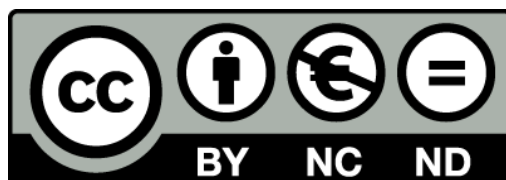


Medfinansierat av
EU-programmet
Erasmus+



Europeiska Kommissionens stöd åt framställningen av detta dokument utgör inte ett godkännande av dess innehåll, vilket endast återspeglar upphovsmännens åsikter, och Kommissionen kan inte hållas ansvarigt för någon användning av informationen i det.





BE LIKE
AN ATHLETE

Första den socio-psykologiska profilen hos idrottsstudenter.



Vad är 'Be like an athlete' studien?

BLA-studien är ett Erasmus+ finansierat projekt. Projektet syftar till att förstå mer om idrottsstudenters socio-psykologiska profil.



Vad är en socio-psykologisk profil hos idrottsstudenter.

Personliga, sociala, emotionella och lärande kompetenser som hjälper till att utveckla idrottsstudenter inom idrotten och skolan.



Vad är kriterierna?

Vi söker idrottsstudenter i åldrarna 15-18 år för att delta i vår studie.



Vad behöver jag göra?

Fylla i en online-enkät med en smarttelefon, bärbar dator eller surfplatta. Undersökningen tar ca 10 minuter att slutföra.



Vem kontaktar jag för mer information?

website: <https://belikeanathlete.eu>

Facebook/Twitter: @BeLikeAthlete

Email: Inger Eliassonn inger.eliasson@umu.se

powered by



Vill du läsa mer information

- Nej, jag har tillräckligt med information
- Ja, jag skulle vilja läsa mer

En vetenskaplig studie om att vara en idrottsstudent En enkät online inom EU-projektet 'Be Like an Athlete' (BLA)

Umeå universitet medverkar i ett EU-projekt från 2020 till 2022 som arbetar för att stärka ungdomar som satsar på idrott och studier. Ambitionen är att ta fram pedagogiska verktyg för att stödja en positiv utveckling och ungdomars välmående i Sverige och i Europa.

Syftet med enkäten är att undersöka vilka personliga egenskaper som är viktiga för elever som går på ett idrottsgymnasium för att kunna satsa på idrott och studier. Vidare är avsikten att utifrån svaren utveckla ett pedagogiskt verktyg i form av en interaktiv mobil-applikation som ska kunna användas av elever som ett stöd i vardagen. Idrottsstudenter från Sverige, Portugal, Spanien, Italien och Irland medverkar.

Studien följer forskningsetiska riktlinjer vilket bland annat innebär att deltagandet är frivilligt, att alla uppgifter och dina svar behandlas så att inte obehöriga kan ta del av dem, att alla som deltar hålls anonyma i rapportering och att deltagare kan avbryta sin medverkan när som helst utan att uppge orsak.

Vi hoppas du vill besvara följande anonyma enkät on-line för att bidra till att ta fram en socio-psykologisk profil. Denna enkät beräknas ta ca 10 minuter att besvara.

Inger Eliasson, pedagogiska institutionen, Idrottshögskolan, Umeå universitet är ansvarig i Sverige. Vid frågor kontakta inger.eliasson@umu.se, 090-786 79 12, 070-555 96 54.

Personuppgifter och datamaterial förvaras utan åtkomst för obehöriga där ansvarig för personuppgifterna är Umeå universitet, 901 87 Umeå. Du har rätt att begära rättelse, radering, begränsning och invändning gällande personuppgifter. Dataskyddsombudet nås pulo@umu.se eller via telefon 090-786 50 00. Vid synpunkter angående behandling av personuppgifter kan Datainspektionen kontaktas via <https://www.datainspektionen.se/vagledning/for-dig-som-privatperson/klagomal-och-tips/>.

Klicka på den blå pilen för att fortsätta

ISMAI / IPMAIA - Coordenador (<http://www.ismai.pt> <http://www.ipmaia.pt>)

Conselho Nacional das Associações dos Profissionais de Educação

Física (Portugal) <https://cnapec.wordpress.com/>

Consejo COLEF (Espanha) <https://www.consejo-colef.es/>

Associazione Sportiva Dilettantistica Margherita Sport e Vita (Itália) <http://www.msvbasket.it/>

University of Limerick (Irlanda) <https://www.ul.ie/>

Umeå Universitet (Suécia) <https://www.umu.se/>

Instituto Português do Desporto e Juventude (Portugal) <http://www.ipdj.pt/>



Var vänlig fyll i nedanstående samtycke till att frivilligt delta i enkäten om att satsa på idrott och studier på gymnasienivå. Gör ditt val och sätt ett kryss nedan:

- Ja, jag samtycker till att delta i enkätstudien
- Nej, vi vill inte delta i enkätstudien



Hur gammal är du?

- 15
- 16
- 17
- 18

Vad är ditt kön?

- Man
- Kvinna
- Annat

Vilken är din huvudsport?

Deltar du i mer än en sport, om så är fallet listar du dem nedan.

På vilka nivåer utövar du idrott för närvarande (välj så många som är lämpliga)

- Klubbnivå
- Distriktsnivå
- Nationell nivå
- Internationell nivå

Vad är din högsta nivå av sport

- Klubbnivå
- Distriktsnivå
- Nationell nivå
- Internationell nivå



Välj det svar som bäst visar hur du dagligen känner dig på en skala från 1 till 6, där 1 är "aldrig" och 6 är "hela tiden".

	1.Aldrig	2.Ibland	3.Mindre än halva tiden	4.Mer än halva tiden	5.Mestadels	6.Hela tiden
Jag har känt mig glad och på gott humör	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har känt mig lugn och avslappnad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har känt mig aktiv och kraftfull	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har känt mig pigg och utvilad när jag vaknat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mitt vardagsliv har varit fyllt av sådant som intresserar mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Välj det svar som bäst visar hur mycket du är överens med påståendet på en skala från 1 till 5, där 1 är "inte alls sant" och 5 är "nästan alltid sant".

	1.Inte alls sant	2.Sällan sant	3.Sant ibland	4.Ofta sant	5.Nästan alltid sant
Jag kan anpassa mig när det sker förändringar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag kan hantera allt som kommer i min väg.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag försöker se den humoristiska sidan av saker när jag möter problem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Att tvingas hantera stress kan göra mig starkare.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag tenderar att komma igen efter sjukdom, skada eller andra vedermödor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag tror att jag kan nå mina mål, även om det finns hinder.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Under press förblir jag fokuserad och tänker klart.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag blir inte lätt avskräckt av misslyckanden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag ser mig själv som en stark person när jag hanterar livets utmaningar och svårigheter.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag kan hantera obehagliga eller smärtsamma känslor som ledsenhet, rädsla och ilska.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Välj det svar som bäst visar hur mycket du är överens med påståendet på en skala från 1 till 5, där 1 är "inte alls som jag" och 5 är "våldigt mycket som jag".

	1.Inte alls som jag	2.Inte mycket som jag	3.Neutral	4.Något som jag	5.Våldigt mycket som jag
Jag har ett skolämne som jag verkligen brinner för	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag skulle vilja använda mycket tid på att bli bra i det skolämnet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag tror att jag skulle kunna vara en expert i ett skolämne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har tillräcklig passion för att bli väldigt bra i skolan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag arbetar tillräckligt hårt för att uppfylla mina mål i skolan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har en brinnande passion för vissa skolämnen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag lägger mycket tid på de skolämnen jag gillar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Min passion för skolan är viktig för mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Välj det svar som bäst visar hur mycket du är överens med påståendet på en skala från 1 till 5, där 1 är "inte alls som jag" och 5 är "våldigt mycket som jag".

	1.Inte alls som jag	2.Inte mycket som jag	3.Neutral	4.Något som jag	5.Våldigt mycket som jag
Jag har en idrott som jag verkligen brinner för	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag skulle vilja använda mycket tid på att bli bra i den idrotten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag tror att jag skulle kunna vara en expert i en idrott	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har tillräcklig passion för att bli väldigt bra i idrott	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag arbetar tillräckligt hårt för att uppfylla mina mål i idrott	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har en brinnande passion för vissa idrotter	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag lägger mycket tid på de idrotter jag gillar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Min passion för idrott är viktig för mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



På en skala från 1 till 5, där 1 är "oviktigt" och 5 är "väldigt viktigt", välj hur viktigt följande påståenden är i förhållande till dig

	1.Oviktigt	2.Lite viktigt	3.Delvis viktigt	4.Viktigt	5.Väldigt viktigt
Jag är flexibel och ändrar mina planer vid behov	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag är nyfiken på att utforska karriärplaner utanför elitidrott	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har kunskap om mina karriäralternativ inom studier och idrott	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har en vision om var jag vill vara i livet efter min dubbla karriär	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag ber om råd av rätt personer vid rätt tidpunkt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag är angelägen om att lyssna och lära av andra och tidigare erfarenheter	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag upprätthåller relationer med viktiga andra	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag tar sociala kontakter med kamrater inom studier och idrott	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag kan lösa konflikter	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag samarbetar bra med supportpersonal inom studier och idrott	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>






På en skala från 1 till 5, där 1 är "oviktigt" och 5 är "våldigt viktigt", välj hur viktigt följande påståenden är i förhållande till dig.

	1.Oviktigt	2.Lite viktigt	3.Delvis viktigt	4.Viktigt	5.Våldigt viktigt
Jag är självdisciplinerad för att kunna hantera kraven av att kombinera studier och idrott	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag tror att studier och idrott kan komplettera varandra positivt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag prioriterar vad som måste göras	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag är villig att göra uppoffringar och val för att lyckas med idrott och studier	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag tar egna ansvarsfulla val avseende min studie- och idrottskarriär	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag använder min tid effektivt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag är hängiven för att lyckas både i idrott och studier	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag planerar samvetsgrant i förväg	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har en klar förståelse av vad som krävs för att lyckas med idrott och studier	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag skapar individualiserade rutiner för idrott och studier	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Använd skjutreglaget nedan för att besvara respektive fråga:

*OBS: 40 timmar kan också indikera 40+ timmar.

0 4 8 11 15 19 23 26 30

I genomsnitt, hur många timmar per vecka spenderar du på att prestera/tävla? ()	
I genomsnitt, hur många timmar per vecka tillbringar du på skolan? ()	
I genomsnitt, hur många timmar spenderar du per vecka på att studera utanför skoltid ()	



BE LIKE
AN ATHLETE

ENKÄT SLUT

Tack för din tid.

Kontakta gärna huvudansvarig forskare om du har några frågor: Dr Inger Eliasson. E-post inger.eliasson@umu.se, Pedagogiska institutionen, Idrottshögskolan, Umeå universitet, Sverige. Telefon 070-555 9654

Besök BLA-webbplatsen [här](#)

