det der blev omtalt som “livet på holdet”. Det var ikke tilstrækkeligt at være fysisk til stede; det var deltagelsen *på banen*, i den kropsligt situerede interaktion, der skabte oplevelsen af tilhørsforhold. Her bliver *primær*

intersubjektivitet (Terrace et al., 2022) – det direkte, sanselige samspil mellem mennesker – centralt. På banen er atleterne gensidigt rettet mod hinanden i handling, hvilket udgør en essentiel ramme for oplevelsen af at høre til. Denne betydning blev særligt tydelig hos spillere, der var nye i klubben. Her opleves skaden som en forhindring for udviklingen af det sociale selv, fordi adgangen til fællesskabet – gennem kropslig medvirken i træning og spil – var afskåret. I nogle tilfælde kunne denne oplevelse delvist imødegås ved at observere træningen. Selvom observation ikke giver adgang til den kropslige intersubjektivitet, muliggør det en vis grad af tilstedeværelse i det sociale liv – for eksempel gennem fælles referencerammer i omklædningsrummet. Effekten af denne observerende deltagelse blev yderligere forstærket, når den var strukturelt understøttet – eksempelvis når træneren gjorde det til en forpligtelse, at også skadede spillere skulle møde op til træning. Da observationen integreres i den eksisterende praktiske identitet som en *forpligtelse* (Korsgaard, 1996), de nu skal leve op til, mindskes identitetskrisen.

Spillernes 'Rolle på holdet' fremstår som et kumulativt tema, der samler og forbinder de tidligere beskrevne omstændigheder. Konkurrencemiljøet bidrager til at definere normerne for deltagelse og etablerer et hierarkisk rollesystem, hvor værdien af den enkelte spiller i høj grad afhænger af deres evne til at præstere. Samtidig vanskeliggør den manglende *kropslige situerings* under skadesforløb adgangen til det sociale miljø i en sådan grad, at det bliver udfordrende for spilleren at opretholde, eller udvikle, en alternativ rolle i fællesskabet.

Denne situation forstærkes af Brewer & Petitpas' (2017) *identity foreclosure*. Når spilleren i sin karriere har haft en ensidigt præstationsbaseret identitet, uden mulighed for, eller opfordring til, at udforske alternative identitetspositioner, efterlades vedkommende uden en klar rolle i skadesperioden. Dette skaber et identitetsmæssigt tomrum, hvor den tidligere rolle som "den præsterende atlet" ikke længere er tilgængelig, og en ny rolle endnu ikke er udviklet.

I temaet *fritid og fremtid* bliver det tydeligt, hvordan atleternes identitet i høj grad er formet af sporten, hvilket træder frem gennem interaktioner uden for klubmiljøet. Gennem *reflekteret vurdering* (Wallace & Tice, 2012) bliver spillerne opmærksomme på, hvor snævert deres identitet er blevet forstået – ikke kun af dem selv, men også af familie og venner. Dette gør, at atletens nuværende situation og selv billede ikke er foreneligt med den narrative struktur, de har opbygget. Det er ikke blot det nuværende narrativ, der truer med at bryde sammen, men også de fremtidige forestillinger, som hidtil har givet identiteten retning og mening. Da disse forestillinger ikke længere kan opretholdes i lyset af skaden, opstår et identitetsmæssigt tomrum. For at genetablere en form for kontinuitet i selvfortællingen konstruerer mange atleter det, vi med inspiration fra tidligere forskning betegner som et *heltenarrativ*: En fortælling, hvor den midlertidige svækkelse forklares med henblik på et fremtidigt comeback – ofte hurtigere end normalt forventet. Denne strategi muliggør en midlertidig opretholdelse af den præstationsbaserede identitet, men kan også have konsekvenser, da de risikerer at vende tilbage for tidligt eller at spille med smerter.

Resultaterne peger på, at muligheden for at udvikle og anerkende alternative roller på holdet er central for atleternes identitetsmæssige trivsel under skadesperioden. Når trænerstaben aktivt understøtter nye former for deltagelse – eksempelvis gennem krav om tilstedeværelse eller sociale bidrag – åbnes der for, at spilleren kan rekonstruere deres *praktiske identitet* i en bredere og mere holdbar form. Tilsvarende ser vi, at det har stor betydning for spillerne at udforske andre aspekter af sig selv uden for sporten, hvilket kan bidrage til at modvirke identitetskrise og undgå fastlåsning af destruktive narrativer.

Sammenligning Med Eksisterende Litteratur

I den eksisterende litteratur om *betydningen* af skader for professionelle atleter ses tydelige paralleller til vores resultater. Her fremhæves det, hvordan skadesperioder ofte ledsages af

social isolation, spændinger i relationerne og en grundlæggende følelse af ensomhed. Dette kommer eksempelvis til udtryk hos Ruddock-Hudson et al. (2012), hvor en atlet udtaler: “You don’t feel a part of it as much. You’re not in the match-day things, and that’s probably what you miss” (s. 382). Tilsvarende beskriver deltagerne i vores undersøgelse, hvordan skaden skaber en oplevelse af at stå uden for fællesskabet. Dog mener vi, at vores fund nuancerer og udvider denne forståelse ved at pege på betydningen af den *kropslige situation* i netop oplevelsen af at deltage i “match-day things”. Når Asger fortæller, at “livet på holdet” foregår på banen, peger han ikke blot på et savn af social interaktion, men på et tab af *kropslig deltagelse* i den praksis, hvor fællesskabet eksisterer. Det er ikke nok at være til stede fysisk – man må også være *med i handlingen*, i spillet, i rytmen. Dermed mister atleterne ikke kun deres sociale rolle, men også den præ-refleksive kropslige forbundethed, som er afgørende for følelsen af identitet og mening i elitesporten.

Det fremhæves desuden i Von Rosen et al. (2018), hvordan der opstår en frygt for identitetstab, hvis der er tvivl om muligheden for at vende tilbage til sporten. Dette reflekteres også i vores data, hvor deltagerne i temaet Fritid og Fremtid netop beskriver bekymringer om, hvem de er, hvis de ikke er fodboldspillere. I den forbindelse fandt Fortunato & Marchant (1999), at denne frygt blev forstærket i mødet med repræsentanter fra klubben – eksempelvis trænere – som gjorde det tydeligt at de kunne erstattes. Dette passer på vores teoretiske fortolkning af spillernes særlige *reflekterede vurdering* i mødet med træneren og deres vurdering.

Noget, vi ikke oplevede i nævneværdig grad hos vores deltagere, var temaet fra den eksisterende litteratur, der omhandler “*going through the motions*”. Dette fravær kan dog forklares med opgavens fokus på én specifik skade, som deltagerne selv udpegede som særlig betydningsfuld. I deres beskrivelser af øvrige skader blev flere nævnt som værende af mindre betydning eller som en uundgåelig del af sporten.

Derimod genfindes det mere positive syn på skadesforløb, som blandt andet fremhæves i San Jose (2003) hos flere af vores deltagere. Her beskrives skaden som en kilde til mental og fysisk styrke, men noget, vi mener ikke i en tilstrækkelig grad er adresseret i litteraturen, er den potentielle bagside ved dette perspektiv – nemlig faren ved at konstruere et *“helte-narrativ”*. I vores materiale ser vi eksempler på, hvordan denne type fortælling – hvor det at komme hurtigt og stærkt tilbage bliver et ideal – kan medføre pres for en for tidlig tilbagevending til sporten. Dermed peger vores analyse på et vigtigt kritikpunkt i forlængelse af eksisterende forskning: At også positive narrativer kan bære risici, hvis de internaliseres som *forpligtelser* snarere end muligheder.

I forlængelse af dette ser vi i vores materiale en tydelig repræsentation af det dominerende *performance narrativ*, som Ronkainen et al. (2016) identificerer i den narrative forskning om eliteatleter. Dette narrativ centrerer identitet omkring præstation, målopfyldelse og konstant fremdrift – og vores analyse peger på, hvordan det kan have negative konsekvenser for atleternes identitetsudvikling.

Som modstykke til performance narrativet fremhæver Carless & Douglas (2013) to alternative fortælleformer: *Discovery narratives*, der fokuserer på åbenhed, personlig udvikling og værdimæssig refleksion samt *relational narratives*, der vægter relationer og gensidighed. Begge disse narrativer fremstår i vores materiale som potentielle beskyttende faktorer – særligt hos deltagere, der har erfaring uden for sporten eller befinder sig senere i deres karriere. Det er dog tydeligt, at de normative omstændigheder i elitefodbold gør det vanskeligt for især yngre spillere at udforske og leve alternative fortællinger. Her bliver performance narrativet ikke blot en dominerende fortælling, men en strukturerende ramme for, hvad der opleves som legitim identitet i sporten. Det er her relevant at fremhæve, hvordan en stærk atletisk identitet ifølge Brewer et al. (1993) kan give atleten en tydelig fornemmelse af retning og formål, og i nogle tilfælde fungere som en beskyttelse mod

identitetskriser. Særligt eksklusiviteten af den atletiske identitet kan understøtte både ambition og præstation.

I elitefodboldmiljøet fremstår det af vores resultater, at der for flere først åbnes op for identitetsudvidelser sent i karrieren. Det er først i takt med, at præstationspresset mindskes, og man som atlet får en anden status på holdet, at der opstår rum for refleksion og nye former for deltagelse. Dette illustrerer en strukturel fastlåsning i elitefodbold, hvor adgangen til identitetsmæssig fleksibilitet er betinget af alder og erfaring.

Teoretiske Refleksioner

Specialets teoretiske fundament har været sammensat af tre primære perspektiver:

Fænomenologiske, narrative og psykologiske⁵ tilgange. Denne tredeling har overordnet set vist sig frugtbar i forhold til vores eksplorative sigte, idet den har givet os mulighed for at anvende og afprøve forskellige begreber og forståelsesrammer på en måde, der kunne rumme kompleksiteten i deltagernes erfaringer. Særligt i analysen har denne tilgang muliggjort bevægelser mellem deltagernes umiddelbare, perceptuelle oplevelser, deres efterfølgende narrative bearbejdning og de psykologiske implikationer heraf. Omvendt har balancen mellem tilgange til tider vist sig metodisk udfordrende. Den har krævet løbende refleksion over, hvornår vi fortolkede, hvornår vi blot lod materialet træde frem, og hvordan disse niveauer spillede sammen. Derudover har det været nødvendigt at overveje, i hvilken grad psykologiske begreber – som for eksempel coping eller emotionel regulering – skulle inddrages uden at komme til at dominere den subjektive og oplevelsesnære tilgang.

På trods af disse udfordringer vurderer vi, at den valgte tilgang har været både meningsfuld og metodisk bærende. Vores metateoretiske forankring i Shaun Gallaghers (2024) mønsterteori har i den forbindelse fungeret som en samlende ramme. Gallaghers

⁵ Identity foreclosure og det intersubjektive selv er begge (baseret på) psykosociale teorier

forståelse af psykologiske fænomener som opstået i et dynamisk samspil mellem krop, kontekst, narrativ og bevidsthed har gjort det muligt for os at bevæge os mellem de tre perspektiver uden at miste sammenhæng. Denne tilgang har således understøttet vores ambition om at arbejde tværgående og refleksivt med data – i en ånd, der respekterer både den enkelte deltagers oplevelse og de større meningsstrukturer, der former den.

Hvor udgangspunktet i Gallaghers (2024) mønsterteori muliggjorde den pluralistiske tilgang til den teoretiske fortolkning af data, rejser teorien selv vigtige metodologiske spørgsmål – ikke mindst om, hvad der konstituerer et egentligt *mønster* for selvet. Gallagher problematiserer selv, hvornår en sammensætning af elementer – for eksempel det narrative, det normative og det intersubjektive selv – går fra at være løse perspektiver til at udgøre et kohærent mønster. Udvælgelsen af enkelte aspekter fra teorien, som vi har gjort, rejser spørgsmålet: Er tre aspekter nok? Denne åbenhed kan ses som en styrke, der tillader fleksibilitet og situationsnær fortolkning – men den rummer også en risiko for fragmentering.

Metodiske Refleksioner

I vores forsøg på at anvende *explication interview*-metoden stødte vi, som tidligere nævnt, på udfordringer forbundet med den retrospektive tilgang til konkrete oplevelser. Det viste sig særligt vanskeligt at fremkalde detaljerede og kropslige beskrivelser hos de pensionerede fodboldspillere, hvor der var gået længere tid siden oplevelserne fandt sted. I modsætning hertil var refleksionerne hos Ditte – som stadig var aktiv – langt tættere på den oprindelige oplevelse i både tid og livssituation. I Dittes interview lykkedes det mere tydeligt med at situere hende i en bestemt oplevelse – at ankomme til træning når man var skadet – hvilket resulterede i at hun ændrede hvordan hun reflekterede over det. Indledningsvist sagde hun:

Det er også lidt en blanding på samme tid. Både velkendt, men også lidt underligt på samme tid. Fordi jeg ved jo godt, at jeg ikke skal træne.

Når hun efterfølgende blev guidet igennem oplevelsen, og situeret i den konkrete situation, ændrede holdningen sig væk fra den underlige følelse:

Jeg tror, jeg føler mig meget hjemme. Det er velkendt og [pause] det er primært bare positivt.

Interviewer: Så der er ikke så meget af den blandede følelse her på det tidspunkt?

Nej, det er der nok ikke.

Dette medbringer en metodisk refleksion for os, da det eksemplificerer, hvordan vores resultater kunne være blevet påvirket hos de øvrige deltagere, hvis det havde lykkedes os at situere dem bedre i situationen de reflekterede over.

I den indledende fase af projektet benyttede vi os af muligheden for at snakke med to tidligere atleter, der også læste på universitet. Dette gjorde vi som tidligere nævnt for at lære mere om miljøet, hvad der er på spil når man er skadet, og for at afprøve et pilotinterview, sådan at vi kunne være bedre klædt på til de efterfølgende interviews. Men selvom at mange af pointerne gik igen, reflekterer vi efterfølgende over, om vi har ladet et tidligt interview, primært med den ene studerende, farve vores forforståelse for meget. Som del af vores hermeneutiske epistemologi, anerkender vi vores forforståelse som ikke bare uundgåelig, men nødvendig i vidensdannelsen, men det kan samtidig risikere at være en faldgrube, når det baseres på en begrænset forståelse af miljøet. Vi vurderer dog stadig at have været tilstrækkeligt åbne i interviewsituationen, men anerkender at vi kunne have haft helt andre spørgsmål, var vi sat mere ind i miljøet på forhånd, med kendskab fra flere atleter end kun de to studerende.

Som led i vores etiske overvejelser og rekrutteringsproces har vi reflekteret over, hvordan vi bedst kunne kommunikere projektets formål til potentielle deltagere. Vi lagde vægt på gennemsigtighed og ønskede samtidig at formidle, at projektet repræsenterede et alternativt perspektiv på skadeserfaringer – et perspektiv, der adskiller sig fra den mere

naturvidenskabelige og biologisk orienterede forskning, som mange eliteatleter typisk møder. I den forbindelse informerede vi deltagerne om vores genstandsfelt, og deltagerne vidste på baggrund af dette på forhånd at vi var interesseret i identitet, og kan have engageret sig efter dette. Asger nævner eksempelvis specifikt:

nu ved jeg i kommer ind på identitet. [...] Som alle der kender mig, selv dengang, det var jo hjemme der, hvor jeg spillede fodbold. Hvis du ikke kan spille fodbold, så er man jo ikke rigtig noget.

Selvom dette er noget, Asger bringer på banen uopfordret, og dermed sandsynligvis er en refleksion, han selv har gjort sig, kan det samtidig ikke udelukkes, at netop viden om projektets fokus har været med til at igangsætte denne refleksion. Det er derfor sandsynligt, at udtalelsen ikke er direkte påvirket af vores interviewteknik, men samtidig en pointe, han muligvis ikke selv ville have fremhævet, hvis ikke han på forhånd vidste, at identitet var et centralt tema.

Vores data bestod primært af fodboldspillere, og udelukkende af holdsport, og det er derfor vigtigt at reflektere over hvordan det kan have påvirket resultaterne. Eksempelvis var der meget af det sociale, som spillerne fremhævede, der ikke ville gøre sig gældende i en solo-sport. Dog kan sociale aspekter som *reflekteret vurdering* (Wallace & Tice, 2012) fra familie og bekendte godt gøre sig gældende. Selvom der er elementer af fodboldspillernes oplevelser som ikke kan direkte påføres solo-atleter, synes resultater som *identity foreclosure* (Brewer & Petitpas, 2017), performance centrerede narrativer, og en særlig *reflekteret vurdering* i relationen til træneren, at kunne have mere universelle implikationer for elitesportsudøveres identitet.

Future Research

Indeværende speciale er en retrospektiv undersøgelse, hvor primært tidligere eliteatleter har genkaldt og fortolket deres oplevelser med længerevarende skadesforløb. Fremtidig forskning kunne i højere grad inddrage atleter, som aktuelt befinder sig i et skadesforløb. Interview med nuværende skadede spillere ville kunne belyse oplevelserne i deres mest rå og umiddelbare form og dermed give adgang til følelsesmæssige reaktioner og sociale dynamikker, som retrospektive fortællinger ikke i samme grad kan fange. I vores eget materiale så vi dog, at den ene deltager, som aktuelt var skadet, beskrev sin situation i et sprog og med en forståelse, der lå i fin forlængelse af de øvrige deltagers fortællinger – dog med et større fokus på det kropslige. Dette kan indikere, at nogle erfaringer og oplevelser knyttet til længerevarende skadesforløb er relativt konsistente på tværs af tid og perspektiv – men det understreger samtidig behovet for at undersøge denne sammenhæng mere systematisk.

Derudover kunne fremtidige studier med fordel inddrage deltagerobservation som metodisk supplement. En af deltagerne, Erik, udtrykte som nuværende træner, at han ofte fornemmer, at skadede spillere tror, “vi er sure på dem” – uden at det er tilfældet. Dette peger på en mulig kommunikationskløft mellem spillere og trænere, men også på sociale mekanismer, der kunne være vanskelige at afdække gennem interview alene. Observationer af skadede spillers rolle og position i klubkulturen – både fra et internt og eksternt perspektiv – kunne her tilbyde en vigtig indsigt i, hvordan eksklusion, stiltiende normer og identitetsforhandlinger faktisk udspiller sig i praksis.

Det er vigtigt at fremhæve, at sådanne metodiske udvidelser også vil indebære væsentlige etiske overvejelser. Observation og interview med aktuelt skadede spillere kræver en særlig opmærksomhed på deltagernes sårbarhed og psykologiske behov. Ydermere kommer i særdeleshed de praktiske og strukturelle barrierer, vi selv har mødt i forbindelse med dette speciale, herunder den yderst begrænsede adgang til klubmiljøer og spillere. Disse

forhold bør ikke afskrække forskningsindsatsen, men peger snarere på behovet for velovervejet og etisk funderet forskning, som kan bringe flere stemmer i spil og skabe større forståelse for de psykiske, sociale og identitetsmæssige konsekvenser af længerevarende skader i elitesport.

En anden måde at belyse genstandsfeltet på udspringer af alternative teoretiske tilgange. Vores metode byggede på en induktiv tilgang og en iterativ bevægelse mellem analyse og teorivalg. I den forbindelse ser vi en oplagt mulighed i at *frontloade* undersøgelsen – dvs. at strukturere sin undersøgelse på forhånd ud fra specifikke teoretiske udgangspunkter. Særligt med tanke på en *mønsterteori om selvet* fremstår det relevant i fremtidige undersøgelser at rette fokus mod andre aspekter af selvet, med henblik på at opnå et mere komplet teoretisk billede af det atletiske selv. I forskning med nuværende skadede atleter synes det oplagt at lægge større vægt på det kropslige aspekt. Frederik, den eneste nuværende skadede atlet, fremhæver eksempelvis den konstante opmærksomhed rettet mod kroppen under genoptræningsforløbet – en kontinuerlig kropslig mærken og evaluering, der sætter kroppen i centrum som et aktivt og belastet aspekt af selvoplevelsen.

Perspektivering

I indeværende opgave har vi betonet vigtigheden af at anerkende, hvordan individers evne til at forme egne fortællinger påvirkes af sociale miljøer og normative omstændigheder. Vores fund viser, hvordan skadesforløbet for mange deltagere ikke blot blev en fysisk eller praktisk afbrydelse, men også et brud i det narrative forløb, hvor de oplevede en destabilisering af deres hidtidige selvforståelse. Denne erfaring kan med fordel forstås i lys af fænomenologen Lucy Oslers (2024) begreb *narrative railroading*, som betegner den strukturelle begrænsning af individets mulighed for at forme sin livsfortælling. Ifølge Osler udøves denne begrænsning ikke kun gennem sociale forventninger, men også gennem institutionelle og teknologiske

rammer, der gør visse fortællinger legitime, mens andre marginaliseres eller bliver utænkelige. Flere af vores deltagere oplevede netop, at skaden medførte en fastlåsning af deres narrative handlerum.

Denne normativitet forstærkes yderligere af sportskulturens sensationalisering af smerte og skader, som beskrevet af sociologen Kevin Young (2004). Her bliver udtryk som “no pain, no gain” ikke blot motiverende slogans (s. 14), men bærende kulturelle præmisser, der internaliseres som en del af den *praktiske identitet*. Det normative pres manifesterer sig ikke nødvendigvis som eksplicit tvang, men som en tavs forpligtelse, som atleten oplever indefra – og i spejlingen af andres blik, for eksempel gennem holdinteraktioner og mediedækningens fokus på skader (Young, 2014).

I forlængelse af begreber som *identity forclosure* finder vi det vigtigt at nævne den såkaldte *dual career*-strategi, som Team Danmark de senere år har fremhævet som et centralt indsatsområde (*Dual Careers for Mental Health* | Team Danmark, n.d.). Strategien har til formål at understøtte atleter i at udvikle fleksible og flerstrengede identiteter gennem en samtidig satsning på både sport og uddannelse. Dette fokus på at skabe flere karriereveje og øget handlefrihed synes at kunne bidrage til at udvide de narrative muligheder, som atleter har adgang til – ikke mindst i relation til usikkerhed, overgangssituationer og fremtidsperspektiver. Vores materiale understøtter også at adgang til uddannelse eller anden erhvervsmæssig beskæftigelse kan fungere som en form for buffer mod angstelighed og identitetsusikkerhed i forbindelse med skader.

Vores undersøgelse baserer sig primært på interviews med pensionerede fodboldspillere, som overvejende beskriver, at der under deres aktive karriere var ringe fokus på både mental sundhed og muligheden for at kombinere sport med uddannelse. Samtidig giver flere udtryk for, at dette billede – efter deres opfattelse – har ændret sig i nyere tid. Som eksempel har den aktive spiller Frederik færdiggjort en videregående uddannelse, og Ditte er

i gang med sin. Det er dog væsentligt at bemærke, at Frederik samtidig påpeger at han ville have fundet det uforeneligt eller yderst vanskeligt at balancere uddannelse med en sportslig karriere på sit nuværende niveau⁶. Som spiller i Superligaen oplever han at den tidsmæssige belastning og de generelle krav fra klubben gør en sådan kombination uforenelig.

Hertil rejser sig spørgsmålet om, hvorvidt og i hvilket omfang de enkelte klubber og trænere aktivt understøtter mulighederne for dobbelte karriereforsøg. Særligt i økonomisk stærkt drevne sportsgrene som fodbold synes det at være en udfordring at operationalisere dual career-strategien i praksis.

Samlet set peger disse perspektiver på, at arbejdet med skadesrelaterede identitetsbrud i elitesport kræver både kulturel bevidsthed og klinisk sensitivitet – og at psykologisk støtte bør tage afsæt i den komplekse kontekst, hvori identitet formes, udfordres og forhandles.

Rollen Som Psykologer

I arbejdet med denne opgave har vi som kommende psykologer reflekteret over de faglige og personlige lektier, vi tager med os videre i vores professionelle virke.

Det fænomenologiske blik har betonet værdien af at nærme sig individet åbent, nysgerrigt og ikke-dømmende, med det formål at forstå personens livsverden snarere end at diagnosticere eller forklare for hurtigt. Denne grundholdning harmonerer i høj grad med de psykologiske principper og praksisser, vi undervejs i uddannelsen er blevet introduceret til, og som vi selv anser som mest meningsfulde – at den ægte forståelse opstår i det respektfulde og undersøgende møde mellem psykolog og klient.

Resultaterne af denne opgave demonstrerer hvordan identitetsmæssige forstyrrelser, som dem vores deltagere har erfaret i forbindelse med længerevarende skader, ikke blot er individuelle eller intrapsykiske fænomener, men dybt forankrede i sociale, kropslige og kontekstuelle sammenhænge. En persons oplevelse af krise bør derfor ikke isoleres til én

⁶ Frederik blev fuldtids spiller efter endt uddannelse

livsarena, men forstås som et komplekst samspil mellem individ og miljø. Dette understreger vigtigheden af, at vi som behandlere har blik for den vekselvirkning, der opstår mellem person og omverden – og at vi i samarbejde med klienten udfolder, hvordan ændringer i én del af livet kan have dyb betydning for hele det narrative og identitetsmæssige landskab.

Vi har desuden oplevet, hvordan opgavens metodiske bevægelse fra eksplorativ, åben datagenerering til en mere teoretisk forankret forståelse, har været parallelt med det vi kender fra psykologisk praksis, særligt inden for psykoterapien. Den udforskende fase (Hill, 2019; Rosenberg et. al., 2012) i en terapeutisk samtale, hvor klientens oplevelsesverden udforskes i dybden, minder i sin intention og struktur om det fænomenologiske interview og den første tematiske analysefase. I både terapi og forskning kræver det ydmyghed og opmærksomhed at lade erfaringen træde frem, før man teoretiserer eller handler. Den teoretiske del af vores analyse har derfor ikke kun føltes metodisk naturlig, men har også fungeret som en øvelse i den analytiske fleksibilitet og refleksive tilgang, vi mener er central i det kliniske arbejde. Selvom disse pointer kan virke selvfølgelige, har arbejdet med specialet givet os en skærpet forståelse af deres betydning i praksis.

Konklusion: Slutfløjt

Dette speciale har undersøgt, hvordan længerevarende skadesforløb opleves af eliteatleter, og hvilken betydning disse erfaringer har for deres identitet, narrativ og forståelse af selv. Gennem en kvalitativ tilgang har vi belyst, hvordan skaden for mange deltagere ikke blot opleves som en fysiologisk afbrydelse, men som et markant brud i den livsfortælling deres selvforståelse har været struktureret omkring. Deltagerne beskriver en oplevelse af eksistentiel destabilisering, hvor det dominerende performance-narrativ udfordrer selvværdet, og hvor oplevelsen af marginalisering, både socialt og psykologisk, bliver fremtrædende. Analysen af datasættet gav anledning til fire centrale temaer for atleternes oplevelse:

Konkurrencemiljø, separation, rollen på holdet og fritid og fremtid. Disse fire temaer danner et sammenhængende narrativ mellem (1) *Konkurrencemiljøets* effekt på dannelsen af spillernes narrativ, og deres begrænsning af identitetsmæssig udforskning, (2) *Separation* der påviste vigtigheden af den sociale og kropslige deltagelse i sporten for atletens selvopfattelse, (3) *Rollen på holdet* som viste vigtigheden af, og udfordringerne ved, at danne en alternativ identitet separat fra 'den præsterende atlet' og (4) *Fritid og Fremtid*, der viste hvordan effekterne spreder sig ud socialt i deltagernes fritid og temporalt i deres fremtidsudsigter.

Gennem brugen af fænomenologiske, narrative og psykologiske begreber har vi søgt at forstå disse erfaringer i deres kompleksitet. Den metodiske bevægelse mellem det levede, det fortalte og det psykologisk forståelige har muliggjort en nuanceret analyse, selvom balancen mellem tilgange til tider har været metodisk udfordrende. Vores metateoretiske udgangspunkt i Gallaghers mønsterteori har fungeret som en samlende ramme og tilladt os at forbinde individets oplevelse med de sociale og kulturelle strukturer, der omgiver den.

Den retrospektive tilgang har givet adgang til sammenhængende og reflekterede fortællinger, men har samtidig medført en vis distance til de følelsesmæssige og kropslige aspekter af skadesoplevelsen. Det kunne derfor være oplagt, at fremtidig forskning i højere grad inddrager atleter, der aktuelt befinder sig i et skadesforløb – eventuelt i kombination med deltagerobservation. Dette ville kunne give en mere situeret forståelse af, hvordan marginalisering, tavse normer og identitetsarbejde udspiller sig i praksis.

I en større samfundsmæssig kontekst er det nærliggende at koble vores resultater til Team Danmarks fokus på *dual career*-strategier. Vores materiale understøtter fordele ved at fremme fleksible og flerstrengede identiteter, men viser også, at implementeringen af dette, særligt i elitefodbold, synes svært at forsones med tidsmæssige krav og sportslige forpligtelser.

Endelig peger specialets resultater på en række vigtige implikationer for psykologisk praksis. Som psykologer vil vi ofte møde mennesker i krisesituationer, hvor identitet er i

opbrud, og hvor den eksisterende selvfortælling ikke længere rummer det levede liv. I sådanne situationer bliver det centralt ikke blot at lytte, men at støtte udviklingen af alternative fortællinger – at skabe rum for narrativ frigørelse og identitetsmæssig pluralisme i en livsverden præget af intersubjektive og normative påvirkninger af individets indre verden.

Litteraturliste

- Aho, J. and K. Aho. (2008). *Body Matters: A Phenomenology of Sickness, Disease, and Illness*. Lexington Books.
- Bele, S., Östenberg, A. H., Sjöström, R., & Alricsson, M. (2015). Experiences of returning to elite beach volleyball after shoulder injury. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 11(4), 204–210. <https://doi.org/10.12965/jer.150213>
- Bianco, T., Malo, S., & Orlick, T. (1999). Sport injury and illness: Elite skiers describe their experiences. *Research Quarterly for Exercise & Sport*, 70(2), 157–169.
- Bluhm, K., & Ravn, S. (2021). ‘It has to hurt’: A phenomenological analysis of elite runners’ experiences in handling non-injuring running-related pain. *Qualitative Research in Sport Exercise and Health*, 14(2), 216–231. <https://doi.org/10.1080/2159676x.2021.1901136>
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: A Practical Guide*. Sage Publications Limited.
- Brewer, B. W., & Petitpas, A. J. (2017). Athletic identity foreclosure. *Current Opinion in Psychology*, 16, 118–122. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.004>
- Brewer, B.W.; Van Raalte, J.L.; Linder, D.E. (1993) Athletic identity: Hercules’ muscles or Achilles' heel? *Int. J. Sport Psychol.* 1993, 24, 237–254
- Carless, D., & Douglas, K. (2013b). Living, resisting, and playing the part of athlete: Narrative tensions in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 701–708. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.05.003>.
- Christensen, G. (2020). *Psykologiens videnskabsteori - en introduktion* (2nd ed.). Samfundslitteratur.

- Collins, Lacey K, Sione A. Ofa, Cadence Miskimin, and Mary Mulcahey. 2023. "Cognitive Deficits Following Concussion: A Systematic Review." *Journal of Orthopaedic Experience & Innovation* 4 (1). <https://doi.org/10.60118/001c.68393>.
- De Bosscher, V., Descheemaeker, K., & Shibli, S. (2023). Starting and Specialisation Ages of Elite Athletes across Olympic Sports: An International Cross-sectional Study. *European Journal of Sport Sciences*, 2(5), 9–19. <https://doi.org/10.24018/ejsport.2023.2.5.100>
- De Villiers, C., Farooq, M. B., & Molinari, M. (2021). Qualitative research interviews using online video technology – challenges and opportunities. *Meditari Accountancy Research*, 30(6), 1764–1782. <https://doi.org/10.1108/medar-03-2021-1252>
- Dean, N. A. (2018). "Just Act Normal": Concussion and the (Re)negotiation of Athletic Identity. *Sociology of Sport Journal*, 36(1), 22–31. <https://doi.org/10.1123/ssj.2018-0033>
- Dual Careers for Mental Health | Team Danmark*. (n.d.). www.teamdanmark.dk/presse/nyheder/2021/januar/dual-careers-for-mental-health
- Elliott, R., Fischer, C. T., & Rennie, D. L. (1999). Evolving guidelines for publication of qualitative research studies in psychology and related fields. *British Journal of Clinical Psychology*, 38(3), 215–229. <https://doi.org/10.1348/014466599162782>
- Eliteidræt*. (2024, September 30). Lex. <https://lex.dk/eliteidr%C3%A6t>
- Eliteidræt — Den Danske Ordbog*. (n.d.). <https://ordnet.dk/ddo/ordbog?query=eliteidr%C3%A6t>
- Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. *Science*, 196(4286), 129–136. <https://doi.org/10.1126/science.847460>
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: youth and crisis*. Norton & Co.

- Fortunato, V., & Marchant, D. (1999). Forced retirement from elite football in Australia. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 4(3), 269–280.
- Gadamer, H. G. (2004). *Truth and method*. London: Continuum
- Gallagher, S. (2000). Philosophical conceptions of the self: implications for cognitive science. *Trends in Cognitive Sciences*, 4(1), 14–21.
[https://doi.org/10.1016/s13646613\(99\)01417-5](https://doi.org/10.1016/s13646613(99)01417-5)
- Gallagher, S. (2005). *How the Body Shapes the Mind*. In Oxford University Press eBooks.
<https://doi.org/10.1093/0199271941.001.0001>
- Gallagher, S. (2013). The pattern theory of self. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7, 443.
[doi:10.3389/fnhum.2013.00443](https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00443)
- Gallagher, S. (2024). *A pattern theory of self*. Oxford University Press
- Gallagher, S., & Zahavi, D. (2020). *The phenomenological mind*. In Routledge eBooks.
<https://doi.org/10.4324/9780429319792>
- Gilbourne, D. (2002). Sports participation, sports injury and altered images of self: An autobiographical narrative of a lifelong legacy. *Reflective Practice*, 3(1), 71–88.
- Hacking, I. (2009). How We Have Been Learning To Talk About Autism: A Role for Stories. *Metaphilosophy*, 40(3–4), 499–516. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9973.2009.01607.x>
- Hockey, J. (2005). Injured Distance Runners: a case of identity Work as Self-Help. *Sociology of Sport Journal*, 22(1), 38–58. <https://doi.org/10.1123/ssj.22.1.38>
- Høffding, S., & Martiny, K. (2015). Framing a phenomenological interview: what, why and how. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 15(4), 539–564.
<https://doi.org/10.1007/s11097-015-9433-z>
- Hill, C. E. (2019). *Helping skills: Facilitating exploration, insight, and action* (5th ed.). In *American Psychological Association eBooks*. <https://doi.org/10.1037/0000147-000>

- Howitt, D. (2019). *Introduction to qualitative research methods in Psychology*. Pearson Education Limited
- Hudson, J., & Day, M. C. (2012). Athletes' experiences of expressive writing about sports stressors. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 798-806.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.05.005>.
- Jiang, M. (2020), The reason Zoom calls drain your energy, available at:
<https://www.bbc.com/worklife/article/20200421-why-zoom-video-chats-are-so-exhausting> (Besøgt 5. Marts, 2025)
- Karpatschhof, B. (2015). Den kvalitative undersøgelsesforms særlige kvaliteter. I *Kvalitative metoder - En grundbog* (2nd ed.) (443-462). Hans Reitzels Forlag.
- Korsgaard, C. M. (1996). *The Sources of Normativity*. Cambridge: Cambridge University Press.
<https://doi.org/10.1017/cbo9780511554476>
- Krueger, J. (2019). "Intentionality." In *The Oxford Handbook of Phenomenological Psychopathology* <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198803157.013.37>
- Lavallee, D., & Robinson, H. (2007). In pursuit of an identity: A qualitative exploration of retirement from women's artistic gymnastics. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(1), 119–141. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.05.003>
- Lochbaum, M., Cooper, S., & Limp, S. (2022). The Athletic Identity Measurement Scale: A Systematic Review with Meta-Analysis from 1993 to 2021. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 12(9), 1391–1414.
<https://doi.org/10.3390/ejihpe12090097>
- López-Valenciano, A., Ruiz-Pérez, I., García-Gómez, A., Vera-García, F. J., De Ste Croix, M., Myer, G. D., & Ayala, F. (2019). Epidemiology of injuries in professional football: a systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 54(12), 711–718. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2018-099577>

- Maurel, M. (2009). The explication interview: examples and applications. *Journal of Consciousness Studies*, 16. <https://philpapers.org/rec/MAUTEI>
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233–238. <https://doi.org/10.1177/0963721413475622>
- McAuley, A. B. T., Baker, J., & Kelly, A. L. (2021). Defining “elite” status in sport: from chaos to clarity. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 52(1), 193–197. <https://doi.org/10.1007/s12662-021-00737-3>
- McLean, K. C. (2017). And the story evolves: The development of personal narratives and narrative identity. In J. Specht (Ed.), *Personality development across the lifespan* (pp. 325–338). Elsevier Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-804674-6.00020-X>
- Müller, L., Gehmaier, J., Gonaus, C., Raschner, C., & Müller, E. (2018). Maturity status strongly influences the relative age effect in international elite under-9 soccer. *PubMed*, 17(2), 216–222. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29769822>
- Osler, L. (2024). Narrative railroading. *Topoi*. <https://doi.org/10.1007/s11245-024-10146-4>
- Petitpas A, France T: Identity foreclosure in sport. In *Routledge Handbook of Applied Sport Psychology: A Comprehensive Guide for Students and Practitioners*. Edited by Hanrahan SB, Andersen M. Routledge; 2010:471-480.
- Ravn, S., & Høffding, S. (2021). Improvisation and thinking in movement: an enactivist analysis of agency in artistic practices. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 21(3), 515–537. <https://doi.org/10.1007/s11097-021-09756-9>
- Reussner, A. K., Bursik, J., Kühnle, F., Thiel, A., & John, J. M. (2023). The meaning of injury to the elite athlete: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 71, 102571. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102571>

- Ricoeur, P. (1975). Phenomenology and Hermeneutics. *Noûs*, 9(1), 85.
<https://doi.org/10.2307/2214343>
- Ricoeur, P. (1991). Narrative identity. *Philosophy Today*, 35(1), 73–81.
<https://doi.org/10.5840/philtoday199135136>
- Rochat, Philippe ; Passos-Ferreira, Claudia & Salem, Pedro (2009). Three Levels of Intersubjectivity in Early Development. In Antonella Carassa, Francesca Morganti & Giuseppe Riva, *Enacting Intersubjectivity. Paving the way for a dialogue between cognitive science, social cognition and neuroscience*. pp. 173-90.
- Roderick, M., Waddington, I., & Parker, G. (2000). Playing hurt: Managing injuries in English professional football. *International Review for the Sociology of Sport*, 35(2), 165–180.
- Ronkainen, N. J., & Ryba, T. V. (2017). Is hockey just a game? Contesting meanings of the ice hockey life projects through a career-threatening injury. *Journal of Sports Sciences*, 35(10), 923–928.
- Ronkainen, N. J., Kavoura, A., & Ryba, T. V. (2016). A meta-study of athletic identity research in sport psychology: Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 9(1), 45–64.
<https://doi.org/10.1080/1750984x.2015.1096414>
- Ronkainen, N. J., Ryba, T. V., & Nesti, M. S. (2013). ‘The engine just started coughing!’ — Limits of physical performance, aging and career continuity in elite endurance sports. *Journal of Aging Studies*, 27, 387-397.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jaging.2013.09.001>.
- Rosenberg, N. K., Mørck, M. M. & Arendt, M. (2012). Kognitiv Adfærdsterapi – Teori og metoder. I Arendt, M., & Rosenberg, N. K. *Kognitiv terapi: nyeste udvikling*.

- Ruddock-Hudson, M., O'Halloran, P., & Murphy, G. (2012). Exploring psychological reactions to injury in the Australian Football League (AFL). *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(4), 375–390.
- Ryba, T. V., Ronkainen, N. J., & Selänne, H. (2015). Elite athletic career as a context for life design. *Journal of Vocational Behavior*, 88, 47-55.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jvb.2015.02.002>.
- Samtykke. (n.d.). Sdunet.
https://sdunet.dk/da/enheder/fakulteter/sundhedsvidenskab/om-fakultetet/gdpr_sund/generel_information_for_alle_medarbejdere/samtykke
- San Jose, A. (2003). Injury of elite athletes: Sport-and gender-related representations. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1(4), 434–459.
- Smith, B., & Sparkes, A. C. (2008). Contrasting perspectives on narrating selves and identities: An invitation to dialogue. *Qualitative Research*, 8, 5-35.
<http://dx.doi.org/10.1177/1468794107085221>.
- Smith, B., & Sparkes, A. C. (2016). INTERVIEWS: Qualitative interviewing in the sport and exercise sciences [E-book]. I *Routledge Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise* (1st ed., pp. 103–123). Routledge.
- Tanggaard, L., & Brinkmann, S. (2015a). Interviewet: Samtalen som forskningsmetode. I S. Brinkmann & L. Tanggaard (Red.), *Kvalitative metoder* (2. udg., s. 29-54). Hans Reitzels Forlag.
- Tanggaard, L., & Brinkmann, S. (2015b). Kvalitet i kvalitative studier. I S. Brinkmann & L. Tanggaard (Red.), *Kvalitative metoder* (2. udg., s. 521-532). Hans Reitzels Forlag.
- Terrace, H. S., Bigelow, A. E., & Beebe, B. (2022). Intersubjectivity and the Emergence of Words. *Frontiers in psychology*, 13, 693139.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.693139>

- Thagaard, T. (2004). Systematik og indlevelse: En indføring i kvalitativ metode.
- Von Rosen, P., Kottorp, A., Fridén, C., Frohm, A., & Heijne, A. (2018). Young, talented and injured: Injury perceptions, experiences and consequences in adolescent elite athletes. *European Journal of Sport Science*, 18(5), 731–740.
- Wolanin, A. T., Gross, M. L., & Hong, E. Y. (2015). Depression in Athletes. *Current Sports Medicine Reports*, 14(1), 56–60. <https://doi.org/10.1249/jsr.0000000000000123>
- Young, K. (2004). *Sports-Related Pain and Injury: Sociological Notes*. I *Sporting bodies, damaged selves: Sociological Studies of Sports-related Injury*. Emerald Group Publishing. 2. udgave
- Zahavi, D. (2015). Self and other: From pure ego to co-constituted we. *Continental Philosophy Review*, 48(2), 143–160. <https://doi.org/10.1007/s11007-015-9328-2>
- Zahavi, D. (2018). Phenomenology The Basics. In Routledge eBooks. <https://doi.org/10.4324/9781315441603>
- Zahavi, D. & Grünbaum, T. (2011), fænomenologisk psykologi - den filosofiske tradition. I *Klassisk og Moderne Psykologisk Teori* (s.247-268). Hans Reitzels forlag

Bilag

Bilag I: Søgestrategi

Søgestrategien blev tilpasset de enkelte databaser. I **PubMed** og **PsycInfo** blev der anvendt en snævert defineret søgestreng med fokus på centrale begreber som *athlete*, *elite*, *injury*, *identity* og *qualitative methods*. Søgestrengen var relativt kompleks og designet til at favne et bredt spektrum af kvalitative og interpretative forskningsdesigns, men samtidig afgrænse sig fra medicinske eller rent fysiologiske tilgange. Der blev desuden tilføjet afgrænsninger ift. publikationstype (peer-reviewed), sprog (engelsk og dansk).

Et eksempel på den anvendte søgestreng i disse databaser er:

(athlete OR player OR sport*) AND (elite OR "high performance" OR professional OR Olympic) AND (injur* OR hurt) AND (qualitative OR interview* OR narrative* OR phenomenolog* OR case study OR meaning* OR perception* OR experience* OR interpret*) AND (identity* OR "sense of self")*

I **Google Scholar** blev der foretaget en bredere søgning med henblik på at identificere oversigtslitteratur og reviews, som kunne anvendes som afsæt for videre citationssøgninger. Her blev søgeordene justeret for at skabe et mere eksplorativt overblik over feltet, og der blev screenet de første 100 resultater ud fra titel og abstract.

Eksempel på søgestreng i Google Scholar:

(athlet OR sport) AND (professional OR elite OR competitive) AND injur* AND ("sense of self" OR identit*) AND (qualitative OR phenomenolog* OR "lived experience") NOT concussion**

Der blev lagt vægt på at identificere artikler, som beskæftigede sig med atlethers egne oplevelser og meningsdannelse, særligt i konteksten af længerevarende eller

identitetsudfordrende skader. Resultaterne fra søgningerne blev vurderet og udvalgt med henblik på, om de:

- fokuserede på elite- eller professionelle udøvere,
- beskrev subjektive eller levede erfaringer med skade og identitet, og
- anvendte kvalitative eller meningsfortolkende metoder.

Derudover blev udvalgte oversigtsartikler og nøglestudier – eksempelvis Ronkainen et al. (2016) og Reussner et al. (2024) – anvendt som udgangspunkt for citationssøgninger, hvor referencer i og til disse artikler blev gennemgået for potentielt relevante primærstudier.

Bilag II: Samtykkeerklæring

Samtykkeerklæring til behandling af persondata

Dato for udførsel af interviewet:

Dataansvarlig(e) studerende:

Vejledere/modulansvarlige for eksamensprojektet er Susanne Ravn.

Eksamensprojektet for modulet K08 – Speciale på Syddansk Universitet har til formål at der foretages en videnskabelig behandling inden for et defineret og afgrænset psykologisk emneområde ved hjælp af relevante metoder og med inddragelse af relevante teorier, begreber og empiriske undersøgelser.

Afleveringsfristen er mandag den 2. juni 2025 kl. 12.00.

Interviewet vil tage udgangspunkt i dig og dine erfaringer som elitesportsudøver der har oplevet en længerevarende skade. Efterfølgende vil vi analysere og reflektere over dine besvarelser i forbindelse med opgaveskrivningen. Interviewet kan potentielt blive lydoptaget for på et senere tidspunkt at blive nedskrevet i sin fulde længde. Du kan til enhver tid afbryde interviewet og tilbagetrække dit samtykke. Lydoptagelsen vil aldrig blive delt med andre. Dele af transskriptionen fra vores samtale vil inddrages i afleveringen. - I dette tilfælde vil sådanne citeringer fra interviewet altid fremvises i en anonymiseret form.

Jeg giver hermed samtykke til at deltage i et interview hvor den/de ovennævnte studerende må behandle oplysninger om mig i forbindelse med sin uddannelse på Syddansk Universitet.

Jeg giver samtykke til, at: (Afmærk de felter du ønsker at give samtykke til)

- ☐ Mine udtalelser i forbindelse med interviewet vil blive optaget for senere transskription
- ☐ Udtalelser givet i forbindelse med interviewet må deles med øvrige studerende i projektet, i anonymiseret form
- ☐ Udtalelser givet i forbindelse med interviewet må inddrages i den skriftlige aflevering i anonymiseret form og herved videregives til Syddansk Universitet, vejledere og til en eventuel ekstern censor i forbindelse med vejledning og bedømmelse

Dato:

Navn:

Underskrift:

Samtykket kan til enhver tid trækkes tilbage med virkning for fremtiden. Dette sker ved henvendelse til følgende mail: mobae19@student.sdu.dk

Information til den registrerede

Efter reglerne i persondataforordningen skal den studerende som dataansvarlig informere de registrerede personer om deres rettigheder i forbindelse med behandlingen af oplysningerne. Den studerende registrerer og behandler personoplysninger med hjemmel persondataforordningens artikel 6, stk. 1, litra a). Følsomme data, dvs. helbredsdata eller data om race eller etnisk oprindelse, politisk, religiøs eller filosofisk overbevisning eller fagforeningsmæssigt tilhørsforhold registreres og behandles med hjemmel i persondataforordningens artikel 9, stk. 2, litra a). Begge regler giver adgang til at behandle oplysninger, når den registrerede har givet udtrykkeligt samtykke.

Behandling og opbevaring

Den studerende behandler personoplysningerne fortroligt. Oplysningerne vil blive opbevaret indtil opgaven/projektet er bedømt og klagefristen i forbindelse med bedømmelsen er udløbet.

Videregivelse af oplysninger

Oplysningerne vil ikke blive videregivet til andre medmindre der er givet samtykke hertil.

Dataindsigt

Registrerede personer kan når som helst rette henvendelse til den studerende med henblik på at få kopi af oplysningerne.

Berigtigelse af oplysninger

Hvis den registrerede person mener, at der er registreret forkerte oplysninger, kan man bede den studerende om at berigtige oplysningerne. Det vil sige, at den studerende retter oplysningerne eller noterer, at oplysningerne er forkerte og registrerer de rigtige oplysninger. Den registrerede person har krav på, at den studerende ser bort fra oplysningerne indtil, det er afgjort, hvilke oplysninger, der er rigtige.

Tilbagekaldelse af samtykke og sletning af oplysninger

Hvis den studerende har indhentet et samtykke fra den registrerede person til at behandle oplysningerne, vil den registrerede til enhver tid kunne tilbagekalde samtykket. Den studerende kan derfor ikke fortsætte med at behandle oplysningerne efter samtykket er trukket tilbage. Den registrerede har ret til at få slettet oplysninger, som den studerende har registreret om den pågældende, hvis oplysningerne ikke længere er nødvendige til det formål de blev indsamlet til. Oplysningerne skal også slettes, hvis den registrerede tilbagekalder samtykket til behandlingen eller hvis oplysningerne ved en fejl er blevet behandlet ulovligt. Den registrerede har ikke krav på sletning af oplysninger, som er arkiverede efter arkivlovens regler i universitetets arkivsystem.

Klage til Datatilsynet

Registrerede personer kan klage over behandlingen af oplysningerne til Datatilsynet dt@datatilsynet.dk.

Bilag III: Udkast fra Asger

[47:50]

Men det er... det er bare frustrerende ikke at spille, fordi som jeg sagde tidligere, det er bare ens identitet. Det er hvem du er. Det alle kender dig for at kunne.

Så jeg føler næsten ikke jeg kan sige det bedre end det er bare... ja det bare... du mister bare... at du bliver bare ligegyldig... overfor alle. Og man kan også nogle gange ligge derhjemme og tænke, kan jeg overhovedet finde ud af andet end det her, som jeg så ikke engang kan finde ud af alligevel. Altså jeg kan godt sådan...

Man oplever mange mentale i løbet af tiden med professionel sport, fodbold i hvert fald, tænker også andre idrætsgrene. Det er sådan mentalt, det kører hele tiden op i dit hoved sådan.

Jeg har i hvert fald stillet rigtig mange spørgsmål ved mit eget niveau. Er du overhovedet god nok? Og... sådan du ved. Jeg er meget velovervejende og analyserende vil jeg vurdere mig... sådan er jeg.

Så jeg har tænkt meget over det. Over mange ting. Og det har... Og det vil jeg sige, når man ikke spiller, så er det... det er... Det synes jeg, det er det værste. Det er virkelig træls at være skadet eller ikke at være på holdet.

Interviewer

Ja.

Atlet

Netop på grund af identiteten.

Interviewer

Mhmm... Så hvis man ikke er på holdet, er det så det samme med identiteten, eller er det så anderledes?

Atlet

Ja, det synes jeg, det er anderledes. Fordi hvis du ikke er på holdet, så er det fordi, du ikke er god nok. Det er sindssygt svært at forklare for folk, sådan du ved. Nå men jeg er ikke rigtig lige... jeg er ikke udtaget til holdet, fordi at... træneren mener jeg ikke er god nok.

Det er virkelig... Det føler jeg det er den ultimative sådan... Okay, der er virkelig nogen, der har kigget på dig, vejet dig og fundet dig for let. Iøvrigt det eneste som du eftersigende skulle være god til. Det er der så nogen, der vurderer, det er du overhovedet ikke. Det er det værste. Man kan sige, at skade... der er du ikke blevet vurderet der er du bare blevet skadet og er ude af stand til at dyrke din sport.

Så det synes jeg ikke er så slemt som ikke at være på holdet hvor det er på grund af trænerens vurdering.

Interviewer

Okay. Så er der... Så ville det have gjort en forskel, hvis du kunne have lavet noget sammen med? Du siger, at hvis der var en anden, som var til genoptræning også?

Atlet

Ja, der var en periode også, hvor der var en anden. jeg husker særligt en, han var også en del deroppe. Det var sådan, man kunne... man havde en at snakke med. Både om skader og holdet og du ved... så havde man lidt...

Normalt har man en hold på 20, man kunne gå og snakke med. Her havde man så én. Så kunne vi gå og blive enige om, at venstrebakken, hold kæft hvor var han også dårlig i weekenden. Og hvor var... og træneren hvorfor skiftede han først ud der?

Hvorfor, hvorfor, hvorfor? Og du ved, man kunne gå og hold kæft han var også god ham der. Alle de ting kunne man gå og ligesom have sit eget. Så vi var et hold, inde i holdet, bare på to. Det er meget givne synes jeg.

Meget godt at have en, man kan... Når man har en dårlig dag, kan det være, at han har en god dag. Og så siger nu gør vi det fandme lige en gang til, og sådan du ved. Det er virkelig godt at have en på sin side, synes jeg.

Ja. Som jo så bare er drevet af sin egen motivation. Han er jo basically ligeglad med mig, men det er vi to, vi kan ligesom hjælpe hinanden.

Interviewer

Han er ligeglad med dig siger du?

Atlet

Jamen, han... altså... han driver jo sin, når du spiller fodbold så driver du din egen forretning. Det vigtigste for ham, det er bare, at han er klar. Så han jo... hvis... ham jeg jeg tænker på der, han var en del skadet der... han er forsvarsspiller.

Så hvis jeg ikke var klar, så var det bare en angriber der spiller. Det kunne han jo basically... det kunne han jo være ligeglad med jo. Men... Så på den måde kunne han være ligeglad med mig, men det at vi var to, vi kunne ligesom hjælpe hinanden. Det gør, at man får et bedre forhold.

Der kommer man lidt tæt af ind på en, fordi vi går op og ned hinanden. Og han var en del skadet i den periode. Så... så det var meget godt.

Interviewer

Det her med positioner... når du så siger at I jo ikke var i konkurrence med hinanden for de positioner. Hvordan er det med skader for dem du kendte, der ellers var angrebsspillere?

Atlet

Generelt? Jeg har aldrig grædet over, at den anden angriber er skadet. Det kommer jeg aldrig til. Det gør jeg ikke. Det er en god nyhed. Vil jeg sige.

Når det går ens konkurrent er dårlig, så er det godt for dig.

Interviewer

Så der er en tydelig forskel på, om det lige er til den specifikke position, eller om det er en midtbanespiller for holdet der er skadet, altså sådan for dig. (Speaker B: Ja, ja) Hvordan du føler med deres skade.

Atlet

Mener du i forhold til, når vi står oppe i styrkecenteret, om det betyder noget for mig, hvem det er, jeg står der med. Eller mener du når jeg er frisk, og håb... altså der vil jeg. Hvis jeg er frisk så håber jeg... og får at vide at der er en fra dit hold der er blevet skadet i dag.

Interviewer

Hvem håber du at det bliver?

Atlet

100% den anden angriber. Uden tvivl. Helt klart. Og hvis vi kunne vælge to, så ville jeg sige, at hvis vi havde to angribere, så ville jeg sige helt klart de to.

Og hvis vi havde tre, så havde jeg taget den tredje med også. (Alle griner)

Det kan jeg godt afsløre. Det vil jeg til hver en tid... altså... Man håber jo ikke, at folk bliver skadet. Men jeg har da tit håbet, at en angriber, f.eks. i en kamp, så slår han sig.

Så håber man lige nøjagtigt, at det er så slemt, at han ikke kan spillet videre. Det har jeg håbet tusind gange. Ligesom jeg har håbet tit, at han... Jeg håber aldrig, at han gør det godt. Det skal vi helt frem til de sidste år, hvor jeg er [dansk klub], hvor holdet bliver større end mig, fordi jeg ligesom er færdig. Jeg er ikke ambitiøs mere.

Jeg håber mest for holdet mere end mig selv. Men alle andre steder, der har jeg håbet for... der har jeg tænkt på egen... Altså jeg har aldrig jublet over en anden angriber scorer. Det kan godt være jeg sådan ud af til har vist; årh det var fedt.

Jeg har altid inde i tænkt; årh forhelvede. Altså vitterligt. Det skal virkelig have været en vigtig kamp, før jeg har været glad for at han scorer. Det har jeg aldrig oplevet. (Speaker A: Okay.)

Aldrig. Altid håbet det værste for en anden angriber. Jeg håber aldrig, at de kommer alvorligt til skade. Jeg håber, at de bliver lige nøjagtig nok skadet til at de ikke kan spille resten af kampen. (grin) Altså og sådan er det bare.

Interviewer

Hvad betyder det for dit eget skadesforløb? At du... altså tænkte du på, at den anden angribsspiller sikkert tænkte det samme?

Atlet

Øh.. Nej. Det gjorde jeg ikke. Det ved jeg jo han gør. Øh. Nogle gange kan det godt være sådan... og jeg har oplevet andre steder hvor... og jeg husker det ikke som sådan her fra... men jeg har oplevet andre steder, hvor den anden angriber spørger, hvordan det går.

For eksempel hvor jeg havde en lille skade, hvor man godt kan tænke, hold nu bare din kæft. Det behøver du ikke at spørge om. Altså du ved. Fordi jeg ved godt hvad han... hvad du håber jeg svarer. Og så vil han være sådan politisk; ah så må du bare op ig... altså så vil han sige et eller andet latterligt. Og det har jeg sikkert også selv gjort.

Men det behøver man ikke at spørge om. For jeg ved godt, at han håber, at jeg ikke er klar. Så ved han jo at han spiller. Så ved han, at han får bonusen, når vi vinder. Så ved han, at han har mulighed for at få en bedre aftale næste gang, for nu spiller han og scorer mål og sådan.

Der er mange ting i det.

Interviewer

Der er også de her møder, hvor I snakker om næste kamp og sidste kamp og sådan noget. Er man en del af det, når man er skadet?

Atlet

Det var lidt forskelligt faktisk. Jeg behøvede ikke at deltage. Nogle gange deltog jeg, nogle gange gjorde jeg ikke. Det var sådan lidt efter hvilket humør jeg var i. Nogle gange er det dejligt nok, at vi... ligesom har en fælles referenceramme over altså...

Når de snakker nede i omklædningsrummet om et eller andet, så forstår jeg det. Fordi jeg har været til mødet. Ligesom når jeg har været ude på banen og kigget, så har jeg lidt mere en forståelse af, hvad der foregår, hvad der skete på træningsbasen, og så når folk kommer ind, så kan jeg bedre connecte med dem og snakke med dem. Hvorimod, hvis jeg ikke var med på det, så var det lidt sværere sådan. Der er også det der med at vise... altså hvad hedder sådan noget, der kan også være noget symbolsk i, om du møder op eller ikke møder op. På en eller anden måde.

For interesserer du dig i virkeligheden for holdet, eller interesserer du dig kun for dig selv. Men nogle gange kan det godt være... (hoster) nogle af de her møder, f.eks. typisk tæt på kampdag,

to dage før... dagen før... Der vil deres træning ikke være så lang ude. Så hvis jeg f.eks. skal op og lave noget træning, så har jeg lige pludselig kun, de træner måske i 45 minutter dagen før kampen,

så har jeg lige pludselig kun 45 minutter til at køre det program, jeg normalt har 1,5 time til. Så der er også noget praktisk i, om man skal deltage eller ikke. Det var i hvert fald sådan, jeg vurderede det dengang. For det stod meget klart for mig, hvordan jeg havde det med det der... de der møder.

Og jeg kan huske, der var en, der sagde, at de syntes, jeg skulle gå med på dem. Det var en holdkammerat, hvor han antydte sådan, at det var dårligt, at jeg ikke gik med på dem. For det burde jeg for at vise interesse.

Så det er sådan lidt... Det var nogle gange, nogen gange var jeg ikke med.

Interviewer

Ja. Jeg kommer til at tænke på din... det her med at føle sig lige gyldig, når man ikke kunne spille eller træne. Om det havde en betydning at kunne være med til de her møder?

Om man så følte, at man havde noget input der?

Atlet

Ja, Nej. De der møder, dem har man aldrig input til rigtigt. Altså det kan godt være, at man har et... Altså det kan være, lad os sige, at vi har en god venstre kant. Så kan det være, at forsvarsspilleren og højrebakken har været til møde med træneren, og de har diskuteret noget.

Så har de haft et input. Men det er ikke sådan, at det bliver taget i plenum til et møde, sådan... Hvordan løser vi lige det her? Hvad gør vi lige her? Så der har ikke været jeg har ikke haft nogle input rigtigt. Det er egentlig bare at sætte sig ned og lytte på, hvad har træneren... måske med input dagen før fra andre fundet ud af at vi skal gøre. Det er det.

Og så kan det være, at dagen efter kamp, så kan der være en evaluering af kampen. Og det er typisk bare, at træneren han kommer lige med et kort resume over hvad han har set. Det kan være fint, det har jeg altid været med til.

Det lytter man til. Men ikke taktikken til kampen. Der har jeg tit vurderet at det var bedre at gøre det selv. At træne selv. Så man kunne nå det.

Interviewer

Så der er egentlig ikke, når man er skadet, så er der ikke nogen måde sådan at kunne indflyde?... andet end...

Atlet

Nej, det vil jeg sige, der ikke er. Så skal du virkelig... Nej, altså... ikke sportsligt. Der kan godt være et møde, f.eks. da jeg er i [dansk klub] til sidst, hvor jeg har en stor stemme i truppen, der ville jeg godt kunne komme med indflydelse på noget, der ikke var fodboldrelevant.

Jeg ville ikke kunne diskutere om, hvordan vi skulle angribe dem eller noget. Det ville jeg ikke deltage i. Men det kunne godt være, at der var et eller andet personaleagtigt noget, hvor jeg godt kunne have et eller andet at skulle have sagt. Eller det kunne være at... der er jo nogle der ikke... nogle unge f.eks. typisk i trupperne som ikke siger så meget så kunne jeg godt være med på et møde, hvor jeg kunne være deres stemme.

Der ville jeg godt kunne indflyde noget, der ville have en betydning. Men i forhold til sportsæsonen, hvordan vi angriber, hvordan vi forsvare og sådan der, det betyder ingenting

Interviewer

Så hvis du nu bliver spurgt... eller ikke nu men i perioden her med [dansk klub], hvor at du så havde mere indflydelse også ved siden af bare det mere spilmæssige

hvis du havde en skade der, og folk spurgte ind til det sådan udefra?

Atlet

Det er i [sidste klub], hvor jeg ved, at min personlighed betyder noget. Der deltager jeg i alt hvad jeg kan deltage i. Der har jeg også haft sådan nogle skader undervejs. Der har jeg altid deltaget i alt hvad jeg kan deltage i.

Interviewer

Ja.

Atlet

Som en del af min rolle på holdet.

Interviewer

Ja. Ja, og hvad synes du, det har gjort ved din identitet under sådan et skadesforløb?

Atlet

(Suk) Det har... Det betyder helt klart noget at... fordi man skal forstå jeg var jo ikke... Det jeg deltog, det jeg kunne bidrage med på sådan et hold, hvor jeg ikke var særlig god, det var alt det udenom.

Så i og med, om jeg er skadet eller ikke er skadet, det betyder egentlig ikke så meget, fordi det jeg bidrager med, det var stadig uden for kridtstrejerne på en eller anden måde. Det er ikke inde på banen. Jeg har spillet lidt og gjort det godt en gang imellem, det vil jeg også lige... det vil jeg gerne have med (peger på diktafonen, fælles grin)

Men du ved, der er min rolle en anden end den er, da jeg spiller i [dansk klub]. Så der, med en skade, kan jeg stadig udfylde min rolle til en hvis grad.

Interviewer

Jo, jaer Ja, for jeg tænker om det så også ville have gjort en forskel for dig i [dansk klub] hvis du kunne have haft en rolle som du kunne...

Atlet

Ja, men det er jo også det der med, at når man lige kom til en ny klub, så har man ikke fundet sin plads endnu. Og det har jeg jo ikke der. Så der var ikke rigtig noget at... Jo, hvis jeg havde haft en rolle... Det er jo igen det, jeg snakkede om tidligere med,

hvis man har været der i lang tid, så har man bevist sig, og man har, ja, fundet sin plads, men når man kommer ind og er ny, det er det værstedstidspunkt at blive skadet på, for du har ikke slået dit navn fast, du har ikke fundet din plads, du har ikke rigtig noget.

Så det er der det er værst, det er er min vurdering, det er der det er værst at blive skadet.

Interviewer

Så selv når man er ung, hvis man bare har været der i lang nok tid, så kan man godt have en rolle, når man er skadet?

Atlet

Ja, det er jo et godt spørgsmål. Man kan altid... Man har jo på en eller anden måde, selvom man er ung, så har man sin plads i et omklædningsrum.

Du har jo en plads på holdet. Det kan godt være, at din plads er at du er den dårligste, og det kan også godt være, at du er omklædningsrummets klovn, og det kan godt være, at du er ham, der har læst på Odense Universitet samtidig med hans, som er, som læser Berlingske eller Politiken eller hvad det nu er. Man kan jo have alle mulige forskellige roller.

(Speaker A: Ja.) Og nogle af dem kan man måske godt have samtidig med, at man er skadet. Men hvis du ikke... Men... Det kan man godt, vil jeg sige. Men du mister stadig det der...

Man kan godt have rollen, men det er stadig svært at være en del af noget, hvor man ikke rigtig er en del af, fordi man er skadet. Jeg ved ikke, om det giver mening?

Interviewer

Jo. (Speaker B: Okay. Ja godt.) Det tror jeg i hvert fald. (grin) En del af det, som vi kommer til at sammenligne med, er jo også det her, dem som så er stoppet på grund af deres skade. (Speaker B: Jaer.) Og hvis der så ikke er den her bekymring, så er meget fokuset i perioden hvor at man, altså du er stadig er fodboldspiller, du stadig på kontrakt, du er stadig med holdet, men du er så tydeligvis ikke i den her identitet som spiller.

Hvordan ville du... hvad ville du kalde det... hvordan ville du beskrive den... dig selv... din identitet på det tidspunkt?

Atlet

Det kan jeg ikke gøre rigtigt, for det var jo bare at jeg spillede fodbold. Jeg var fodboldspiller, men jeg kunne ikke spille. Altså jeg kan jo ikke rigtig beskrive det. Fordi det var... det er bare den der... Man føler altid at man... på en måde sådan... at når folk spørger, hvordan det går, så skuffer man... altså ikke rigtigt.

Folk er jo basically ligeglade. De spørger selvfølgelig interesseret, men hver gang man skal sige det, så skal man nærmest undskylde, at man ikke kan spille. Med skader er det stadig lidt nemmere, fordi alle forstår, at du ikke kan løbe, at så kan du ikke kan spille fodbold.

Det er værre det der når du ikke er på holdet. For så skal man komme med en eller anden forklaring på, hvorfor det er som det er. Og ofte har man ikke engang fået en forklaring på, hvorfor det er sådan.

Du ved det ikke engang. Du gisner selv, hvorfor det er sådan her. Så det er træls. Og det er som sagt det værste. Men det er bare sådan en skuffelse over at du... ja på en måde at du er ligegyldig.

Du bliver ligegyldig. Det er er sådan jeg vil sige det. Du har næsten ikke noget at bidrage med i den her verden. Altså det er meget stort holdt op. Men du har ikke... Det du kan, det kan du ikke. Så hvad kan du? Jamen ingenting.

Interviewer

Ja.

Atlet

Det er den bedste måde jeg kan sige det på tror jeg.

Interviewer

Tror du det ville være anderledes, hvis du vidste du ikke kom til at spille igen? (Det er et stort spørgsmål.) Ja, det er det.

Atlet

Jeg vil sige, mine skader de er ikke kommet op til kontraktudløb. Så jeg har ikke været presset. Jeg har ikke oplevet på noget tidspunkt at være presset af den her skade. For det er der jo mange der oplever det der med. Okay så har du udløb her den 30/6 i år. Og hvis du er skadet i dag, okay så er der 3,5 måneder

hvor du skal nå tilbage, du skal nå at komme i form, du er nødt til at vise du... du faktisk er værd at fortsætte med. Og hvis du ikke skal fortsætte her, så skal du vise andre klubber du faktisk er værd at lave en aftale med. Der er man jo mega presset. Det har jeg aldrig oplevet.

Og jeg har ikke tænkt det der med. Altså jeg har jo ikke været tæt på at skulle stille støvlerne på hylden af ikke egen fri vilje. Og hvordan jeg ville have det med det, det er sgu svært at sige.

Interviewer

Nej. Det må være meget fjern på det... altså når man er i den alder, og man spiller og er ambitiøs, det tænker man måske slet ikke på.

Atlet

Ja, altså, når man spiller, så tænker man ikke på, om man kan blive skadet. Det gør man ikke. Det er ligesom, når I er sunde og raske i dag, så tænker I jo ikke på, at I kan blive syg om en uge.

Og så når I ligger syg om en uge, så vil I bare drømme tilbage til den her, for en uge siden, hvor I bare havde det godt. Og bare jeg havde det godt igen. Altså sådan, man tænker ikke på, om man bliver skadet. Det tænker jeg aldrig på.

Interviewer

Heller ikke, når man ser medspillere bliver skadet og sådan noget?

Bilag IV: Udkast fra Ditte

[44:20]

Men vi kan prøve at sige, at hvis du skal tænke tilbage, og du så forestiller dig, at der er en typisk dag, du kommer til hallen, og du går mod omklædningsrummet. Hvad har du på, for eksempel?

Atlet

Jeg har nok allerede træningshøj på, faktisk. Mhm. Så nogle tights, lange, sportsokker, mine udendørssko, vinterjakke.

Interviewer

Og noget taske med?

Atlet

Ja, faktisk vil jeg nok ofte have en taske med et ekstra håndklæde til at gå i sauna. Og måske noget shampoo-balsam-agtigt med

Interviewer

Hvordan ser det ud? Altså hallen og gangen der ku jeg forestille mig?

Atlet

Jamen, man går lidt ind ad bagindgangen. Der er virkelig mange indgange til [navn på hallen], så vi går ind ad indgang E, tror jeg, vi bruger. Så cykler op mod parkeringspladsen, op mod cykelparkeringen, parkerer min cykel.

Gå lidt op ad trapperne, drejer lidt, gå ind i bygningen. Gå ned ad en dør til højre, og så er det sådan en lang gang, hvor vores omklædningsrum ligger nede for enden af den lange gang. Og så har vi en ?-box, så hvis der er nogen inde i omklædningsrummet, så sidder nøglen i døren, så går man bare ind.

Og hvis der ikke er, så er nøgleboksen låst, og så skriver vores kode. Så lader du nøglen sidde i døren og går så ind i omklædningsrummet.

Interviewer

Hvordan ser gangen ud?

Atlet

Gangen har lidt gullig belysning. Forholdsvist lavt til loftet, jeg vil nok godt ku hoppe op og røre det. Gulvet er laminatagtigt gulv.

Jeg kan ikke huske, hvordan væggene ser ud. De er nok bare malet hvide, tror jeg. Og så loftet er nok faktisk lidt grønt i det, sådan mærkelig grønt. Et støvet grønt. Det er lidt ligesom i mit køkken faktisk.

Og så helt nede for enden, som er efter vores omklædningsrum, er der nogle helt mørke brune træskabe.

jaer, og så inden vores omklædningsrum er drengenes omklædningsrum, eller herreholdets omklædningsrum.

De har også deres eget. Naboeer

Interviewer

Og så døren ved omklædningsrummet?

Atlet

Ja, og så er der så døren. Den er grøn, den samme farve, tror jeg. Eller rød, det kan jeg ikke huske. Enten grøn eller rød.

Interviewer

Jeg tænker på lige det her tidspunkt, at du kommer herhen som skadet, i starten her, hvor du ved, at du ikke kan være med som de andre, og går ned ad gangen med det støv-grønne loft, den grønne dør. Hvad går igennem dig der, på vej nedad?

Atlet

Hvis jeg skal være helt filterfri, eller hvad man skal sige, så tror jeg, det er nok sådan noget, mon der er nogen derinde i omklædningsrummet, hvordan de mon reagerer, når de ser mig. Mon de spørger, om jeg skal træne i dag. Hvis de gør, så siger jeg nej, skal jeg ikke. Øhm, ja.

Interviewer

Så du tænker på, hvordan de reagerer, når de ser dig?

Atlet

Ja, måske ja. Om de bliver glade for at se mig.

Interviewer

Så når du går ind ad døren, ligesom tager i dørhåndtaget, hvad bliver du så mødt af?

Atlet

Først en lille bitte gang med en til dør, griner] og så går jeg ind ad den dør. Så er det nok, det er sådan sjældent, at alle er der på samme tur. Man kommer sådan drysende og drysende ned i havnen. Men måske sådan 3-4 stykker, der sidder vi og vi har hver vores plads, der er bænke rundt i kanten, og så har vi vores kasse med vores ting i. Så folk der sidder og snakker om alt muligt. Ofte ting som intet har med volley at gøre. TV show, hvad man har lavet skole, hvad man lige har været ude at købe, et eller andet. Og tage deres sko og knæbeskyttere på. Fylder vand, tisser. Ja og gøre sig klar til at træne.

Interviewer

Hvordan har du det så der, lige idet du går ind?

Atlet

Jeg tror, jeg føler mig meget hjemme. Det er velkendt og pause] det er primært bare positivt.

Interviewer

Så der er ikke så meget af den blandede følelse her i det tidspunkt?

Atlet

Nej, det er der nok ikke. Jeg tror, der er jeg meget bevidst om realiteten og at det er, som det er, lige der agtig.

Ja, jeg tror, at det er jo ikke kun mig, der har været skadet. Det har været, vi har næsten alle sammen været der på et tidspunkt, i en kortere eller længere periode. Så jeg tror, at man godt ved, at det bare er lidt af en del af gamet, at det gør ondt på alle mulige forskellige tidspunkter, og nogle gange så ondt, at man ikke kan spille.

Interviewer

Men du kan så også snakke med folk, når du kommer ind der?

Atlet

Ja.

Interviewer

Og hvordan reagerer folk så?

Atlet

Sådan meget almindeligt, positivt, velkomment. Hvis det er nogen, man ikke har set i et stykke tid, og det kunne godt bare være 5 dage,

så kan man lige få et kram et eller andet. Men ellers er det også bare sådan, man anerkender, at der kommer en eller anden ind af døren, og så fortsætter man måske sin samtale, eller starter en ny samtale, eller jeg kunne hoppe ind i en samtale, eller et eller andet.

Interviewer

Hvad betyder det for dig, at du kan komme ind og føle det velkendt, og at du kan snakke med folk og få et kram?

Atlet

Det tror jeg, altså den der følelse af det velkendte og det velkomne, er meget afgørende for, at jeg overhovedet kom. Fordi det var sådan, ja som sagt, så det at jeg spiller volley er for mig, altså det sociale er en kæmpe stor del af det. Jeg hygger mig, med de piger, det er virkelig sjovt at være sammen med dem.

Vi kender hinanden rigtig godt. Der er plads til alle vores forskelligheder. Vi griner med hinanden rigtig meget, og der er en oprigtig interesse i hinandens liv. Det er meget faktisk på en måde en atypisk pigegruppe. Der er ikke sådan rigtig noget drama.

Der er ikke noget bagtaleri. Det er der ikke.

Interviewer

Hvis det ikke var det samme sociale, eller hvis du skulle skifte klub hele tiden, ville du så stadig spille?

Atlet

Øh, ikke på det her niveau. Det kan godt være, at jeg stadig ville spille volleyball, men jeg ville ikke spille i ligaen.

Interviewer

Nej okay. Altså vil du se dig selv som en stor del af dig selv, at være volleyballspiller?

Atlet

Godt spørgsmål. Jeg vil ikke sige, at det er en stor del af mig, men det er en del af mig.

Interviewer

Har det så været anderledes mens du har været skadet?

Atlet

Nej. Det tror jeg ikke.

Interviewer

Hvorfor tror du, det er?

Atlet

Jeg tror, jeg har bare stadig følt mig så meget en del af holdet. Og jeg har været meget bevidst om, at den eneste grund til, at jeg ikke spiller, er fordi at det gør ondt. Og lige så snart jeg kan, så skal jeg spille igen. Og jeg tror også, faktisk havde jeg, inden jeg blev skadet, lidt besluttet mig for, at det ville være min sidste ligasæson. Fordi at jeg også bare, altså ja, det er jo ikke så... Det tager virkelig meget tid, og sådan jeg har ikke rigtig så meget tid til et relevant studiejob f.eks.

Generelt et job har jeg ikke så meget tid til. Jeg vil gerne flytte, jeg vil gerne til Australien, jeg vil gerne alt muligt, og det har jeg ikke tid til at gå på arbejde til at spare penge op til.

Nogle gange bliver man også bare nødt til lige at tage nogle lidt mere praktiske valg i sit liv. Så jeg tænkte, at jeg ville skære ned på volley

og bruge min tid på arbejde. Men så blev jeg skadet. Og så gik det op for mig, at det var jeg ikke helt klar til endnu.

Interviewer

Okay. Så i det du bliver skadet, og ikke kan spille, er det så der, det går op for dig, at du tænker, det var du måske egentlig ikke klar til?

Atlet

Det var i det, jeg blev skadet. Så efter et stykke tid, der tænkte jeg, fordi jeg var ret overbevist om, at jeg slet ikke ville nå at blive klar den her sæson. Så var jeg sådan, jeg skal spille næste sæson.

Men selvom jeg er nået at blive klar, så har jeg det stadig sådan. Jeg er sådan, fuck det, Jeg tager en til sæson. Det er sjovt. Jeg tror også, fordi sådan, den her sæson har jeg spillet ret godt.

Så jeg er nok på et helt udelukkende volley mæssigt er jeg er nok på mit peak. Det er jo også bare sjovt, at spille godt.

Interviewer

Så de her bekymringer, når du bliver skadet i forhold til at tænke, at du ikke kan spille mere, kan jeg huske du snakkede om, hvordan hvordan håndterede du de bekymringer der?

Atlet

Jeg gik faktisk i terapi. Og til at starte med på baggrund af noget helt andet, som ikke har været med volley at gøre. Men nogle andre ting i mit liv, som der ligesom skete. Men det var noget, som ikke fyldte så meget længere. Og så snakkede vi egentlig bare om de ting, der ellers fyldte.

Og det er, var hos en metakognitiv terapeut, så hun viste mig nogle forskellige teknikker, og jeg tror, at på meget kort tid gik det fra at fylde rigtig meget til, altså ind i mit hoved,

og selve bekymringstiden var rigtig lang til ikke at være særlig lang. ??].

Interviewer

Hvis du nu skulle give et råd til en anden atlet, eller en holdkammerat, eller noget, som kunne gennemgå en lignende periode som dig, hvad ville du så sige til dem?

Atlet

Jeg tror faktisk, at jeg ville sige, at de skulle have virkelig meget, ekstra meget fokus på selvomsorg i den periode, og tage nogle meget aktive valg om,

og gøre nogle ting, som gør dem glade, som er noget, der betyder noget for dem. Uanset om det så var at være sammen med holdet, eller at være sammen med alle dem, man ikke plejer at være sammen med, når man træner, eller når man ikke er skadet ik.

Eller om det var at begynde til yoga, fordi det har man altid, haft lyst til eller whatever. Ja, så sådan være meget bevidst om, hvad er det, der giver en sådan glæde i hverdagen. Ja. Prioriterer at gøre det. Ja. Ja.

Interviewer

Er der ellers noget, som vi ikke er kommet forbi i dag, som du synes er vigtigt fra din skadesperiode? Og det kan være hvad som helst.

Atlet

Altså jeg tror faktisk, der var noget for mig, som også gjorde det lidt nemmere for mig at være i. Det var faktisk, at lige i den periode, der mødte jeg en, en fyr,

som jeg snakkede rigtig meget med, og som ligesom løftede, som gjorde den der sure hverdag lidt mindre sur. Helt tilfældigt. Så det tror jeg også har haft noget at gøre med, at jeg ikke er blevet helt ligeså påvirket af det.

At jeg har kunne holde hovedet mere højt.