

## Engagement process for athletes, coaches, and stakeholders

### 1. Huvudsyftet med undervisningsenheten

Modulen bidrar till att uppfylla utbildningsmålen för Euromental-projektet genom att tillhandahålla kunskap och kompetenser relaterade till idrottarens och tränarens engagemang samt strategier för att främja en miljö som ökar kvaliteten i engagemanget förbättrar motivationen.

Efter lektionen ska studenten kunna visa att de har utvecklat:

- Kunskap och förståelse för olika teorier och studier om motivationsprocesser och engagemang.
- Kunskap om och förmåga att förklara vad som ligger bakom, reglerar och påverkar idrottarens och tränarens engagemang.
- Kunskap och förståelse för hur olika strategier kan användas för att skapa en positiv miljö för att utveckla idrottarens och tränarens engagemang.
- Förmåga att utveckla och genomföra strategier för att förbättra engagemanget i praktiken
- Förmåga att analysera och utvärdera de strategier som genomförs.
- Kunskap och förståelse för att använda olika instrument eller verktyg för att mäta vad som ligger bakom, reglerar och påverkar idrottarens och tränarens motivation och engagemang samt vad detta kan få för konsekvenser.

### 2. Innehåll

**Introduktion:** Engagerade idrottare och konsekvenser för tränare.

**Teorier:** Självbestämandeteorin idrott, målorienteringsteorin, förväntnings-värde modellen, social utbytesmodell.

**Bakomliggande faktorer:** Externa eller miljömässiga faktorer, tränare, familj, kamrater, organisation.

**Strategier/Scenarier:** Tränare, familj, kamrater, organisation.

**Instrument:**

**Konsekvenser:** Engagemang och utbrändhet.

**Motivationsprocess:** Motivation/Grundläggande psykologiska behov

### 3. Rekommenderad litteratur:

Ryan, R. M. och Deci, E. L. (2017). Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness. New York, NY: Guilford Press

Ytterligare litteratur på andra språk

#### **4. Undervisningsmetoder**

Kursinnehållet presenteras via lektioner i föreläsningssal, med hjälp av PowerPoint-slides (tillgängliga för studenterna), läsning och diskussion av vetenskapliga artiklar samt videor.

50 % av kurserna kommer att ske i närvaro med andra studenter, och 50% av kursen kommer att vara på distans (80% synkron och 20% asynkron).