

SUNDHEDSPROJEKT



Unge i foreningslivet

Hvorfor stopper unge mennesker i foreningsidrætten og hvordan kan foreningslivet holde fast i de unge medlemmer?

Resume

Flere og flere unge er for lidt aktive specielt under coronapandamien, en undersøgelse fra SDU viser, at 87,6% af unge i alderen fra 6-16 år ikke har levet op til anbefalingerne om 60 minutters fysisk aktivitet.¹ Vi vil igennem vores projekt løse problemstillingen gennem foreningslivet, som i april 2020 talte 2.3 millioner medlemmer på landsplan². Foreningslivet står overfor en svær opgave i at bibeholde unge medlemmer. Vi vil med hjælp fra en kvalitativ og kvantitativ tilgang undersøge, hvad grunden for unge medlemmers forsvunden i foreningslivet er, og hvordan det kan løses. Vi kunne bekræfte igennem vores kvalitative og kvantitative tilgang, bestående af interviews med medlemmer som var droppet ud, med opbakning fra statistikker. Vi kunne ud fra dette konkludere, at unge i foreningslivet mangler 'hyggen' eller mere socialt engagement i foreningsklubberne og så en mangel på tid. Dette kunne løses med en mere demokratisk tilgang i foreningerne, hvor de unge føler sig mere inkluderet i blandt andet forslag til faciliteter i klubhusene, så hyggen efter træning ikke bliver glemt, eller at de unge bliver mere inkluderet i beslutningen om træningstiderne.

¹ Skau Pawlowski, Charlotte. (2021) Corona-nedlukning rammer børn og unge:

² Hjortdal, Jonas. (2020) 2,3 millioner: Historisk mange medlemmer i idrætsforeningerne: *DIF*, 2020.

Indholdsfortegnelse

Resume	1
Indledning:	4
Målgruppe	4
Teori	5
Den transteoretiske model	7
Konklusion	8
Kildeliste	8
Bilag	10

Indledning - Nina

Sundhed er et væsentlig parameter for det enkelte individ. At være sund afhænger både af fysisk, psykisk og socialt velvære. På verdensplan er Danmark et af de lande, hvor der dyrkes allermost sport, dermed er den fysiske sundhed blandt den danske befolkning bedre ift. andre lande. I og med at idræt er den største folkelige bevægelse i Danmark, har idrætsforeningerne en afgørende rolle for sammenhængskraften i samfundet. Det er en væsentlig del af børns opdragelse at være med i idrætsfællesskaber, der er med til at forme børnene samt opfostre dem som demokratiske borgere. Grundstenen for en velfungerende forening er frivillige - frivillig arbejdskraft, der både tæller ledere, trænere, hjælpere m.fl., er uundværlige. Foreningslivet i Danmark er helt specielt, da der er mange frivillige ude i idrætsforeningerne til forskel fra andre lande, der ikke i lige så stor grad ønsker at yde frivilligt arbejde.

Der vil i dette projekt undersøges, hvordan unge i Fredericia kan blive sundere med fokus på, hvordan foreningerne kan bibeholde deres medlemmer. For at præcisere det og komme med konkrete eksempler, tages der i projektet udgangspunkt i fodboldforeninger, baggrunden for dette er, at fodbold er blandt verdens mest udbredte sportsgren.

Målgruppe - Nina

Vi har i dette projekt valgt at fokusere på målgruppen i 12 til 16-årsalderen, som statistisk set er der, hvor de unge stopper i en forening. Ifølge en artikel fra DGI: "Flere unge i foreningslivet" skyldes det store frafald i foreningerne for unge i 12 til 16 årsalderen flere grundlæggende parametre, blandt andet at unge bliver tidspresset, hvilket skyldes, unge får andre interesser såsom arbejde, byen, mere tid med vennerne samt overgangen fra folkeskole til ungdomsuddannelse. Derudover spiller det en rolle, at flere i teenageårene oplever et forventningspres i foreninger, hvor der forventes, at sporten bliver prioriteret meget højt samt konkurrencepræget. Det kan derfor påpeges, at flere unge i teenageårene oplever den humanistiske tilgang, hvor de unge finder frem til, hvad der er meningsfuldt for det enkelte individ. Dermed er sundheden altså placeret hos det enkelte individ, som dermed selv kan skabe en mening om, hvad der er sundt. Derfor vil dette projekt netop undersøge, hvordan unge i teenager-alderen kan forblive i de foreninger, de er medlem af.

Vi vil bakke dataene fra “Flere unge i foreningslivet” op med selvlavede interviews, hvor vi gennem semistrukturerede interviews vil finde ud af hvorfor nogle af tidligere medlemmer i fodboldforeningen EGIF stoppede til fodbold og hvad der kunne have forhindret dem i dette. Her spørger vi 3 personer som alle har gået til fodbold i klubben Egif i en årrække og som alle stoppede omkring samme tid.

Spørgsmålene lyder som følgende: *Hvor lang tid spillede du fodbold? Hvornår stoppede du til fodbold? Hvad er årsagen/årsagerne til at du stoppede? Var der for meget fokus på eliten i din klub? Ville øget fokus og investering i det sociale miljø i klubben have gjort at du var blevet ved med at spille?*

Interviewene bekræftede artiklen “Flere unge i foreningslivet”, om at unge føler sig tidspresset og derfor mister lysten eller ikke har overskud til at deltage i foreningslivet. Men vores interviews fortalt os også, at en mere social tilgang og form for “hyggebold” kunne være en tiltrækning til at holde på de unge i foreningslivet.³

Teori - Nina

Der kan kobles flere teoretikere på, hvorfor der sker et fald i unges medlemskab i foreningerne. Den første teoretiker, der her er relevant, er Ziehe, der snakker om kulturel frisættelse, hvor man ikke er bundet til normen om at dyrke foreningsidræt, som har været en tradition i det dansk samfund. I takt med at vi lever i det senmoderne samfund, er individerne blevet mere individualiseret, dermed former individerne deres eget liv, dermed også deres kroppe, som kan ske via fitness. I dag dyrker flere fitness for det æstetiske, mens man dyrker holdsport såsom håndbold eller fodbold for fællesskabet. At individerne er blevet mere individuelle i teenageralderen, fremkommer også i vores interview, hvor der blandt de interviewede var konsensus i, at de stoppede i 10-11års alderen. Dermed fremkommer det, at når individerne kommer i en alder, hvor de selv kan bestemme mere, er de i højere grad med til at forme deres eget liv.

Det kan derfor siges, at gennem individernes livsvalg sendes der signaler, i forhold til hvem individerne er, og hvilke sociale grupper de tilhører - disse valg fungerer som sociale markører, som er et symbol på individernes placering i det sociale rum.

³ Bilag 2

En anden teoretiker, der er væsentlig, er Bourdieu, der mener, at den sociale arv spiller en afgørende rolle for, at individet netop ikke selv har haft indflydelse på den situation, man er havnet i. I forhold til teenagers frafald i idrætsforeningerne hænger dette sammen med Bourdieus fire kapitaler: Økonomisk, kulturel, social og symbolsk. Når der tales om kapitaler, kan der oftest samtidig tales om social arv, idet kapitalerne overføres fra generation til generation. Især den økonomiske- og sociale kapital kan kobles til foreningsidrætten, da de medlemmer, der typisk har en høj grad af både den økonomiske- og sociale kapital, vil have større mulighed for at forblive i en idrætsforening, da individet har flere sociale og økonomiske ressourcer. Mens der for individer, der har en lavere grad af økonomisk- og social kapital, vil være større sandsynlighed for, at de vil frafalde foreningerne i teenageårene og for nogle måske allerede tidligere, da de ressourcer individet er i besiddelse af, ikke er i samme størrelse som individerne med høj kapital. Derved vil dem, der dyrker meget idræt fortsat dyrke idræt, mens dem, der ikke i lige så stor grad dyrker idræt, vil falde fra idrætsforeningerne.

Maffesolis teori kan også være relevant at inddrage i forhold til fællesskabet i foreningsidrætten. Maffesoli teori om neostammer pointerer, at man selv vælger sit eget stamme/fællesskab grundet brud på den sociale arv. At individerne selv vælger deres egen stamme, bakkes op i vores interview. En af de interviewede sagde således: "Jeg fik et arbejde, så der var mangel på tid til at nå træningerne, og jeg indså også, at jeg ikke ville blive professionel", mens en anden af de interviewede sagde: "Jeg mistede lysten, nok fordi jeg havde spillet i så lang tid, men også fordi der på det tidspunkt begyndte at være fester osv., og det var altså lidt sjovere ". Dermed vælger individerne altså deres egen stamme, som der for de interviewede har resulteret i et stop i foreningerne. Måske er der ikke den samme form for fællesskab i et fitness-center, og dermed tager man måske ikke så meget til fitness, som man havde gjort, hvis man havde været i en "traditionel stamme/forening".

Dermed påpeger teoretikerne, at der i foreningerne skabes et helt specielt fællesskab, der spiller en væsentlig rolle for det enkelte individ. Unges fravalg af idrætsforeninger skyldes ifølge teoretikerne flere parametre, såsom individualisering, social arv og individets neostammer.

Den transteoretiske model - Mikkel/Emil

Med den transteoretiske model vises de forskellige stadier i forhold til en reel ændring i ens adfærd og hvad der skal ske og også sker ca. under hvert stadie.

Unge kan i denne når de frafalder fra sport og fritidsaktiviteter ligge enten i overvejelses-stadiet eller i stadiet hvor de allerede er påbegyndt at falde fra i aktivitetsdeltagelse, det kunne udefra fra vores interviews vurderes om de har tiden eller om hyggen er forsvundet. Det er her vores forslag om mere inkludering af unge repræsentanter i beslutningsprocessen ville give mening. Her kunne man give forslag om ændring af træningstiderne eller mere hyggelige omgivelser i klubhusene osv. Dette vil give medlemmerne opmuntring og støtte til at fortsætte i foreningslivet og derved bevare sit aktivitetsniveau.⁴

Så hele vores projekt bygger på problemstillingen om at bevare unge medlemmer i foreningslivet. Som løsning på at få unge i alderen 12-16 år om at bevare det daglige aktivitetsniveau på en time.

Vi vil løse det med et ønske om mere inkludering af unge i foreningslivet. Altså at de unge medlemmer, har diverse repræsentanter fra hvert hold, som er med i ledelsens beslutninger vedrørende dem. Så som træningstider og beslutninger om faciliteter til socialt orienterede aktiviteter. De unge repræsentanter skal være med til, at beslutte træningstider, så træningerne passer ind i de unges hverdag. Derudover kunne de unge repræsentanter også være med til at arrangere socialt orienterede aktiviteter. Et eksempel på sociale aktiviteter de unge repræsentanter kunne være med til at arrangere, kunne være, at medlemmerne skulle se VM's fodboldkampe på storskærm i foreningen. På den måde vil medlemmerne få opbygget et bedre fællesskab, "hygge" og dermed styrke sammenholdet i foreningen, som også var nogle af de parametre, de interviewede efterspurgte, hvis de skulle overveje at starte til fodbold igen.

Det vil med forventning løse problemstillingen for vores specifikke målgruppe, om at unge, under nedlukningen, har haft et for lavt aktivitetsniveau.

⁴ Bilag 1

Konklusion - Mikkel

Efter gennemgang af opgaven og projektet har vi fundet vores løsning på mere aktivitet efter coronapandamien blandt unge i alderen 12-16. Vores løsning ligger i det populære foreningsliv og unges fratrædelse fra det.

Vi kan udefra fra vores opgave konkludere, med hjælp fra den kvalitative og kvantitative metode gennem interviews, videnskabelige artikler og statistikker, at vores hypotese om unges fratrædelse fra foreningslivet i 12-16 alderen var korrekt.

Vi kunne udefra vores kvalitative interviews konkludere, at unges fratrædelse fra foreningslivet primært kunne forklares ud fra to parametre. Den første bygger på mangel på det sociale og hyggen i fodbold lidt blev glemt. Det andet var mangel på tid.

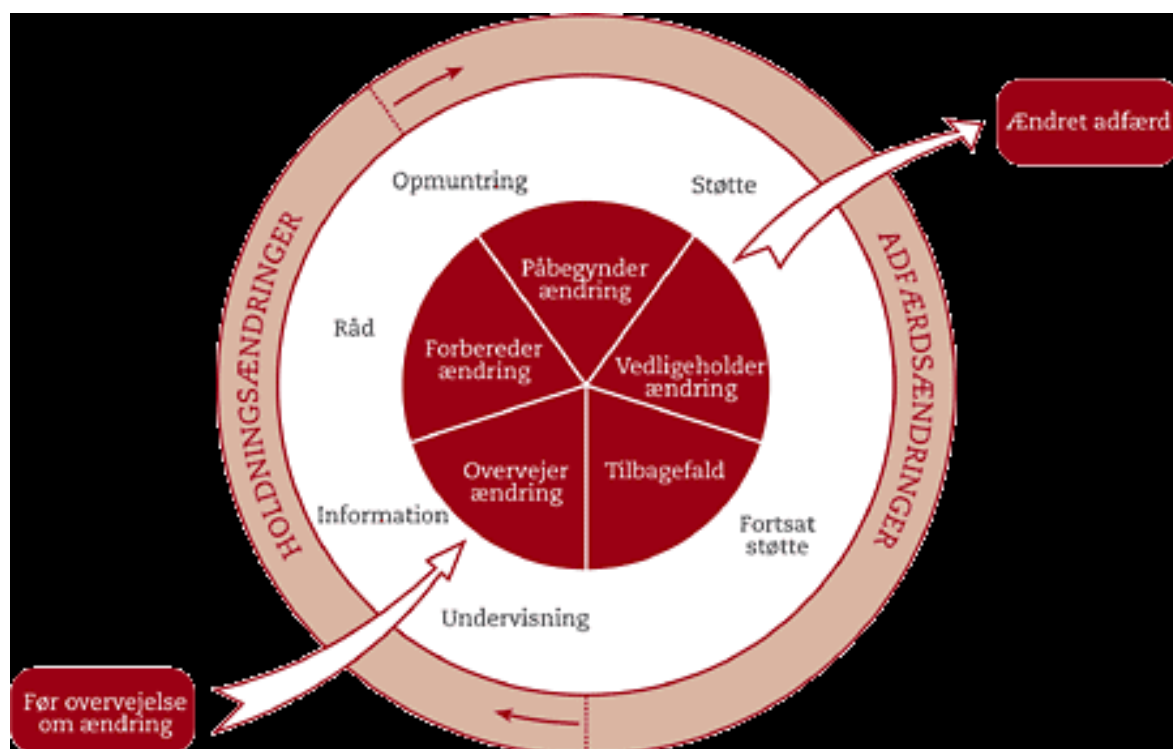
Vores projekt bygger derfor på en løsning på de to problemstillinger, som overordnet set er meget simpelt. På baggrund af flere videnskabelige artikler fra DGI, som har opskriften på at bibeholde unge i foreningslivet og eksempler fra foreninger, som er lykkedes med dette. Der lyder en stor fællesnævner for løsningen. Det er de unge bliver mere inkluderede i beslutningerne, som bliver truffet i ledelsen. Så de unge i foreningerne føler de bliver hørt og er med i beslutninger om træningstider og faciliteter i klubben, som tiltrækker mere socialt miljø i foreninger.

Så vores overordnede løsning på unges manglende aktivitet under og efter corona, ligger i foreningslivet og en metode hvorpå foreninger kan bibeholde den målgruppe i foreningerne, så de opnår den daglige aktivitetsniveau, som lyder på en time.

Kildeliste

- Hjortdal , Jonas. (2020) 2,3 millioner: Historisk mange medlemmer i idrætsforeningerne: *DIF*, 2020. Fundet d. 04/27/2021 på https://www.dif.dk/da/politik/nyheder/viaritzaupolitik/presse/2020/4/20200415_23millioner_historiskmangemedlemmeriidrtsforeningerne.
- Berlingske , Berlingske . (2021) 9 ud af 10 børn har ikke rørt sig nok under corona: *Berlingske*, 2021. Fundet d. 04/27/2021 på https://www.berlingske.dk/danmark/9-ud-af-10-boern-har-ikke-roert-sig-nok-under-corona?referrer=RSS&fbclid=IwAR1sJaz4o1EfdsZaH9zmF4PshVOsN_VBz_I7V8kYvHW_hlIOOVcYGOFgvvZc.
- Østergaard, S. . (2019) Flere venner - mere tid alene: *DGI*, 2019. Fundet d. 04/28/2021 på <https://www.dgi.dk/foreningsledelse/artikler/flere-venner-mere-tid-alene>.
- Mikkelsen, Orla. (2019) Sådan fastholder foreninger unge medlemmer: *DGI*, 2019. Fundet d. 04/27/2021 på <https://www.dgi.dk/foreningsledelse/viden-vaerktoejer/viden-vaerktoejer/foreningens-medlemmer/faa-flere-medlemmer/unge>
- Ruby , Nicolaj . (2018) Flere unge i foreningslivet: *DGI*, 2018. Fundet d. 04/27/2021 på <https://www.dgi.dk/foreningsledelse/min-landsdelsforening/dgi-oestjylland/om-dgi-oestjylland/flere-unge-i-foreningslivet>.
- Jyllands-posten, Jyllands-posten. (2017) DGI har svært ved at holde på de unge i foreningerne: *Jyllands-posten*, 2017. Fundet d. 04/28/2021 på <https://jyllands-posten.dk/indland/ECE9696018/dgi-har-svaert-ved-at-holde-paa-de-unge-i-foreningerne/>
- Skau Pawlowski, Charlotte. (2021) Corona-nedlukning rammer børn og unge: Faldende fysisk aktivitet er bekymrende Landsdækkende undersøgelse fra Syddansk Universitet viser bekymrende tendens med faldende fysisk aktivitet og stigende kropsvægt blandt børn og unge under corona-nedlukningen.: *SDU*, 2021. Fundet d. 04/28/2021 på https://www.sdu.dk/da/om_sdu/fakulteterne/sundhedsvidenskab/nyt_sund/corona-nedlukning_rammer_boern_og_unge.

Bilag - Mikkel



Bilag 1 - Den transteoretiske model

<https://docs.google.com/document/d/1wgspQk4m6J>

[BolZ4SuGzAhF404BqxAcnd/edit](https://docs.google.com/document/d/1wgspQk4m6JBolZ4SuGzAhF404BqxAcnd/edit)

Bilag 2 - Interviews med unge, som er stoppede i foreningslivet

Hvor lang tid spillede du fodbold?

Elev 1: “11 år”

Elev 2: “10 år”

Elev 3: “10 år”

Hvornår stoppede du til fodbold?

Elev 1: “da jeg var 16, så i 2018”

Elev 2: “Stoppede i 2017, så der var jeg 15 år”

Elev 3: “Jeg stoppede i sommerferien før 9. klasse, så i 2017”

Hvad er årsagen/årsagerne til at du stoppede?

Elev 1: “Det blev for seriøst og andre på mit hold begyndte også at stoppe”

Elev 2: “Jeg fik et arbejde, så der var mangel på tid til at nå træningerne, og jeg indså også at jeg ikke ville blive professionel”

Elev 3: “Jeg mistede lysten, nok fordi jeg havde spillet i så lang tid, men også fordi der på det tidspunkt begyndte at være fester osv og det var altså lidt sjovere. Jeg var også træt af at have forpligtelsen i at møde til træning 2 gange i ugen og kamp hver weekend”

Var der for meget fokus på eliten i din klub?

Elev 1: “Nej det syntes jeg ikke at der var, men da alle på mit eget niveau stoppede, endte jeg også med selv at gøre det, da det ikke var sjovt længere.”

Elev 2: “Nej det synes jeg ikke, fordi dem der var rigtigt gode de tog alligevel til større klubber og der var generelt et faldende niveau omkring 12-13-årsalderen”

Elev 3: “Jeg spillede på et stort hold, hvor der var plads til både den mere elite-orienteret tilgang, men også den mere hyggelige tilgang, så nej der var ikke for meget fokus på eliten”

Ville øget fokus og investering i det sociale miljø i klubben have gjort, at du var blevet ved med at spille?

Elev 1: “Det tror jeg godt, for jeg synes at fokus på hyggen er vigtigt og at det også var en ide med mere inddragelse af de unge”

Elev 2: “Jeg mener at det egentlige fællesskab kommer til træning og kamp, men generelt at tid sammen er vigtigt for, at man har det godt som hold, og det er derfor helt sikkert en styrke hvis der havde været et godt socialt miljø efter f.eks. træningerne, men jeg synes stadig selve fodbold-aspektet er det vigtigste”

Elev 3: “Hvis det havde været en del af fodboldlivet fra starten af så ja, fordi det at lære sine holdkammerater på andre måder end på banen er en vigtig forudsætning for at have det godt sammen som hold, og for at holde lysten til at spille er det nødvendigt med godt sammenhold”