



## **Nils Arne Eggen og fokus på fotballferdigheter** (Kristian Holm Carlsen 2022)

*"Du er god eller dårlig sammen med noen. Det å være dyktig er ingen soloprestasjon"* (Nils Arne Eggen).

Jeg var så heldig å få møte Nils Arne Eggen en rekke ganger, han var en av åtte topptrenere jeg intervjuet i hovedfagsoppgaven min og jeg var involvert i RBK miljøet på midten av 1990-tallet. Et av mange minner som fortsatt sitter sterkt er åpningen på intervjuet jeg hadde med han i forbindelse med hovedfaget mitt. Et av de første spørsmålene var; *"kan du forteller litt om hva du velger å holde fokus på i forbindelse med din trenerpraksis?"* Da uttrykte han både verbalt og ikke-verbalt at det var ett av de dummeste spørsmålene han hadde fått, og uttrykte med verdens største selvfølgelighet: *"Altså, den viktigste forutsetningen for fremgang, etter min filosofi, er jo at all fremgang er basert på læring av ferdigheter"* (Carlsen 2002). At Nils Arne Eggen svarte dette er ikke så overraskende ettersom det første punktet i hans Rosenborg filosofi er: Vår framgang er læring av ferdigheter (Eggen 1999). De andre fire er: 2) Våre resultatmål er produkt av ei stadig prestasjonsforbedring. 3) Vi er offensive, kreative og løsningsorienterte. 4) Vi har humør og temperament. 5) Vi er folkelige (ibid).

I forlengelsen av dette synes jeg at norske trenere bør tørre å stille spørsmålet om vi har det samme fokuset på fotballferdigheter i dag, og om vi har tatt godt nok vare på kunnskapene til Nils Arne Eggen. Selv opplever jeg at det er vanskelig å finne ny litteratur om fotballferdigheter, både i fagblad og fra søk i databaser, og at det er lite debatt om temaet. Jeg skrev blant annet et relativt fyldig referat av cupfinaleseminarer 2021. Referatet består av 22 sider og termen "ferdighet" er nevnt fire ganger. Imidlertid ble ikke noen konkrete ferdigheter eksplisitt uttalt eller forklart. Litt i samme gata argumenterte Hjelseth (2012) i en artikkel om Drillo-stilen at både Egil og Nils Arne benyttet en kunnskapsbasert tilnærming som ikke er like synlig i dag: *"Få trenere kommenterer nå kampene så konkret med referanse til spillestil som Eggen og Drillo gjorde. Litt spekulativt kan det antydes at det norske fotballspråket har mistet noe av den tydeligheten det hadde for ti-femten år siden"* (s. 34).

Hensikten med denne artikkelen er derfor å summere opp noe av kunnskapene og erfaringene til Nils Arne Eggen. Forhåpentligvis vil noen få gleden av dette i form av kunnskapens egenverdi, leserne kan bruke innholdet til å gå enda mer i dybden på hans filosofi, og andre vil forsøke å benytte noe av hans kunnskaper og erfaringer i sin trenergjerning. Artikkelen består av tre deler: **1)** En innføring i Godfot-teorien og Eggens ferdighetspendel, **2)** Nils Arne Eggen om lederskap og motivasjon, og **3)** Rosenborg postulatene og analyse av to ferdigheter/prestasjonsvariabler i

noen utvalgte Rosenborg kamper. Før det oppleves det på sin plass kort å oppsummere hvilke prestasjoner Rosenborg hadde med Nils Arne som hovedtrener. Han er den mest suksessfulle norske klubbtreneren gjennom historien<sup>1</sup>. Med han som trener vant Rosenborg 14 seriegull, seks cupmesterskap og de deltok åtte sesonger på rad i Champions League med ¼ finale som beste resultat. Ingen andre europeiske klubber hadde på den tiden så mange sammenhengende deltakelser i Champions League. Siste seriemesterskap med RBK kom i hans comebacksesong i 2010, og med syv poeng margin til andreplassen.

### **Godfot-teorien og Eggens ferdighetspendel**

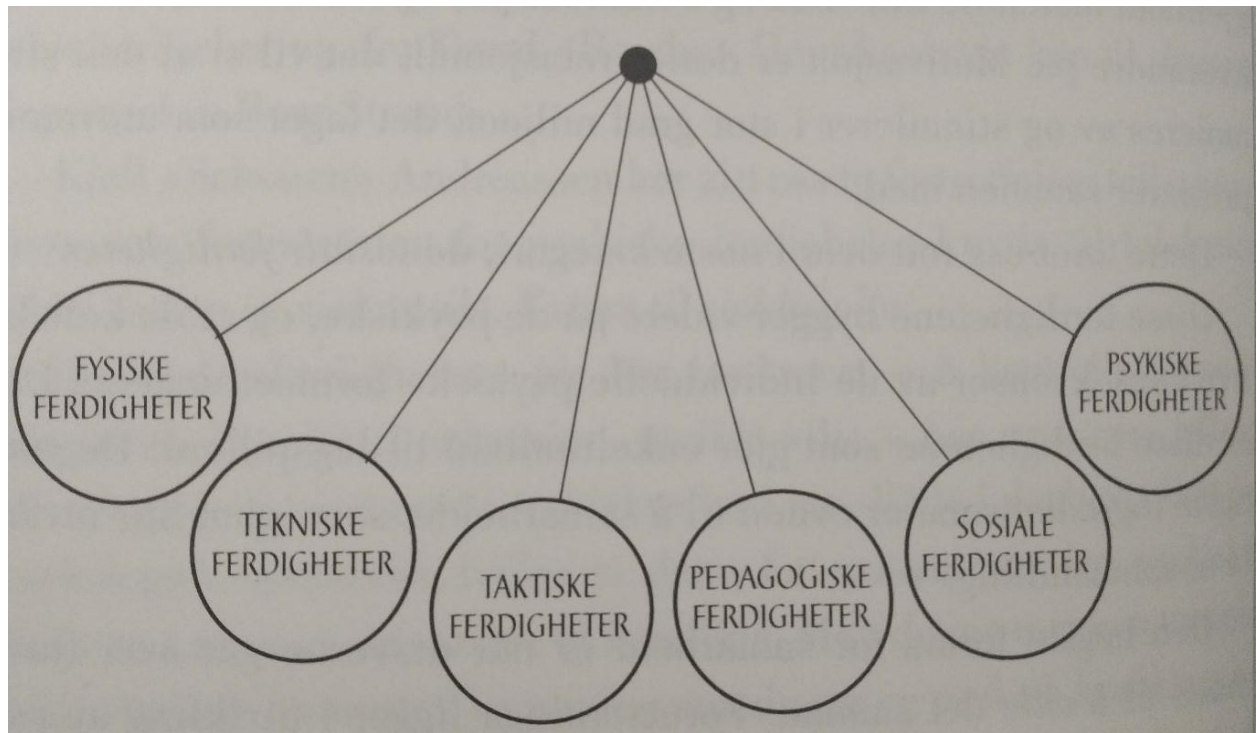
Sentralt i Godfot-teorien er relasjonelle ferdigheter, samhandling, satsing på spisskompetanse eller godføtter, komplementære ferdigheter, arenamodellen og flytsonemodellen (Eggen 1999). Komplementære ferdigheter innebærer at en spillers individuelle ferdigheter og spisskompetanse utfyller og er avhengig av en annen spillers individuelle ferdigheter (ibid). Relasjonelle ferdigheter er *”ferdigheter som to eller flere spillere besitter sammen”* (Andreassen og Wadel 1996, s. 33). I fotball finner vi relasjonelle ferdigheter både mellom noen få spillere, for lagdeler, i broallianser<sup>2</sup> og for laget som helhet (Andreassen og Wadel 1996; Eggen 1999). Et nært beslektet ord for relasjonelle ferdigheter er samhandling eller samspill (Bergo et al. 2002; Eggen 1999; Ronglan 2000). Samhandling oppstår, i følge Eggen (1999), når spisskompetansen til spillerne settes sammen komplementært og relasjonelt, samt at spillerne vil nå et felles mål. Spillerne må med andre ord bruke ulike godføtter eller ulike spisskompetanse sammen. I denne sammenhengen blir det også viktig med en klar rollebeskrivelse og rolleakseptering, slik at spillerne kjenner og aksepterer både sin og andres roller (Eggen 1999). At spillerne får brukt spisskompetansen sin sammen med andre er også i tråd med flytsonemodellen (Andreassen & Wadel 1996; Eggen 1999). Til slutt er det viktig at spillerne opplever mestring på alle arenaer i livet (arenamodellen), og det krever at treneren bryr seg om og kjenner spillerne sine (ibid).

Nils Arne summerte sine betraktninger om læring av ferdigheter med ferdighetspendelen (Eggen 1999). Når spillere presterer pendler de innom alle ferdighetene. Oftest er de innom de fotballspesifikke tekniske, taktiske og pedagogiske ferdighetene. I ytterkantene henter de energi fra de fysiske og psykiske ressursene (ibid).

---

<sup>1</sup> Les mer om Nils Arne Eggens trenerkarriere her: <https://www.rbkweb.no/legende/eggen>

<sup>2</sup> Broallianser henspiller seg til det relasjonelle mellom lagdeler (Andreassen & Wadel 1996).



Figur nr. 1: Ferdighetspendelen til Nils Arne Eggen (Eggen 1999, s. 144).

Dette fokuset på læring av ferdigheter virker fornuftig, og jeg opplever det interessant å forsøke å konkretisere ulike ferdigheter. De fleste har en forståelse av taktiske og tekniske ferdigheter, eller valg og teknisk utførelse (Carlsen 2016 & 2020). Imidlertid kan det være informativt å utdype innholdet i de fysiske, psykiske, pedagogiske og sosiale ferdighetene. Sosial ferdighet er evnen til å gi alt det du kan til resten av laget (Eggen 2006). Den viktigste del-ferdigheten er evnen til å samarbeide, noe som utvikles videre til samhandling (Eggen 1999). Den sosiale ferdigheten styrkes av følelser (Eggen 2006). Følelser er lært gjennom oppveksten, og vi kan derfor forandre på følelsene (ibid). Pedagogisk ferdighet er evnen til lære bort det du kan og samtidig lære av hva de andre kan, å gjøre andre gode, og evnen til å ta ansvar for andres og lagets prestasjon (Eggen 1999; Thoresen 2011). De pedagogiske og sosiale ferdighetene er selve plattformen for lagbygging, og de er hovedingrediensene i godfot-teorien (Eggen 1999). Det er disse ferdighetene som gjør enkeltindivid til lagspillere. De fysiske ferdighetene handler om at spillerne bruker de fysiske egenskapene sine i en spillsituasjon, og når du har brukt for dem (ibid). Oppsummert med Nils Arne Eggens egne ord:

*”Vi kaller det fysiske ferdigheter, da, for at selv om det bygger jo på egenskaper som utholdenhet for eksempel, men du må bruke det til noe, og ta det ut. Og det har jo blitt mer og mer viktig også i generell utdannelsesteori at det er økonomiseringen, det er altså evnen du har til å omgjøre forutsetningene for å springe fort og langt, til å bruke dem når*

*du har bruk for dem. Så har du tekniske ferdigheter. Taktiske, da er du over på langspillet. Når det gjelder taktiske ferdigheter, så er måten vi bruker teknikken vår sammen med andre sin teknikk, og i gitte situasjoner. Det kaller vi jo i lagspill for taktikk. Og da er vi over på de sosiale ferdighetene. Den viktigste av dem igjen da, er jo den pedagogiske ferdigheten. Så går du helt opp i toppen på pendelutslaget til høyre, så er du da oppe i det vi kan kalle psykiske ferdigheter. Det er egentlig en psykisk sånn ressurstank, en beholder. For alt dette her det styres jo av følelsene våre, ved emosjoner. Og da er det viktig å være klar over at også de sosiale, emosjonelle, pedagogiske ferdighetene, de er altså lært på samme måte som for eksempel et vristspark, eller en lukeparkering med en bil. Så det er det helt sentrale utviklingsselement i Rosenborg-filosofien – læring. Altså, at du stadig lærer nye ferdigheter, både individuelt og kollektivt” (sitat fra Carlsen 2002).*

Læring av ferdigheter skjer gjennom øving, og i hovedsak på treningsfeltet. Treningene i Rosenborg er forankra i innholdet i spillepostulatene for angrep og forsvar (Eggen 1999). De nevnte postulatene er i sin tur en spissformulering og forenkling av hovedpunktene i ”Rosenborg-filosofien”. Postulatene er i følge Eggen opprinnelig påstander som ikke kan bevises, men som allikevel gjør krav på å være sanne, og som styrer atferden på og utenfor banen (Ibid). Eggen og resten av trenerteamet vektla læring og utvikling av ferdigheter gjennom å fokusere på å få fram læringsmomentene. Videre gjenspeiles samhandlingsmønsteret og alle dets momenter i øvelser og småspill. Dette innebærer at en må tilpasse banen, ha faste roller og lagdeler, samt tilrettelegge for mange gjentakelser i spesifikke situasjoner. Dermed blir det viktig med høy kvalitet og funksjonalitet på trening, samt at de alltid prøver å lete etter noe positivt. I tillegg benytter de av og til ”skyggespill”, det vil si spill uten motstandere. Dermed får de repetert, forsterket og innført samhandlingsmønsteret og riktige bevegelsesløsninger (Ibid). Til slutt var han svært opptatt av å øve på å score mål i spill. *”Bare spillere som ofte er foran mål og ofte scorer mål – score ofte mål. Ei treningsøkt i Rosenborg med færre enn 25 scoringer, i en eller annen form for spill, er derfor nesten bortkasta!”* (Eggen 1999, s. 136).

### **Nils Arne Eggen om lederskap og motivasjon**

Først og fremst trakk Nils Arne fram faglige kunnskaper som en nødvendighet for at treneren skal oppnå troverdighet og tillit blant spillerne (Eggen 1999). Han uttalte selv at den viktigste årsaken til hvorfor han lyktes så godt var hans kunnskaper og faglige dyktighet (Carlsen 2002; Thoresen 2011). *”Det er et fint fundament å ha vært toppspiller når du skal bli trener, men det er ikke avgjørende for hvor dyktig du blir. Det er den fotballfaglige kunnskapen i videst mulig*

*forstand som avgjør om du lykkes eller ikke*” (Thoresen 2011, s. 17). I tillegg må trenere eksponere seg hele tiden og dele kunnskapen med andre. Her er det viktig at treneren har en klar filosofi som du tror på selv for å få andre til å tro på det (ibid). Eggen forankret alle begreper og målsettinger i Rosenborg filosofien (Bråten 2008). Han ga identitet og systematikk til spillerne slik at kampen ble ufarlig, fordi den pekte fram til neste mulighet til å gjøre det bedre (ibid). Nils Arne mener i denne sammenhengen at det blir avgjørende at filosofien er så enkel at alle i systemet kjenner hovedtrekkene i den (Eggen 1999). Videre kan det virke som at han var både ekstremt demokratisk og autoritær (Eggen 1999; Skrede 1992). Det kan se ut som om han verdsatte demokrati og medbestemmelse høyt (Ibid), men at han i mange situasjoner var svært autoritær og til dels manipulerende (Skrede 1992). Uten å være anti-individualist, mener Eggen at individualisme kun gir mening innenfor en kollektiv ramme (Hjelseth 2012).

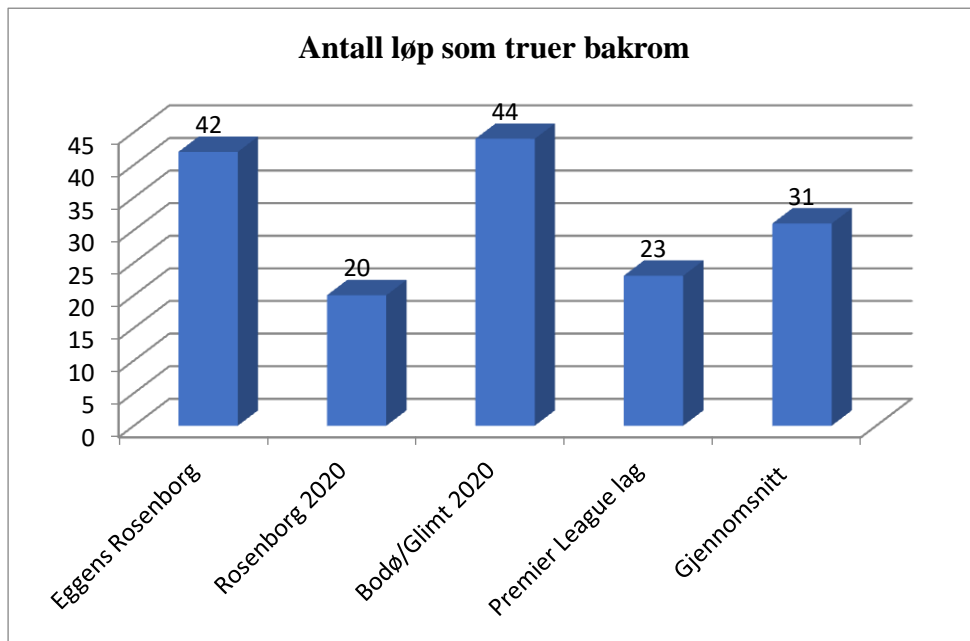
Nils Arne vektla det å stimulere og utvikle indre motivasjon hos sine spillere (Eggen 1999). I den forbindelse påpekte han betydningen av å hjelpe eller legge til rett for flytsoneopplevelser. Ytre motivasjon har liten eller ingen positiv virkning på prestasjonen, hvis den ikke samtidig skaper og utvikler indre og varige motivasjonskrefter. Derimot mente han at riktig bruk av ytre motivasjon kan skape vekst for de varige, indre motivene. I Rosenborg hadde de på slutten av 1990-tallet i samarbeid utarbeidet et rettferdig lønns- og bonussystem for å skape vekst for den indre motivasjonen. Grunnlønna var forskjellig for spillerne, og delt inn i fire kategorier etter status og ansiennitet. Når en spiller forbedret sin status, ga det automatisk rett til å reforhandle kontrakten i forhold til en høyere kategori. I henhold til bonus, så ble den fordelt likt etter antall spilte kamper. Tanken bak dette systemet var at det må være opplevd samsvar mellom prestasjon og belønning når individene eller gruppene sammenligner seg med hverandre. For å stimulere indre motivasjon fokuserte han også på trening med ball og konkurranseelementet. I Rosenborg var 90 % av fotballtreninga med ball, og 75 % av ballaktiviteten var konkurranser. Til slutt understreker han at motivasjon også er relasjonell, og den stimuleres av og stimulerer i stor grad miljøet (Ibid).

### **Rosenborg postulatene og analyse av to ferdigheter/prestasjonsvariabler i noen utvalgte RBK kamper**

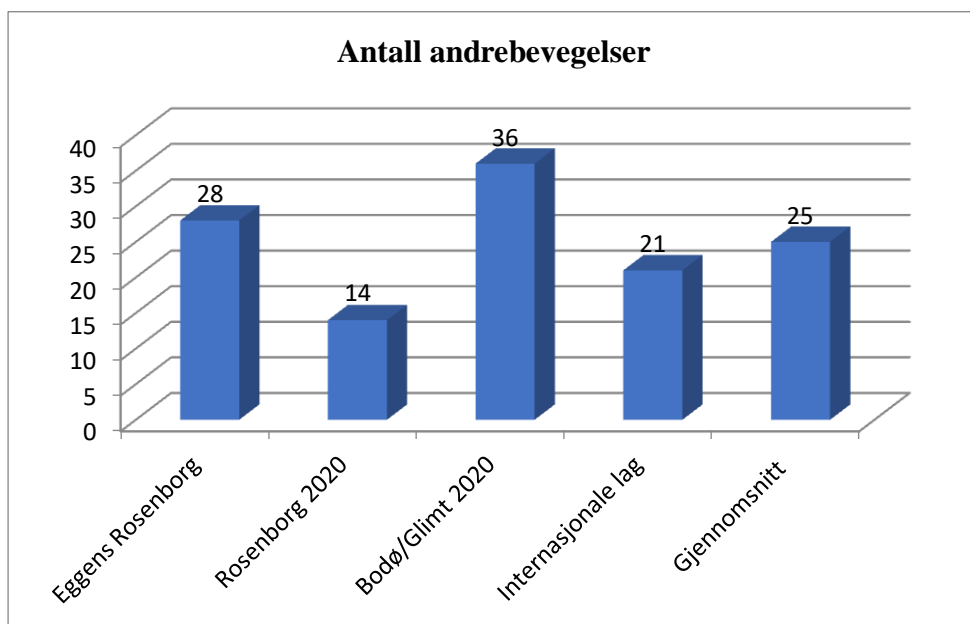
Samhandlingsmønsteret i Rosenborg er forankra i spillepostulatene for angrep og forsvar (Eggen 1999, s. 256-262). De ble formidla første gang i 1994, og revidert senest i februar 1999 (ibid). De oppsummerer både samhandlingsmønster, den kollektive dimensjonen og kollektive ferdigheter, og rolleferdigheter. Noen eksempler:

- Angrep generelt: Vend med ballen når du kan! Spill i støtte bare når du må, og da så tidlig som mulig.
- Angrep mot etablert forsvar: Spill gjerne på førstebevegelsen dersom den gir direkte gjennombrudd. Hvis ikke direkte gjennombrudd, spill på andre- og tredjebevegelse. Førstebevegelse skal utløse andre bevegelser.
- Offensiv overgang: Hold ballen sentralt lengst mulig ved overganger når motstanderen er i ubalanse.
- Innlegg offensivt: Angrip rommet ved første stolpe, foran keeper og på bakre stolpe. Vinn duellen, kom foran motstander – gjerne etter ”blinde” løp.
- Avslutningsfasen: Vær aldri redd for å skyte! Men mist ikke blikket for medspiller i bedre posisjon.
- Gjenvinning/defensiv overgang: Når angrepsspillet foregår høyt oppe på motstanderens halvdel, husk markering og sikring tilbake på banen.
- Forsvar generelt: Soneforsvar med prioritering av avstander, 12-15 meter i lengderetningen. Aggressivt press på førsteangriper, og fart i beina i sikrings- og dekkerombevegelser. Det kritiske øyeblikket er tidspunktet da ballen skifter eier. Da krever det rask forflytning og rollebytte. Soneforsvar oppheves ved 16-meteren, over til markeringsspill.
- Motstander angriper sentralt: Konsentrering av laget, gjennombruddsspissene (kantene) noe inn på banen.
- Motstander angriper på sidene/kantene: Hele laget sideforskyver. Trykker opp motstanderen på angripende side, og faller tilbake og innover på motsatt side.
- Innlegg defensivt/avklaringer: Når nødvendig, klarer høyt og langt, og husk; det utdeles ikke stilkarakterer ved klareringer.
- Rolleferdighet sideback/vingback: Når spillet bygges opp på en side, bør egen, motsatt vingback posisjoneres ”bak” ballfører. Dette er god utgangspunkt dersom spillet vendes, og gir også god sikring dersom laget mister ballen under angrepsoppbyggingen.
- Rolleferdighet midtspiss: Presser førsteangriper når denne er innen rekkevidde. Sideforskyver og sikrer gjennombruddsspiss (kant) som presser motstanderens førsteangriper, samtidig som midtspiss kontrollerer motstanderens midtstopper(e).
- Rolleferdighet indreløper: Angriper motstanderen på kantene, faller vår motsatte indreløper noe tilbake i mellomrommet.
- Rolleferdighet keeper: Keeper skal følge laget i trykke-/fallebevegelser.

I forbindelse med forskning på valg/taktiske ferdigheter uten ball offensivt (Carlsen 2021), analyserte jeg også kamper med Rosenborg under Eggens ledelse. Undersøkelsen fokuserte på antall løp som truet bakrom og antall andrebevegelser. Eggens RBK blir dermed sammenlignet med a) RBK 2020, b) Bodø/Glimt 2020 og c) internasjonale lag.



Figur nr. 1: Antall løp som truer bakrom per omgang i ulike nasjonale og internasjonale kamper. Til høyre snittet per omgang for alle lag. Til venstre Rosenborg under Nils Arne Eggen borte mot Lillestrøm i Eliteserien (Tippeligaen) i 1999 og 2001. Deretter Rosenborg mot Bodø/Glimt i Eliteseriekampen på Lerkendal 25.6.2020. Premier League lag er fra kampen Everton mot Manchester United i Premier League 22.4.2012.



Figur nr. 2: Antall andrebevegelser per omgang i ulike nasjonale og internasjonale kamper. Til høyre snittet per omgang for alle lag. Til venstre Rosenborg under Nils Arne Eggen borte mot Lillestrøm i Eliteserien (Tippeligaen) i 1999 og 2001. Deretter Rosenborg mot Bodø/Glimt i Eliteseriekampen på Lerkendal 25.6.2020. Internasjonale lag er åtte klubb lag og landslag i perioden 2010-2020.

Antall kamper er for lavt til å konkludere, men det viser noe interessant. Nils Arne Eggen var svært opptatt av både gjennombrudd og andrebevegelser. *”Spillet i lengderetningen av banen avgjør kampen”* (Eggen 1999, s. 256). Han benevnte også kantene som gjennombruddsspisser. Både i forhold til antall løp som truer bakrom og antall andrebevegelser synes det å være klare likhetstrekk mellom Eggens Rosenborg og dagens Bodø/Glimt. Lagene skiller seg også fra internasjonale lag. Dagens Bodø/Glimt og Eggens Rosenborg hadde omtrent dobbelt så mange løp som truet bakrom som Premier League lagene, og 25-42 % flere andrebevegelser enn internasjonale lag. I tillegg hadde Rosenborg i de to kampene under Eggens ledelse ganske nøyaktig dobbelt så mange løp i bakrom og andrebevegelser per omgang enn i kampen mellom Rosenborg og Bodø/Glimt i 2020. Viktigheten av andrebevegelser støttes av at nesten 7 av 10 mål i åpent spill i mer enn 100 kamper inneholdt en eller flere andrebevegelser (Carlsen 2021).

### **Oppsummering**

Denne artikkelen oppsummerer noe av Nils Arnes kunnskaper og erfaringer. Del en inneholder en innføring i Godfot-teorien og Eggens ferdighetspendel. Sentralt i Godfot-teorien er relasjonelle ferdigheter, samhandling, komplementære ferdigheter, satsing på spisskompetanse eller godfötter, arenamodellen og flytsonemodellen. Ferdighetspendelen omhandler fysiske, tekniske, taktiske, pedagogiske, sosiale og psykiske ferdigheter. Andre del omhandler noen av Nils Arne Eggen tanker om lederskap og motivasjon. Først og fremst mener han at den viktigste årsaken til hvorfor han lyktes så godt var hans fotballfaglige kunnskaper. I tillegg vektla Nils Arne det å stimulere og utvikle indre motivasjon hos sine spillere. Siste del omfatter noen utvalgte Rosenborg postulat, og forskning på løp i bakrom og andrebevegelser i noen utvalgte Rosenborg kamper under Eggens ledelse. Disse ble i sin tur sammenlignet med Rosenborg 2020, Bodø/Glimt 2020 og internasjonale lag. Interessant nok er det klare likheter mellom Eggens RBK og dagens Bodø/Glimt når det kommer til antall løp som truer bakrom og antall andrebevegelser. Begge lagene hadde langt flere andrebevegelser og løp som truet bakrom enn internasjonale lag.

Det er trolig mulig å argumentere for at de norske fagmiljøene og klubbene ikke har vært dyktige nok til å ivareta og videreutvikle Nils Arne Eggen sine kunnskaper og erfaringer. I så måte håper jeg at denne artikkelen kan bidra til at noen vil fordype seg mer i hans filosofi, og/eller forsøke å benytte seg av hans kunnskaper og erfaringer i sin trenergjerning.

*”Du er ikke fotball-lærer fordi om du har mange landskamper”* (Nils Arne Eggen).



## Litteratur

Andreassen, K.S. & Wadel, C. (1996). *Ledelse, teamarbeid og teamutvikling i fotball og arbeidsliv*. Seek A/S Flekkefjord

Bergo, A., Johansen, P.A, Larsen, Ø. & Morisbak, A. (2002). *Ferdighetsutvikling i Fotball – handlingsvalg og handling*. Oslo: Akilles

Bråten, F.J. (2008). Å lage mål – et blick på språkets betydning. *FOTBALLtreneren*, nr. 5 – 2008, s. 24-25

Carlsen, K.H. (2002). *Lederskap i Fotball. En teoretisk og empirisk analyse av elitetreneres fotballfilosofi og lederskapsfilosofi*. Hovedfagsoppgave. Oslo: Norges idrettshøgskole

Carlsen, K.H. (2016). *Valg og handlinger med ball*. UEFA A-lisensoppgave. Oslo: NFF 2015/2016

Carlsen, K.H. (2020). *Min fotballfilosofi – Kunnskapsboka om fotball som kan gi en klubb eller nasjon en bedre utviklingsprosess*. Oslo: BFS

Carlsen, K.H. (2021). Marginer i toppfotball – Artikkel 3: Valg uten ball ofensivt. Oslo: BFS

Eggen, N.A. (1999). *Godfoten: Samhandling – veien til suksess*. Oslo: Aschehoug

Eggen, N.A. (2006). Faktorer som er avgjørende i utviklingen av enkeltspillere og lag i fotball. *Rapport fra det 20ende cupfinaleseminaret*, 10.-12. november, s. 5

Hjelseth, A. (2012). Drillo-stilen og mediene. Utfordringer for vitenskapelig baserte spillestiler i norsk fotball. *FOTBALLtreneren*, nr. 4 – 2012, s. 29-35

Ronglan, L.T. (2000). *Gjennom sesongen: En sosiologisk studie av det norske kvinnelandslaget i håndball på og utenfor banen*. Doktorgradsavhandling. Oslo: Norges idrettshøgskole

Thoresen, I. (2011). Samtaler med Egil ”Drillo” Olsen og Nils Arne Eggen. *FOTBALLtreneren*, nr. 4 – 2011, s. 11-18