



# **Hur diskuterar idrottsföreningar hälsa?**

**En studie om hälsa hos fyra idrottsföreningar i Västergötland**

**Författare: Jenny Larsson**

**Handledare: Sven Hassler**

**Examensarbete i Pedagogik med inriktning mot hälsopromotion 51-60 poäng**

**10 poäng uppsats**

**Institutionen för Omvårdnad, Hälsa och Kultur**

**Juni 2006**

## **ABSTRAKT**

**Titel:** How do sports clubs discuss about health?

**Swedish titel:** Hur diskuterar idrottsföreningar hälsa?

**Author:** Jenny Larsson

**Instructur:** Sven Hassler

**Type of work:** Degree in Educational science, Essay on C-level 2 units (10p)

**Kurs:** Hälsopromotionsprogrammet

**Number of pages:** 26

**June 2006**

---

Today sportsclubs are important actors in the work with promoting public health in Sweden. Sports have unique opportunities to reach out with messages to many people with different backgrounds. In many respects sport- and clublife could be looked upon as health promotive activities. It is not just the health of the individual that is affected by sportlife but also the community take advantage of active people in clubs. Partly through a healthier population and partly because clubs educational role in teaching democracy and solidarity to its members.

The purpose of this study is to investigate how sportsclubs perceive debate the health issue. It is also discussed how clubs position themselves towards possible demands in public health work. To study how sportsclubs discuss health I have used interviews in order to catch the qualitative aspects of the issue. The results show that activities in many aspects are health promotive as they offer physical activities, solidarity and participation. The clubs saw health as something important, but still their interpretation of the meaning of health differ and in some cases limited. The studies show among other things that the sportsclub don't attach great importance to social capital. If the local authority demand the sportsclubs to work with public health issues, the sportsclubs perceive the demands as difficult and looked forward to discussion and concert.

**Key words:** Education, health promotion, social capital, society activities, sport and subsidy

# SAMMANFATTNING

**Titel:** Hur diskuterar idrottsföreningar hälsa?

**Författare:** Jenny Larsson

**Handledare:** Sven Hassler

**Arbetets art:** Enskilt arbete i pedagogik 10 poäng

**Kurs:** Hälsopromotionsprogrammet

**Antal sidor:** 26

**Juni 2006**

---

Idrotten är idag en viktig aktör för folkhälsoarbetet i Sverige. Idrotten har unika möjligheter att nå ut med budskap till många människor på ett annat sätt än till exempel skolan. I många avseenden är idrotten och föreningslivet hälsofrämjande. Det är inte enbart den individuella hälsan som påverkas av föreningsliv utan även samhället drar nytta av aktiva människor i föreningar. Dels genom friskare människor och dels genom att föreningar fostrar demokrati och solidaritet.

Syftet med den här undersökningen är att studera om idrottsföreningarna är medvetna om idrottens positiva sidor och hur man diskuterar hälsa. Studien har även undersökt hur föreningarna ställer sig till eventuella krav på folkhälsoarbete. För att undersöka hur idrottsföreningar resonerar om hälsa har intervjuer använts. Resultatet visar på att idrott i många hänseenden är hälsofrämjande då idrotten erbjuder fysisk aktivitet, social gemenskap och delaktighet. Hälsa sågs som något viktigt av föreningarna, dock uppfattades innebörden av hälsa olika och i några fall begränsad. Vilket bekräftades av att socialt stöd inte gavs någon större roll. När det gäller eventuella krav på folkhälsoarbete från till exempel kommun såg idrottsföreningarna det som krångligt och efterlyser dialog och samförstånd.

**Nyckelord:** Hälsopromotion, fostran, föreningsliv, föreningsbidrag, idrottsrörelsen och socialt kapital.

## FÖRORD

Att den här uppsatsen har kommit till finns det många att tacka för. Först vill jag tacka de respondenter som låtit sig intervjuas vilket har möjliggjort genomförandet av uppsatsen. Jag vill även tacka Magnus Södervall på Västergötlands Idrottsförbund som har öppnat upp dörrarna för detta intressanta område som idrottsföreningar är. Tack till Jan Hermansson på Sisu för kontakterna till idrottsföreningarna.

Jag vill även tacka min handledare Sven Hassler som bidragit med många kommentarer och hjälpt mig i det svåra arbetet att finna en röd tråd.

Ett stort tack till mina reskamrater som givit mig stöd och uppmuntran i arbetet.

Till sist vill jag tacka Åke som funnits vid min sida under denna tidsödande och energikrävande period. Tack för ditt stora tålamod då humöret haft tvära kast, ditt stöd har varit ovärderligt.

Skara 2005

Jenny Larsson

# INNEHÅLL

<b>1. INLEDNING</b> .....	<b>7</b>
<b>2. BAKGRUND</b> .....	<b>7</b>
2.1. Kort historik om idrottsrörelsen och dess koppling till folkhälsan .....	7
2.2. Riktlinjer för folkhälsoarbete i idrottsrörelsen .....	8
2.3. Idrottens folkhälsoarbete i Västra Götaland .....	10
<b>3. SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR</b> .....	<b>11</b>
<b>4. TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER</b> .....	<b>11</b>
4.1. Hälsopromotion .....	11
4.2. Socialt kapital .....	13
<b>5. METOD</b> .....	<b>14</b>
5.1. Intervju .....	14
5.2. Genomförande .....	15
5.3. Urval .....	15
5.3.1. Fotbollsklubben .....	15
5.3.2. Ryttarföreningen .....	16
5.3.3. Dansklubben .....	16
5.3.4. Orienteringsklubben .....	16
<b>6. FYRA HÄLSOTEMAN I IDROTTE</b> .....	<b>17</b>
6.1. Hälsa .....	17
6.1.1. Fotbollsklubben .....	17
6.1.2. Ryttarföreningen .....	17
6.1.3. Dansklubben .....	18
6.1.4. Orienteringsklubben .....	18
6.2. Delaktighet och fostran .....	18
6.2.1. Fotbollsklubben .....	19
6.2.2. Ryttarföreningen .....	19
6.2.3. Dansklubben .....	20
6.2.4. Orienteringsklubben .....	20
6.3. Motiv och styrning .....	20
6.3.1. Fotbollsklubben .....	20
6.3.2. Ryttarföreningen .....	21
6.3.3. Dansklubben .....	21
6.3.4. Orienteringsklubben .....	21
6.4. Långsiktighet .....	22
6.4.1. Fotbollsklubben .....	22
6.4.2. Ryttarföreningen .....	22
6.4.3. Dansklubben .....	22
6.4.4. Orienteringsklubben .....	22
<b>7. DISKUSSION</b> .....	<b>23</b>
7.1. Metoddiskussion .....	23
7.2. Resultatdiskussion .....	23
7.2.1. Hälsa .....	24
7.2.2. Föreningens sociala roll .....	25
7.2.3. Motiv och styrning .....	27
<b>8. AVSLUTNING</b> .....	<b>28</b>
<b>9. REFERENSER</b> .....	<b>30</b>

**Bilaga 1 : Frågeguide**

**Bilaga 2 : Bakgrundsfrågor till kontaktperson**

# 1. INLEDNING

Högskolan Väst har ett samarbete med de båda idrottsförbunden i Västra Götaland, (Västsvenska Idrottsförbundet och Västergötlands Idrottsförbund) sedan vintern 2006 där högskolans roll är att kritiskt granska idrottsförbundens verksamhet för folkhälsoprojekt inom idrottsrörelsen. I detta sammanhang öppnade sig möjligheten och idén till denna uppsats. Min kontakt har varit Västergötlands Idrottsförbund, som har orienterat mig i de folkhälsoprojekt som förbunden driver. Men jag har inte fått något uppdrag av Västergötlands Idrottsförbund utan har fritt fått välja vad jag vill skriva om.

Av eget föreningsengagemang ser jag stora fördelar av att genomföra hälsoprojekt i idrottsföreningar och för mig är kopplingen mellan idrott och hälsa uppenbar. Idrott och föreningsliv är i många avseenden hälsofrämjande. Hälsopromotion handlar om att främja hälsa där delaktighet och kontroll över den egna situationen ses som viktigt. I denna uppsats ska jag studera hur idrottsföreningar resonerar och diskuterar hälsa. Vad som gör detta ytterligare intressant är att jag under praktikperioder har uppmärksammat att det i kommuner förs diskussioner om att man vill ställa mer krav på föreningar för att de skall erhålla föreningsbidrag. Även socialt kapital är betydelsefullt då idrottsföreningar har unika möjligheter att nå ut med hälsobudskap till barn och ungdomar på ett annat sätt än skolan. Men är krav på föreningar från till exempel kommunen bästa sättet för att verka för folkhälsoarbete i idrottsföreningar? Det jag är frågande till är huruvida idrottsföreningar är medvetna om de hälsovärden som finns i en förening, om man tar tillvara på hälsobudskapen som föreningen fostrar och om hälsa över huvudtaget diskuteras. Det kan också vara så att idrottsföreningar har ohälsoproblem. Idrotten skönmålar sig gärna som en plats där alla är välkomna men frågan är om inte idrotten bara är en avspeglning av resten av samhället och att alla människor inte har tillträde till alla idrotter. Idrotten är också en rörelse som skapar många förebilder och det är positivt i många hänseenden men även förebilder kan inspirera till negativa aktiviteter som exempelvis snusning. Finns det en medvetenhet om föreningarnas roll som förebild och tar man tillvara på den?

## 2. BAKGRUND

För att undersöka hur idrottsföreningar diskuterar hälsa behövs en förståelse för vad som är relevanta och möjliga folkhälsoinsatser inom idrotten. Av Sveriges elva folkhälsomål är det fem som kan anses beröra idrottsrörelsens möjligheter att påverka hälsan positivt (Ågren, 2003). Folkhälsomålen har nära koppling till hälsopromotion. Hälsopromotion handlar om att främja och förbättra hälsan. Hälsa ses som en resurs och inte ett mål (Ottawa Charter, 1986). Hälsopromotion är processinriktat och deltagarnas medverkan är centralt. I en utredning av de två Idrottsförbunden som finns i Västra Götalands regionen av Andersson (2003) behandlas förbundens projektverksamhet inom folkhälsoområdet. Andersson diskuterar huruvida styrning från Västra Götalands regionen skulle stärka förbundens folkhälsoarbete. Med utgångspunkt från detta presenteras hur idrottens folkhälsoarbete bedrivs i Västra Götaland.

### 2.1. Kort historik om idrottsrörelsen och dess koppling till folkhälsan

Då idrottsrörelsen samlar många människor är idrottsrörelsen idag en betydande aktör för folkhälsa. Som folkrörelse tillhör idrottsrörelsen den största och kanske mest vitala men så har det inte alltid varit. Idrottsrörelsen lever idag till största delen på statsbidrag (97 procent) men

liksom andra folkrörelser möttes man till en början med stor ovilja och skepsis från staten. Vid slutet av 1800-talet utmanades statsmakten av folkrörelserna med deras nya mötesformer. 1903 bildas Riksidrottsförbundet (RF). Föreningsfloran växte successivt och under 20-talet fördubblas medlemsantalet i Riksidrottsförbundet till 2000 föreningar och nära 200 000 medlemmar (Hellspång, 1991). En anledning till att folkrörelserna och därmed också idrottsrörelsen växte sig så starka i Sverige beror bland annat på den stora samhällsomvandling som skedde i början av 1900-talet. Industrialiseringen innebar stora folkomflyttningar. Genom lönearbetet kom också fritiden som gav möjlighet till nya former av social samvaro (Blom & Lindroth, 1995). De tidiga idrottsföreningarna var också ofta inriktade på hälsa, nöje och social samvaro och var lokaliserade främst till städerna. Massmedias utveckling påverkar också idrottens utbredning. Med radion på mitten av 20-talet och senare televisionen kunde allmänheten på ett revolutionerande sätt ta del av tävlingsidrotten (Blom & Lindroth). Men television och radio har även medfört ett annat sätt att leva. Rydqvist och Winroth (2002) menar att vi idag lever i ett sitt och liggsamhälle, där 75 procent av Sveriges befolkning inte är tillräckligt fysiskt aktiva för att må bra. Samtidigt som idrott kan leda till passivt deltagande är idrottsrörelsens rika utbud av aktiviteter också en motvikt till samhällets utveckling och spelar en stor roll för människans hälsa och välbefinnande. Andersson (2003) påpekar att idrottsrörelsen har en viktig uppgift att inspirera människor till fysisk aktivitet såväl inom idrotten som utanför idrotten, ett exempel är fysisk aktivitet på recept (FaR). Hälso- och Sjukvården har börjat ordinera fysisk aktivitet på recept och i arbetet att inspirera människor till fysisk aktivitet har bland annat lokala föreningar knutits. Zäll (1995) menar att idrotten har en självklar roll i samhället eftersom idrottens förtjänster har en positivt förebyggande effekt. Lundåsen (2005) menar att det finns samband mellan teorier om socialt kapital, frivilliga insatser i föreningar och hälsa som generellt är positiva. Idrott är bra för individen och därmed bra för kollektivet och samhället. Därmed kan idrott sägas vara samhällsnyttig. Enligt Putnam (1996) är föreningsliv också viktigt för demokratin i ett samhälle. Putnam menar att medborgarandan utvecklas i ett förgrenat nät av frivilliga sammanslutningar. Människor som litar på varandra åstadkommer mycket mer än en grupp som inte har samma tillit till varandra. Normer som stärker det sociala förtroendet växer fram därför att de underlättar samarbete.

Från 90-talet kom det praktiska folkhälsoarbetet att bedrivas med allt mer insatser på kommunal nivå. Det lokala deltagandet och engagemanget sågs som viktigt för ett framgångsrikt folkhälsoarbete (Nationella Folkhälsokommittén, 1999). Då folkhälsoarbete på kommunal nivå ökar, blir också idrottsföreningarnas i lokalsamhället viktigt eftersom idrottsföreningarna kan fungera som en samarbetspartner med kommunen i till exempel arbetet med att få fler människor att bli fysiskt aktiva. Fysisk inaktivitet har visat sig vara lika hälsofarligt som rökning, därmed blir idrottsrörelsens roll i folkhälsoarbete allt mer viktigare i dagens samhälle. Distriktsidrottsförbunden arbetar också gentemot kommunerna men också landsingen. På nationell nivå arbetar Riksidrottsförbundet mot riksdag och regering (Rydqvist & Winroth, 2002). I idrottens folkhälsoarbete är Sisu Idrottsutbildarna en resurs. Sisu är idrottens studieförbund som alla föreningar som arbetar med folkbildning har möjlighet att utnyttja (Sisu Idrottsutbildarna).

## **2.2. Riktlinjer för folkhälsoarbete i idrottsrörelsen**

Idag finns det i Sverige elva målområden för folkhälsoarbetet, målområdena utgår från de faktorer som har störst betydelse för folkhälsan (Ågren, 2003). Syftet med målen är att skapa samhälliga förutsättningar för en god hälsa hos befolkningen särskilt hos grupper som är mest utsatta för ohälsa. Ett framgångsrikt folkhälsoarbete kräver flera olika aktörer som genomför aktiva insatser i samhället inom flera olika politiska områden. Folkhälsomålen kan användas



som riktlinjer för kommuner, landsting, frivilligorganisationer och andra aktörer för att formulera egna mål och delmål (Ågren). Statens uppgift är att samordna folkhälsoarbetet men även följa upp och utvärdera det folkhälsoarbete som genomförs i Sverige. De målområden som kan fungera som riktlinjer och inspiration för idrottsrörelsen är målområde 1, 3, 9, 10 och 11. Målområde 1 gäller delaktighet och inflytande i samhället, målområde 3 omfattar trygga och goda uppväxtvillkor, målområde 9 rör ökad fysisk aktivitet, målområde 10 avser goda matvanor och säkra livsmedel och till sist målområde 11 som gäller minskat bruk av tobak och alkohol, ett samhälle fritt från narkotika och dopning samt minskade skadeverkningar av överdrivet spelande (Ågren, 2003). Målområde 1 har koppling till teoriavsnittet socialt kapital. Socialt kapital har effekter på hälsan och personer med fler nätverk skattar en bättre hälsa jämfört med personer som inte har tillgång till flera nätverk (Statens Folkhälsoinstitut, 2005).

Riksidrottsförbundets verksamhetsidé och riktlinjer har formulerats i dokumentet *Idrotten vill*. De olika idrottsförbunden arbetar utifrån de här riktlinjerna och påverkar på så sätt de olika föreningarna. Södervall på Västergötlands Idrottsförbund betonar att det är ett viktigt dokument och att förbundet arbetar utifrån det<sup>1</sup>. I förordet till *Idrotten vill* konstateras att det är på den lokala nivån som idrottsverksamheten får sin slutgiltiga form oavsett vad som beslutats på högre nivå. Idrotten är organiserad i självständiga föreningar och förbund som tillsammans utgör en fri folkrörelse som är enad i Riksidrottsförbundet.

*Idrotten vill* kan sammanfattas i nedanstående punkter (Riksidrottsförbundet, 2005):

- *Idrotten vill* ständigt utvecklas och förbättras såväl till form och innehåll.
- *Idrotten vill* bedriva idrott på olika nivåer så att människor kan utvecklas positivt såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt.
- *Idrotten vill* att det ska finnas en plats för alla människor oavsett bakgrund och förutsättningar.
- *Idrotten vill* skapa kontakt mellan människor från olika samhällsgrupper.
- *Idrotten vill* att alla som deltar ska få vara med, påverka och ta ansvar för sin verksamhet.
- *Idrotten vill* att idrotten ska vara en trygg kamratlig och social gemenskap.

Idrott påverkar människan positivt fysiskt, psykiskt, socialt och kulturellt och därmed är idrott mycket viktigt för många människors liv (Riksidrottsförbundet). I *Idrotten vill* poängteras därför vikten av att idrottsrörelsen hela tiden strävar efter att kontinuerligt utveckla och förbättra sin verksamhet. Idrotten har en viktig demokratisk fostran och detta är särskilt viktigt för barn och ungdomar, vilka genom idrottsföreningen får tidig träning i demokratins grundläggande värderingar. Idrotten är också en viktig miljö där attityder och värderingar kan påverkas på ett positivt sätt så att barn lär sig att respektera varandra både som kamrater och medtävlare. Att uppleva framgångar och motgångar tillsammans är viktiga delar i idrottsgemenskapen. Idrotten strävar också efter att all verksamhetsplanering ska ske utifrån ett jämställdhetsperspektiv och att kvinnor och män ska ha samma möjligheter att idrotta. Funktionshindrades situation belyses också i *Idrotten vill*. Vidare ses idrotten som ett sätt att motverka rasism. Idrottens språk är universellt och kan bygga broar mellan människor och skapa utgångspunkter för nya relationer. Mångfalden ses som ett bidrag till utveckling av idrottsrörelsen. Det ideella engagemanget ses som idrottens kännemärke och är en grundläggande kraft att värna om (Riksidrottsförbundet).

---

<sup>1</sup> E-postkontakt med Magnus Södervall, Västergötlands Idrottsförbund, maj 2006

I *Idrotten vill* omnämns hälsa med avseende på att idrott kan främja god fysik. Hälsa framhålls som något som endast har med kroppsligt välmående att göra (Riksidrottsförbundet) men övriga positiva faktorer av idrottsligt engagemang kommenteras inte som hälsofrämjande. Men all idrott är inte hälsofrämjande och har inte med folkhälsa att göra. *Idrotten vill* är ett önskat läge och stämmer kanske inte helt överens med verkligheten. *Idrotten vill* är riktlinjer för hur man från Riksidrottsförbundet vill att idrotten ska bedrivas. Idrottens negativa sidor handlar bland annat om dopning, anorexi, idrottsskador och tidig specialisering som kan vara följden av kortsiktiga mål och ambitioner om att nå snabba resultat. Bland sjuttonåringar som slutat med idrott angav 18 procent av tjejerna och 11 procent av killarna höga prestationskrav som orsak till att de slutat (FoU-rapport 2005:5). Ett misslyckande från idrottens sida som ökar risken för ett mer stillasittande liv. Vidare har alla människor inte samma möjligheter att idrotta i Sverige idag. Social bakgrund spelar stor roll och i det avseendet är idrotten bara en återspeglning av resten av samhället. I media hörs även titt som tätt anklagelse mot idrottsmän eller publik för främlingsfientliga uttalanden. Vidare är mäns sportsliga prestationer dominerande i nyhetsförmedlingen vilket bara är en avspeglning av samhället. Det som finns i samhället finns även i idrotten på gott och ont.

### **2.3. Idrottens folkhälsoarbete i Västra Götaland**

En viktig uppgift som Folkhälsokommittén i Västra Götalandsregionen har är att fördela folkhälsomedel för projektverksamhet som bedrivs i frivilligorganisationer (Andersson, 2003). Det ekonomiska stödet motiveras med att frivilliga organisationer arbetar nära människor och därigenom har goda möjligheter att nå ut med hälsofrämjande information och aktiviteter. I Västra Götaland finns det två idrottsförbund, Västsvenska Idrottsförbundet och Västergötlands Idrottsförbund. Förbunden driver folkhälsoprojekt inom idrotten som finansieras av Folkhälsokommittén i Västra Götalandsregionen. Projektverksamheten riktar sig mot dels människor inom idrotten med projekt som "Tobaksfri idrott"; "Rökfri ridanläggning" och "Tobaksfri handboll och ishockey". Men också mot människor utanför den organiserade idrotten och då med syftet att fler människor ökar sin grad av fysisk aktivitet (Andersson).

Andersson konstaterar i sin utredning av de båda idrottsförbundens folkhälsoprojekt i Västra Götaland, att idrottsrörelsen är en viktig aktör inom folkhälsoområdet, framförallt genom sin omfattande barn- och ungdomsverksamhet. Den förebildsskapande funktion som idrotten har ger stora möjligheter att aktivt förebygga beteenden som senare i livet kan medföra stora hälsorisker. De båda idrottsförbunden har goda förutsättningar att sprida budskap till sina medlemmar och därför finns det goda skäl till att offentliga organ ger stöd åt förbundens folkhälsoarbete. I utvärderingen kritiserar Folkhälsokommittén i Västra Götalandsregionen för att inte ha nekat en enda ansökan om bidrag till folkhälsoprojekt. Andersson menar att det finns fördelar med att Folkhälsokommittén ger förbunden stor frihet i att själva bestämma inriktningen på sina projekt då en hög grad av detaljstyrning skulle påverka projekten negativt. Samtidigt skulle styrning över förbundens projektverksamhet kunna hjälpa förbunden att rikta in sig på projektområden som förbunden behärskar. Andersson menar att denna typ av styrning skulle stärka förbundens folkhälsoprojekt då projekten skulle baseras på egenskaper som är unika för idrottsrörelsen. Detta skulle stärka förbunden som viktiga aktörer i folkhälsoarbetet i Västra Götalandsregionen.

Idrottsrörelsen är en viktig aktör i folkhälsoarbetet i Sverige och i kommuner förs diskussioner om att ställa större krav för att idrottsföreningar ska vara berättigade till föreningsbidrag. Eftersom idrottsföreningar har en unik möjlighet att påverka människor i en positiv riktning både fysiskt och socialt och eftersom det finns stor kunskap i idrottsförening-

arna utgör idrottsföreningarna en självklar del i folkhälsoarbetet i Sverige (Andersson, 2003). Att ställa krav på de övergripande idrottsförbunden (ex Västsvenska Idrottsförbundet och Västergötlands Idrottsförbund) och grenspecifika förbund kan vara givande och fruktbart men däremot är det mer tveksamt beträffande ideella idrottsföreningar som till största delen bedrivs av ideellt engagemang. Hur ställer sig idrottsföreningar till en eventuell kravbild? Föreningar har olika förutsättningar i en kommun och ett krav som skulle gälla för alla kanske inte fungerar för vissa föreningar, beroende på till exempel medlemsantal och antal ledare. Däremot kan andra samarbetsformer med kommunen vara fruktbara. Men som Zäll (1995) påpekar och med tanke på dagens debatt om bidragsfusk, så förväntas bidrag åtföljas av vissa motprestationer. Zäll frågar sig varför idrottsföreningar ska komma undan detta och funderar om "bidragspoäng" för exempelvis drogförebyggande arbete kan vara en lösning. Zäll hävdar att det inte är ovanligt att ungdomars första kontakt med alkohol sker i samband med idrottsutövning. Zälls resonemang kan knytas till Putnams (1996) teorier om att ett rikt föreningsliv stärker ett samhälle och det kan vara av dessa anledningar som kommuner vill ställa högre krav på dess föreningar. Föreningsliv kan stärka människor dels till ett aktivare liv och bidra till större nätverk mellan människor.

### **3. SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR**

Det jag vill undersöka är idrottsföreningarnas diskussion om hälsa. Jag har valt att studera idrottsföreningar utifrån ett hälsopromotivt perspektiv. Idrotten påverkar människan såväl fysiskt som psykiskt och såväl socialt som kulturellt. Föreningslivet spelar en social roll för dess medlemmar och kan därmed i många avseenden påverka hälsan positivt. Idrotten har goda möjligheter att ta upp hälsofrågor och nå ut till många människor. Då det har uppmärksammats att samhället vill ställa högre krav på idrotten är det intressant att se hur detta påverkar motiven för föreningarna att engagera sig i hälsofrågor.

Hur ser diskussionen och resonemangen om hälsa ut i idrottsföreningar?

Hur ställer sig idrottsföreningar till eventuella krav från till exempel kommun att engagera sig i någon folkhälsofrågor?

### **4. TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER**

Syftet med undersökningen är att studera hur idrottsföreningar diskuterar hälsa ur ett hälsopromotivt perspektiv. Det andra teoretiska perspektivet som valts är socialt kapital, detta kan kopplas till hälsopromotion då sociala relationer är betydelsefullt för hälsan. Både i hälsopromotion och socialt kapital är delaktighet och gemensamt ansvar viktigt. Socialt kapital har också tydliga kopplingar till föreningsliv då föreningsliv stärker de personliga nätverken vilket i sin tur stärker hälsan (Lundåsen, 2005) men även samhället kan dra förtjänster av ett rikt föreningsliv enligt Putnam (1996).

#### **4.1. Hälsopromotion**

Enkelt förklarar betyder hälsopromotion att främja hälsa. I litteraturen presenteras hälsopromotion på olika sätt. Medin och Alexandersson (2000) menar att hälsopromotion dels beskrivs utifrån en definition som beskriver begreppets natur och dels som ett paraplybegrepp som utgår från de handlingar som kan sägas vara hälsofrämjande. Hälsopromotion kan

sammanfattas med några centrala begrepp som samverkan, stödande miljöer, möjliggörande, empowerment, helhetssyn, gemensamt ansvar med mera (Medin & Alexandersson). Begreppen kan kopplas till de riktlinjer Riksidrottsförbundet har satt upp i *Idrotten vill*.

En utgångspunkt som ofta används i litteraturen är WHO:s definition av hälsopromotion i Ottawa Charter från 1986.

Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health. To reach a state of complete physical, mental and social well-being, an individual or group must be able to identify and to realize aspirations, to satisfy needs, and to change or cope with the environment (Ottawa Charter, 1986).

Hälsa ses här inte som ett mål i sig utan som en resurs i vardagslivet (Ottawa Charter, 1986). Hälsopromotion baseras på en holistisk hälsosyn, vilket innebär att hälsa ses i flera dimensioner; fysiskt, psykiskt, socialt och existentiellt. Begreppet empowerment knyts till hälsopromotion eftersom förmåga eller oförmåga till handling påverkar i vilken utsträckning man har kontroll över och möjlighet att påverka sin livssituation. I till exempel en förändringsprocess eller ett projekt är det viktigt med delaktighet för att människor ska känna att de har kontroll över sin situation och möjlighet att påverka. Hälsöfrämjande processer och projekt utgår från historia, nuläge och önskat läge och dess inbördes relation spelar stor roll när mål och insatser analyseras. Hälsopromotion kan ses som ett koncept för hur man kan tänka och arbeta praktiskt med hälsofrågor. Hälsopromotivt arbete utgår ofta från arenatänkande eftersom det ses som störst chans att påverka till positiv förändring i de sammanhang där människor befinner sig. Idrottsföreningar är en utmärkt arena för hälsöfrämjande arbete då en förening samlar många människor som förenas av ett gemensamt intresse (Rydqvist & Winroth, 2002). Av de fem strategier för hälsopromotivt arbete som pekas ut i Ottawa Charter (1986) är tre betydelsefulla för att diskutera idrottsföreningar och hälsa; att skapa stödande miljöer, att stärka möjligheterna till insatser på lokal nivå och att utveckla personliga färdigheter. Idrottens riktlinjer i *Idrotten vill* ligger väl i linje med hälsopromotionens grundtankar då idrotten vill bedriva idrott så att den utvecklar människor positivt ur flera aspekter. Idrotten förespråkar delaktighet och möjligheter till påverkan på samma sätt som hälsopromotion betonar empowerment och möjliggörande. Idrotten ser sig också som en betydelsefull miljö för barn och ungdomars utveckling, idrotten kan med andra ord vara en stödande miljö. Både hälsopromotion och idrott handlar om att stärka människor.

Livsstil är ett centralt begrepp som sätter fokus på människans handlingar och val i vardagen och hälsopromotivt arbete handlar om att göra de hälsosamma valen lätta (Rydqvist & Winroth, 2002). I arbetet med att locka till sig nya deltagare till idrotten handlar föreningars arbete till stor del att göra sin idrott tillgänglig för allmänheten. Frågor gällande vad som påverkar människor att välja ett aktivare liv bör beaktas. Kunskap om beteendeförändring hjälper en hälsopromotör att sätta in "rätt" insatser beroende på hur mottaglig individen eller gruppen är. I vilken grad beteendeförändringen lyckas påverkas av i vilken grad individen eller gruppen känner sig delaktig (Rydqvist & Winroth). Kunskap om processer och utveckling är relevant även i idrotten. En idrottsledare behöver kunskap i hur barn och ungdomar utvecklas såväl fysiskt som psykiskt. Idrottsledaren behöver även anpassa ämnet till målgruppen så att de budskap man vill förmedla når fram. Beteendeförändring gäller normer och värderingar, det är viktigt att förstå hur normer är förbundna med riskbeteenden (Bunton & MacDonald, 2002). Idrottens negativa sidor är förbundna med riskbeteenden som kan påverka hälsan negativt och en tränares värderingar kan vara avgörande för om till exempel spelare börjar snusa. Ser en ledare sig däremot som ansvarig för hur han eller hon

påverkar sina spelare kommer ledaren enligt Bunton MacDonald ta mer ansvar för andra människor och därmed främja en positiv livsstil. Bunton & MacDonald menar vidare att människan ofta väljer kortsiktiga lösningar därför bör hälsofrämjande aktiviteter vara långsiktiga. Idrottens stora utmaning är att uppmuntra ungdomar att bibehålla sin fysiska aktivitet in i vuxenlivet och visa på vinsterna med ett aktivt liv. De största skälen till att sluta idrotta som 17-åringar angett var tidsbrist och förlorat intresse (FoU-rapport 2005:5). Kortsiktigt tänkande kan välja bort motion till förmån för andra intressen. Detta kräver ett långsiktigt arbete som tar hänsyn till att ungdomars idrottande får konkurrens av andra intressen.

## 4.2. Socialt kapital

Socialt kapital är ett vitt begrepp som berör både individen och samhällsliga strukturer med kopplingar däremellan. Solidaritet binder samman människorna i ett samhälle genom kollektiva värden och regler, de grundläggande sociala relationerna utgör samhällets skelett. En försvagning av det kollektiva medvetandet påverkar samhällsmedborgarna negativt, exempel är marginalisering och alienationsprocesser (Svensson, 1999). Putnam (1996) menar att nyckeln till en fungerande demokrati är socialt kapital. Genom ett förgrenat nät av frivilliga föreningar utvecklas medborgaranda. Människor som litar på varandra åstadkommer mycket mer i grupp (Putnam). I *Idrotten vill* uppmärksammas föreningarnas demokratiska funktion och nämns då som särskilt viktig för barn och ungdomar.

Coleman (1990) antar ett individperspektiv och menar att socialt kapital definieras av dess funktion. Socialt kapital kan inte ses som en enhet utan består av en mängd variationer av olika enheter. Alla de olika enheterna av socialt kapital finns i någon aspekt i en social struktur och de underlättar vissa individuella handlingar i strukturen. Coleman menar att alla former av sociala organisationer som till exempel skola, familj och organisationer ger möjligheter för dess medlemmar. Coleman skiljer på humant kapital och socialt kapital, det humana kapitalet utgörs av något som individen själv har medan det sociala kapitalet utgörs av relationerna mellan människor. I en grupp kan individer söka stöd hos varandra och agera som grupp vilket utgör en skillnad mot att agera på egen hand. Gruppens funktion blir då att samla resurser och stöd för att till exempel framföra en åsikt. Det sociala kapitalet är produktivt vilket främjar människors handlande. Lundåsen (2005) konstaterar i sin studie att de som har tillgång till ett större socialt nätverk anger en högre självuppskattad hälsa. Desto fler nätverk en person har desto bättre mår man, socialt kapital kan därmed antas ha positiva effekter på hälsan (Lundåsen). Coleman (1990) menar också att socialt kapital består av normer som styr hur människor handlar i ett samhälle eller i en grupp. Förtroende och tillit är avgörande för hur mycket socialt kapital en person har. Desto fler människor en person har tillit till desto större kapital har personen. Det sociala kapitalet bygger också på skyldigheter. Sociala relationer fortlever om förväntningar, skyldigheter och normer upprätthålls över tid med regelbunden kommunikation. Coleman hyser oro för att det sociala kapitalet kommer att försvagas i framtiden. Konarski (1992) pekar på utvecklingen från industrialiseringen till dagens samhälle har förändrat familjens roll, det sociala stöd som fanns i familjen finns inte idag, i alla fall kvantitativt. Familjens roll har idag kompletterats med dagis, fritids och kamrater. Strukturomvandlingar i samhället har bidragit till att människor förflyttats från sina geografiska, arbetsrelaterade och sociala rötter. Därmed finns det svårigheter att upprätthålla sociala nätverk (Konarski). Här kan föreningsliv spela en viktig roll, genom föreningslivet kan kontakter knytas över stora geografiska områden vilket kan vara betydelsefullt när en person söker nya kontaktnät i samband med en flytt. Enligt FoU-rapporten 2005:5 har ungdomar som idrottar fler kompisar, då kompisar inom idrotten läggs till de kompisar som redan finns från skolan. Rapporten visar också på att ungdomar har en positiv inställning till

framtiden och goda relationer till sina ledare. Därmed stärks det sociala kapitalet enligt Colemans (1990) resonemang om att det sociala kapitalet utgörs av relationerna mellan människorna som byggs på tillit och förtroende.

Bourdieu lägger en socioekonomisk innebörd i socialt kapital. Bourdieu har olika kapitalbegrepp i sin begreppsapparat och det sociala kapitalet är hos Bourdieu kopplat till vilka förmånliga tillgångar en person har tack vare sina sociala kontakter. Bourdieu menar att den sociala världen är indelad i fält. Fälten är hierarkiskt ordnade och individerna innehar olika positioner i fältet. Det sociala kapitalet är en symbolisk makt som handlar om prestige och ryktbarhet som är kopplat till olika klassgrupper (Miegel & Johansson, 2002). Val av fritidsaktiviteterna påverkas till exempel starkt av sociala uppväxtförhållanden. Val av idrott kan därmed vara en klassrelaterad fråga. Kroppsutövningen har inte med utbildningsgrad att göra utan är ett kulturellt uttryck. Valmöjligheterna styrs och begränsas av vilken miljö som man växt upp i, vanliga motionsaktiviteter som gympa, gå i skogen och åka skidor är relaterade till social position och könstillhörighet. Tennis, golf och ridning har varit sporter som eliten utövat medan de kollektiva sporterna cykel och fotboll, har en mer folklig utbredning. De folkliga idrotterna är samtidigt åskådaridrotter som medför passivitet, intresset för åskådarporter är större längre ner i den sociala hierarkin och minskar desto längre upp i den sociala hierarkin man kommer (Bourdieu, 1991). Därmed har motionsvanorna en social position som har stor betydelse för individens hälsotillstånd och samhällsekonomin. Låg social position bidrar till sämre möjligheter till en god livskvalitet och ett mindre register att välja ur än personer med högre social position. Ökade klyftor mellan olika samhällsgrupper kommer också i uttryck i ökade skillnader mellan sociala gruppers idrotts- och motionsvanors omfattning och inriktning (Engström, 1999). En jämförelse mellan olika aktiviteter av frivilligt arbete visade att aktiva inom idrottsrörelsen har en bättre självuppskattad hälsa. Intressant är att den största skillnaden mellan de som är aktiva i idrottsrörelsen och övriga aktiva rörde det psykiska välbefinnandet. De frivilligt aktiva var mer resursstarka än de icke aktiva i form av högre utbildning och högre inkomst (Lundåsen, 2005).

Bourdieus resonemang om att människor väljer aktiviteter utifrån deras sociala position är intressant, då det påverkar vilka människor som man möter i idrottsliga sammanhang. När det i *Idrotten vill* uttrycks en strävan om att bygga broar mellan människor med olika social bakgrund blir detta problematiskt om människor väljer idrott efter sin sociala position. Engströms (1999) diskussion om de ökade klyftorna i samhället stärks av Lundåsens (2005) resultat då högre utbildade i högre grad är engagerade och att detta stärker hälsan.

## 5. METOD

### 5.1. Intervju

Syftet med uppsatsen är att skapa en förståelse för hur hälsa uppfattas och diskuteras i olika idrottsföreningar därför har jag valt att använda mig av en öppen riktad intervju för att fånga de subjektiva tolkningarna av hälsa. En öppen riktad intervju bygger på ett frågeformulär (se bilaga 1) med frågor vilka fungerar som en utgångspunkt för intervjun. Fördelen med en öppen intervju är att det finns möjlighet och utrymme för att söka nyanser och flertydigheter. Genom en kvalitativ analys söks drag och sammanhang vilka ligger ”dolda” i förman för helheten (Lantz, 1993).

## **5.2. Genomförande**

Frågeguiden (se bilaga 1) är uppbyggt efter fyra teman som är relevanta för frågeställningarna; hälsa, fostran, motiv och långsiktighet. De fyra teman har växt fram ur funderingar om och varför idrottsföreningar gör hälsoprojekt och om det hur föreningarna ser på styrning från till exempel kommun. Temat hälsa syftar till att undersöka om hälsa diskuteras och om det finns några ohälsoproblem i föreningen. Hälsobudskapen som en förening förmedlar kan vara fostrande och undersökningen syftar till att se om föreningarna är medvetna om dem. För att undersöka hur idrottsföreningar diskuterar hälsa är motiven till varför man genomför hälsoprojekt av betydelse, detta kan påverka i vilken grad man arbetar långsiktigt med hälsa. Efter att en provintervju genomförts och genomlyssnats, gjordes några justeringar och tillägg i frågeguiden. Provintervjun tjänade också som övning vilket gav en större trygghet för övriga intervjuer. Provintervju gjordes på en förening som inte har gjort några hälsoprojekt eller har särskilda krav på sig varken från förbund eller kommun vad det gäller hälsa.

För att fånga hur hälsodiskussioner förs i idrottsföreningar var det viktigt att träffa människor som är väl insatta i föreningen och som är drivande i att ta upp hälsofrågor. Detta för att få en så bra bild som möjligt av föreningarnas diskussion om hälsa. För att välja ut och få kontakt med idrottsföreningarna har kontakten med Sisuombudet för det aktuella området varit betydelsefull. I samråd med Sisuombudet har tänkbara föreningar plockats fram och av dessa har jag valt ut fyra föreningar. Det har varit viktigt att finna flera olika idrottsföreningar då det inte är sporten i sig som är det viktiga utan snarare att det är en förening som gjort något hälsoprojekt av något slag. Sisuombudet har lämnat telefonnummer till utbildningsansvarig i varje förening. Tillsammans med utbildningsansvarig har lämpliga respondenter valts ut, i ett fall var det utbildningsansvarige själv som såg sig som mest lämpad för att besvara frågorna. Utbildningsansvarig fick också besvara några frågor om sin förening (se bilaga 2), detta för att få en bättre bild av föreningens storlek inför intervjun.

Platsen för intervjuerna varierade efter vad som varit lämpligt i varje fall - respondentens bostad eller arbetsplats eller mitt eget hem. Tre av intervjuerna fick mindre avbrott men utan att det påverkade intervjuerna. Intervjuerna bandades och är upplagda efter Lantz (1993) intervjuplan. Innan bandspelaren sattes igång fick respondenten en redogörelse för syftet med uppsatsen, hur intervjun skulle gå till och att respondenten och föreningen hålls anonyma. Vidare förklarades hälsa med hjälp av de nationella folkhälsomålen för att belysa bredden på hälsa. Min ambition var att under varje intervju sammanfatta med jämna mellanrum vad respondenten sagt, detta lyckades inte alla gånger. Intervjuerna tog uppskattningsvis 30 till 50 minuter. Alla intervjuerna transkriberades ord för ord omedelbart efter intervjun.

## **5.3. Urval**

De fyra föreningarna som är utvalda finns inom samma geografiska område, dock inte alla i samma kommun. Några av föreningarna har genomfört och ska genomföra hälsoprojekt, men inte alla. Gemensamt för alla föreningarna är att de är små och medelstora föreningar. Nedan följer en beskrivning av föreningarna och respondenterna.

### **5.3.1. Fotbollsklubben**

Fotbollsklubben bildades 1926, klubben har även en bordtennissektion. Respondenten beskriver fotbollsklubben som en medelstor klubb, seniorlagen ligger i division 2. Tillsammans med kommunen har fotbollsklubben genomfört ett hälsoprojekt som tar upp flera olika hälsoområden och fokuserar på livsstilen. Från kommunens sida är det tänkt att projektet ska breda ut sig till andra klubbar i kommunen och att någon form av policy ska knytas till

föreningsbidraget. Fotbollsklubben har en policy som förespråkar att alla spelare ska få en likvärdig utbildning under sin tid i föreningen.

Respondent är en kvinnlig utbildningsansvarig i fotbollsklubben, totalt finns det fyra utbildningsansvariga med olika inriktningar. Respondenten har varit utbildningsansvarig i två år och innan dess har hon varit tränare i klubben. Till tränarrollen har hon fått utbildning av klubben men inte till rollen som utbildningsansvarig. Hon är 44 år och arbetar som gymnasielärare.

### **5.3.2. Ryttdarföreningen**

Föreningen bildades under 70-talet och beskrivs av respondenten som en positiv motionsklubb med liten tävlingsinriktning. Föreningen har deltagit i projektet "Rökfria Ridanläggningar", har en trafikpolicy och håller på att starta upp "Tjejer snackar". Föreningen har en verksamhetspolicy där arbetet med hästarna sätts i fokus. Det finns inte någon utbildningsplan men ryttdarförening har haft en kick-off för att staka ut mål för föreningen.

Respondent är en 28 årig kvinna som arbetar 75 procent som ridinstruktör där hon bland annat ska utveckla ridskoleverksamheten för barn mellan fyra och sju år och hon ansvarar även för hästkötarna. Tjänsten har hon haft i ungefär två år. En gång i månaden får instruktörerna fortbildning. Respondenten håller på att planera ett projekt som berör hälsa och välmående.

### **5.3.3. Dansklubben**

Föreningen bildades 1984 och respondenten beskriver dansklubben som en tävlingsklubb där det både finns elit och nybörjare, klubben anordnar även kurser i motionsdans men det är en bisyssla. Under våren 2006 ska dansklubben genomföra en kostföreläsning för hela klubben. I föreningens arbetsplan finns mål att utbilda egna tränare.

Respondent är en högskolestuderande kvinna på 21 år. Hon är klubbtränare för tävlingsdansare sedan 4 år tillbaka men har även lett nybörjarkurser. Hon har även ansvar för klubbens marknadsförning med bland annat hemsidans uppdatering. Dansklubben har gett respondenten utbildning både till tränare, lagledare och till ledare i sekretariatet.

### **5.3.4. Orienteringsklubben**

Föreningen består av en fotbollssektion och en orienteringssektion, det är den senare som granskas. Orienteringsklubben är en hopslagning av flera småklubbar och bildades någon gång på 70-talet. Respondenten beskriver orienteringsklubben som en klubb med stor variation, från nybörjare och motionärer till elitlöpare. Klubben har gjort projektet O-Hälsa som respondenten har lett, projektet innehöll flera hälsodelar till exempel kost, tobak, alkohol och skönhetsideal. Det finns en verksamhetsplan med mål om att genomföra studiecirkel för ledare.

Respondenten en manlig ordförande i orienteringssektionen, vilket han har varit i tre år. Han leder också en del tränings- och tävlingsverksamhet. Han är 50 år och arbetar som gymnasielärare.



Tabellen ger en översikt över föreningarnas medlemmar, en del av siffrorna är uppskattade och ungefärliga.

	Fotbollsklubben	Ryttarföreningen	Dansklubben	Orienteringsklubben
Medlemmar	517	309	350	Siffrorna saknas
Aktiva medlemmar	290	185	70	50
Aktiva ungdomar under 20 år <sup>2</sup>	217	145	60 tävlande <sup>3</sup>	10 till 15 tävlande <sup>3</sup>
Könsfördelning	Flest män	Flest kvinnor	Jämn fördelning	Jämn fördelning

## 6. FYRA HÄLSOTEMAN I IDROTTE

Resultatet är indelat i de fyra teman så som intervjuerna var utformade; hälsa, delaktighet och fostran, motiv och långsiktighet. Varje förening redovisas var för sig under respektive tema.

### 6.1. Hälsa

Under rubriken hälsa behandlades frågor som huruvida föreningarna har något ohälsoproblem och vad som diskuteras, här behandlas också vilka hälsobudskap föreningen förmedlar.

#### 6.1.1. Fotbollsklubben

Fotbollsklubben är den förening som tagit störst helhetsperspektiv på hälsa och ger bilden av att man arbetar brett och långsiktigt med hälsa. Det finns tid och det finns inga hinder för att arbeta med hälsa. Men respondenten påpekar att det först och främst handlar om idrotten och att det räcker med att göra en grej per år. Här resonerar respondenten också om att man tar föräldrarnas tid i anspråk också.

#### 6.1.2. Ryttarföreningen

Ryttarföreningen sätter liksom fotbollsföreningen hälsa i ett större sammanhang och ser hur hälsan hänger ihop med hur verksamheten fungerar. Svårigheter att ta upp hälsa handlar om att det är ideell tid som tas i anspråk, det också svårigheter att samla alla berörda på samma gång. I ett annat avseende är tiden något positivt eftersom ridklubben försöker att förmedla en avstressande miljö och respondenten nämner att det är många som kommer för att rida i avkopplande syfte.

Vi försöker och lägga lite rast emellan, vi försöker så att det inte blir en stressad pressad situation. Givetvis så uppkommer det ibland, men vi försöker och undvika det. Och få ta sin tid, givetvis så har vi ett schema att gå efter men vi försöker att hålla stressnivån nere. Det är ju mycket för hästarna skull också, för att blir vi stressade då blir dom ännu mer stressade och då vill inte jag stå i manegen kan jag säga. Då blir det besvärligt. (Respondent, ryttarföreningen).

Många ridklubbar har deltagit i projektet tobaksfri ridanläggning i Västergötland och så även den aktuella ridklubben. Respondent säger att hon inte har sett en enda tjej i 13 till 20-

<sup>2</sup> Idrottsföreningar får bidrag för alla deltagande under 20 år, bidraget gäller deltagande vid aktivitet och inkluderar både tränings- och tävlingsverksamhet.

<sup>3</sup> Det finns troligen fler ungdomar som inte är tävlingsaktiva.

årsåldern som röker. Ryttarföreningens ohälsoproblem handlar om mobbning som är ett nytt problem för föreningen eftersom verksamheten har vuxit och utvecklats. Nu fungerar ridhuset som en slags fritidsgård för många tjejer och det uppstår lätt konkurrenssituationer. Mobbningssituationen har resulterat i ett projekt som är inriktat på hälsa och välmående. Respondenten ser också att mobbningsproblem i skolan kan följa med till stallet. Några fler problem förutom mobbningen upplever man inte vad det gäller hälsa. Kommer problemen finns avsikten att de löses efter hand. Lite senare i intervjun berättar dock respondenten att kostfrågor är något som borde uppmärksammas och att kafeterian på ridskolan mest säljer sötsaker.

Alltså vi bryr oss om vad vi stoppar i våra hästar och att dom ska få sova, att dom ska få vila men oss själva, man kör ju sig själv i botten alltså, väldigt nära botten (skratt). (Respondent, ryttarföreningen).

### **6.1.3. Dansklubben**

Dansklubben relaterar mest till motion och kost när hälsofrågor behandlas och anser att mental träning är något som föreningen borde jobba mer med. Tid och någon som har mer kunskap om hälsa ses som svårigheter för att diskutera hälsa. Vidare menar danstränaren att idrotten förmedlar hälsobudskap outtalat.

För jag känner att det är så svårt med hälsa, vad man lägger i begreppet hälsa och det är så vitt begrepp. Jag kan ju säga att vi står ju inte med pekpinne och pratar hälsa, det kanske är lite mer underförstått och det följer med i allt annat... (Respondent, dansklubben).

Respondenten känner inte till någon dagligrökare i klubben. Vidare lyfter respondenten upp dansens sociala dimension och menar att dansen ger självförtroende så att man till exempel inte behöver dricka alkohol för att våga dansa på tillställningar.

### **6.1.4. Orienteringsklubben**

Tid är inga problem i orienteringsklubben för att diskutera hälsa. Vissa perioder på året lämpar sig bättre för att diskutera hälsa och syftar då till vintermånaderna och träningsläger. Däremot kan det vara svårt att få någon att hålla en studiecirkel och att det kan saknas kunskap för att diskutera hälsa. Respondenten själv anser sig som lämplig att hålla studiecirkel och knyter an till sin yrkesroll som lärare. Respondenten för orienteringsklubben pratar mycket om sin idrott som en bra motionsform och berättar hur man på olika sätt har arbetat för att få fler att motionera genom att till exempel få med föräldrar på träningarna och genom att bjuda in hela socknen till träningar. Det senare ledde inte till någon framgång. Även kosten är en viktig bit som föreningen ordnar återkommande studiecirkel om. I ett större hälsoprojekt behandlade föreningen tobak men det kändes ointressant eftersom det inte finns en enda rökare i klubben, däremot finns det snusare men det diskuterades inte under projektet. Vidare har orienteringsklubben problem med några fall av anorexi. Respondenten menar att anorexi är något som är kopplat till att orientering är en uthållighetsidrott. Det finns även några i klubben som har problem med alkoholen.

Dom här bitarna med anorexi och sånt som vi haft är lite svårare, känsligare, man är ju amatör, hur ska man ta upp en sån sak, det är inte lätt. Så problemet finns. (Respondent, orienteringsklubben).

## **6.2. Delaktighet och fostran**

Här diskuterades hur föreningen ser på sin roll som förebild och hur detta knyts till hälsa.

### 6.2.1. Fotbollsklubben

Fotbollsklubben anser att idrotten är väldigt fostrande och menar att ledarna är jätteviktiga eftersom de fungerar som en extra förälder. Respondenten tycker vidare att deras förening skämmer bort sina äldre juniorer genom att föreningen tvättar deras träningskläder. Här resonerar respondenten om det har samband med att föreningen domineras av män/killar.

... jag blir urförbannad. För det är väl också fostran, packa din väska, ta hand om dina grejer, häng upp så det inte möglar och luktar apa, det tycker jag är jättefostran. (Respondenten, fotbollsklubben).

Vidare låter fotbollsklubben sina lite äldre spelare hjälpa ledarna för de yngre som till exempel assisterande tränare. Respondenten låter även någon av spelarna i den grupp som hon arbetar i att följa med på utbildningar för att spelarna ska känna sig uppmärksammade och därigenom få ett extra ansvar. Respondenten anser att det är viktigt med kunskap om skador så att spelarna vet vad de ska göra om de skadar sig på en träning och inte väntar på att någon ska ta hand om dem.

Under intervjun med utbildningsansvarig i fotbollsklubben diskuterades toppning och respondenten hävdar att även om en spelare inte vill satsa så finns det en plats även för de spelarna. Respondenten menar att utmaningen som ledare är att behålla de spelare som är på väg att lämna klubben. Det handlar då om att motivera dem till att vara kvar i klubben. Om en spelare slutar helt i femtonårsåldern börjar spelaren inte igen. Vidare menar respondenten att fotboll är så mycket mer än att bara spela fotboll, det handlar om fostran och gemenskap. Fotbollsplatsen är en samlingspunkt där alla är välkomna. Det finns alltid saker som behöver göras och alla kan hitta sin plats efter sina förutsättningar. Men det finns svårigheter att engagera människor och respondenten menar att det beror på hur mycket ledarna orkar informera. Respondenten anser vidare att föräldrar till fotbollsspelare har för lite ansvar i en fotbollsklubb, vilket respondenten försöker ändra på. Respondenten lyfter ofta upp föräldrarna som en viktig aktör i föreningen och för ungdomarna.

### 6.2.2. Ryttaföreningen

Ridinstruktören är medveten om sin roll som förebild och att det därför är viktigt att hon gör ett bra jobb och att hon sköter sig. I samband med en mobbningsituation i stallet har respondenten uppmärksammat att några av ungdomarna har problem i hemmet och önskar därför stärka de här tjejerna med hjälp av hälsoprojektet.

Det är väl egentligen det jag vill komma åt med det här projektet, kursen att dom ska få lite bättre självförtroende och våga vara lite självständiga och inte bara flyr från problemen, utan jobba lite med sig själva. (Respondent, ryttaföreningen).

Respondenten framhåller det ansvarstagande som det innebär när man håller på med hästar och menar att det är fostrande. Eleverna lär sig att inte stressa när man arbetar med hästar eftersom det påverkar hästarna negativt. Ridinstruktören nämner också en negativ sida av föreningens roll som fostrare.

... för att oftast blir det inom idrotten man kommer i kontakt med äldre som kanske röker eller är ute och dricker och så följer man med på ett hörn... (Respondent, ryttaföreningen).

Respondenten nämner föräldrarna och ser dem som en extra resurs i föreningsarbetet och arbetar för att fler föräldrar ska bli delaktiga i verksamheten. Eftersom de anställdas arbetsuppgifter och tid inte täcker allt som behöver göras i föreningen.

### **6.2.3. Dansklubben**

Respondenten ger positiv bild av hur medlemmarna kan vara delaktiga i föreningens arbete. Dansklubben har till exempel månadsmöten dit alla i föreningen kan komma, dock är det mest föräldrar som deltar. På mötena diskuteras olika frågor som berör föreningen och danstränaren nämner bland annat att man diskuterar hur man ska få nya medlemmar. Alla dansare har även möjlighet att påverka sin träning med en utvärdering varje termin.

... dom styr mycket sin träning genom utvärderingen. Sen kan ju alla tycka och säga vad dom vill, det ska ju vara konstruktiv kritik, vi brukar säga, tycker man någonting är fel så måste man försöka göra någonting åt det, man kan inte bara gå hela tiden och klaga. Utan då få får man ju försöka ta tag i problemet och säga så här och komma med nya förslag istället, för det är ganska vanligt att många klagar, men gör något åt det istället då. (Respondent, dansklubben)

Föreningen ser sig som jämställd eftersom det är en parsport och killar och tjejer värderas likadant. Vidare ser sig föreningen som en god förebild när de besöker skolor och har dansuppvisningar och här lyfts möjligheter att få kontakt med det motsatta könet som argument för att börja dansa.

### **6.2.4. Orienteringsklubben**

Föreningen ser själva idrotten som fostrande.

Det är ju själva idrottens, det är ju själva orienteringens grej, du ska kunna välja, du ska ut i skogen, du är ensam, du ska kunna hitta ett eget vägval, du ska kunna springa där ingen annan har sprungit. Det är en sorts grund i idrotten, som är väldigt fostrande, då har man ju inte mamma med sig. (Respondent, orienteringsklubben)

Vidare anser respondenten att orienteringen är jämställd, alla tränar tillsammans och i styrelsen försöker man ha både kvinnor och män i olika åldrar.

## **6.3. Motiv och styrning**

Under rubriken motiv och styrning har respondenten bland annat fått frågor om varför föreningen har genomfört folkhälsoprojekt och hur föreningarna ser på en eventuell styrning och krav från kommun och förbund.

### **6.3.1. Fotbollsklubben**

Fotbollsklubben driver ett hälsoprojektet som är inne på sitt andra år. Hälsoprojektet innehåller delarna; kost, balans, rörelse, droger, etik, moral och laganda. Vid några tillfällen ges informationen också till föräldrarna för att information för att det ska ge större effekt till exempel när man diskuterar kost. Däremot kan inte respondenten förklara motiven till varför man startade hälsoprojektet, förutom att respondenten påpekar att det handlar så mycket mer än om bara fotboll. Fotbollsklubben har en policy som fungerar som ett styrmedel för att alla spelare ska få en likvärdig utbildning under sin tid i klubben. Policyn innehåller inte bara fotbollskunskap utan även kamratskap och fair play.

Styrning och krav från kommun kan vara bra om förening och kommun är överens, annars ses styrning som onödigt och dumt. Klubben har avsatt pengar för att arbeta med hälsofrågor och

nämner också Sisu som inkomstbringare. Vidare resonerar respondenten att hälsoarbete i föreningen har samhälleliga vinster. Föreningen vänder sig också till skolan för att visa upp sin sport.

### **6.3.2. Ryttdarföreningen**

Ryttdarföreningens motiv till att starta upp hälsa och välmåendeprojektet var den mobbningsituation som uppstått i stallet. Projektet ska bland annat bestå av värderingsövningar. Vidare upplever ridinstruktören att föreningen har krav på sig från kommunen eftersom ridhuset fungerar lite som en fritidsgård. Även ridsportsförbundet har riktlinjer för hur en ridskola ska skötas och ställer krav på anläggningen för att vara en godkänd ridanläggning. Ryttdarföreningen anser också att de har påtryckningar från sitt förbund och då gällande rökfria anläggningar. Viss påtryckning ses som något bra men det får inte vara för byråkratiskt och sätta verksamheten i andra hand.

Föreningen funderar på att anta en mobbningspolicy i samband med det kommande projektet. För övrigt har föreningen en trafikpolicy och en verksamhetspolicy. Den sistnämnda har hästen i centrum och är vägledande i arbetet med hästarna och ungdomarna.

Ridinstruktören menar att vinsterna kommer om klubben månar om de anställda genom till exempel utbildning, så att de kan göra ett bra jobb och att detta genererar ett bra rykte. Vidare bjuder föreningen in skolan för att låta elever prova på ridning. Därigenom får föreningen fler medlemmar och mer inkomster.

Då blir det snack på byn, alltså dom är duktiga där, dit vill vi åka, då drar vi in mer. Så man får se det lite större tror jag. (Respondenten, ryttdarföreningen).

### **6.3.3. Dansklubben**

Dansföreningen har inte gjort något hälsoprojekt även om ett försök har gjorts men som rann ut i sanden. Dansklubben menar att om de skulle göra något projekt så skulle det i så fall vara aktuellt för de lite äldre tävlingsdansarna som satsar lite mer. För de yngre är dansen mer en hobby och något kul. Föreningen har ingen policy och tycker att bitar som alkohol får ungdomarna information om från andra håll utan föreslår en hälsopolicy med kost och träning som tänkbar.

Känner inte till några krav att arbeta med hälsa och tycker att viss styrning kan vara bra. Men kraven får inte vara för höga och en morot i form av ekonomiskt stöd kan behövas eftersom det handlar om ideellt arbete. Sisu ses som en bra hjälp för att genomföra studiecirkel.

### **6.3.4. Orienteringsklubben**

Orienteringsklubben har gjort ett större hälsoprojekt som innehöll delar som tobak och skönhetsideal. Vidare ordnar orienteringsklubben kontinuerligt studiecirkel om kost och träning. I förhoppningen om bidrag för att genomföra hälsoprojektet genomfördes ett projekt där flera olika frågor behandlades. Hade inte bidragsdelen funnits där hade vissa bitar inte tagits upp.

Det är det riktigt krassa, ja dom presentera det här på en föreningsledarkonferens som jag var på för ett par år sedan och sa att man kunde få bidrag om man starta detta projektet. Så då startade jag det här projektet, för det tyckte jag, då, det här någonting man kan göra någonting av, utan det var inte helt fel att ta in på våra träningar och få pengar för det samtidigt, det är bara bra. Nu fick vi ju inte det, men ändå

Men upplägget var bra, så att ni lätt kunde ta till er det?

Javisst. Vissa av dom bitarna är såna som vi gärna hade gjort i alla fall så att säga. Som kost och träning, dom bitarna hade vi gjort i alla fall, det har man ju inget projekt för att göra utan det gör man ändå. Men vi hade nog inte tagit upp alkohol och hälsa, anorexi och dom här bitarna, nej. (Respondent, orienteringsklubben).

Ordförande i orienteringsklubben menar att det finns en vilja från Orienteringsförbundet att orienteringsklubbar ska arbeta med hälsofrågor men det är inget krav. Vidare har orienteringsklubben ingen policy men tycker att en alkoholpolicy för hela klubben (klubben har även en fotbollssektion) kan vara tänkbar och rimlig, för övrigt anses det onödigt att krångla till saker som redan är naturliga. Även krav från förbund och kommun ses som något krångligt.

I orienteringsklubbens verksamhetsplan är det skrivet att föreningen ska arbeta för att rekrytera fler människor till föreningen och ett led i det arbetet är att på olika sätt anordna motionsaktiviteter som vänder sig till allmänheten. Bland annat anordnar klubben motionslopp och har även bjudit in hela socknen till sina vinterträningar, det senare gav dåligt resultat. Respondenten diskuterar också kommunens möjlighet att använda idrottsklubbar för motionsaktiviteter för kommunens personal mot ekonomisk ersättning som är lägre än privata gym och träningsanläggningar.

## **6.4. Långsiktighet**

Här diskuteras huruvida föreningarna har några långsiktiga mål när det gäller hälsa och utbildning i föreningen.

### **6.4.1. Fotbollsklubben**

Respondenten vet inte om klubben har någon långsiktig plan för klubbens arbete men påpekar att det är viktigt att rätt insatser sätts i rätt ålder. På frågan om att utbilda tränare anser respondenten att det har aldrig varit något problem i föreningen, däremot finns det problem med övriga insatser som måste göras i en fotbollsklubb.

### **6.4.2. Ryttnäringens förening**

Respondenten berättar att föreningen är under omstrukturering och utveckling efter en period med sjukskrivningar. Föreningen har nyligen haft en kick off för att diskutera vilka mål föreningen vill arbeta mot. Respondenten menar att det är viktigt att arbeta för en god arbetsmiljö för personalen eftersom det ger effekter på medlemmarna och klubbens attraktionskraft. Avsikten är att arbeta långsiktigt men ett kommunalt projekt med en stor hästanläggning medför att föreningen måste avvakta för att se utvecklingen för det projektet och hur detta påverkar klubben.

### **6.4.3. Dansklubben**

Klubben har i år som mål att utbilda fler klubbtränare och respondenten nämner att föreningen gärna sänder medlemmar på utbildningar för till exempel tävlingsverksamhet. Här nämns det ideella engagemanget som en mycket viktig komponent. Ett ständigt mål är också att locka till sig så många nya deltagare som möjligt.

### **6.4.4. Orienteringsklubben**

Föreningen har ingen plan för att arbeta med hälsa men är medveten om att studiecirkel behöver återupprepas med jämna mellanrum då nya medlemmar tillkommer. Föreningens

verksamhetsplan styr föreningens arbete och planen följs upp vid varje styrelsemöte. I verksamhetsplanen står det att föreningen ska utbilda alla ungdomsledare bland annat med en föreläsningsserie som anordnas av SisU. Svårigheterna med att jobba långsiktigt ligger på det personliga planet, studiecirkel eller föreläsningar är lätta att ordna.

... allt ideellt arbete handlar om det, att någon gör något. Kan man inte fylla posterna i en styrelse, så kan man inte heller ha något större jobb om hälsa, det är ju så. (Respondent, oreinteringsklubben).

## **7. DISKUSSION**

### **7.1. Metoddiskussion**

Metodvalet föll på intervjuer då syftet är att undersöka hur resonemangen förs om hälsa i idrottsföreningarna, då det är de subjektiva tolkningarna som är intressanta för uppsatsen. Ett problem med kvalitativa metoder är generaliserbarheten. I detta fall då föreningarnas diskussioner ska granskas kommer mina resultat endast tjäna som exempel på hur hälsa kan diskuteras i idrottsföreningar. Men om dessa kvalitativa tolkningar kopplas till den omfattande forskningen om socialt kapital kan mer generella slutsatser dras. Exempelvis slutsatser om att idrottsföreningarnas anläggningar kan fungera som stödjande miljöer med stöd av Konraxis (1992) teorier om att strukturuomvandlingar i samhället har bidragit till att det kan finnas svårigheter att upprätthålla sociala nätverk.

I metodkapitlet redogjordes intervjusituationen, innan intervjun förklarades hälsa med hjälp av några folkhälsomål för att belysa vidden på folkhälsa. Troligen har det inte påverkat resultatet nämnvärt då frågor som berör folkhälsomålen har funnits under intervjun, till exempel har delaktighet efterfrågats. Med tanke på resultatet, då en del föreningar ger bilden av en begränsad förståelse för hälsa kan inledningen på intervjun ha påverkat resultatet i liten grad. Dessutom kan den långa längden på intervjuerna gjort att inledningen glömts bort.

Frågan är hur min förförståelse om föreningsliv och i egenskap av hälsovetare och aktiv föreningsmänniska har påverkat intervjusituationen och analysen. Möjligheten finns att respondenterna kan anpassa sina svar till vad som tros vara "rätta" svar. Vilket också jag har fått uppleva under intervjuerna, några respondenter har sagt ungefär; "är detta det svar du vill ha?" Jag tolkar det att respondenten vill vara mig till lags och ett antagande om att jag har svaren. Bryman (1997) tar upp detta problem och menar även att kön, ålder och etnicitet påverkar både hur respondenten svarar och hur intervjuaren analyserar materialet. En forskare kan styras av sin förförståelse genom att det påverkar resultatet både vid analys och vid frågeställning. Det positiva i sammanhanget är att en förförståelse och en medvetenhet kring problemet kan bidra till att man lättare kan sätta sig in i respondentens situation. Förförståelsen för idrottsföreningar märktes tydligt under intervjun men rollen som hälsovetare gav distans till det som studeras. Det valda perspektivet hälsopromotion har fungerat som en ram för vad som är relevant för den här studien.

### **7.2. Resultatdiskussion**

Idrotten är i många hänseenden hälsopromotiv då idrotten erbjuder fysisk aktivitet, social gemenskap och delaktighet. Idrotten har bra möjligheter att påverka människors livsstil då idrottsföreningar samlar många människor. I den genomförda undersökningen kan det konstateras att idrottsföreningar i många avseende påverkar människor både positivt och

negativt, till exempel att föreningarna främjar en rökfri livsstil men också att det förekommer mobbning. När idrottsföreningar diskuterar hälsa uppfattas hälsa som viktigt men i vissa avseenden ses hälsa som något separat och i relation till prestation. För några föreningar fungerar idrottsanläggningarna som stödjande miljöer för dess medlemmar. Föreningarna diskuterar ideellt arbete och nämner föräldrarna som en stor resurs. Till viss del finns det insikt om att en del barn och ungdomar inte har föräldrar som kan stötta sina barn i sitt idrottande. Vidare kan styrning av hälsoarbete från till exempel förbund eller kommun inte vara för byråkratiskt, istället ser föreningarna delaktighet och kommunikation värdefullt för eventuella hälsoprojekt. För följande diskussion har tre teman vuxit fram; hälsa, föreningens sociala roll och motiv och styrning.

### **7.2.1. Hälsa**

Det finns ett intresse för hälsa, men hur föreningarna diskuterar och kopplar ihop hälsa med idrott är olika. Det läggs olika innebörder i hälsa och vad som är viktigt att diskutera i en idrottsförening. Fotbollsklubben och ryttarföreningen tar lite större grepp om hälsa och inkluderar fler aspekter som till exempel socialt stöd, stress och ansvar. Det visar sig bland annat i de projekt som de föreningarna har gjort och ska göra, vilka innehåller många olika delar som har betydelse för hälsan. Fotbollsklubben och orienteringsklubben tar kontinuerligt upp hälsa och fotbollsklubben påpekar att det är viktigt att sätta in rätt insatser i rätt ålder. Ryttarföreningen arbetar långsiktigt med en god arbetsmiljö för instruktörerna och menar att detta ger effekt på hela verksamheten. Ett fungerande hälsoarbete ur ett hälsopromotivt perspektiv bygger på långsiktighet. I vissa avseenden skiljs hälsoarbete och ordinarie verksamhet åt. Hälsoarbete ses som något separat och respondenternas svar visar på en begränsad insikt om att mycket av föreningsarbete i en idrottsklubb är hälsofrämjande till exempel att fika tillsammans efter en träning. Hälsa ses i relation till prestation, två av föreningar lägger stor vikt vid kost och träning/motion och så beskrivs också kopplingen mellan idrott och folkhälsa. Flera hälsoaspekter ses onödiga att diskutera eftersom de är naturliga till exempel att det inte förekommer rökning. Det visar på att de här föreningarna har en främjande miljö vad det gäller rökning men inte reflekterat då denna styrka inte relateras till föreningens roll som förebild i någon större utsträckning. Lite överraskande är att diskussioner om socialt stöd inte fick så stor betydelse.

Idrottens baksidor kommer till uttryck i intervjuerna. Det är positivt att ryttarföreningen ska göra projektet på grund den ohälsosamma situationen med mobbning. Enligt FoU-rapporten 2005:5 kan statistik om mobbning i idrotten jämföras med siffror från skolan där var tionde har känt sig mobbad vid flera eller enstaka gånger. Respondenten ser samband med att skolans problem och vad som händer på fritiden. Men frågan är om det behöver gå så långt som till mobbning för att ridskoleelevernas problem ska bli uppmärksammade? Svensson (1999) konstaterar att det med förhållandevis små medel kan mobbning minskas och ofta på kort tid. Vidare konstateras det i FoU-rapporten 2005:5 att ungdomar som idrottar har fler kompisar då dessa läggs till dem som man har i skolan. För mobbade skolungdomar kan idrotten utgöra en stödjande miljö i de fall då inte skolan gör det. Under intervjun kommer det också fram att hästarna är i fokus men hur de själva mår kommer i andra hand. Hästarnas och människans hälsa särskiljs men enligt Bremberg (2005) påverkar djur den psyksiska hälsan, därav kan hästarnas och ridinstruktörernas hälsa hänga ihop. Föreningen vill förmedla en avstressande miljö vilket är ett måste i arbetet med hästarna och arbeta för en god arbetsmiljö. Men respondenten menar att de anställda har en stressig och pressade arbetsmiljö vilket troligen ger effekter på den avstressade miljö som man vill förmedla. Föreningen ger uttryck för många olika problem som behöver lösas men också en insikt om att problemen finns. Då föreningen är under utveckling och omorganisation handlar föreningens viktigaste arbete om



att forma de mål man vill uppnå. Rydqvist och Winroth (2002) förespråkar ett processinriktat arbete där historia, nuläge och insatser analyseras. Ryttaföreningen ger intryck av att föreningen arbetar processinriktat i arbetet med att arbeta fram mål för verksamheten.

Även orienteringsklubben har ohälsoproblem. När respondenten beskriver det projekt som föreningen har genomfört som berört flera hälsodelar sågs inte alkohol och anorexi som några ämnen som självklart skulle diskuteras även om föreningen har medlemmar som har dessa problem. Anorexi och alkoholproblem är dock inget som en förening själv kan tackla eller råda bot på men genom att föra samtal om till exempel skönhetsideal och bedriva positivt ledarskap kan föreningen främja hälsa och stärka sina medlemmar för att undvika framtida problem. Här har orienteringsklubben istället satt stort fokus på kostfrågor. Tobak var ett annat avsnitt i hälsoprojektet men här tog klubben bara upp rökning även om det finns snusare i klubben. Svåra och känsliga ämnen som kan peka ut särskilda medlemmar. En förening kan vara tydlig med vilka budskap som den vill förmedla. Zäll (1995) är frågande till om det ok att en ungdomsledare röker eller snusar under en träning eller tävling.

När föreningarna resonerar om svårigheter med att diskutera hälsa är meningarna delade om det finns tid eller inte. De föreningar som säger sig ha tid har återkommande studiecirklar och projekt. Övriga föreningar säger dock att det är någon hälsoaspekt som av någon anledning behöver diskuteras så kommer föreningarna se till att tiden finns. En annan aspekt som några föreningar ser som en svårighet är att få någon att leda ett projekt. Det är svårigheter dels med engagemang och dels anses det inte finnas kunskap för att hålla studiecirklar/projekt om hälsa. Sisu tanke med studiecirklar är att gruppen tillsammans letar efter och byter kunskap med varandra (Sisu Idrottsutbildarna). Respondenterna ger intrycket att man önskar en expert som kan svara på vad som är rätt och fel. Sisu studiecirklar bygger på hälsopromotiva idéer då gruppen tillsammans beslutar vad som är viktigt att prata om.

Till viss del påverkar storleken på klubben i vilken mån hälsofrågor tas upp. Fotbollsklubben som är den största klubben har fyra utbildningsansvariga och särskilda pengar avsatta för att arbeta med hälsa och utbildning. De har därmed en bättre utgångspunkt för att jobba med hälsa. Storleken på klubben är dock inte avgörande, då orienteringsklubben som har svårt att fylla styrelseposterna ändå ger intryck av att hälsa är något som prioriteras. Det handlar främst om att det finns någon som är villig och engagerad att driva frågan.

### **7.2.2. Föreningens sociala roll**

Föreningarna ser sig som fostrare och det finns utrymme för delaktighet och möjligheter att påverka. Ledarna ses som mycket viktiga. Många av föreningarna tar upp ansvarstagande som en viktig funktion i idrotten för att fostra ungdomarna till självständiga individer. Bunton och MacDonald (2002) menar att om man är ansvarig för sig själv är man också mer ansvarig för sina medmänniskor. Ett ansvarstagande för andra människor för med sig hänsyn och solidaritet vilket enligt Putnam (1996) bidrar till en stärkt medborgaranda och demokrati. Delaktighetsaspekten visar sig också genom att fotbollsklubbens och ryttaföreningens anläggningar fungerar som samlingspunkter. Då det sociala stödet i familjen inte finns på samma sätt som förr, finns svårigheter att upprätthålla sociala nätverk (Konarski, 1992). De nämnda föreningarnas anläggningar fyller en social funktion då de fungerar som samlingspunkter för dess medlemmar. Ryttaföreningen har också insett att några av deras elever inte har stöd hemifrån och därmed fungerar ridskolan som en stödjande miljö som troligen är mycket viktig för ungdomarna.

Aspekter på manligt och kvinnligt har framkommit i resultatet. Fotbollsklubben som domineras av män skämmer enligt respondenten bort sina juniorer med tvättning. Det kan tyckas vara motsägelsefullt då klubbens arbete i yngre år syftar till att spelarna får lära sig att ta ansvar. Två klubbar ser sig som jämställda - dansklubben och orienteringsklubben. Där är medlemmarna jämt fördelade mellan kvinnor och män och man tränar tillsammans. Troligen kan de här idrottsgrenarna vara mer jämställda än många andra idrotter. Jämställdhet innebär bland annat att alla har lika möjligheter till att påverka och vara delaktig (Statens Folkhälsoinstitut, 2005). Både hälsopromotion och *Idrotten* vill bygga på idéer om delaktighet. I ett folkhälsoperspektiv finns det stora skillnader i hälsa mellan könen (Statens Folkhälsoinstitutet). Strukturella förhållanden medför att män och kvinnor inte har samma villkor till hälsa, då till exempel deltagandet i sociala aktiviteter inte sker på samma förutsättningar. De två nämnda föreningarna ger en bild av möjlighet till deltagande på lika villkor. Dock finns köns- och klasstrukturer i föreningslivet då det är de resursstarka av de frivilligt aktiva som innehar beslutande positioner och styr organisationen medan de mindre resursstarka arbetar på gräsrotsnivå (Statens Folkhälsoinstitutet). Resonemanget stärks av Lundåsens (2005) studie där det konstateras att frivilligt aktiva är mer resursstarka och har högre utbildning och inkomst. Även Engström (1999) konstaterar att ökade samhällsklyftor kommer i uttryck mellan olika sociala gruppers idrotts- och motionsvanors omfattning och inriktning. För vidare studier kan det vara intressant att studera hur idrottsföreningar som anser sig vara jämställda fördelar arbetet inom föreningen. Finns några samband med dagens starkt segregerade arbetsmarknad mellan kvinnor och män. Bara för att det finns lika mycket kvinnor som män betyder inte automatiskt att klubben är jämställd.

De föreningar som nämner rökning har inte någon dagligrökare bland de aktiva men detta ges ingen stor vikt vid föreningens fostrande egenskaper behandlas. Föreningarnas rökfria miljöer främjar ungdomars val att avstå från rökning och enligt Colemans (1990) resonemang stärker det sociala kapitalet i föreningarna normen av att rökning är det onormala. Det sociala kapitalet kan både verka för positiva och negativa beteenden vilket en av respondenterna nämner, föreningslivet kan tidigarelägga alkoholdebuten då man kommer i kontakt med äldre. Normgivande beteenden positiva eller negativa styr hur en grupp handlar (Coleman). Vad som avgör skillnaden mellan grupptryck och normer kan tyckas vara minimal. Lalander och Johansson (2002) anser att grupptryck är en nedlåtande term som bortser från eget tänkande och rationalitet. Gruppsozialisation handlar istället om ett laborerande med symboler och identiteter och där medlemmarna antar beteenden då man finner ett värde i att göra så. Gruppmedlemskapet ger möjligheter för individen att bygga upp sin identitet (Lalander & Johansson). Då rökning inte förekommer i klubbarna har troligen medlemmarna inte funnit något värde i att röka då det försämrar de idrottsliga prestationerna. Identiteten som idrottare utgör en livsstil som inte har samband med rökning enligt den här studiens resultat. Lalander och Johansson menar att för att förebygga att ungdomar inte ska må dåligt krävs en förståelse från vuxna för ungdomars kulturer och de symboler som finns där. Att välja att supa sig full kan symbolisera oberoende och frihet som inte behöver vara kopplat till grupptryck (Lalander & Johansson). Om en förening har ambitionen att motverka en tidigarelagd alkoholdebut krävs som Zäll (1995) förespråkar en väl genomtänkt alkoholpolicy eller som Johansson och Lalander (2002) menar en större insikt och förståelse för ungdomars kultur och dess uttryck. Detta för att möta ungdomarna i diskussioner om idrott och till exempel alkohol.

Alla föreningar berör svårigheter med ideellt arbete i en förening. Svårigheter som nämns är tid och engagemang. Ideellt arbete diskuteras i avseendet på att det finns saker som behöver göras och föreningarna nämner inte vad ideellt arbete kan medföra hälsomässigt för en person. Lundåsen (2005) menar att frivilligt arbete har samband med hälsa, där det sociala

kapitalet förklarar en högre självuppskattad hälsa. Flera av föreningarna försöker aktivera föräldrarna i föreningsarbetet då det alltid finns något som behövs göras. Men som en respondent påpekar gäller det att ledarna ser till att föräldrarna blir tillfrågade och informerade. Enligt Rydqvist och Winroth (2002) gäller det att sätta in insatser som stämmer överens med hur mottagliga föräldrarna är. Svårigheterna med att engagera människor i ideellt arbete i en förening kan hänga ihop med hur föreningen motiverar en förälder att hjälpa till. *Idrotten vill* menar att idrotten ska vara en plats för alla oavsett bakgrund. Zäll (1995) menar att det finns en risk att vissa barn och ungdomar blir utestängda om föreningens verksamhet bygger på att föräldrarna ska ta ett stort ansvar. Alla barn har inte föräldrar som kan eller vill ställa upp. I Lundåsens (2005) studie om frivilligt arbete i föreningar visar att utlandsfödda i mindre utsträckning är frivilligt aktiva än födda i Sverige. Inkomst och utbildningsnivå är vidare högre hos de frivilligt aktiva. Även Bourdieu (1991) menar alla människor inte har tillgång till alla aktiviteter, Bourdieu menar tillgången till fritidsaktiviteter kan vara klassrelaterat. Engström (1999) påpekar att lägre samhällsgrupper inte har samma register av aktiviteter att välja på, det sociala kapitalet kan vara avgörande för en persons idrottande. Har föreningarna förståelse för att alla barn och ungdomar inte har samma förutsättningar och att en del barn och ungdomar behöver extra stöd av ledarna. Ridklubben verkar uppmärksamma detta när kontakt med föräldrar har gjorts i samband med den mobbnings som funnits på ridskolan och avsikten är att stärka de ungdomarna som har problem hemma.

Alla föreningarna agerar ut mot lokalsamhället för att locka nya deltagare, flera av föreningarna jobbar ut mot skolorna och en klubb anordnar motionslopp. Orienteringsklubben är den klubb som ger intryck av att arbeta mest mot lokalsamhället. Orienteringsklubben arbetar hälsopromotivt i avseendet att klubben gör insatser i lokalsamhället i syfte att få fler att motionera. Således kan klubben sägas utgöra en stödande miljö i lokalsamhället och kan utvidga de sociala nätverken för en person (Konarski, 1992).

### **7.2.3. Motiv och styrning**

Motiven till att genomföra ett hälsoprojekt varierar men det är förvånande att utbildningsansvarig inte känner till motiven varför deras klubb startade upp ett hälsoprojekt vilket hon själv är med och ansvarar för. Fotbollsklubben menar att det handlar om mycket mer än fotboll och klubben visar på ett hälsopromotivt tänkande då en större helhetssyn finns och en medvetenhet om att insatserna bör sättas in vid ”rätt” tillfälle. Motiven till hälsoprojekt är till viss del ekonomiska, bidrag i samband med projekt ses som positivt. Zäll (1995) påpekar att ett bidrag kräver en motprestation. Sisu nämns ofta som en bra samarbetspartners. En bidragande orsak är säkert den pott med pengar som varje förening har för studiecirklar och föreläsningar genom Sisu.

Några av föreningarna har en uttalad policy dock inte i direkt anknytning till hälsa, som används kontinuerligt i föreningsarbetet. När föreningarna får frågan om en policy med anknytning till hälsa kan vara relevant i föreningen blir svaren olika, mobbningspolicy och alkoholpolicy ses som relevanta. Däremot anser dansklubben att en alkoholpolicy är onödigt då det är information som ungdomarna får i skolan. Just alkohol är ett ämne som en förening kan påverka sina ungdomar ifråga om attityder och värderingar då budskapet kan förmedlas av en ledare som ungdomarna ser upp till. Både Zäll (1995) och Andersson (2003) påpekar idrottens dubbla budskap när det gäller alkohol och tobak. Riksidrottsförbundet tar avstånd från alkohol och tobak men det är motsägelsefullt när det har blivit mer självklart med öltält vid stora arrangemang. Det är snarare så att idrott och alkohol hänger ihop menar Zäll (1995), därigenom är det viktigt att föreningarna har en väl genomtänkt policy för alkohol i samband med träningsläger och matcher. Andersson (2003) menar att det tobaksförebyggande arbetet i

idrotten inte underlättas när idrottsstjärnor som Therese Alshammar, Magnus Wislander och Daniel Alfredsson ofta ses använda snus i media. Det ger bilden av att sportslig framgång och snusning inte står i motsats till varandra. Här behövs en diskussion inom idrotten. Vilka värden vill en förening representera? Om en förening har diskuterat igenom hur man ser på alkohol, kan föreningen bättre tackla frågor som kan komma upp i samband med till exempel firandet av en seger.

Styrning från kommun eller förbund gällande hälsoarbete i föreningarna ses som krångligt och byråkratiskt. Men viss påtryckning kan vara bra, särskilt om det sker i samförstånd med kommun eller förbund. För att göra en insats nämns också någon form av förtjänst som viktig. Här finns en önskan om en delaktighet i en eventuell process om krav från till exempel kommunen. Föreningarna vill ha kontroll över och möjlighet att påverka sin situation. Ett liknande resonemang förs av Rydqvist och Winroth (2002) gällande empowerment. Ur ett folkhälsoperspektiv ligger föreningarnas önskan om delaktighet i linje med det första folkhälsomålet som berör delaktighet och inflytande. Folkrörelser är exempel på verksamheter som stärker människors inflytande i samhället (Ågren, 2003). Även Putnam (1996) hävdar att ett vitalt föreningsliv stärker medborgarandan i ett samhälle. Resultatet talar vidare för att Zälls (1995) funderingar om "bidragspoäng" kan vara en fruktbar idé då bidragssystemet kan baseras på olika nivåer av engagemang i lokalsamhället.

## 8. AVSLUTNING

Syftet med den här undersökningen har varit att undersöka hur idrottsföreningar resonerar om hälsa och om man är medveten om idrottens positiva och främjande sidor. De teoretiska utgångspunkterna hälsopromotion och socialt kapital har funnits användbara som analysverktyg för att pröva syftet mot de resultat som framkommit. Hälsopromotionens grundidéer kan till viss del kopplas mot hur föreningarna diskuterar hälsa. Hälsa uppfattas som något viktigt och något som man är beredd att lägga ner tid på. Resultatet är inte entydigt då det läggs olika innebörder i hälsa. Några föreningar antar ett större perspektiv med aspekter som socialt stöd och ansvar medan några föreningar till största delen kopplar hälsa till motion och kost. Hälsa ses inte i flera dimensioner vilket hälsopromotion baseras på och till viss del finns det en begränsad insikt av vilka hälsofrämjande aspekter som representeras av en idrottsförening. Detta framkommer särskilt i diskussioner som berör socialt kapital. Av resultatet kan kopplingar till socialt kapital göras mot ett individperspektiv och ett socioekonomiskt perspektiv. Idrottsföreningen ses som en stödjande miljö av några respondenter men respondenterna drar inte de slutsatser som Lundåsen (2005) gör, att det finns samband mellan hälsa och frivilligt arbete.

Styrning av hälsoarbete från till exempel förbund eller kommun kan inte vara för byråkratiskt istället ser föreningarna delaktighet och kommunikation värdefullt för eventuella hälsoprojekt. Då idrottsföreningarna har gett motion en stor betydelse i sina diskussioner om hälsa kan det därför vara fruktbart för kommunen att samarbeta om folkhälsomålet 9; ökad fysisk aktivitet. Fysisk aktivitet på recept borde vara en bra ingång för kommunen att arbeta gentemot idrottsföreningar. Även målområde 3; trygga och goda uppväxtvillkor kan vara en utgångspunkt för folkhälsoarbete då insikten om idrottsföreningen som stödjande miljö finns. Vidare kan föreningarnas önskan om delaktighet vid eventuella hälsoprojekt visar på samhällsengagemang som ligger i linje med målområde 1; delaktighet och inflytande. Vilket tyder på en stärkt medborgaranda.

Den här undersökningen fokuserar på hälsa och för vidare forskning på området kan det vara intressant att undersöka hur idrottsföreningar ställer sig till ett specifikt ämne till exempel alkohol eller tobak. Av litteraturen framkommer det att det finns en tvetydig relation till alkohol och tobak och att de i vissa sammanhang snarare ger bilden av att hänga ihop med idrott. Det intressanta är huruvida föreningarna har diskuterat föreningens inställning till alkohol och tobak och vilka ställningstaganden man gör.

## 9. REFERENSER

- Andersson, Joacim (2003). *Idrottsrörelsens folkhälsoprojekt i Västra Götalandsregionen : Främjande utvärdering av Västergötlands Idrottsförbunds och Västsvenska Idrottsförbundets projektverksamhet inom Folkhälsoområdet*. Forskningsstation Mösseberg
- Blom, K Arne & Lindroth, Jan (1995). *Idrottens historia : Från antika arenor till modern massrörelse*. Farsta: Sisu Idrottsböcker
- Bourdieu, Pierre (1991). *Kultur och kritik*. Göteborg: Daidalos
- Bremberg, Sven (2005). *Djur och natur – effekter av kontakt*. [Elektronisk] Statens Folkhälsoinstitut. Tillgänglig: [http://www.fhi.se/templates/Page\\_5973.aspx](http://www.fhi.se/templates/Page_5973.aspx) [2006-05-15]
- Bunton, Robin & Macdonald, Gordon (2002). *Health Promotion. Disciplines and Diversity*. London: Routledge
- Bryman, Alan (1997). *Kvantitet och kvalitet i samhällsvetenskaplig forskning*. Lund: Studentlitteratur
- Coleman, James S, (1990). *Foundations of Sociol Theory*. Cambrige: The Belknap Press and Harvard University Press
- Engström, Lars-Magnus (1999). *Idrott som social markör*. Stockholm: HLS Förlag
- FoU-rapport 2005:5. *Idrottens sociala betydelse : En statistisk undersökning hösten 2004*. Stockholm: Riksidrottsförbundet
- Hellspong, Mats (1991). *Korset, fanan och fotbollen : Folkrörelsernas kulturmiljö i ett jämförande perspektiv*. Stockholm: Carlsson Bokförlag
- Lalander, Philip och Johansson, Thomas (2002). *Ungdomskulturer i teori och praktik*. Lund: Studentlitteratur
- Konarski, Kristoffer (1992). *Jordmån för ett gott liv*. Folkhälsa nr 16. Stockholm: Allmänna förlaget. Folkhälsgruppen
- Lantz, Annika (1993). *Intervjumethodik*. Lund: Studentlitteratur
- Lundåsen, Susanne (2005). *Frivilliga insatser och hälsa*. Rapport R 2005:47. Stockholm: Statens Folkhälsoinstitutet
- Medin, Jennie & Alexandersson, Kristina (2000). *Begreppen hälsa och hälsofrämjande*. Lund: Studentlitteratur
- Miegel, Fredrick & Johansson, Thomas (2002). *Kultursociologi*. 2:a upplagan. Lund: Studentlitteratur
- Nationella Folkhälsokommittén (1999). *Hur ska Sverige må bättre? : första steget mot nationella folkhälsomål*. SOU; 1998:43. Stockholm: Fritzes

*Ottawa-manifestet om hälsofrämjande arbete (Ottawa Charter for health promotion)*. (Vigör special nr 5:1987) Stockholm: Socialstyrelsen byrå för hälsoupplýsning

Putnam, D Robert (1996). *Den fungerande demokratin : Medborgarandans rötter i Italien*. Stockholm: SNS Förlag

Rydgqvist, Lars-Göran & Winroth, Jan (2002). *Idrott, friskvård, hälsa och hälsopromotion*. Farsta: Sisu Idrottsböcker

Sisu Idrottsutbildarna : Organisation, Sisu Idrottsutbildarna : Sisu idrottsutbildarnas idé [Elektronisk]. Tillgänglig <http://www.sisuidrottsutbildarna.se/t2.asp?p=27116> [2006-05-03]

Statens Folkhälsoinstitutet (2005). *Målområde 1: Delaktighet och inflytande i samhället. Kunskapsunderlag till folkhälsopolitik rapport 2005*. [Elektronisk] Statens folkhälsoinstitut. Tillgänglig: <http://www.fhi.se/upload/ar2005/rapporter/r200550underlagsrapport1.pdf> [2006-05-15]

Svensson, Marita (1999). *Sociala relationer. Rapport från arbetsgruppen Sociala relationer till Nationella folkhälsokommittén*. Stockholm: Nationella Folkhälsokommittén

Zäll, Ingmar (1995). *Idrott : på gott och ont*. Sober Förlag

Ågren, Gunnar (2003). *Den nya folkhälsopolitiken : Nationella mål för folkhälsan*. [Elektronisk] Statens folkhälsoinstitut. Tillgänglig: <http://www.fhi.se/upload/PDF/2004/rapporter/dennyafhpolitiken0401.pdf> [2006-05-03]

(2005) *Idrotten vill*. [Elektronisk]. Stockholm: Riksidrottsförbundet. Tillgänglig: <http://www.rf.se/files/{F9E027CE-C1FB-4178-B5F0-91E11700D594}.pdf> [2006-05-16]

# Bilaga 1

## Frågeguide

### Närliggande frågor

#### Civildakta

- Ålder
- Kön
- Utbildning
- Arbete

#### Föreningsfakta

- Motion/bredd eller elitklubb? Har föreningen någon profil?
- Hur gammal är föreningen?
- Vilken/vilka uppgifter/positioner har du i din förening?
- Hur länge har du haft uppgifterna/positionen?
- Har du fått någon utbildning av föreningen?
- Har du lett någon studiecirkel/projekt som har anknytning till hälsa?

### Intervjufrågor i logisk följd

Finns det ohälsa i din förening?

Finns det behov av att tala om hälsa i din förening?

#### Hälsa

- Vilka svårigheter finns det när föreningen diskuterar hälsofrågor? Finns det något hinder i någon fråga?
- Vilka hälsofrågor diskuteras inte?
- I vilka sammanhang diskuteras hälsa?
- Hur ser du/föreningen på kopplingen mellan folkhälsa och idrott (i allmänhet)?

#### Fostran

- Hur ser föreningen på sin roll som fostrare och förebild?
- Hur fostrar föreningen hälsa? (jämlighet, delaktighet, tobak, stress och delaktighet)

#### Motiv

- Kan du beskriva vilka motiv er idrottsföreningen har när ni engagerar sig i folkhälsofrågor?
- Vilka värden ser du i att föreningen skulle arbeta med att anta en policy?
- Hur ser utrymmet ut för hälsoarbete i din förening?
- Finns det krav på att föreningen ska genomföra folkhälsoprojekt? Hur påverkar kraven diskussionerna?
- Är det bra med styrning från till exempel förbundet? Varför? Skulle det hjälpa föreningen att arbeta med hälsofrågor? På vilket sätt?
- Finns det några ekonomiska aspekter varför man arbetar med hälsa?
- Vem driver frågan?
- Riktas aktiviteter/projekt mot några andra än medlemmarna och varför det?

#### Långsiktighet

- Finns det någon långsiktighet när man diskuterar hälsa i form av någon plan?



## Bilaga 2

### Bakgrundsfrågor till kontaktperson

Nedanstående frågor kommer att ställas till de kontaktpersoner som jag fått av min Sisu-kontakt. Frågorna ger mig en bild och förståelse för hur föreningen ser ut, vilket jag ser som en fördel vid intervjutillfället. Frågorna kommer att ställas via telefon och antecknas ner.

- Hur många medlemmar har föreningen?
- Hur många aktiva har föreningen?
- Hur ser fördelningen ut mellan kvinnor och män?
- Hur många aktiva ungdomar har föreningen?
- Hur många ledare har föreningen?
- Hur ser fördelningen mellan kvinnor och män bland ledarna?
- Vilka studiecirkel och projekt med folkhälsoanknytning har föreningen gjort de senaste fem åren?
- Har någon av de projekten lett till någon policy eller några regler?

Finns det någon plan för vilka studiecirkel/utbildningar som föreningen ska göra i framtiden?