



# Idrottens samhällsnytta

En vetenskaplig översikt av idrottsrörelsens  
mervärden för individ och samhälle



# Idrottens samhällsnytta

Svensk idrott är en viktig och positiv kraft i samhället. Med 3,2 miljoner medlemmar i 20 000 ideella föreningar och 650 000 ledare, skapar idrottsrörelsen en rad positiva bieffekter som vi kallar samhällsnytta. Idrottens drivkraft är glädjen och gemenskapen i gruppen eller laget, utmaningen och nerven i tävlingen, känslan att spränga sina gränser och det välmående som infinner sig efter ett träningspass.

Då idrottens samhällsnytta spänner över många områden, allt från hälsoekonomi och självkänsla till besöksnäring och integration, är det en grannliga uppgift att sammanställa en heltäckande kartläggning. Därför har RF låtit 16 forskare i 13 översikter gå igenom den befintliga forskningen över idrottens samhällsnytta. Detta är alltså en av de 13 översikterna. I sammanställningen över samtliga kapitel hittar du alla områden som har genomlysts.

Forskarna Paul Sjöblom och Johan Faskunger har varit redaktörer för rapporten. De har även bidragit med en översikt själva.

Alla översikter i rapporten är intressant för idrottsrörelsen, men jag tror att även forskare, politiker och tjänstemän, näringslivsföreträdare, journalister och en allmänhet som är intresserade av idrottens och idrottsrörelsens nytta för individ och samhälle, kan finna den läsvärd. Så läs gärna de andra översikterna.

Kombinationen av ett starkt egenvärde och stor samhällsnytta inom många områden gör idrottsrörelsen till en viktig del av det svenska samhället. Vi vill möta gemensamma samhällsutmaningar och vi kan bidra till att skapa en gemenskap och framtidstro i samhällets alla delar.

Vi gör Sverige starkare.

*Stefan Bergh*

Generalsekreterare Riksidrottsförbundet

## **FoU-rapport 2017:1**

Du finner FoU-rapporter utgivna av Riksidrottsförbundet på: [www.rf.se/forskning](http://www.rf.se/forskning)

Redaktörer: Johan Faskunger och Paul Sjöblom

Foto: Bildbyrå



# Idrott och social utveckling

Håkan Larsson

## Inledning

Idrott ger gemenskap. För många är kamratskapet i föreningen ett avgörande skäl att engagera sig. De får i föreningen en trygg social gemenskap. Barn och ungdomar lär sig att respektera och umgås med andra människor, också över generationsgränser, kulturella och etniska gränser. Genom ledarna får de positiva vuxna förebilder. Samhörigheten i föreningen motverkar människors isolering. Idrott i förening ger därmed ett mervärde som ska vara tillgängligt för alla. (Riksidrottsförbundet, 2009, s. 13)

Det finns många människor – och jag är själv en av dem – som har mycket att tacka idrotten för. Inte minst eftersom idrott i olika former kan bidra med miljöer som är utvecklande för de individer som deltar. Men är den utvecklande för alla, och vad är det i så fall som bidrar till utveckling? Citatet ovan återfinns i idrottsrörelsens idéprogram *Idrotten vill*. Det återspeglar idrottsrörelsens ambition att verksamheten ska bidra till social utveckling bland deltagarna. Ibland ter det sig emellertid nästan självklart att idrott bidrar till exempelvis en trygg social gemenskap och respekt för medmänniskor. Sådana antaganden om "idrottens välsignelse" (Lundvall & Meckbach, 2003, s. 299; se även Houlihan, 2010) är en internationell företeelse. I en omfattande forsknings-

översikt framhåller Bailey med kollegor (2009) att så många anspråk har knutits till idrott under så lång tid och med sådan självsäkerhet att en oskuldskraftig betraktare kanske antar att idrottens betydelse redan är vetenskapligt fastställd och att det inte finns mer att säga i frågan. Men det finns faktiskt en hel del att säga! Innehållet i citatet kan nog snarare tolkas som, just, en ambition. Frågan är vad som krävs av idrottsverksamheter för att de ska kunna nå upp till denna ambition om social utveckling.

Syftet med föreliggande översikt är att belysa vad svensk och internationell forskning har att säga om sambandet mellan idrottsdeltagande och social utveckling. Detta syfte rymmer även ett försök att belysa vad som krävs av idrottsverksamheter för att de ska kunna bidra till sådan utveckling. Hur bör en sådan verksamhet se ut? Mot slutet av översikten kommer jag även att diskutera hur forskningsresultaten kan bidra i utvecklingen av idrottsverksamheter.

Översikten inleds emellertid med en kommentar kring några svårigheter som hänger samman med forskning av den här karaktären. Dessa svårigheter handlar dels om vad "social utveckling" och "idrott" egentligen kan vara, dels om hur man inom forskningen faktiskt kan ta reda på hur idrottsdeltagande påverkar deltagarnas sociala utveckling.

## Vad ska man mäta – och hur?

Alla som någon gång tar sig an uppgiften att försöka ge ett vetenskapligt underbyggt svar på om, eller hur, idrottsdeltagande bidrar till social utveckling, vet att det är mycket svårt att ge ett sådant svar. Svårigheterna uppstår redan i det ögonblick man försöker ringa in vad "idrott" och "social utveckling" kan vara, när man försöker avgränsa relationen mellan idrottsdeltagande och social utveckling, samt försöker peka på effekter av idrottsdeltagande – på alla deltagare.

### Idrott

För en idrottsledare kan det te sig självklart vad som är att betrakta som idrott eftersom det är något som man själv är involverad i. Men idrotter är sinsemellan mycket olika och bedrivs på många olika sätt. Inom Riksidrottsförbundet (RF) ryms till exempel så pass olika verksamheter som fotboll, bågskytte och hästsport. I den samtida massmediedebatten höjs röster för att även e-sport ska få inträde i RF (Sveriges Television, SVT, 2016). Det ter sig därför halsbrytande att utan vidare dra alla olika idrottsverksamheter över en och samma kam. Vad är det egentligen i idrottandet som skulle kunna tänkas bidra till social utveckling? Kan det vara den *fysiska aktiviteten*, det *sociala sammanhanget*, eller det *ledarskap* som präglar verksamheten? Och hur pass involverad i idrott måste en individ vara för att hen ska kunna anses "delta i idrott"? Räcker det med ett träningspass i veckan som pågår i en till en och en halv timme (som är vanligt när det gäller barn)? Eller krävs det deltagande flera gånger i veckan? Detta är frågor som forskare måste brottas med i varje studie.

Idrott bedrivs i många former, i föreningar, i skolor, på kommersiella gym och helt utan någon organisatorisk förankring – ofta kallad "spontanidrott". I föreliggande översikt kommer fokus att riktas mot *institutionaliserad idrottsverksamhet*, det vill säga sådan verksamhet för barn och ungdomar som organiseras av föreningar och som leds av vuxna. Ofta kallas denna verksamhet för föreningsidrott. I den internationella forskningen om social utveckling inom idrott uppmärksammas även skolidrott,

som ju även den är institutionaliserad idrottsverksamhet. Skolidrotten kommer emellertid inte att ägnas särskild uppmärksamhet här. I många länder, kanske de flesta, är gränserna mellan obligatorisk undervisning i idrott och frivilligt valt idrottsdeltagande små. Båda organiseras i skolsammanhang (och därför blir gränserna suddiga även i forskningen om social utveckling i idrott). I Sverige och i de andra nordiska länderna är skillnaderna däremot desto större. Det frivilligt valda idrottsdeltagandet organiseras nästan uteslutande i föreningsform, helt utanför skolans verksamhet. Anledningen till att det är institutionaliserad idrottsverksamhet som står i fokus här, bottnar i frågor om samhällets insatser för olika idrottsverksamheter. Svenska statens omfattande stöd till idrotten utgår i huvudsak till barn- och ungdomsidrott, och de förhoppningar om exempelvis social utveckling genom idrott, som existerar i samhället, relaterar i stor utsträckning till samhällets stöd till föreningsdriven barn- och ungdomsidrott.

## Social utveckling

Liksom fallet var med idrott, så är social utveckling svårt att definiera så att det på ett enkelt sätt blir mätbart. Dessa svårigheter bottnar bland annat i att förståelsen av begreppet har förändrats över tid. Enligt Coakley (2016) uppfattades social utveckling för några decennier sedan mera som en medborgerlig förmåga bland individer och grupper att bidra till förändring av samhället. Efter hand har i stället personliga egenskaper som självkänsla och självförtroende kommit att dominera definitionen. Denna förskjutning i förståelsen av begreppet social utveckling illustreras i boken *Positive Youth Development Through Sport* (Holt, 2016) på följande vis:

**Tabell 1.** Definition av social utveckling.

1900-talets mitt till 1980-talet	1980-talet till i dag
Medborgerliga rättigheter, social rättvisa, rättvisa lagar och policyer Fokus på social utjämning Organisera gemenskaper som kan mobilisera politisk och ekonomisk makt i marginaliserade grupper	Personlig utveckling samt individuellt ansvar och framgång Fokus på att utveckla individer Främja positiva egenskaper, särskilt bland unga
<i>Antagande:</i> Starka gemenskaper kommer att stödja positiva möjligheter för allas utveckling.	<i>Antagande:</i> Positiv individuell utveckling är grunden för att skapa livskraftiga gemenskaper.

Som Holt (2016) påvisar, fokuserar forskare numera ofta på individuell och ekonomisk tillväxt snarare än på att omvandla samhällen eller gemenskaper i sina definitioner av social utveckling.

Förskjutningen från samhället och medborgerlighet till individen och personlig utveckling speglar en mera övergripande förskjutning från en socialliberal politik som dominerade samhället under en period då den svenska välfärdsstaten etablerades, till en nyliberal politik som dominerat sedan 1980-talet. Där samhället inom socialliberal politik skulle garantera individen dess frihet, ska individen inom den nyliberala politiken i stället ges möjlighet att förverkliga sig själv och sina entreprenöriella ambitioner utan samhällets inblandning (Daun, 2006).

Ett krus i sammanhanget är att forskare med skolning inom olika akademiska ämnen i varierande grad har anpassat sig till nyss nämnda förskjutning. Medan samhällsvetare (sociologer och en del pedagoger) gärna håller fast vid betoningen på medbor-

gerliga rättigheter och social rättvisa, resonerar beteendevetare (psykologer och en del pedagoger) oftare i termer av personlig utveckling. Exempel på ovanstående förhållande står att finna i Idrottsstödsutredningen (2008) och Larsson (2016). Här ställs politiska begrepp som jämlikhet, jämställdhet, öppenhet och inflytande (som kan samlas under rubriken medborgerliga rättigheter), framför begrepp som självkänsla, självförtroende och motivation (som kan samlas under rubriken personlig utveckling). Den forskning som refereras nedan knyter an till båda dessa perspektiv och jag kommer att klargöra vilket av perspektiven som gäller för de olika studier som refereras.

## Samband mellan idrottsdeltagande och social utveckling

En tredje svårighet handlar om att avgränsa relationen mellan idrottsdeltagande och social utveckling i förhållande till alla andra sociala sammanhang som en individ deltar i, till exempel hemmet, skolan, kommunala musikskolan eller fritidsgården. Hur kan man veta att det är just idrottsdeltagandet och inte någon annan verksamhet som har bidragit till utvecklingen – eller allt sammantaget? Många gånger utgår människors antaganden om vilka frågor vetenskap kan besvara från en idé om forskning som härrör från experimentella studier som genomförs i speciellt designade forskningslaboratorier. Forskarna ägnar då mycket tid åt att isolera olika faktorer som kan påverka förhållandet mellan två variabler, till exempel förhållandet mellan ett visst medicinskt preparat och den kroppsliga responsen på intag av det aktuella preparatet. Här måste man komma ihåg att såväl medicinska preparat som kroppslig (fysiologisk) respons på intag av det aktuella preparatet är mycket enklare att definiera än så pass komplexa variabler som idrottsdeltagande och social utveckling. I laboratoriet kan man isolera de variabler som ska undersökas och avgränsa dem från inverkan från andra variabler på ett helt annat sätt än vad som är möjligt vid studier i det verkliga livet.

## Effekter av idrottsdeltagande

En fjärde och sista svårighet är att peka på vilka effekter idrottsdeltagande har på *alla* deltagare. Även här påverkas vi av föreställningar om medicinsk eller naturvetenskaplig forskning, vilken ju studerar naturlagar som, i allt väsentligt, fungerar på samma sätt oavsett tid och plats. Ett visst medicinskt preparat antas till exempel ha samma inverkan på en människa oavsett individ och sammanhang. Många gånger utgår vi från att människors sociala förmågor, liksom kroppsliga organ, påverkas av idrottsdeltagande på samma sätt som ett medicinskt preparat, nämligen oavsett situation och deltagarnas tidigare erfarenheter. I verkligheten går det varken att ta för givet att idrott alltid är en och samma sak eller att deltagande i en viss idrottsverksamhet uppfattas lika av olika individer och får liknande effekter. Individer i en viss verksamhet kan uppleva denna verksamhet på många olika sätt, bland annat beroende på sina tidigare erfarenheter.

Alla de problem med att vetenskapligt belägga specifika samband mellan idrottsdeltagande och social utveckling som nämnts här, har medfört att forskningen delvis utvecklats andra metoder och ambitioner. Jag ska återkomma till denna alternativa forskning mot slutet av översikten. I följande avsnitt ska först resultat från studier som trots allt *har* försökt att undersöka eventuella samband mellan idrottsdeltagande och social utveckling belysas.

## Internationell forskning om sambandet mellan idrottsdeltagande och social utveckling

Frågor om eventuella samband mellan idrottsdeltagande och social utveckling bland barn och unga har intresserat forskare i många länder. Forskningen är omfattande och pekar i olika riktningar; att idrott kan bidra till social utveckling, att det inte finns något sådant samband och att idrott ibland kan vara negativ för barns och ungas utveckling.

### Samband mellan idrottsdeltagande och social utveckling

Ett sjuttiotal studier, företrädesvis från USA, Storbritannien och Australien, ingår i en forskningsöversikt som finns beskriven i artikeln "A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents" (Eime, Young, Harvey, Charity, & Payne (2013). I huvudsak utgår alla studier från perspektivet att social utveckling är liktydigt med personlig utveckling. Social utveckling handlar i det här fallet till exempel om självkänsla (self-esteem), självförtroende (self-confidence), sociala färdigheter (social skills) och symtom på depression bland idrottare jämfört med icke-idrottare.

Ett antal studier kretsar kring föräldrars syn på sina barns idrottsdeltagande och deras rapporter om dels sociala fördelar (*social benefits*) med idrottande – positiva relationer med tränare och nya vänner samt utveckling av lagarbete och social förmåga, dels personliga fördelar (*personal benefits*) – barnen får en ökad förmåga att kontrollera sina känslor, utforska nya sammanhang, vara disciplinerade samt ha förtroende för den egna förmågan i olika situationer. Även att prestera bra i skolan, att ha koll på sin vikt och att rent allmänt "vara sysselsatt" (*kept busy*) lyfter föräldrar fram som betydelsefullt för deras barn. Över lag rapporterar föräldrar att de barn som deltar i idrott utvecklar större social förmåga än barn som inte gör det (Eime m.fl., 2013).

Eime med kollegor (2013) identifierar några skillnader mellan lagidrotter och individuella idrotter. Deltagare i lagidrott uppvisar minskad social ångest (*social anxiety*) över tid, medan deltagare i individuella idrotter uppvisar det motsatta. Det är endast bland lagidrottare som idrottsdeltagandet fungerar som en buffert mot ångest. Bland lagidrottare bidrar idrottsdeltagandet till social utveckling i högre utsträckning, jämfört med deltagare i individuella idrotter och icke-deltagare. Det gäller särskilt lägre social isolering, minskad depression, lägre känsla av hopplöshet, lägre självmordsbenägenhet och lägre grad av missnöje med kroppen (*body dissatisfaction*) samt ökad emotionell förmåga (*emotional self-efficacy*), ökad social acceptans, ökad självkänsla och ökad livstillfredsställelse (*life satisfaction*) (Eime m.fl., 2013).

En del studier i forskningsöversikten beaktar graden av idrottsdeltagande (dvs. hur omfattande deltagandet är). Forskarna rapporterar att ökad idrottsinvolvering bidrar till lägre förekomst av depression, ökat välmående, lägre grad av känslomässiga och sociala problem samt förbättrad värdering av det egna utseendet, den egna förmågan och den fysiska såväl som allmänna självkänslan (*physical and general self-esteem*). Uppföljningsstudier (s.k. longitudinella studier) uppvisar, även efter kontroll av faktorer som föräldrars inkomst

**Forskarna rapporterar att ökad idrottsinvolvering bidrar till lägre förekomst av depression, ökat välmående, lägre grad av känslomässiga och sociala problem samt förbättrad värdering av det egna utseendet, den egna förmågan och den fysiska såväl som allmänna självkänslan (*physical and general self-esteem*).**

Särskilt bland blyga barn märks en positiv psykisk och social utveckling, till exempel ett ökat välmående och större sociala färdigheter.

och utbildning samt ålder och etnicitet, att idrottsdeltagande bidrar till lägre social ångest (*social anxiety*), lägre social isolering (*social isolation*), en starkare självbild och en ökad självkänsla. Särskilt bland blyga barn märks en positiv psykisk och social utveckling, till exempel ett ökat välmående och större sociala färdigheter. Blyga och aggressiva barn rapporteras få en bättre självkänsla av idrottsdeltagande (Eime m.fl., 2013).

Det finns alltså en hel del studier som rapporterar om ett positivt samband mellan idrottsdeltagande och social utveckling bland unga. Samtidigt är det svårt att entydigt fastställa att denna positiva påverkan faktiskt kommer sig av själva idrottandet. Detta beror enligt Brettschneider (2001) bland annat på svårigheter avseende forskningens genomförande, till exempel att idrottsdeltagandet många gånger är frivilligt, vilket innebär att *de som påverkas positivt är de som stannar kvar i idrotten*. De som inte upplever idrottandet som positivt slutar och bidrar därmed till det bortfall som uppkommer i de flesta studier (Eime m.fl., 2013).

## En kritisk granskning av sambanden mellan idrottsdeltagande och social utveckling

I en annan forskningsöversikt, denna gång genomförd av en brittisk forskargrupp, beskrivs i artikeln "The educational benefits claimed for physical education and school sport" (Bailey m.fl., 2009), skärskådas tillförlitligheten i den forskning som behandlar förhållandet mellan idrottsdeltagande och social utveckling. Bailey med kollegor konstaterar att den vardagliga uppfattningen att "idrott bidrar till social utveckling" bygger på antagandet att det är deltagandet i sig som gör skillnad. Detta antagande vederläggs i en rad studier, vilka i stället pekar på att det är den sociala situationen och det ledarskap som präglar deltagandet som gör skillnad. Eller med andra ord: det är först när verksamheten *planeras, genomförs och leds med deltagarnas sociala utveckling i fokus, som de önskvärda effekterna uppstår*. Om ambitionen är att bidra till deltagarnas sociala utveckling krävs alltså att de som ansvarar för verksamheten för sig själva klargör vad social utveckling kan vara och hur verksamheten måste utformas så att denna ambition kan uppnås (Bailey m.fl., 2009).

I flera av de refererade studierna rapporterar forskarna om resultat från så kallade interventionsstudier, det vill säga studier där forskare och idrottsledare har samarbetat för att skapa verksamheter som bidrar till barns och ungas sociala utveckling. Interventionerna kan även ha handlat om att förbättra elevers närvaro i skolundervisning, deras beteenden och attityder i skolan eller att minska deras medverkan i antisociala eller kriminella aktiviteter. Det rör sig således inte alltid – eller kanske inte ens för det mesta – om studier som undersöker hur vardagliga idrottsverksamheter i föreningar påverkar barns och ungas utveckling. De rapporterade studierna har tvärtom ofta noga iscensatts i avsikt att påverka specifika egenskaper eller beteenden hos deltagarna. Detta står i kontrast till de många idrottsverksamheter i föreningar där ledare *hoppas* på att deltagandet ska bidra till social utveckling, men där verksamheterna inte uttryckligen planeras och genomförs med detta fokus.

Den uppmärksamme läsaren noterade antagligen att titeln på den senast nämnda forskningsöversikten (Bailey m.fl., 2009) inkluderade uttrycken *physical education* och *school sport*, vilket på svenska motsvarar skolämnet idrott och hälsa, respektive idrottsträning under skoltid (det vi i Sverige kallar skolor med idrottsprofil). Många av



de studier som behandlar relationen mellan idrottsdeltagande och social utveckling är alltså genomförda i ett skolsammanhang. Detta förhållande speglar det faktum att barn- och ungdomsidrott i många länder, inte minst i USA, nästan uteslutande bedrivs i ett skolsammanhang. Den föreningskultur som återfinns i Sverige och i övriga nordiska länder är ovanlig internationellt sett. Man ska alltså komma ihåg att många av de studier som refereras i forskningsöversikterna av Bailey med kollegor (2009) och av Eime med kollegor (2013) har genomförts i ett skolsammanhang, ofta med idrottslärare eller andra pedagoger som ansvariga ledare. En försiktig tolkning är att dessa lärare och ledare i större utsträckning än vad som är fallet med svenska barn- och ungdomsidrottsledare har barnens och ungdomarnas sociala utveckling mera explicit i fokus. Internationellt sett har tränare (liksom idrottslärare) därtill ofta en grundlig utbildning om barns och ungdomars sociala utveckling.

## Negativa samband mellan idrottsdeltagande och social utveckling

Båda ovanstående forskningsöversikter lyfter fram att en del studier också rapporterar att idrottsdeltagande ibland bidrar till motsatsen till social utveckling, till exempel inlärd hjälplöshet och en negativ självbild, med ett avståndstagande från idrott som följd. Eime med kollegor (2013) pekar till exempel på en del negativa upplevelser av interaktionen mellan barn och ungdomar, framför allt om verksamheten är förknippad med hård konkurrens. Om tävling och konkurrens är det bärande elementet i verksamheten sjunker deltagarnas självförtroende och självkänsla (Eime m.fl., 2013).

I det följande vill jag särskilt peka på två studier, som ingår i översikten av Bailey med kollegor (2009). Strean och Garcia Bengoechea (2001) konstaterar att det är *individens upplevelse av idrottsdeltagandet som avgör om deltagandet kan ses som positivt eller negativt*. Till exempel: en och samma verksamhet kan hos olika individer bidra till både positiv och negativ självbild. Mahoney & Stattin (2000) visar att resultatet av deltagandet hänger på hur deltagaren upplever deltagandet, vilket i sin tur hänger samman med deltagarens tidigare erfarenheter och förkunskaper, och med strukturen och ramarna för verksamheten. Till exempel: hur verksamheten är uppbyggd, vad den primärt syftar till, vilka ledarna är och vilken kompetens/utbildning de har samt vilka stödfunktioner som finns runt verksamheten.

En del studier påvisar att om verksamheten planeras och genomförs med det uttryckliga målet att bidra till barns och ungas sociala utveckling, så kan detta också bli effekten av deltagandet. Av särskild betydelse verkar då ledarskapet vara, liksom att involvera de unga deltagarna i beslut som rör både dem själva och verksamheten i stort. Även att ha ett särskilt fokus på sociala relationer samt att betona lärprocesser snarare än jämförelse och konkurrens mellan deltagarna, verkar ha betydelse (Bailey m.fl., 2009). En äldre studie av Wankel och Kreisel (1985) påvisar att egenvärden (inre värden) såsom kampmoment och spänning, personlig förmåga och den egna prestationen hade större betydelse för deltagarnas positiva upplevelse av idrottandet jämfört med investeringsvärden (yttre värden) såsom att vinna, få belöningar och behaga andra (exempelvis ledare, föräldrar, lagkamrater). Om deltagarna upplever ett starkt tryck på att vinna, följer ofta en försämrad tro på den egna förmågan och i förlängningen även en sämre självkänsla (se Bailey, m.fl., 2009). Wankel och Kreisels studie är, trots sin ålder (1985), intressant eftersom den pekar på resultat som framkommer trettio år senare i en svensk studie av Britta Thedin Jakobsson (2015).

Sammanfattningsvis påvisar ovan refererade forskningsöversikter att idrottsdeltagande kan bidra med positiv social utveckling för barn och unga *under vissa förutsättningar*. Det krävs att verksamheten är *medvetet utformad så att den kan uppnå den eftersträvarvärda effekten*. Om målet är att verksamheten ska bidra till social utveckling hos deltagarna, så bör verksamhetsledarna alltså bestämma sig för *vad* social utveckling innebär och planera och genomföra verksamheten med utgångspunkt i detta mål. På så sätt flyttas fokus från om idrott leder till social utveckling till *hur idrott kan leda till social utveckling*. Idrottsledare bör även beakta att alla deltagare inte påverkas på samma sätt av samma verksamhet. Individer är inte som oskrivna blad vilka idrottsdeltagandet "fyller i". Beroende på tidigare erfarenheter och förkunskaper samt kontextuella faktorer påverkas individer på olika sätt.

Förskjutningen av fokus från om idrotten bidrar till deltagarnas sociala utveckling till hur den kan bidra, innebär forskningsmässigt att kartläggande studier av utfallet av idrottsdeltagande behöver kompletteras med fördjupade studier om *processer i* den idrottsliga verksamheten. Faktum är att merparten av den svenska forskningen om idrottsdeltagandets sociala betydelser består av sådan processororienterad forskning. Men det finns även några svenska studier av kartläggande karaktär som jag först ska ägna uppmärksamhet.

## Svensk forskning om sambanden mellan idrottsdeltagande och social utveckling

Idrottspedagogen Stefan Wagnsson (2009) redovisar i sin omfattande studie *Föreningsidrott som socialisationsmiljö* några intressanta resultat rörande idrottens betydelse för barns och ungdomars sociala utveckling. Ett resultat av stor relevans i Wagnssons studie är att barn och unga med olika socioekonomisk bakgrund i olika stor utsträckning lockas av idrottsdeltagande. Även kön verkar ha betydelse för smaken för idrott.

Vid en jämförelse mellan idrottare och icke-idrottare kan konstateras att föreningsidrottare i högre grad representeras av pojkar, barn i åldern 10–14 år, barn och ungdomar från familjer med hög eller medelhög socioekonomisk status (SES). Dessutom visade det sig att flickor med utländsk bakgrund deltar mer sällan i idrott jämfört med svensk bakgrund. (Wagnsson, 2009, s. 212)

Liknande resultat har presenterats i flera andra studier (se t.ex. Blomdahl & Elofsson, 2006; Engström, 1989; Larsson, 2008). Dessa resultat understryker förhållandet att idrottsdeltagande påverkar deltagarna på olika sätt. I *mötet* mellan idrottsverksamheter och flickor och pojkar med olika bakgrund och erfarenheter, bidrar idrottandet till en positiv social utveckling framför allt för pojkar med svensk bakgrund som är uppväxta i medelklasshem. Eller annorlunda uttryckt: de normer och värderingar som genomsyrar många idrottsverksamheter matchar de intressen och behov som också präglar nyss nämnda grupp av individer. Detta gäller naturligtvis inte alla idrottsverksamheter, men det verkar vara ett övergripande mönster.

Flera resultat från Wagnssons (2009) studie manar till eftertanke.

Den största andelen unga som slutade idrotta befann sig i 14–16 års ålder. Flickorna visade sig göra avbrott i något högre utsträckning jäm-

fört med pojkar. Flickor med utländsk bakgrund visade sig vara mer benägna att sluta jämfört med motsvarande med svensk bakgrund. En viss tendens kunde också märkas att unga från familjer med lägre SES (socioekonomisk grupptillhörighet [författarens kommentar]) slutade oftare än de från familjer med högre SES. (Wagnsson, 2009, s. 212)

Vad utmärkte då denna grupp som slutade idrotta tidigt?

Unga som slutade idrotta upplevde sig ha en sämre självkänsla, skattade sig som mindre fysiskt kompetenta och upplevde sig vara mindre populära hos sina kamrater. Dessutom rapporterade de sig ha fler psykosomatiska symptom jämfört med fortsättare. De som i hög grad rapporterade sig ha psykosomatiska symptom slutade oftare för att de inte trivdes med kompisar, för att de upplevde en för hög press att prestera, för att det kostade för mycket, för att de inte tyckte om tränaren/ledaren. De med lägre upplevd fysisk kompetens var mer benägna att sluta idrotta för att de inte upplevde sig vara tillräckligt bra. (Wagnsson, 2009, s. 212 f.)

Dessa resultat pekar på att idrottsverksamheter ibland, ofta med ökad ålder, ställer stora och specifika krav på sina deltagare, snarare än genomförs med deltagarnas sociala utveckling som ledmotiv.

En annan idrottspedagog, Britta Thedin Jakobsson (2015), har undersökt vilka ungdomar som stannar kvar i föreningsidrott och varför. Studien bygger på en uppföljning av cirka 600 individer mellan 10 och 19 år. Av resultaten framkommer att de allra flesta, nio av tio barn och unga i Sverige, under någon period av sin uppväxt deltar i föreningsidrott. Deltagandet är som störst i 13-årsåldern och sjunker sedan så att var tredje individ fortfarande idrottar i 19-årsåldern. I en del fall är deltagandet emellertid ytterst sporadiskt och Thedin Jakobsson (2015) konstaterar att "ungefär en fjärdedel av de unga inte har någon eller endast begränsad erfarenhet av att idrotta i en förening" (s. 70). Vidare framgår det att "nästan alla börjar idrotta innan tio års ålder och mycket få börjar efter 13 års ålder" (s. 70).

Att till exempel börja spela innebandy i tonåren verkar vara fullt möjligt om man redan har erfarenhet av att delta i en annan föreningsidrott. Tidigare erfarenhet av att idrotta i en förening synes alltså vara en förutsättning för att kunna prova andra idrotter. [... Det ter sig svårt] att lära sig en ny idrott efter en viss ålder. Det finns helt enkelt inte föreningar som kan eller vill ta emot nybörjare eller genomföra verksamhet med oerfarna, eller som består av ålders- eller könsblandade grupper. (Thedin Jakobsson, 2015, s. 71)

En del ungdomar stannar trots allt kvar inom föreningsidrotten genom tonåren. En vanlig uppfattning är att dessa ungdomar är tävlingsinriktade och dessutom klarar av att hävda sig i konkurrensen med andra. Thedin Jakobsson (2015) påvisar emellertid att det även finns ungdomar som inte framhåller idrottslig framgång som det primära syftet med deltagandet och som inte heller är idrottsligt framgångsrika. Dessa ungdomar betonar i stället betydelsen av idrottens egenvärden (se Engström, 1999), till exempel kampen för stunden, den struktur och sociala gemenskap som föreningsidrotten kan erbjuda, liksom möjligheterna att lära sig nya förmågor. Thedin

Jakobsson (2015) visar dock att inte vem som helst upplever idrottsdeltagandet på detta sätt, utan företrädesvis de ungdomar som har ett visst *kulturellt kapital*. Detta kulturella kapital kommer till uttryck på följande vis:

[...] det är liknande skötsamhetsideal som värderas i både skolans och idrottsrörelsens verksamheter, till exempel att komma i tid, göra det tränaren säger och att anpassa sig till implicita och explicita regler för verksamheten. I denna tolkning innefattas att det är ett likartat stöd hemifrån som påverkar både skolframgång och möjligheten att vara föreningsaktiv. (Thedin Jakobsson, 2015, s. 75)

Kulturellt kapital är många gånger en följd av att växa upp i ett visst socialt sammanhang. Sådana mönster påvisas i den tidigare refererade studien av Wagnsson (2009), liksom i studier av Blomdahl och Elofsson (2006) och Larsson (2008). Här framgår det att idrottsdeltagandet bland barn och unga från familjer i privilegierade samhällsgrupper är större än bland barn från andra grupper. Det är främst hos de förra som ovan nämnda skötsamhetsideal värderas högt.

Hur kan man då tolka Wagnssons (2009) och Thedin Jakobssons (2015) resultat i förhållande till temat för denna text: social utveckling? Både Wagnssons och Thedin Jakobssons forskning och en rad utländska studier påvisar att idrottsdeltagande kan ha en positiv inverkan på barns och ungas sociala utveckling, men *under förutsättning att deltagarna delar de övergripande värderingar som präglar idrottsverksamheten*. De allra flesta barn och ungdomar prövar någon gång under uppväxten idrott i förening, men efter hand väljer allt fler att avbryta idrottsdeltagandet. Ibland tolkas idrottsavbrott som ett tecken på att "annat lockar", men samtidigt som annat lockar kan man omöjligt blunda för att idrottsverksamheten kan vara en del av problemet. I dessa fall kan deltagandet inte bidra till ungdomarnas sociala utveckling på samma sätt som när de unga delar idrottskulturens normer och värderingar. Wagnssons (2009), Thedin Jakobssons (2015) och andras forskningsresultat pekar på att föreningsidrotten inte alltid förmår att anpassas efter alla som deltar. Det är *vissa värderingar som omhuldas inom föreningsidrott*. De som delar dessa värderingar kan växa i verksamheten, medan de som inte delar värderingarna slutar.

Hur skulle man då inom idrottsrörelsen kunna utveckla verksamheten så att den blir meningsfull och socialt utvecklande för fler – alla barn och unga? Svar på den frågan kan sökas i den mångfald av idrottspedagogiska studier som behandlar idrottens normer, värderingar och dominansförhållanden.

## Svensk forskning om processer i idrottsverksamheter

Idrottspedagogisk forskning utgår som tidigare nämnts ofta från ett perspektiv på social utveckling som medborgarskap, varför den i hög utsträckning fokuserar på frågor om jämlikhet, jämställdhet och tillgänglighet. Sådana studier utgår gärna från ett *kritiskt* eller *frågande* perspektiv. Forskare inom denna forskningstradition ställer frågor om sambandet mellan idrottsdeltagande och social utveckling, utan att ta för givet att det finns ett sådant samband. Dessa forskare har ofta ambitionen att vara "idrottens kritiska vänner" (Larsson, 2016). Deras forskning syftar varken till att bekräfta rådande antaganden om att "idrott är bra" eller till att undergräva idrottens legitimitet,

utan till att skapa konkreta underlag för utveckling och förändring av verksamheter. Den forskning som behandlar processer i idrottsverksamheter kan med fördel användas i olika typer av utbildningar. Studierna ska då uppfattas som jämförelser med de verksamheter som utbildningsdeltagarna är verksamma i, och som underlag för reflektion, snarare än som pekpinnar för hur idrott "egentligen" ska bedrivas.

Jämställdhet är ett vanligt tema i denna forskning. Idrottspedagoger som Jenny Sverder (2012), Karin Grahn (2008) och jag själv (Larsson, 2001) har påvisat hur starka föreställningar om kvinnlighet och manlighet villkorar flickors och pojkars deltagande i föreningsidrott. Flickor antas vara på ett sätt, medan pojkar antas vara på ett annat, vilket naturligtvis försvårar för flickor och pojkar som inte lever upp till traditionella förväntningar. Rimliga frågor att ställa sig här är om flickor och pojkar har samma möjligheter att utvecklas i en viss idrottsverksamhet. Får de ta del av likvärdiga (dvs. inte nödvändigtvis samma) resurser? Finns det stereotypa könsuppfattningar som försvårar deltagandet för flickor och pojkar som inte motsvarar de stereotypa uppfattningarna?

Mångfald är ett annat tema, där flera studier (CIF, 2012; Fundberg & Pripp, 2007; Riksidrottsförbundet, 2010a, 2010b) pekar på barriärer för ett meningsfullt idrottsdeltagande för barn och unga med utländsk härkomst. De frågor man kan ställa sig påminner om de som gällde för jämställdhet ovan: Har barn och unga med utländsk härkomst samma möjligheter att utvecklas i en viss idrottsverksamhet som barn och unga med svensk härkomst? Får de ta del av likvärdiga resurser? Finns det stereotypa uppfattningar om "invandrare" som försvårar deltagandet?

Ett tredje tema är studier av idrott ur ett barnperspektiv (CIF, 2011; Eliasson, 2009; Redelius, 2013), vilka påvisar att barn endast i begränsad utveckling involveras i de beslut om idrottsverksamheter som deras ledare tar. Detta står i bjärt kontrast till de studier av idrott och social utveckling som gör gällande att ett explicit fokus på social utveckling är av avgörande betydelse för att verksamheten ska uppfattas positivt av deltagarna och bidra till deras sociala utveckling (Bailey m.fl., 2009). Rimliga frågor att ställa sig blir: Hur ger jag barn och ungdomar möjlighet att tycka till om och få inflytande över verksamheten? Hur öppen är jag för att ta till vara på deras synpunkter?

Intresserade idrottsledare kan alltså genom dessa studier bilda sig en uppfattning om förhållanden inom olika idrotter som kan behöva utmanas och förändras för att verksamheten faktiskt ska förmå möta den mångfald av förutsättningar som villkorar barns och ungas idrottsdeltagande, vare sig det gäller socioekonomisk bakgrund, kön och sexuella preferenser, etnisk härkomst, ålder eller liknande.

## Diskussion

Jag har i denna översikt har bland annat pekat på möjligheterna för idrottsverksamheter att på ett positivt sätt bidra till barns och ungas sociala utveckling. Av forskningen framgår det att idrottsdeltagande *kan* bidra till sådan utveckling. De positiva bidragen kan handla om såväl medborgerliga rättigheter som personlig utveckling. Social utveckling som medborgerliga rättigheter kan innebära att deltagarna utvecklar sin förmåga att ta ansvar för och att ställa krav på de verksamheter där de deltar samt att samverka med andra människor. Både social utveckling och personlig utveckling kan innebära ökad självkänsla, däribland ökad fysisk självkänsla (ett positivt förhållande till sin egen kropp), ökat självförtroende i sociala situationer och en ökad livstillfredsställelse.

Samtidigt påvisar forskningen att social utveckling i och genom idrott inte sker av sig självt. Det förutsätter att verksamheterna genomförs med detta explicita syfte. Om inte idrottsledare särskilt uppmärksammar *hur* deras verksamheter ska bidra exempelvis till ökad samarbetsförmåga eller ökad självkänsla, kan deltagandet även mynna ut i motsatsen: minskad samarbetsförmåga och minskad självkänsla. Delvis kan drop-outs inom idrotten förstås mot denna bakgrund. Därför är mitt råd att idrottsledare lägger mindre energi på *om* idrott kan bidra social utveckling och i stället mer energi på *hur* den kan göra det. Hur kan då idrott bidra till social utveckling för barn och unga? Jag ska närma mig denna fråga utifrån de villkor som forskningen pekar ut. För det första: det är främst barn och unga – ofta pojkar, men även en del flickor – från resursstarka sociala grupper som utvecklas socialt på ett positivt sätt inom idrott. De normer och värderingar som dominerar inom verksamheterna verkar matcha dessa barns normer och värderingar (och de normer och värderingar som dominerar i andra institutionella sammanhang, t.ex. skolan). För det andra: idrottsdeltagande kan bidra till social utveckling om verksamheten planeras och genomförs med ett uttryckligt fokus på denna ambition. Hur gör man det?

Idrottsledare behöver ställa sig frågan vad social utveckling kan vara och hur man kan upptäcka att verksamheten bidrar till deltagarnas sociala utveckling. Ett tecken kan, rätt och slätt, vara att de unga stannar kvar i verksamheten. Andra tecken kan vara att de ger uttryck för synpunkter på verksamheten, tar egna initiativ och föreslår förändringar. Om deltagarna slutar, eller om de är likgiltiga inför verksamhetens utformning, så är det tveksamt om deltagandet bidrar positivt till deras sociala utveckling. För att åstadkomma en situation där deltagarna stannar kvar, lämnar synpunkter på verksamheten, tar egna initiativ och föreslår förändringar av densamma, krävs att idrottsledare dels är beredda på att faktiskt förändra verksamheten efter deltagarnas idéer, dels planerar för att åstadkomma initiativ från dem (för sådana initiativ uppstår inte på något givet sätt av sig själv). Hur ser en sådan verksamhet ut? Sannolikt handlar det om en verksamhet där barn och unga tidigt involveras i arbetet med målsättningar, planering och uppläggning av verksamheten. Verksamheten präglas även av en atmosfär där de ungas synpunkter är värdefulla och bidrar till förändring.

Antagligen kommer en verksamhet som är upplagd på det sätt som beskrivs ovan att attrahera ungdomar även från mindre resursstarka sociala grupper. Samtidigt kan det vara värt för idrottsledare att i sin kompetensutveckling sätta sig in i normkritiska perspektiv. Ett sådant perspektiv (genusperspektiv) beskrivs av undertecknad och Jenny Svender i kapitlet "Att utveckla idrott ur ett genusperspektiv" i antologin *Idéer för idrottsutveckling* (Fahlen & Karp, 2015), men principerna för normkritiska perspektiv är desamma oavsett om de gäller kön, social bakgrund eller härkomst. Ett normkritiskt perspektiv riktar fokus mot de ofta vanemässiga handlingar som bidrar till en marginalisering av vissa individer. Värt att fundera över är att det finns en del övergripande mönster inom idrottsrörelsen, till exempel att idrottsverksamheter gynnar pojkar framför flickor, barn och unga med svensk bakgrund framför de med utländsk bakgrund och så vidare, men man kan aldrig vara säker i enskilda fall. Det normkritiska perspektivet hjälper ledaren att "få syn på" de vanemässiga handlingar som bidrar till marginaliseringen. Dessa vanemässiga handlingar bottnar ofta i outtalade förväntningar på deltagarna (t.ex. att de är på ett visst sätt beroende på om de är flickor eller pojkar eller om de har föräldrar som har kunskap om hur föreningsidrotten fungerar, råd att betala för läger och tävlingsresor, och har bil och tid att skjutsa till träningar och tävlingar).

Den gemenskap, kamratskap och respekt som *Idrotten vill* (Riksidrottsförbundet, 2009) talar om i denna översikts inledande citat, kan bara åstadkommas om verksamheten planeras och genomförs med just dessa ledord för ögonen. De utgör inga sekundära egenskaper som idrotten automatiskt bidrar med bara man gör som man brukar göra, åtminstone inte för alla barn och unga. För att idrott i förening ska kunna ge ett mervärde som är tillgängligt för alla, måste verksamheten planeras och genomföras med deltagarnas – alla deltagares – sociala utveckling i fokus.

**För att idrott i förening ska kunna ge ett mervärde som är tillgängligt för alla, måste verksamheten planeras och genomföras med deltagarnas – alla deltagares – sociala utveckling i fokus.**

## Referenser

- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R.; & BERA Physical Education and Sport Pedagogy Special Interest Group (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: an academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1–27.
- Blomdahl, U., & Elofsson, S. (2006). *Hur många motionerar/idrottar för lite och vilka är dom. En studie av den unga befolkningen i Stockholm, Haninge, Helsingborg, Jönköping och Lidingö*, Stockholm: Fritid Stockholm.
- Brettschneider, W-D. (2001). Effects of sport club activities on adolescent development in Germany. *European Journal of Sport Science*, 1(2): 1–11.
- CIF (2011). *För barnets bästa. En antologi om idrott ur ett barnrättsperspektiv*. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.
- CIF (2012). *Vem platsar i laget? En antologi om idrott och etnisk mångfald*. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.
- Coakley, J. (2016). Positive youth development through sport: a relational developmental systems approach, i Holt, N.L. (red) *Positive Youth Development Through Sport*, 21–33. London: Routledge.
- Daun, H. (2006). Privatisation, Decentralisation and Governance in Education in the Czech Republic, England, France, Germany and Sweden. I J. Zajda (red) *Decentralisation and Privatisation in Education: The Role of the State*. Dordrecht: Springer, 75–96.
- Eime, R.M., Young, J.A., Harvey, J.T., Charity, M.J., & Payne, W.R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(98), 1–21.
- Eliasson, I. (2009). *I skilda idrottsvärldar. Barn, ledare och föräldrar i flick- och pojkfotboll*. Doktorsavhandling. Umeå: Umeå universitet.
- Engström, L-M. (1989). *Idrottsvanor i förändring*. Stockholm: HLS Förlag.
- Engström, L-M. (1999). *Idrott som social markör*. Stockholm: HLS Förlag.
- Fundberg, J., & Pripp, O. (2007). Öppnas dörren för fler? Och av vem? *Svensk Idrottsforskning*, 3/4, 43–46.
- Grahn, K. (2008). *Flickor och pojkar i idrottens läromedel*. Doktorsavhandling. Göteborg: Göteborgs universitet.
- Holt, N. (red.) (2016). *Positive Youth Development Through Sport*. London: Routledge.
- Houlihan, B. (2010). Policy convergence in elite sport development: A critical review of the evidence. I *Key-note lecture*, European Association for Sport Management, Prague, 11-18 September.
- Idrottsstödsutredningen (2008). *Föreningsfostran och tävlingsfostran. En utvärdering av statens stöd till idrotten* (SOU 2008:59). Stockholm.
- Larsson, B. (2008). *Ungdomarna och idrotten. Tonåringars idrottande i fyra skilda miljöer*. Doktorsavhandling. Stockholm: Stockholms universitet.
- Larsson, H. (2001). *Iscensättningen av kön i idrott*. Doktorsavhandling. Stockholm: Stockholms universitet.
- Larsson, H. (2016). Lärande och fostran i idrott – ett idrottspedagogiskt perspektiv. I S. Hedenborg (red.), *Idrottsvetenskap, en introduktion*, 67–88. Lund: Studentlitteratur.
- Larsson, H., & Svender, J. (2015). Att utveckla idrott ur ett genusperspektiv. I J. Fahlén & S. Karp (red.), *Idéer för idrottsutveckling*, 77–92. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

- Lindroth, J. (2004). *Ling – från storhet till upplösning. Studier i svensk gymnastikhistoria 1800–1950*. Stockholm/Stehag: Symposion.
- Ljunggren, J. (1999). *Kroppens bildning. Linggymnastikens manlighetsprojekt 1790–1914*. Doktorsavhandling. Stockholm/Stehag: Symposion
- Lundvall, S., & Meckbach, J. (2003). Ett ämne i rörelse: gymnastik för kvinnor och män i lärarutbildningen vid Gymnastiska centralinstitutet/Gymnastik- och idrottshögskolan under åren 1944 till 1992. Doktorsavhandling. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.
- Mahoney, J.L., & Stattin, H. (2000). Leisure activities and adolescents' antisocial behavior: The role of structure and social context. *Journal of Adolescence*, 23, 113–127.
- Redelius, K. (2013). Att vilja och kunna fortsätta – om idrottens utformning och tillgänglighet. I *Spela vidare. En antologi om vad som får unga att fortsätta idrotta*. Stockholm: Centrum för idrottsforskning, 19–40.
- Riksidrottsförbundet (2009). *Idrotten vill – Idrottsrörelsens idéprogram*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Riksidrottsförbundet (2010a). *Idrott och integration – en statistisk undersökning 2010*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Riksidrottsförbundet (2010b). *Etnisk mångfald inom svensk elitidrott – om förändring över tid och en nulägesanalys*. FoU-rapport 4. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Strean, W.B., & Garcia Bengoechea, E. (2001). Fun in youth sport: Perspectives from coaches' conceptions and participants' experiences. Paper presented at the Association for the Advancement of Applied Sport Psychology, October, in Orlando, FL.
- Svender, J. (2012). *Så gör(s) idrottande flickor*. Doktorsavhandling. Stockholm: Stockholms universitet.
- Sveriges Television (2016). Planen: Göra e-sport till "riktig" sport. Hämtad 2016-10-21 från <http://www.svt.se/sport/e-sport/e-sport-1/>
- Thedin Jakobsson, B. (2015). *Vilka stannar kvar och varför? En studie om ungas föreningsidrottande under uppväxtåren*. Doktorsavhandling. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.
- Wagnsson, S. (2009). Föreningsidrott som socialisationsmiljö. En studie av idrottens betydelse för barns och ungdomars psykosociala utveckling. Doktorsavhandling. Karlstad: Karlstads universitet.
- Wankel, L.M., & Kreisel, S.J. (1985). Factors underlying enjoyment of youth sports: Sport and age group comparisons. *Journal of Sport Psychology*, 7, 51–64.





# Riksidrottsförbundet

Idrottens Hus, Box 11016, 100 61 Stockholm | Tel: 08 - 699 60 00 | Fax 08 - 699 62 00  
E-post: riksidrottsforbundet@rf.se | Hemsida: www.rf.se