



Drop out inom svensk ridsport

En studie om faktorerna till varför man väljer att sluta med ridsport

Drop out in equestrian sports

A study on the factors why actives in equestrian sports choose to quit

Hanna Persson

Fakulteten för hälsa, natur- och teknikvetenskap

Utbildningsprogram: Idrottsvetenskap med inriktning idrottscoachning

Examensarbete, 15 hp

Handlerare: Owe Stråhlman

Examinator: Christian Augustsson

Datum:17-06-16

Innehållsförteckning

1. Inledning	5
2. Litteratur genomgång.....	6
2.1 Börja och fortsätta med idrott.....	6
2.2 Drop out.....	6
2.3 Motivation	7
2.4 Miljö – stallet och hästen.....	7
3. Tidigare forskning.....	9
4. Teoretisk referensram	11
5. Syfte	14
5.1 Forskningsfrågor.....	14
6. Metod	15
6.1 Deltagare och urvalsprocess	15
6.2 Datainsamling	15
6.3 Mätinstrument.....	15
6.4 Analys.....	17
6.5 Studiens validitet och reliabilitet	17
6.5 Etiska överväganden.....	17
7. Resultat	19
7.1 Ålder vid drop out.....	19
7.2 Orsaker för drop out	19
7.3 Skillnader mellan om man varit tävlingsaktiv eller ej.....	20
7.4 Återuppta ridsport.....	20
7.5 Öppen fråga	21
7.6 Sammanfattning av resultatet	21
8. Diskussion.....	23
8.1 Metoddiskussion.....	23
8.2 Om resultatet.....	23
8.3 Framtida forskning	26
8.4 Slutsatser.....	26
Referenslista	27
Bilaga 1 - Enkäten	29

Sammanfattning

Vad är det som gör att vissa väljer att sluta med en idrott?

Syftet med denna uppsats är att undersöka vad som påverkar valet att sluta med ridsport i Sverige och om dessa faktorer skiljer sig något beroende på utövandenivå. Jag har också kollat vid vilken ålder det är vanligast med drop out inom ridningen och hur många som valt att återuppta idrotten igen.

Uppsatsen är av kvantitativ karaktär och datainsamling gjord med hjälp av en enkätundersökning, där n=47 respondenter deltagit i undersökningen med olika åldrar och bakgrunder. Enkäten innehöll bakgrundsfrågor och ett frågeformulär som belyser åtta olika faktorer som kan ha betydelse för valet att sluta (Questionnaire of Reasonsfor Attrition, (Gould et.al.1982)). Dataanalysen utfördes med statistikprogrammet SPSS och uträkningar är gjorda utifrån medelvärden, typvärde, variation och t-test.

Resultatet visade att de vanligaste orsakerna för drop out inom ridport är för höga kostnader, att det tar för mycket tid och att man hittar andra intressen som är roligare för gruppen som helhet. De som hade en bakgrund som tävlingsaktiv kände dock att de största anledningarna var brist på utveckling och framgång samt att det blev för stressigt/ansträngande att hålla på med. De som inte tävlade tyckte att bristande intresse och mindre socialt stöd var de främsta orsakerna.

Abstract

What makes some choose to drop out of a sport?

The purpose of this paper is to investigate what influences the choice to end participation in equestrian sports in Sweden and if these factors differ depending on the level of practice. I have also checked at what age it's most common with drop out in the equestrian sports and how many people have chosen to resume it again after a break.

The essay is quantitative and data collection was done by a survey, where $n = 47$ respondents participated in different ages and backgrounds. The survey contained background questions and a questionnaire (Questionnaire of Reasons for Attrition, Gould et.al(1982)) highlighting eight different factors that may affect the choice to end. Data analysis performed the SPSS statistics program and calculations were based on mean values, mode, variation and t-test.

The result showed that the most common causes of drop out in equestrian are too high costs, it takes too much time and other interests are more fun for the group as a whole. Those who had a background as competitive activists knew, however, that the biggest reasons were lack of development and success, and that it was too stressful / strenuous to keep up with. Those who did not compete thought that lack of interest and less social support were the main reasons.

Keyword: Drop out, equestrian, individual sport, self-determination theory

Nyckelord: Avslut, ridsport, individuell idrott, självbestämmande teori

1. Inledning

Ridsport är en utav de mest populära barn och ungdomsidrotterna i Sverige och många har börjat sin idrottliga resa runt om på ridskolor och stall(Svenska ridsportförbundet,2017).

Stallbackens kultur har förändras över tid ifrån en militärisk strikt atomsfär med mer manliga drag, till en mer pedagogisk och omhändertagande miljö . Dock så finns det fortfarande kvar en kultur inom ridsporten som fostrar barn och ungdomar att bli ansvarstagande, självständiga, handlingskraftiga och lär dem ledarskap (Thorell, 2017; Forsberg, 2012).

Forskning inom ämnet om hästkultur, ridsport och det som hör till är begränsad i sin omfattning jämfört med vad man kan se inom andra idrotter och fenomenet drop out inom ridsport finns i en mindre utsträckning.

I andra idrotter så som exempelvis innebandy, simning och ishockey kan man se att faktorer så som för tidig specialisering, brist på glädje för idrotten, prestationsångest, höga kostnader etc. har haft en inverkan på valet att sluta (Côte., & Wall., 2007; Côte.,Fraser-Thomas.,& Deakin.,2008; Wagnsson.,Carlman.,& Patriksson.2013).

2. Litteratur genomgång

Detta kapitel kommer en genomgång av aktuell och relevant litteratur som ger en tydligare och bredare bild av det fenomen som har undersöks.

2.1 Börja och fortsätta med idrott

Att idrotta och att tillhöra en idrottsförening är en erfarenhet som de flesta har sedan barndomstiden. Studier visar på att nio av tio barn någon gång har varit med i en idrottsförening och idrottslivet är en stor del av barns uppväxt och ses som en plats för trygghet, lek, glädje och gemenskap samt att man utvecklar en god social-kognitiv-fysisk kompetens och högre självkänsla än de som aldrig börjat eller tidigt har slutat med idrott (RF, 2008; Olsson, 2007).

När man börjar med idrott som liten är anledningen främst för att ha kul och att träffa vänner. Sen efter detta kommer faktorer så som att förbättra färdigheter, göra något som man är bra på, få motion och bli vältränad, träffa nya vänner och att tävla (Weinberg., & Gould., 2011).

Kön och kulturaspekter spelar också en roll huruvida och av vilken anledning man väljer att börja med idrott. Studier visar på att pojkar är mer motiverade att börja med idrott utifrån tävling och prestation medan flickor mer gör det för sociala aspekter. Dock så ser man att det är mer skillnad inom grupperna än emellan dem. Flickor kan vara väldigt olika när det gäller sina idrottsliga mål och detsamma gäller för pojkarna. Vissa vill tävla och bli bäst, andra vill bara göra det för glädjen och det sociala. Den åldern där barns involverande är som mest i organiserad idrott är vid 12 år (Weinberg., & Gould., 2011).

I denna ålder så är man oftast involverad i idrotten för att man själv vill och för att det skänker glädje. Man känner då en inre motivation där de psykologiska fördelarna man får samt utvecklingen kombinerat med glädjen att delta gör att man inte har börjat fokusera på den yttre motivationen och belöningarna som innefinns sig senare när man ska gå upp en nivå i sin idrott(Deci., & Ryan,2002.).

2.2 Drop out

Drop-out inom idrott är ett begrepp som kan beskrivas att det är den process som händer med atleter som av någon anledning väljer att avsluta sin idrottsliga karriär i förtid eller innan de har nått sin ”top performance”. Faktorer som kan ha en betydelse för just detta kan vara:

- Att det påverkar prestationen negativt i skolan eller på jobbet
- Skador
- Man får för lite tid för annat
- Konflikter i sin idrottsmiljö (med t ex tränare, klubbkamrater m.m.)
- Lite eller ingen support ifrån familj
- Brist på motivation
- Att man inte har något intresse för eller gillar att vara i en tävlingsinriktad miljö (Coakley & Pike, 2009; Weinberg & Gould,2011).

2.3 Motivation

Man ser också att det uppkommer fler avhopp ifrån idrotten bland flickor än pojkar, nästan sex gånger så många. Detta beror på att flickor i mindre utsträckning har den tävlingsinstinkten som pojkar har och väljer lättare bort idrotten emot andra mindre fysiska intressen och spenderar under tonåren mer tid med vänner (Myers., 2014). Detta har att göra med psykologiska behov och vad vi behöver för att må bra och fungera.

Att man börjar fokusera mer på den yttre motivationen istället för den inre är en farhåga som kan få glädjen med idrotten att försvinna. Exempel på denna typ av motivation är att man gör det för bekräftelse, priser, berömmelse och ständig uppmärksamhet av andra. (Deci & Ryan,2002). Istället för att fokusera på den glädje som det ger i form av personlig utveckling och integrerande med andra på ett psykologisk tillfredställande plan så blir målet och fokus att vara bäst, vinna mer priser och få en status . Detta kan då i slutändan göra att man inte får sina rätta behov tillfredsställda som gör att glädjen till att fortsätta även om motgångar och svårigheter uppstår, inte finns och kraften samt viljan till att fortsätta försvinner (Deci & Ryan,2002).

2.4 Miljö – stallet och hästen

Ridsport är en idrott som är mycket stor och som utövas av många (speciellt flickor) under tidiga levnadsår. Det är den näst största ungdomsidrotten i Sverige där bara fotbollen slår högre. På landets ridskolor så utövas det ca fem miljoner ridtimmar/år och svenska ridsportförbundet har ca 150 000 medlemmar runt om i Sverige. Under år 2015 gjordes ca 380 000 tävlingsstater (Svenska ridsportförbundet, 2017).

Forsberg skrev 2012 i sin avhandling om stallmiljön och dess påverkan på unga flickors beteende och framtida ledarskapsegenskaper. Hon upptäckte då att de förutfattade meningarna

om flickboksidealen och den rosa fluffiga världen inte stämde, utan att det är en tuff skola som främjar djärva flickor som kräver kommunikation och sällsynt handlingskraft. Förr i tiden var stallet en plats för män och hästarna fanns för militära syften och kvinnor var inte gjorda för att rida dessa krigsfordon. Dock när kriget tog slut efter andra världskriget ansågs man att det var kvinnornas uppgift att ta hand om hästarna åt männen. När kriget ej återupptogs öppnade man ridskolor för att dessa hästar ändå skulle ha ett syfte. Så stallet har varit ett ställe med en machodominerande attityd men det har med åren fått en lättare mer pedagogisk prägel och har nu under en längre tid klivit bort ifrån det militära. Men det finns fortfarande en prägel på hela stallbackskulturen som gör att man får lära sig färdigheter som man har stor nytta av i framtiden och som skapar karaktär hos barn och ungdomar på ett naturligt sätt. (Thorell, 2017 ; Hedenborg,2013).

Vad är det då som gör att flickor och pojkar, trots dessa förutfattade meningar, väljer att hålla på med ridsport. Enligt Forsberg (2012) är mötet med hästen en faktor som spelar in, och ses som den största. Att få känna den kontakten med hästen, både vid ridning och på marken är det som främst styr.

Mötet med andra kompisar och människor med samma intresse är också en stor och viktig del. Stallet ses som en mötesplats och en plats där man kan få vara sig själv. De blir som ett systerskap i stallet och man får en tillhörighet. Eftersom ridskolan är flickdominerat så blir det en sexuellt fredad zon, där den enstaka killen blir som en i gänget och ses inte som en utstickare eller något annat. Gänget hamnar i första hand.

Den tredje faktorn som man i Forsbergs rapport belyser som lockande med ridningen är mötet med stallkulturen. Man lär sig att hårt slit lönar sig, ordning och disciplin och att alltid sätta hästen i första rummet.

3. Tidigare forskning

Området om drop-out är ett hett ämne inom idrottsvärlden och tidigare studier har gjorts.

Côte och Wall (2007) gjorde en studie för att undersöka om det fanns något som skilde yngre ishockey spelare på högre nivå som fortfarande var aktiva i idrotten jämförelsevis mot de som inte allt för längesen hade valt att hoppa av samma liga. Föräldrarna till dessa barn (då de inte var gamla nog att utan föräldrarnas tillstånd svara själva) delades då in i två grupper, de aktiva och de som hade hoppat av.

Föräldrarna fick svara på en enkätundersökning som syftade till att bedöma deras söners inblandning i organiserad idrott, avsiktlig lek och träning ifrån åldrarna 6-13 år. Man delade då in dessa åldrar i tre olika stadier, 6-9, 10-11 och 12-13 för att kunna avläsa när de började engagera sig i hockey. Man ville också se hur många andra aktiviteter de båda grupperna deltog i utanför hockeyrinken.

Resultatet av studien visade på att de båda grupperna hade liknande introduktion till ishockey som innehöll mest lek i unga åldrar. Ju längre tiden gick såg man att barnen mer började specialisera sig för hockeyn. Och det som man såg skilde grupperna åt var att de som hade hoppat av tidigare än de som fortfarande var aktiva hade börjat med träning utanför isen tidigare och att det kunde ha haft en negativ effekt på deras fortsatta involverande i hockeyn.

Slutsats av denna studie är att för tidig specialiserad träning som barnen inte ser som roligt och för fokuserat på resultat ökar risken till att barn väljer att sluta med en idrott i förtid och att motivation försvinner. Man ska som tränare/förälder inte lägga fokus på att förbättra fysiska egenskaper hos barn utan mer uppmuntra till ren idrottsspecifik träning och lekfulla aktiviteter som främjar glädje och utveckling (Côte & Wall, 2007).

Côte, Fraser-Thomas & Deakin publicerade 2008 en studie som undersökte drop-out hos simmare med fokus på yttre personers påverkan, så som tränare, föräldrar, kompisar och syskon. Man ville här kolla hur träningsmönster och relationen till andra påverkar viljan att fortsätta med idrotten.

20 stycken simmare som matchade viktiga demografiska variabler så som nivå, träningsbelastning, support och målsättning deltog i en halv-strukturerad kvalitativ intervju. 10 som hade valt att sluta med simning och 10 som fortfarande var aktiva.

Det som man fick fram i den här studien var att båda grupperna hade samma erfarenheter när det gällde träning i ung ålder, bra/mindre bra tränare och involverande föräldrar. Men man

kunde utläsa att de som hade valt att hoppa av i förtid pratade om att de hade en tidig ”peak” när det gällde deras bästa prestationsnivå, begränsad individuell träning, press ifrån föräldrar i tonåren, brist på kompisar i simningen i tonåren och rivalitet bland syskon. De som fortfarande var aktiva pratade inte om detta, utan om klubbarnas utvecklingsfilosofier, tränarnas och föräldrarnas öppna kommunikation med den aktiva, stöttande skolkamrater och positiva influenser ifrån sina syskon.

Så slutsatsen av den här studien blev att man behöver lägga fokus på att hitta bra utvecklingsprogram i klubbarna för att främja en träningsform som tillför positiva erfarenheter hos de aktiva istället för negativa och därför minska tidigare specialiseringen och prestationskrav. Man måste också främja idrottarens relationer till familj, tränare och andra viktiga sociala nätverk, speciellt under tonåren (Côte.,Fraser-Thomas.,& Deakin.,2008).

Det finns också studier som visar på att orsakerna för drop out skiljer sig vid vilken ålder som den sker i, kön, etnicitet och typ av idrott. I exempelvis de lägre åldrarna (ca 11 år) är orsakerna mer att det ”inte är nog kul” faktorer till att sluta i sport specifik idrott, medans runt 11-13 år så började man se faktorer så som för mycket press och att man inte gillade tränaren spelade en större roll. När man blir äldre så visar det sig också att de lagkamrater man har runt sig spelar en mindre för den egna prestationen och det är inte en utav de större anledningarna till att man väljer att sluta. (Wagnsson, Carlman, & Partiksson, 2013).

Skillnader mellan om man tidigare sysslat med lag idrotts jämfört med individuell idrott och vilka faktorer som spelar in finns enligt tidigare forskning. Man kan se att orsaker så som att man inte känner sig bra nog och att man får mer tid över för skolan spelar större roll hos de som har varit aktiva inom lagidrott. De som har sysslat med individuell idrott känner mer av faktorer som att det kostar för mycket pengar, att man har längre väg att ta sig till träningar och mer press till att visa bra resultat(Wagnsson., Carlman., & Patriksson.2013; Molinero., salguero., m.fl.2006).

4. Teoretisk referensram

För att vara motiverad till att göra något så behöver man känna glädje och glöd för just det som man ska utföra eller göra. Det finns många teorier som beskriver det ämnet och vad det är som gör att vi väljer att utöva den idrotten eller andra aktiviteter.

SDT (self-determination theory) är en teori som handlar om motivation och som fokuserar på en persons inre psykologiska behov och en inre utveckling (Deci & Ryan, 2002). Den har två subteorier som beskriver personers motivation baserad på inre och yttre faktorer.

Den första kallas för kognitiv evolutionsteori. Tre grundstenar är viktiga för att tillgodose våra behov för att uppnå ett psykologiskt välbefinnande och känna glädje för det vi gör (exempelvis en idrott). Det första vi behöver är **1) självförtroende**. Vi behöver känna att vi är bra på något och att vi är kapabla att uppnå våra mål som vi sätter. Det andra är att vi måste känna oss **2) självbestämmande**. Man måste känna att man har val och att man själv har makt över sitt agerande. Det tredje och sista är att vi känner ett **samband samt positiva relationer** med de personer som finns i vår närhet på ett positivt sätt, exempelvis lagkamrater, tränare och föräldrar etc. (Deci & Ryan, 2002).

Deci och Ryan menar att det inte räcker med att man bara har två av dessa grundstenar på plats, utan alla tre behövs för att uppnå en bra psykisk hälsa i livet. Detta gäller också i alla kulturer. För att få en inre motivation för något så som idrott, jobb eller skola behöver man dessa tre för att uppnå en långvarig motivation och glädje för något. Genom att mer fokusera på att tillgodose dessa behov har man en bättre förmåga att hantera exempelvis motgångar och svackor under sin tid som aktiv inom idrott. Man blir då inte beroende av yttre motivation så som andras bekräftelse, berömmelse, yttre tillfredsställelse eller andra liknande faktorer som lätt kan få viljan till att fortsätta när man genomgår en motgång att försvinna mer drastiskt och fortare än om man har en hög grad av inre motivation och sina psykologiska behov tillfredsställda.

Deci & Ryan (2002) menar dock att en högre grad av inre motivation är något som kommer naturligt om man tycker att något är roligt och att det skänker en form av glädje som är viktig för personens välbefinnande.

Det ena utesluter dock inte det andra, man kan både ha en hög inre motivation samtidigt som en hög yttre motivation (Deci & Ryan, 2002). Man kan ta som ett exempel att man tränar och tävlar i en idrott för att man tycker att det är det roligt, personliga utveckling är viktigt, sammanhållning med personerna ger positiv energi runt omkring och man gör valet att delta

frivilligt. Samtidigt får man bekräftelse ifrån andra att man är duktig, vinner priser och får också de yttre behoven tillfredställda.

En hög inre motivation och en låg yttre motivation gör att man är aktiv inom sin idrott och har alla dessa psykologiska behov tillfredställda, men man får inget tillbaka av de yttre faktorerna. Man kan också ha en hög yttre motivation med en låg inre, då gör man det enbart för fördelarna man får av att delta i idrotten men man känner sig inte motiverad till att egentligen hålla på med den för sin egen utvecklingsskull. Har man en högre inre motivation så ser man att viljan till att delta är högre och man utövar idrotten under längre tid än om man enbart har en yttre motivation (Deci & Ryan,2002).

Varför detta är så viktigt är att yttre motivation kan ha en negativ effekt på den inre motivationen, då det visar sig att just inre motivation ökar vilja till att lära sig och utvecklas vidare.

Den andra sub-teorin som Deci & Ryan (2002) beskriver är integrationsteori. Den beskriver de olika typer av motivation och hur mycket man värderar uppgiften.

Omotiverad är ett stadie där det inte finns någon motivation till att utföra en uppgift. Man tror inte att man kommer att klara det, lägger inget värde i att utföra uppgiften och man tror inte att man kommer att få de förväntade resultaten som man önskar. Här finns stor risk för drop out. Nästa är **yttre styrning**. Här styrs man av de belöningar och bekräftelse som man får av att klara av en uppgift(man likna detta med yttre motivation). Man vet att gör man något bra, så får man en belöning och det är det som blir motivationen till att fortsätta. **Inre styrning** är när man utför en uppgift för att dämpa exempelvis ångest, dåligt samvete och för att man känner att man måste. Dessa två kallas för externa motivationsfaktorer.

Nästa är **identifierad styrning**. Man gör en uppgift för att det är viktigt. Värde läggs i att nå ett mål och man har plan för hur man ska nå dit. **Integrerad styrning** är när en uppgift känns viktig för just den personen. Man vet hur man ska bete sig och vad som krävs av person i förhållande till beteende. Man kan i vissa fall inte ens vara intresserad av just den specifika uppgiften, men den kan vara en del av en längre resa för att nå ett slutgiltigt mål. Den sista är **inre styrning**. Här gör man det för att det är roligt och skänker glädje. Till skillnad ifrån den precis nämnda integrerad styrning är man i detta skede så fokuserad på sin uppgift att man ibland glömmer bort både tid och rum.

Så för att sammanfatta vad SDT är så är det en teori som är uppbyggd av två sub-teorier där den första är kognitiv evolutionsteori och den andra organismiska integrations teori. Dessa

visar då på hur känsla av kompetens, självbestämmande och känsla av tillhörighet kan kopplas till inre motivation och minskad risk för drop out (Deci & Ryan,2002).

SDT teorin kan då användas i denna studie för att se om faktorer så som minskad glädje och brist på motivation spelar in hos de som valt att sluta med ridningen och om dessa psykologiska grundstenar spelar en roll i detta avseende.

5. Syfte

Syftet med denna studie är att undersöka faktorer vid avhopp ifrån ridsport, och dessa faktorerers relation till utövandenivå.

5.1 Forskningsfrågor

- Vilka är de mest förekommande orsakerna till valet att sluta med ridningen?
- Vid vilken ålder är det vanligast?
- Hur skiljer sig orsakerna i relation till utövandenivå?
- Vad påverkar valet att återuppta ridsport efter att de en gång har slutat?

6. Metod

Denna studien utgår från ett nomotetiskt ideal där generella förklaringar eftersträvas. Insamlad data är av numerisk karaktär och kommer att analyseras utifrån ett statistiskt perspektiv.

6.1 Deltagare och urvalsprocess

Urvalet för denna studie var respondenter som hade en bakgrund inom ridsport men som av olika anledningar har valt att sluta och man kan i vetenskaplig term kalla detta för ett typsikt urval då jag sökte efter personen inom en viss målgrupp som skulle passa in med studiens syfte. Man kan också se det som ett bekvämlighets urval då jag sökte efter deltagare på en plattform (dvs facebook) som samlar många människor som passar in i urvalsgruppen utan att jag personligen behövt att ta kontakt med dem (Borg och Westerlund, 2012). Dessa har svarat på en enkät som fanns tillgänglig på facebook. Deltagarantalet var 47 stycken ($n=47$) och åldersspannet på de som deltog var att den äldsta var 55 år och den yngsta 14 år. Av de som svarade var 44 stycken kvinnor och 3 stycken män. Variationen på hur länge man hade varit aktiv inom ridningen var mellan 4-46 år, så man ser att spridningen är väldigt stor beroende av den avvikande siffran av 46. Den mest förekommande inom detta var att man hade varit aktiv i 6 år ($n=7 / 14,9\%$) följt av 10 år ($n=6 / 12,8\%$) och 15 år ($n=5 / 10,6\%$).

Majoriteten av respondenterna hade tidigare tävlat när de var aktiva ($n=39 / 83\%$) och detta var främst på klubb/lokal nivå ($n=23 / 48,9\%$) och resterande på regional/nationell nivå ($n=17 / 36,2\%$).

37 stycken hade haft en egen häst och 10 stycken hade inte haft det under tiden som aktiv.

6.2 Datainsamling

Datainsamlingen skedde genom facebook där enkäten publicerades så att det var öppet för de som passade in i målgruppen att svara på. Länken där jag hade lagt ut enkäten blev delad av många av mina vänner och spreds på så sätt vidare ut till en bredare population av människor.

6.3 Mätinstrument

Enkäten hade konstruerats så att den innehöll bakgrundsfrågor så som ålder, kön, år som aktiv, ålder vid drop out, tävlingsbakgrund, huvud disciplin och stallmiljö.

För att mäta de olika faktorerna som kan spela in vid drop out användes i enkäten ett frågeformulär utformat av Gould (1982) som heter Questionnaire of Reasons for Attrition. Det är utformat så att man har påståenden som indikerar i vilken utsträckning det hade en påverkan över ett val att sluta. Respondenten fick då svara utifrån en skala på fyra steg hur väl det stämde in på just deras val. Som ett exempel på ett påstående ”Jag tyckte inte att det var roligt” och skalan såg då ut så att 1=Håller inte med, 2=Håller med till viss del, 3=Håller med till stor del samt 4=Håller helt med. 24 olika påståenden fanns i frågeformuläret. Åtta faktorer(främsta skäl) till att sluta har sedan etablerats genom en faktoriell analys och dessa är 1) Man var inte nöjd med tränaren/klubben/stallmiljön, 2)Brist på utveckling och framgångar, 3)Bristande intresse för ridsport/andra intressen, 4) Brist på glädje för ridsport, 5) Mindre socialt stöd, 6)Ekonomiska skäl, 7) Hälso/skadeproblem samt 8)att de blev för mycket stress (Lepir, 2009).

Påståendena som ingick i de olika faktorerna (1-8) var att:

- 1) Klubben, tränaren och stallmiljö = ”Organisationen på klubben/stallet var inte bra”, ”det fanns ingen sammanhållning”, ”den ledaren/tränaren jag hade passade inte mig”.
- 2) Brist på utveckling och framgång = ”Min utveckling var inte nog stor”, ”jag vann inte nog med priser”, ”jag levererade inte nog bra resultat”
- 3) Bristande intresse= ”Det tog för mycket tid”, ”Det påverkade min prestation i skola/på jobbet negativt”, ”Jag fick inte nog med tid över för att träffa vänner”.
- 4) Brist på glädje = ”Det var inte roligt längre”, ”Jag var inte längre intresserad av ridningen”, ”det var inte spännande längre”.
- 5) Mindre socialt stöd= ”Mina föräldrar/vänner ville att jag skulle sluta”, ”Mina föräldrar stöttade mig inte ekonomiskt längre”, ”jag träffade inga nya vänner”.
- 6) Ekonomiska skäl =”Det kostade för mycket pengar”
- 7) Hälso och skadeproblem =”Jag hade problem med min hälsa som gjorde att jag inte kunde fortsätta”, ”jag fick en skada som gjorde att jag inte kunde fortsätta”.
- 8) Stress =”Det blev för stressigt och ansträngande att hålla på med”, ”Jag kände mig pressad att fortsätta av andra utifrån”.

Detta frågeformulär är ett beprövat och har används i olika studier och anses som tillförlitligt för att mäta detta ämne.

6.4 Analys

Materialet ifrån datainsamlingen är analyserat i statistikprogrammet SPSS. Jag har samlat ihop de 24 olika påståendena i åtta olika index (faktorer) i programmet för att kunna ställa frågan om det skiljer sig något mellan de som utövat ridsport på tävlingsnivå emot de som ej gjort det. Genom att skapa olika index så kan man på ett tydligt sätt se skillnader/sannolikhet samt slump mellan dessa två grupper samt olika variabler(Wahlgren,2013). De numeriska alternativen som används för att läsa av resultaten är medelvärden, procent, variation, typvärde, maximum/minimum, signifikans. Jag har också utgått ifrån att $p < 0.05$ har ett samband och beror inte på slump.

6.5 Studiens validitet och reliabilitet

Studiens validitet ses som högre då den mäter det som anses ska mätas och det är relevant för studiens syfte. Det har en innehållsvaliditet som ger den information som man vill ha och som ger studiens ett resultat som kan användas.

Man ser också att den samtidiga validiteten är hög då de resultat som framställs i denna studie överensstämmer med andra liknandes studier som har gjorts i liknande ämnen.

Då man har testat att mäta detta fenomen inom idrott i andra tidigare studier med samma frågeformulär (Gould., et. Al, 1982) så visar det sig att resultaten inte skiljer sig åt något större kan man dra den slutsatsen att reliabilitet för mätinstrumentet anses som hög. Det som kan ifrågasättas gällande studiens reliabilitet är det låga antalet deltagande, enbart 47 stycken. Detta ses som ett på gränsen för lågt antal när det gäller kvantitativa studier liknande denna, så i och med detta avseende ses det som en faktor som sänker studiens reliabilitet (Jones & Forshaw, 2012).

Inga bortfall kan rapporteras som ska ha påverkat studiens gång eller resultat.

6.5 Etiska överväganden

Enkäten innehöll ett försättsblad där all information angående fyra de forskningsetiska principerna framtagna av vetenskapsrådet(2002).

- Informationskravet – Jag har inte undanhållit information om studiens syfte eller användning.
- Samtyckeskravet – De som valt att delta har gjort det av egen vilja, frivilligt och

har själva när de vill haft möjlighet att avbryta sin medverkan.

- Konfidentialitetskravet – Information fanns om anonymitet och att den information som lämnades inte skulle gå att spåra tillbaka till respondenterna.
- Nyttjandekravet – De svar som respondenterna lämnade var enbart för denna uppsats och den kommer inte att lämnas vidare till andra arbeten eller studier.

7. Resultat

I detta kapitel går jag igenom de resultat som framgått efter analys av datainsamlingen gällande de delar som anses som avgörande för att få svar på studiens syfte och frågeställningar.

7.1 Ålder vid drop out

Resultaten ifrån datainsamlingen visar på att den mest förekommande ålder för drop out inom ridsporten för de som svarat är 20 år (19,6%) följt av 17 år (17,4%) och 18 år (10,9%), se diagram 1.

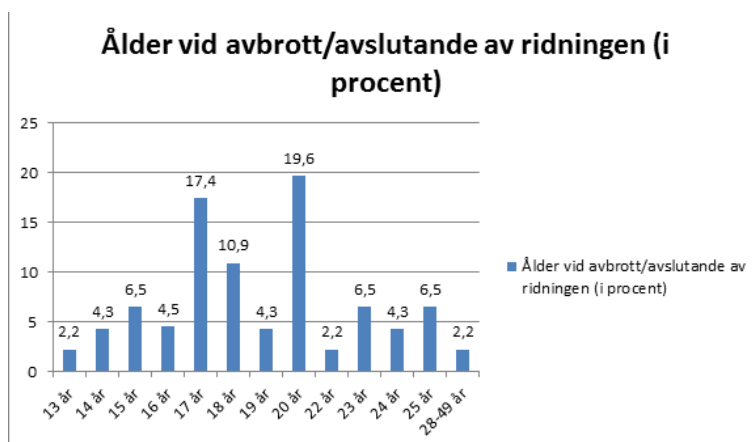


Diagram 1 visar vid vilken ålder respondenterna valde att sluta med ridningen

Som man kan avläsa ifrån diagram 1 så kan man se att den vanligaste ålder för drop out är 20 år tätt följt av 17 och 18 år. Så det är i de senare tonåren som det är mest risk för att aktiva väljer att sluta med ridningen. Utöver dessa åldrar är det relativt likfördelat och inte så stor del som slutar i de övriga åldrarna.

7.2 Orsaker för drop out

Det finns två faktorer som man kan fastställa som de största orsakerna till att man väljer att sluta med ridsport. "För höga kostnader" ($m=2,28$) och att "det tar för mycket tid" ($m=2,28$) är de faktorerna som spelar störst roll, oberoende om man tävlar eller inte. På tredje plats kan man se att "hittade andra intressen" hamnar ($m=2,09$). Den faktor som det visar sig ha minst påverkan för drop out är att man drabbades av en skada som gjorde att man inte kunde fortsätta ($m=1,15$). De andra faktorerna som spelar in ligger relativt nära vandra och ligger alla emellan de som anses som de mest förekommande orsakerna till avhopp och de minst

förekommande. Att det inte var roligt länge ($m= 1,83$), Man inte hade de rätta förutsättningarna ($m= 1.83$), inte tid över att träffa sina vänner ($m=1,96$) att man inte utvecklades som man hade önskat ($m=1,93$) som ansågs som några utav de faktorer som ledde till drop out även om de inte rankades som de mest avgörande.

7.3 Skillnader mellan om man varit tävlingsaktiv eller ej

Resultatet som man fick fram om faktorerna skiljer sig åt om man tidigare varit tävlingsaktiv eller inte visar på att det finns en skillnad, även om den inte är så stor.

Det man kan avläsa utifrån analysen så är det vissa faktorer som skiljer dessa åt. De som tävlar tycker att brist på utveckling och framgång och stress är de största orsakerna till att de valt att sluta. De som ej tävlade tyckte att bristen på glädje och mindre socialt stöd var de största anledningar att sluta.

Faktor 2 (Brist på utveckling och framgång)	Faktor 8 (Stress)
Tävlad : $m=6,56$ $p<0,63$	$m=3,1$ $p<0,45$
Ej tävlad: $m=6,0$ $p<0,56$	$m=2,7$ $p<0,25$

Faktor 4 (Brist på glädje)	Faktor 5(Mindre socialt stöd)
Tävlad: $m=8,41$ $p<0,48$	$m=4,0$ $p<0,11$
Ej tävlad: $m=9,3$ $p<0,66$	$m=4,8$ $p<0,28$

Dessa är de faktorerna som sticker ut och som man kan se skiljer de två olika grupperna åt. Dock så man inte se något signifikant statistiskt samband i resultaten som framgått av t-testet då värdena på $p<$ överstiger gränsen på $<0,05$ och man kan säga att det är av slump som resultaten har tillkommit.

I de övriga faktorerna så som kostnader, andra intressen, hälso/skade problem och klubben/tränare/stallmiljö ligger resultaten nästan helt lika varandra och där går det inte att utläsa några större eller betydelsefulla skillnader mellan grupperna.

7.4 Återuppta ridsport

Av de 47 stycken som svarade på denna enkät var det 14st som återupptagit ridsport igen och 33st som inte gjort det. 25st av de som inte än hade börjat rida igen trodde att de någon gång i

framtiden skulle återuppta ridningen igen och 8st trodde inte att de skulle göra det igen.

Några utav anledningarna som respondenterna beskriver till varför de ville/vill börja igen var bland annat saknaden och kontakten till hästarna och den energi som det gav dem att hålla med dessa djur. Att man hade läst klart sina studier och på så sätt fått bättre förutsättningar ifrån av ekonomi och tid, man saknade gemenskapen med sina vänner inom hästvärlden, fann ingen annan aktivitet som var lika rolig att syssla med och att man långsamt började söka sig till stall och ridningen igen och blev därför fast igen var också anledningar som gjorde att respondenterna hittade tillbaka till ridningen.

7.5 Öppen fråga

På frågan om det fanns något som hade kunnats göras annorlunda för att de hade fortsatt med ridningen svarade några av respondenterna:

”Jag ville under hela min tid skaffa egen häst och börja tävla. Men min familj stöttade mig inte i det och vi hade inte råd. Så jag tror inte att det fanns något som hade kunnat göras annorlunda då det saknades pengar och stöttning”

”Jag hade valt att vara i ett annat stall. Det var inte alltid en bra stämning i stallet och det förekom typer av mobbning”.

”Om jag hade sett möjligheten till att fortsätta arbeta hästrelaterat och tävla. Detta samtidigt som jag funnit en väg som lett till en långsiktigt bra ekonomi och hållbar livssituation så hade kanske allt sett annorlunda ut. Då hade jag kanske fortsatt att tävla”.

”Att vara kille som rider under högstadiet var inte kul. Många som var taskiga och som kallade en för dumma saker. Då fanns det en vilja av att göra något annat som var roligare och som gjorde skoltiden lättare”.

Här ser man att faktorer så som ekonomi, socialt stöd, psykisk hälsa och framtid spelade in i deras beslut att sluta. Om ridning hade varit mer accepterat som pojk idrott, om det inte hade varit så ekonomiskt krävande, om mobbning/dåligt bemötande inte förekom i några utav stallarna och om fler hade haft möjlighet att jobba emot en mer långsiktig bra satsning så hade vissa valt att stanna inom ridsporten.

7.6 Sammanfattning av resultatet

För att sammanfatta de resultat som framgått kan man se att den vanligaste åldern för drop out inom ridsport är 20 år och de vanligaste orsakerna för den generella målgruppen är för höga kostnader, att det tog för mycket tid och att man hittade andra intressen som ansågs mer

givande.

För de som varit tävlingsaktiva var de främsta orsakerna brist på utveckling och framgång och att det blev för mycket stress. För de som ej tävlat var det bristen på glädje för sporten och ett mindre socialt stöd som var de mest förekommande faktorerna.

14 stycken av de 47 respondenterna hade redan återupptagit ridningen igen. Dock så trodde 25 stycken att de någon gång skulle börja rida igen.

8. Diskussion

I detta kapitel diskuteras valet av forskningsmetod och dess innebörd, de resultat som studien visar samt framtida forskning inom ämnet.

8.1 Metoddiskussion

Valet om att studien skulle ha en kvantitativ ansats gjordes då man genom statistiska mått får ut ett resultat som man kunde jämföra mellan två variabler, i detta fall tidigare tävlingsaktiva ryttare och de som ej tävlat. Att få ut numerisk data ses också som ett bättre och mer effektivt sätt att mäta och analysera data när det gäller en större grupp och fler respondenter än vad den kvalitativa ansatsen är då man på ett djupare plan går in i respondenternas upplevelser och känslor (Hassmén & Hassmén, 2008; Borg & Westerlund, 2012).

När det gäller urvalet så var målgruppen de som valt att sluta med ridsporten, då det var studiens huvudsyfte att undersöka faktorerna till drop out. Jag valde att publicera en enkät på facebook då detta ses som en stor plattform på sociala medier och man kan nå ut till en större grupp med människor på ett effektivt sätt som passar in i studiens syfte.

Deltagarantalet (47 stycken) kan man diskutera huruvida det ses som på gränsen till för lågt utifrån ett kvantitativt synsätt och det kan göra så att studiens reliabilitet ses som lägre. Enkäten låg tillgänglig i en vecka och delades vidare av 12 personer, så utifrån tidsaspekten så är det ett godtagbart antal men man hade gärna haft fler respondenter för att öka studiens tillförlitlighet (Jones & Forshaw, 2012). Men när man ser till studiens validitet upplevs den som hög då mätinstrumentet (Gould et al, 1982) har används i tidigare studier och är beprövat till just detta ämne. Det mäter det som avses att mätas och resultatet som kan avläsas uppfyller syftet och besvarar de frågeställningar som ställts. Några bortfall i datainsamlingen kan inte rapporteras så alla respondenter har svarat på alla de frågor och påståenden som enkäten innehöll och man kan då dra den slutsatsen att det inte har påverkat studiens slutgiltiga resultat.

8.2 Om resultatet

Att ridsport är en ekonomisk och tidskrävande idrott det är inget som kommer som en blixtnöje ifrån klar himmel och att det skulle vara en utav de större anledningarna till drop out förvånar inte. 2003 gjorde ridsportförbundet en sammanställning av kostnader för olika idrotter och där ligger ridsport på en andra plats strax efter hockeyn. Men det som är spännande där är att om man kollar på vad skillnaderna blir i pengar om man är aktiv 1 gång/vecka gentemot

3ggr/veckan är att kostnaderna ökar ifrån 6.046 :- till 25.130:- per/år inom ridsport. Detta är då en skillnad på nästan 20.000:- och då är det tränaravgifterna som dominerar mest. Så för att satsa inom ridsport krävs förutsättning både på det ekonomiska planet och det tidskrävande planet och det är inte säkert att alla som har viljan har förutsättningarna för att ta sig dit man vill. Men sen så ska man inte bara peka ut ridsporten att öka markant med förhöjd ambitionsnivå. Idrotter så som tennis och ishockey visar också att man får betala mer för att för att öka mängden träning(RF, 2003). Dock så måste man se till att inom ridsporten så måste man i de flesta fall ha en egen häst som kostar mycket pengar i bara skötsel och utgifter varje månad och vad som framgår i resultatet så är det ekonomiskt krävande förutsättningarna som gör att många väljer att sluta, oberoende på om de tävlar eller inte (Nyrell, 2012).

Då ridsport en in individuell idrott så kan man se att resultatet som framgår i uppsatsen stämmer med de resultat som Wagnsson, Carlman & Patriksson(2013) fick fram att de främsta faktorerna för de som sysslar med just individuell idrott att sluta är för höga kostnader och att man känner att man inte utvecklas/presterar så bra som man hade velat. Resultaten jag fick fram styrker detta då i den allmänna grupp bilden är det kostnaderna som spelar in på beslutet att sluta, medan för de som tidigare tävlat var bristen på utveckling och framgång en bidragande faktor.

Att man tappat glädjen för idrotten, hittat andra intressen och inte tyckt att ridsporten gav något tillbaka längre var en av de främsta orsakerna hos de som inte tävlat. Detta är då något som är den mest bidragande faktorn inom idrotten generellt sätt och är något som de har gemensamt när man ser till drop out (Cote m.fl.; Cote.m.fl. ;Lepir. 2009; Coackley., & Pike). När man börjar tappa intresset för något, i detta fall ridningen, så försvinner de som gör att vi finner en inre motivation och då man uppfyller då inte sina psykologiska behov som krävs för att ha en vilja till att fortsätta (Deci & Ryan,2002) dvs. självbestämmande, känsla av kompetens och känsla av socialt sammanhang. Man behöver känna att det är ens egen val att hålla på med idrotten, att man är duktig och att man utvecklas och att man har positiva relationer med personer runt omkring hjälper att utvecklas och gör tiden i idrotten till en positiv upplevelse.

Många hade redan återupptagit ridningen igen, och många trodde att de någon gång i framtiden skulle göra det och det visar på att viljan till att vara med hästarna är stor och det är något som ger ett avtryck hos människor under hela livet. I stallet känner man en gemenskap och man vara precis den man är. Stallet är en fristad där den blyga personen kan få känna sig modig, där den ledsna kan få känna sig glad och där ingen ska behöva känna sig

dömd(Forsberg, 2012;Ridsportförbundet.2016). För även om man kan bli dömd av andra människor så dömer aldrig hästen . Den ser en individ precis som alla andra och därför blir man accepterad av just hästen för den man är och det kan ha en helande kraft för många, och det är det som får många att vilja tillbaka till ridningen och stall miljön igen.

Det som man dock kan se utifrån de resultat som uppsatsen bygger på är att inom ridsport ligger ålder för drop out något högre än hos andra idrotter. I andra idrotter är det vanligt att det sker i de tidigare tonåren någonstans mellan 13-16 år(Weinberg & Gould, 2011; Coakley & Pike, 2008), men vad man kan se här så är den mest förekommande åldern 20 år, följt av 17 och 18 år.

Min egen teori om ämnet är att det har med de ekonomiska förutsättningarna att göra och man i dessa åldrar med stor sannolikhet för börjar ta mycket eget ansvar för sin häst/sin ridning och man har kanske inte hunnit etablerat sig en stabilt ekonomisk grund att stå på en så att man känner att man möjlighet att ha häst eller hålla med ridsport. Sen så ser man också ett mönster på att det är i dessa åldrar som skolan hos många prioriteras högt och man kanske väljer att flytta för att studera alternativt att det tar mycket tid och fokus för just skolarbetet så förutsättningarna att hinna med ridningen och hästar inte finns. Man kan ju så dra slutsats om detta då en så stor del av de som svarat på enkäten har återupptagit ridningen eller tror sig återuppta ridningen igen vid en annan tid i livet.

Resultatet som framställdes gällande skillnader i faktorer för drop out och tävlingsutövande eller inte blev som jag hade förutspått. Dock så hade både grupperna svarat relativt lite i de flesta avseendes så det var just de fyra faktorerna som angående utveckling/framgång, stress ,bristande intresse och socialt stöd som skilde grupperna åt. Hur det kan vara såhär kan man dra en slutsats av att de som tävlar, vilket idrott det än är har oftast personer som stöttar och ser till så att man här de rätta förutsättningarna för att utvecklas. Speciellt viktigt är det inom ridsport där teamet runt omkring är extremt viktigt då det är som nämnt innan en stor ekonomisk kostnad att kunna tävla och träna. Dock kan detta i vissa fall bli en negativ spiral när ungdomar tycker att de läggs för mycket press på dem att prestera bra resultat och man ser sig aldrig bli bra nog (Côte, Fraser-Thomas, & Deakin,2008; Côte & Wall, 2007). Om man ser till dem som inte har tävlat utan mest bara haft de som en hobby, så kan bristen på socialt stöd ifrån exempelvis föräldrar ses som ett hinder i ens utveckling och man har inte de rätta förutsättningarna rent emotionellt eller ekonomiskt att ta sig vidare. Detta kan då göra att man inte tycker att ridningen är rolig längre, och man hittar andra intressen som man får mer glädje av (Coakley & Pike, 2008).

8.3 Framtida forskning

En progression på detta ämne skulle vara att se till en större population och nå ut till en större grupp än den som finns med i denna studie för att dra en jämförelse om man får fram samma resultat som man fick i denna studie, med mer resurser och tid för att göra det till en större undersökning.

Man skulle också kunna involvera ledare, tränare, föräldrar m.m. för att få deras tankar på hur de ser på ämnen så som drop out, tidig specialisering, motivation och stöttning för att få en större helhetsbild inom ämnet.

8.4 Slutsatser

Denna uppsats har då gett en liten bild av hur före detta aktiva inom ridsport ser på sitt val att sluta och vilka faktorer som har påverkat det. Kostanden är en utav de större anledningarna till drop out och de är inte alla som vill lägga ut de höga summorna som man i många fall måste vara villig att lägga ut för att kunna syssla med denna idrott. Man ser också tiden som ett hinder och att man istället hittar andra intressen.

De här resultaten är jag inte speciellt förvånande över, då de inte skiljer sig så mycket ifrån resultat ifrån liknande studier ifrån andra idrotter.

Man ser ju dock att många ändå hittar tillbaka till ridsporten igen efter en tids uppehåll, då saknaden till hästen är den mest bidragande faktorn.

Ibland måste man omstrukturera livet för att man ska få alla bitar att falla på plats och för att man ska nå andra mål och erfarenheter. Men då är det så fantastiskt med just ridsport, att det inte har något bäst före datum. Man kan ta ett uppehåll för att senare komma tillbaka både ett eller tio år senare, antingen på samma nivå som innan eller med mer eller mindre satsning på tävling.

Det var som en utav respondenterna svarande när frågan ställdes om varför de återupptagit ridningen igen ”En gång hästtjej, alltid hästtjej”, och så tror jag att det är hos många. Trots att man slutat så finns det en längtan tillbaka till stallet och närheten till hästar.

Referenslista

- Borg.E & Westerlund.J.(2006). *Statistik för beteendevetare*.Liber AB.
- Coackley.J.,& Pike.E. (2008). *Sports in society- issues and controversies*. McGraw-Hill Education.
- Côte.J., & Wall.M. (2007). *Developmental activities that lead to dropout and investment in sport*. Physical Education and Sport Pedagogy .Volume 12
- Côte.J.,Fraser-Thomas.J.,& Deakin.J.(2008). *Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport*. Elsevier.
- Deci.L,E.,& Ryan.M,R.(2002). *Hanbook of self-determited research*. The university of Rochester,NY.
- Forsberg.L.(2012).*Stallet, plantskola för kvinnor som ledare*. Luleås Universitet.
- Gould. D., Feltz. D., Horn. T., & Weiss. M. R.(1982). *Reasons for discontinuing involvement in competitive youth swimming*. *Journal of Sport Behavior*, 5, 155-165.
- Hassmén.N & Hassmén.P. (2008) *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. SISU idrottsböcker.
- Hedenborg,S.(2013) *Hästkärlar, hästtjejer, hästälskare - Hundra år med Svenska Ridsportförbundet*. Waldrapp book.
- Jones.S & Forshaw.M.(2012). *Research methods in Psychology*.Prentice Hall.
- Lepir.D.(2009). *Reasons for withdrawing from sports in the formerly active athletes*. Physical Culture, Belgrade, 63.
- Myers, D,G. (2010). *Social psychology, 10th edition*. ISBN: 978-0-07-337066-8. McGraw Hill.
- Molinero, O., Salguero, A., et al. (2006) *Dropout Reasons in Young Spanish Athletes: Relationship to Gender, Type of Sport and Level of Competition*. *Journal of Sport Behavior*: 255-258,260-261,263-269.
- Nyrell,S. (2012). *Är ridning en sport?* Institutionen för kulturvetenskaper- Avdelningen för Etnologi. Lunds Universitet
- Olsson,P. (2007). *Farväl till idrotten?* Instutionen för pedagogik och didaktik vid Göteborgs universitet.

- Riksidrottsförbundet.(2003). *En studie om kostnader för barns idrottande 2003*.
- Svenska ridsportförbundet., (2017). *Statistik och fakta om ridsport*(webbplats).
- Thorell,G.(2017). *Framåt marsch! Ridlärarrollen ifrån dåtid till samtid med perspektiv på framtid*. Gothenburg studies in educational science 397-
- Wahlgren.L.(2013). *SPSS steg för steg*. Studentlitteratur.
- Wagnsson,S., Carmlan,P.,& Patriksson,G (2013) *Causes and consequences out from organized youth sports*. Swedish journal of sport research, 26-57.
- Weinberg,R,S.,Gould.D.(2011). *Foundations of sport and exercise psychology*.Human Kinetics.

Bilaga 1 - Enkäten



Hej!

Jag heter Hanna Persson och läser min sista termin på Idrottsvetenskapsprogrammet på Karlstads Universitet. Som mitt examensarbete vill jag undersöka vilka faktorer det är som påverkar beslutet till att sluta med ridningen och om dessa skiljer sig något beroende på om man varit tävlingsaktiv eller inte.

Jag skulle därför vara så tacksam om du som har en bakgrund inom ridsporten men som valt att sluta skulle vilja ta några minuter av din tid att svara på denna enkät.

Frivilligt

Ditt deltagande i denna enkät är helt frivilligt och du kan när som helst avbryta din medverkan.

Anonymitet

De svar du lämnar i enkäten är helt anonyma och dina svar går inte att spåra tillbaka till dig då de presenteras i gruppformat. Jag ser gärna att du svarar på frågorna så ärligt som möjligt.

Tidsåtgång

Enkäten tar ca 5 min att besvara.

Utvärdering av resultatet

De resultat ifrån enkäten kommer att redovisas i en vetenskaplig studie som du kommer att kunna ta del av om du så önskar när allt är sammanställt.

Tack på förhand för ditt deltagande.

Om det finns några frågor eller synpunkter gällande enkäten, kontakta mig på hannap3rsson@hotmail.se

// Hanna Persson

Idrottsvetenskapligt program med inriktning coaching, Karlstads Universitet

1. Jag är...

- Man
- Kvinna

2. Jag är född(Fullständigt årtal, ex 1992)..

3. Antal år som du var aktiv inom ridsport(Skriv enbart en siffra, ex 5)

4. Vad var roligast inom ridningen när du var aktiv(Det går att välja mer än ett alternativ)

- Hoppning
- Dressyr
- Fälttävlan
- Distans
- Western
- WE (Working equitation)
- Rida ute i skog och mark
- Islandshäst
- Annat

5. Hur många timmar i veckan utövade du ridningen ? (På ett ungefär)

- >1 timme / veckan
- >2-3 timmar / veckan
- >4-5 timmar / veckan
- >6-7 timmar / veckan
- >8-9 timmar / veckan
- >10 timmar eller mer / vecka

6. Vid vilken ålder slutade du med ridningen? (ange enbart en siffra, ex 15)

7. Tävlade du under din tid som aktiv inom ridningen?

- Ja
- Nej

8. Om ja, på vilken nivå?

- Klubb/Lokal
- Regional/Nationell
- Elit/Internationell

9. I vilken typ av stallmiljö spenderade du mest tid i ?

- Kommunal ridskola/förening
- Privat ridskola/förening
- Inakoderingsstall (Med andra hyresgäster med egna hästar)
- Eget stall

10. Hade du under din tid som aktiv egen häst/foderhäst?

- Ja
- Nej

Orsaker till drop out

Här kommer några påståenden som belyser vilka orsaker som kan ha spelat in vid ditt beslut att sluta med ridningen. Vid varje påstående finns det 4 olika svarsalternativ som utger en skala där **1= håller inte med, 2= håller med till viss del, 3= håller med till stor del** och **4= håller helt med**. Kryssa i det alternativ som passar bäst in på **dig**. Försök att svara så ärligt som möjligt och ta inte för lång tid på dig vid varje påstående.

11.

	Håller inte med	Håller med till viss del	Håller med till stor del	Håller helt med
De tränare/ledare som jag hade under den tid jag red passade inte mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det fanns ingen sammanhållning i klubben/stallet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag var inte längre intresserad av ridningen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag hade inte nog med tid över för att träffa mina vänner	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ridningen gav mig ingenting tillbaka längre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Håller inte med	Håller med till viss del	Håller med till stor del	Håller helt med
Organisationen runtomkring klubben/stallet var inte bra	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det kostade för mycket pengar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag levererade inte nog bra resultat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag utvecklades inte så mycket som jag hade velat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det var inte spännande längre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ridningen påverkade mitt skolarbete/prestation på jobbet negativt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag vann inte nog med priser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mina föräldrar/vänner ville att jag skulle sluta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag träffade inga nya vänner	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag fick problem med min hälsa som gjorde att jag ej kunde fortsätta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag fick en skada som gjorde att jag inte kunde fortsätta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det tog för mycket tid	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det var inte roligt längre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mina föräldrar stöttade mig inte ekonomiskt längre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det blev för mycket press på att prestera bra resultat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det blev för stressigt och ansträngande att hålla på med	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag hittade nya intressen som var roligare/mer givande för mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Håller inte med	Håller med till viss del	Håller med till stor del	Håller helt med
Jag hade inte de rätta förutsättningarna för att utvecklas som jag hade velat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag kände mig pressad till att fortsätta ifrån andra trots att jag själv inte ville	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag sysslade med andra idrotter/aktiviteter som jag tyckte var roligare	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12. Har du återupptagit ridningen igen ?

- Ja
- Nej

13. Om ja, vad var det som gjorde att du började igen ? (skriv med dina egna ord här nedanför)

14. Om nej, tror du att du någon gång i framtiden kommer att återuppta ridningen igen ?

- Ja
- Nej

15. Till sist så får du gärna skriva några ord om det fanns något som du eller någon annan hade kunnat gjort annorlunda för att du hade valt att fortsätta med ridningen