



# 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



# Jämställdhet en förutsättning för idrottens samhällsnytta

Karin Grahn

## Introduktion

Idrotten ses, näst efter skolan, som en miljö som har stor betydelse för barns och ungas demokratiska fostran. Riksidrottsförbundet (RF) räknar med att 90 procent av alla barn och ungdomar någon gång är medlemmar i en idrottsförening (Riksidrottsförbundet, 2016). Detta innebär att idrotten har en viktig funktion att fylla. Idrottens idé om att alla ska kunna delta, oavsett kön, ålder eller etnisk bakgrund, är en viktig grundpelare (Riksidrottsförbundet, 2009; Hovden, 2012; Norberg, 2015), och RF har under lång tid förespråkat ett arbete för ökad jämställdhet (Åström, 2011). Jämställdhet inom idrotten är viktig för hela samhället då föreningsidrotten är en del av den svenska folkrörelsen (Hovden, 2012; Norberg, 2015). Trots detta har idrottsrörelsen haft svårigheter att uppnå målen för jämställdhet (Riksidrottsförbundet, 2015). Idrotten kritiserar dels för att vara manligt dominerad och centrerad, dels för att bygga på en manlig norm (Coakley & Pike, 2014).

Samtidigt som idrotten möter kritik ur ett jämställdhetsperspektiv så framhålls också dess positiva effekter, som att idrott på individ- och gruppnivå kan bidra till

”empowerment<sup>1</sup>” (t.ex. Liechty, Willfong, & Sveinson, 2016; Lindgren, Patriksson & Fridlund, 2002; Strandbu & Hegna, 2006), samt till att utmana stereotypiska utseende- och kroppsideal (t.ex. Grahn, 2016a; Krane, 2001; Porter, Morrow, & Reel, 2013). I förlängningen kan förändringar på individ- och gruppnivå generera en nytta inte bara för idrotten i sig utan även för samhället mer generellt, då idrotten kan främja jämlikhet och jämställdhet. I föreliggande översikt utvecklas detta resonemang.

Merparten av den svenska idrottsrörelsen är organiserad via RF och har genom *Idrotten vill* (Riksidrottsförbundet, 2009) en gemensam värdegrund. Men ”idrotten” kan inte ses som en enda sammantagen enhet utan består snarare av ett antal idrottsliga praktiker med till viss del olika grundidéer och organisering (se vidare ”Idrottens organisering och strukturering ur ett genusperspektiv” nedan). Den vanligaste organiseringen är enligt en olikhetsprincip, det vill säga enligt idén om att kvinnor och män är olika och bör delas upp i idrottssammanhang. I praktiken innebär det att flickor/kvinnor respektive pojkar/män tävlar, och ofta även tränar, separat. Denna indelning har kritiserats för att bidra till en ökning av skillnaderna mellan manliga och kvinnliga idrottare, och därmed förstärka genusordningen. På senare tid har forskare (se Channon, Dashper, Fletcher, & Lake, 2016) börjat intressera sig alltmer för idrott som organiseras på andra sätt, till exempel samtränad idrott som innebär att flickor/kvinnor

**Forskning visar att samtränad idrott kan bidra till jämställda sociala relationer och att samträning har potential att utmana förgivettaganden om pojkar/män som starkare och bättre.**

och pojkar/män tränar ihop. Forskning visar att samtränad idrott kan bidra till jämställda sociala relationer och att samträning har potential att utmana förgivettaganden om pojkar/män som starkare och bättre (Channon, 2014; Grahn & Berggren Torell, 2016; Maclean, 2016). Samträning kan i sig

inte lösa idrottens jämställdhetsproblematik, men i denna litteraturöversikt kommer samträning att tas upp som *en* möjlig organisering av idrotten som kan bidra till ökad jämställdhet. Att rikta blickarna mot forskning om samträning är intressant då RF i sina jämställdhetsmål framhåller att där det: ”är möjligt ska kvinnor och män, flickor och pojkar i större utsträckning ges förutsättningar att träna och tävla tillsammans” (Riksidrottsförbundet, 2011). Potentiellt finns exempelvis möjligheter att öka samträning bland barn (Grahn, 2016b). Samträning blir också ett alltmer aktuellt inslag i och med att idrottsrörelsen tar steget in i skolans värld via grundskolor med idrottsprofil, idrottslyftsprojekt och idrottsgymnasier. I dessa sammanhang är inte sällan samträning av flickor och pojkar en del av den skolförlagda verksamheten. Att idrotten träder in i skolans värld gör att den inte bara blir en idrottslig angelägenhet utan även en samhällsrelig angelägenhet, eftersom den ska förhålla sig till skolans riktlinjer om att bland annat motverka traditionella könsmonster (Skolverket, 2016).

I den här översikten diskuteras jämställdhet inom idrotten generellt, och forskningsresultat från studier om samträning specifikt, för att ta reda på vilka idrotts- och samhällseffekter idrotten kan bidra till utifrån ett genus- och jämställdhetsperspektiv. Forskningen visar på både positiva och negativa aspekter kring jämställdhet. Forskningsöversikten syftar dock främst till att lyfta positiva exempel på idrottspraktiker som bidrar till att utmana en traditionell genusordning och icke jämställda relationer mellan kvinnor och män. Idrotten kan inte fullt ut ses som samhällsnyttig om den inte är jämställd. I denna översikt lyfts därför de faktorer fram, som forskningen visat vara av vikt för att skapa jämställda idrottspraktiker. Vidare diskuteras hur dessa kan ha betydelse för jämställdhet i termer av samhällsnytta.

1 Lindgren, Patriksson och Fridlund (2002) förklarar empowerment som en process som bidrar till människors möjligheter att påverka sina egna liv, lösa problem och uppnå förmågan att skapa tillfredsställelse i livet. Empowerment ses ofta som en stärkande process som ger individer mer makt över sina egna liv. I idrottarens fall handlar det om att stärkas genom idrotten.

## Bakgrund

Först presenteras några bärande begrepp och de teoretiska perspektiv som har format läsningen och förståelsen av forskningslitteraturen. Därefter presenteras idén om idrottens mervärde samt idrottens organisering som två utgångspunkter för att kritiskt kunna granska och förstå hur jämställdhet och samhällsnytta hänger ihop.

## Teoretiska utgångspunkter

Jämställdhet definieras som lika möjligheter, rättigheter och skyldigheter för kvinnor och män inom alla områden (Riksidrottsförbundet, 2011). Riksidrottsförbundet framhåller inte bara formell/kvantitativ jämställdhet (t.ex. lika representation av kvinnor och män i styrande positioner) utan även reell/kvalitativ jämställdhet (t.ex. likvärdig värdering av kvinnors och mäns idrott). Synen på vad jämställdhet är varierar dock, något som Kempe-Bergmans (2014) intervjuer av manliga ledare visar. I den här forskningsöversikten reflekteras det främst kring jämställdhet i reella termer.

Betydelsen av ordet kön utgår i denna översikt från en uppdelning av människor i två kategorier som finns i större delen av det västerländska samhället, det vill säga män respektive kvinnor (Coakley & Pike, 2014). Genus är ett begrepp som beskriver kön som historiskt, socialt och kulturellt skapat, och i forskningen används genusbegreppet för att analysera föreställningar om kön. Vi skapar genus genom interaktion och lär av varandra i olika sociala sammanhang. Genom utseende, kläder, rörelsemönster etcetera, skapas idéer om, och förväntningar på, hur kvinnor och män bör vara. Det kan beskrivas med termerna femininitet och maskulinitet (Paechter, 2007). Vad som anses vara "normal" femininitet och maskulinitet påverkas av normer. Om dessa normer upprepas så kommer de till slut att uppfattas som naturliga och sanna, som till exempel att kvinnor och män inte ska tävla mot varandra (Larsson & Svender, 2015). I samhället ordnas människor i specifika mönster och maktrelationer utifrån kön samt utifrån nutida föreställningar om maskulinitet och femininitet. Detta kallas för genusordning (Connell, 1987). Genusordningen bygger både på en uppdelning av kvinnor och män och på en hierarki baserad på föreställningar om kön samt heteronormativitet (dvs. att heterosexualitet är normerande). Litteraturöversikten utgår ifrån ett genusperspektiv, vilket innebär en kritisk granskning av idrottens genusmönster, som till exempel hur olikhet och hierarki skapas och normeras inom idrotten – men också utmanas.

För att diskutera genus i idrottsliga praktiker används begreppet genusrelationer. Thorne (1993) beskriver utifrån sin forskning i grundskolan fyra typer av genusrelationer: 1) gränsarbete, 2) gränsbrytningar, 3) relationer som tillskrivs heterosexuell mening, och 4) avslappnade interaktioner mellan flickor och pojkar. Gränsarbete innebär att barnen interagerar på sätt som skapar och upprätthåller gränser mellan flickor och pojkar, eller, med andra ord, en interaktion inom vilka flickor och pojkar är aktiva i att framhålla sig själva som olika. Men när gränser skapas kan de även brytas. Gränsbrytningar handlar om när individer själva väljer att interagera med individer av "motsatt kön". Detta kan till exempel förekomma när en flicka deltar i, och accepteras av, en grupp pojkar. Vidare interagerar barn ibland inom en heteronormativ ordning, där barnen själva, eller vuxna i barnens omgivning, utgår ifrån att relationer är heterosexuella och förutsätter att flickor och pojkar är/bör vara attraherade av varandra. Slutligen ingår barn i sociala relationer där gränser inte skapas mellan flickor och pojkar. Thorne (1993) har kommit fram till att kategorierna pojke respektive flicka får olika betydelse och verkar olika "starkt" beroende på i vilket sammanhang barnen befinner sig.

## Idrottens mervärde

Idrotten kan sägas ha ett värde i sig själv, något som benämns idrottens egenvärde (Engström, 1989; Hvenmark, 2012). Ur ett genusperspektiv skulle detta egenvärde kunna förklaras som att det handlar om att för individen skapa en känsla av att ingå i demokratiska, rättvisa och jämställda idrottpraktiker, samt få en personlig upplevelse av empowerment genom att delta i idrotten. Men värdet av att skapa jämställda relationer mellan kvinnor och män på individ- och gruppnivå kan också ses i termer av ett mervärde (Engström, 1989; Hvenmark, 2012). I RFs jämställdhetsmål står det att "[b]ara en jämställd idrott präglas fullt ut av de demokratiska värderingar som är idrottens" (Riksidrottsförbundet, 2011). När idrottsutövare ingår i demokratiska praktiker där de lär sig att vara lyhörda för andras åsikter, respektera med- och mottävlande oavsett kön, etnicitet, ålder etcetera, och där de kan utöva inflytande över idrottens utformning och utveckling, så bidrar idrotten till att även skapa mervärde. Med andra ord blir idrotten samhällsnyttig.

## Idrottens organisering och strukturering ur ett genusperspektiv

För att bättre kunna diskutera jämställdhet inom idrotten så bör idrottens organisering beaktas. Som nämnts så organiseras de allra flesta idrotter enligt en olikhetsprincip i tävlingssammanhang, där kvinnliga och manliga idrottare tävlar för sig. Denna uppdelning bygger på idén om kvinnors och mäns olika förutsättningar och fysiska förmåga, och motiveras med att det skulle bli orättvist om män och kvinnor tävlade tillsammans. Uppdelningen går dock längre än att bara skilja idrottsutövare utifrån fysisk kapacitet. Även barnidrotten delas upp, trots att skillnader i fysisk styrka inte motiverar en uppdelning. Ibland anpassas även tävlingsreglerna så att flickor/kvinnor och pojkar/män tävlar enligt olika regler (Larsson & Johansson, 2012). Det gäller till exempel olika utrustning och föreskrifter för kroppskontakt i ishockey (Gilenstam, Karp, & Henriksson-Larsén, 2008). En problematik som forskare framhåller med att idrotten organiseras enligt idén om könen olikhet är att den bidrar till att förstärka en ordning där kvinnor och män ses som varandras motsatser, och där traditionellt maskulina idrotter och manliga idrottare värderas högst (Coakley & Pike, 2014). Enligt Larsson och Johansson (2012) får idrottens organisering pedagogiska konsekvenser genom att den lär barn att flickor och pojkar inte ska mäta sin fysiska förmåga mot varandra, speciellt inte i tävlingssammanhang.

I motsats till denna indelning så finns ett fåtal idrotter inom vilka kvinnliga och manliga deltagare tävlar ihop, som i motorsport, flygsport och ridsport. Det finns också idrotter som vanligtvis utövas uppdelat men som erbjuder vissa könsmixade tävlingar såsom tennis, badminton, konståkning (team) och gymnastik (trupp) (Larsson & Johansson, 2012). I träningsammanhang är uppdelningen ibland mindre markant då vissa idrotter (speciellt individuella) erbjuder samträning. Denna typ av träning bygger på en annan organisering av idrotten än vad tävlingsidrotten vanligtvis gör. Om och hur sådan samträning kan bidra till jämlika relationer mellan kvinnor och män är av vikt att belysa.

## Forskningsöversikt

### Jämställdhet i svensk idrott

RF har under lång tid (från de första ansatserna på 70-talet fram till i dag) arbetat för att främja jämställdhet (Kempe-Bergman, 2014; Åström, 2011). Positiva förändringar

har skett över tid, men trots detta menar Kempe-Bergman (2014) att jämställdheten har haft svår att få genomslag i svensk idrott. Det finns en otydlighet i vad begreppet egentligen innebär, och vissa idrottsledare tycks inte heller tycka att jämställdhet är en motiverad fråga. På så sätt blir det svårt att realisera en förändring. Detta går i linje med Wickman, Karp, Eliasson, Fahlén och Löfgren (2012), som förklarar att det är långt från idé till handling, det vill säga att trots utarbetade idédokument och mål för jämställdhet så är det svårt att se effekten av dessa ute i verksamheten. Larsson och Johansson (2012) är kritiska till att ett normkritiskt förhållningssätt utblir i idrottsrörelsens konkreta jämställdhetsarbete.

Enligt RFs statistik så är det bara hälften av specialidrottsförbunden (SF) som uppnår målet att förbundsstyrelsen inte får representeras av mindre än 40 procent kvinnor eller män. En majoritet (55 av 72) av SF har en manlig ordförande och 72 procent av de högsta ledande befattningarna på förbundens kanslier innehas av män. Mer än två tredjedelar av landslagstrupperna har fler män än kvinnor som tränare/ledare (Riksidrottsförbundet, 2015). Tyvärr visar detta på en skev fördelning av idrottens maktrelationer, något som RF arbetar på att förändra (Riksidrottsförbundet, 2011). I de högsta beslutande RF-organen på riks- och distriktsnivå har en jämn representation uppnåtts genom kvotering. Att RFs och distriktsidrottsförbundens styrelser består av hälften män och hälften kvinnor är naturligtvis viktigt för att visa väg mot en jämställd idrott. Ett annat viktigt beslut i jämställdhetsarbetet är att fördela platser till riksidrottsgymnasier jämnt mellan flickor och pojkar (Åström, 2011). Det signalerar att en jämn representation även är angelägen i den praktiska verksamheten.

Vid en utvärdering av RFs jämställdhetsarbete konstaterar Åström (2011) att idrotten inte kan användas som ett verktyg för att skapa ett jämställt samhälle utan att idrotten snarare genom att vara jämställd kommer att bidra till ökad jämställdhet i samhället. För att verka för en jämställd idrott har RF och dess medlemsorganisationer sedan 1989 haft jämställdhetsintegrering som strategi, detta innebär att jämställdhet "ska beaktas i en verksamhets ordinarie beslut, i ordinarie underlag, av ordinarie instanser och personer" (Åström, 2011, s. 12). Jämställdhet ska alltså inte ses som en separat fråga eller definieras som en kvinnofråga – vilket den emellertid i realiteten ofta gör enligt Kempe-Bergmans (2014) forskning. Åström framhåller även att jämställdhet bör inkluderas tydligare i idédokumentet *Idrotten vill* (Riksidrottsförbundet, 2009) för att inte bli en sidofråga.

Vilken effekt får då jämställdhetsintegreringen i den praktiska verksamheten? Forskning visar att satsningar på jämställdhet bland annat sker i projektform, till exempel genom Idrottsyftet och dessförinnan Handslaget (Hedenborg, Jonasson, Peterson, Schenker & Tolvhed, 2012; Hinic & Lostin, 2012; Larsson, Redelius, & Kempe-Bergman, 2012; Svender, 2009). I forskning och utvärdering av dessa projekt har jämställdhetseffekten setts med viss ambivalens. Å ena sidan satsas det på jämställdhet, å andra sidan har projekten kritiserats för att ytterligare skapa olikhet och förstärka en manlig norm (Larsson, 2001; Svender, 2009, 2012). Detta är bland annat ett resultat av att det främst är en grupp, flickor/kvinnor, som pekas ut som de som ska jämställas. Åström (2011) exemplifierar några andra jämställdhetssatsningar som har haft en tydligare jämställdhetsintegrering. Bland dessa kan nämnas Innebandyförbundets arbete med jämställd representation och arvodering bland ledare för landslagen, samt Basketbollförbundets arbete med att integrera ett jämställdhetsperspektiv i sin organisation och sina beslutsvägar (Åström, 2011). Hovdens (2012) forskning demonstrerar hur kvinnor i maktposition gör skillnad för jämställdheten. Hennes

undersökningar visar att kvinnliga ledare och sportchefer arbetar för en kombination av öppnare beslutsprocesser och rekrytering av fler kvinnliga ledare och tränare. Därutöver beskriver Hovden förändringsarbeten i syfte att minska synen på kön som tvådelat, samt att minska skillnaderna mellan den så kallade dam- och herrverksamheten. Att idrottsrörelsen blir jämställd på beslutandenivå är avgörande för att både kvinnor och män ska kunna vara en del av den demokratiska processen (Hovden, 2012).

### Jämställdhet och genusrelationer i skolförlagd idrottsträning

Som nämnts tidigare har föreningsidrotten alltmer tagit steget in i skolans värld, vilket gör forskning kring skolförlagd idrottsträning angelägen. I nuläget finns relativt lite forskning om genus och jämställdhetsaspekter i dessa idrottspraktiker. En del kunskap finns dock att hämta från forskning inom ramen för Idrottslyftet.

I en utvärdering av Ridsportförbundets verksamhet beskrivs ridsporten som intressant ur ett genusperspektiv eftersom den inte bygger på en manlig norm (Hedenborg m.fl., 2012). På barn- och ungdomsnivå i Sverige är ridsporten en flickdominerad idrott. I utvärderingen utforskas bland annat hur ett par samverkansprojekt fungerade i relation till jämställdhet. Hedenborg med kollegor beskriver att projekten möjliggör för både flickor och pojkar att delta, och att fördelningen är relativt jämn. Vidare visar utvärderingen att flickor och pojkar i blandade grupper får hjälpas åt att göra de sysslor som krävs i stallet. Författarna skriver att "det kan vara viktigt att påtala att denna likabehandling sker relativt sådana aktiviteter som det, åtminstone i Sverige, har visat sig att flickor är mer trakterade av" (Hedenborg m.fl., 2012, s. 54). Detta är intressant utifrån jämställdhetssynpunkt då både flickor och pojkar, enligt författarna, ges möjlighet att delta i så kallad omsorgsfostran.

I utvärderingen av Simförbundets idrottslyftsverksamhet inkluderades ett skolsamverkansprojekt för årskurs sex inom "Vattenpolosimskola för alla" (Hedenborg m.fl., 2012). Ungefär lika många flickor och pojkar deltog och tränade gemensamt. Hedenborg med kollegor (2012) reflekterar kring de fysiska kampinslagen i relation till könsmixade lag och konstaterar att detta inte är en speciellt nödvändig fråga i skolverksamheten då eventuella fysiska skillnader jämnas ut av att eleverna har fullt fokus på att hantera sina kroppar i vattnet.

I två liknande studier av samträning på skoltid, i innebandy (Larneby, 2016) och i fotboll (Grahm & Berggren Torell, 2014, 2016), konstateras att det bland barnen finns en syn på pojkar/män som bättre, tuffare och starkare. Larneby (2016), som studerade hur barn i mixad innebandyträning skapade och uttryckte genus inom ramen för maktrelationer, konstaterar att barnen återskapar traditionella föreställningar om flickor och pojkar. Men det visas även exempel på hur individuella spelare utmanar dessa föreställningar. Grahm och Berggren Torell (2014, 2016), som analyserade diskurser kring barndom och kön som skapades genom projektets aktiviteter, framhåller att samträning även har potential att utmana synen på pojkar som starkare och bättre. Samträningen ger barnen nya erfarenheter som bidrar till att utmana synen på flickor och pojkar som fotbollsspelare. Varierade fotbollserfarenheter från föreningslivet diskuteras som en bidragande faktor. I träningen fanns både flickor och pojkar som var antingen nybörjare eller som satsade på fotbollen. Denna mix av fotbollskunnande/erfarenhet bidrog till att barnen behövde anpassa sig till varandra och samarbeta oavsett kön.



Vidare visar forskningen av Grahn & Berggren Torell (2014, 2016) att ledarna både bidrog till att förstärka barnens gränsarbete och till att skapa avslappnade interaktioner mellan flickor och pojkar. I det första fallet synliggjordes kön vid indelningen av lag/grupper, exempelvis genom att dela in barnen i två led, ett flickled och ett pojkledd, innan de fördelades i könsmixade lag. Detta bidrog till barnens gränsarbete (jfr Stieb-ling, 1999; Thorne, 1993). I andra fall, med tränare som inte synliggjorde barnens kön, agerade barnen främst som fotbollsspelare och inte som flickor och pojkar som spelar fotboll.

Mer forskning om samträning i skolförlagd idrottsträning behövs för att kunna ge konkreta rekommendationer till tränare om hur de på bästa sätt kan skapa jämställda relationer. Om idrotten kan bidra med goda erfarenheter av att träna ihop i skolan så bidrar den inte bara till idrottens eget jämställdhetsarbete utan även till skolans. Idrotten skapar på så sätt ett mervärde som sträcker sig utöver deltagarnas egna erfarenheter.

## Idrottens positiva effekter ur ett genusperspektiv

Nedan presenteras forskning som visar på idrottens potential att utmana traditionella föreställningar om kön genom idrottares empowerment, samt utmaningar av feminina och maskulina kroppsideal. Även idrottens möjlighet att kunna utmana heteronormer berörs. Presentation och diskussion av forskningen görs översiktligt och syftar till att bidra med en bild av hur idrotten kan skapa positiva effekter.

En positiv aspekt som lyfts fram är idrottens möjlighet att skapa empowerment. I relation till genus och jämställdhet har forskningen främst fokuserat på kvinnliga idrottare, dels genom studier av specifika idrottsprojekt med syfte att stärka kvinnor (t.ex. Elendu & Orunaboka, 2011; Lindgren, Patriksson, & Fridlund, 2002; Musangeya & Muchechetere, 2013), dels genom att analysera empowerment i termer av kvinnliga idrottares möjlighet att utmana könsstereotyper och könsnormer (t.ex. Liechty, Willfong, & Sveinson, 2016; Liimakka, 2011; Paul, 2015). Raisborough och Bhatti (2007) förklarar empowerment ur ett feministiskt perspektiv såsom "makten att skapa nya möjligheter och identiteter vilka inte automatiskt eller okritiskt föreskrivs av traditionella könsnormer" (s. 463 [förf. översättning]).

Forskning visar att empowerment bland annat skapas genom kroppslig erfarenhet, såsom fysisk styrka, och idrottslig kompetens (Liechty, Willfong, & Sveinson, 2016; Musangeya & Muchechetere, 2013; Paul, 2015; Porter, Morrow, & Reel, 2013; Velija, Mierzewski, & Fortune, 2013). Liechty, Willfong och Sveinson (2016) förklarar att en orsak till att empowerment inte alltid når längre än till det individuella planet är att kvinnliga idrottare även om de själva upplever sig stärkta inte samtidigt ifrågasätter den manliga normen och de ideologier som underordnar kvinnor (se även Blinde, Taub, & Han, 1994; Velija, Mierzewski, & Fortune, 2013). Om kvinnliga idrottares kroppsliga empowerment ska få en effekt på kollektiv nivå så är det viktigt att de även bidrar till att utmana de normer och ideal som florerar i idrottssammanhang så att dessa normer inte förhindrar kvinnor från att utveckla en stark och hälsosam kropp. Här kan idrotten bidra till att skapa alternativa femininiteter och kroppsideal (Adams, Schmitke, & Franklin, 2005; Andreasson, 2007; Azzarito, 2010; Gilenstam, Karp, & Henriksson-Larsén, 2008; Grahn, 2016a; Harris, 2005; Lunde & Frisé, 2011; Ross & Shiness, 2008; Rönnbäck, 2015). Forskning pekar även på att flickor som idrottar har en mer positiv bild av sin kropp än flickor som inte idrottar (Lunde & Frisé, 2011;

Vaagbø, Loland, & Kristiansen i Strandbu & Hegna, 2006)<sup>2</sup>. Här behövs dock mer belägg för att säkert kunna säga hur stor roll idrotten har i att skapa ett mervärde i form av positiva kroppsideal som kan bidra till att utmana osunda kroppsideal i övriga samhället.

Den mesta forskningen kring utmaningar av kroppsideal är gjord på kvinnliga idrottare. Men en studie av Grahn (2016a) demonstrerar hur några manliga simmare vänder sig mot ett traditionellt maskulint ideal (att ha så stora muskler som möjligt) då denna kropp inte är funktionell inom simningen. Det saknas dock forskning på manliga idrottares kroppsideal – och specifikt på manliga idrottares möjlighet att motstå traditionellt maskulina kroppsideal i till exempel idrotter där stora eller tunga muskler inte är funktionella för att prestera. En anledning till att denna typ av forskning saknas kan vara att den normerande idrottskroppen och den maskulina kroppen anses gå hand i hand (Andreasson, 2007; Larsson, 2003; Ricciardelli, McCabe, & Ridge, 2006). Idrottande pojkar och män förutsätts befinna sig i en miljö där de inte behöver utmana maskulina normer. Detta hänger ihop med att idrotten skapar en typ av maskulinitet där fysisk styrka är ett ideal. Dessutom reproduceras traditionellt maskulina aspekter som aggressivitet, uppoffring, tävlingsinriktning och att tåla smärta (Michael, 2015; Light & Kirk, 2000; Wellard, 2002). Maskulinitet som skapas inom idrotten begränsar möjligheten att vara pojke/man på olika sätt genom att maskulinitet skapas i motsatts till femininitet och homosexualitet. Det kan leda till att pojkar/män som inte uppvisar en specifik typ av maskulinitet hamnar vid sidan av, eller avslutar sitt idrottande (Wellard, 2002; Grahn, 2016b). Lights (2007) forskning inom manlig rugby visar dock på hur förändringar i idrottspraktiken (i det här fallet mer fokus på färdighet, kommunikation och taktik, samt mer frihet för spelarna att ta beslut i spelet), kan bidra till att utmana traditionell maskulinitet. För att skapa jämställdhet inom svensk idrott så måste idrottens praktiker bidra till en vidgad syn på maskuliniteter så att de blir mer inkluderande (Anderson, 2011; Light, 2007).

Idrotten har visat sig vara en miljö som i vissa fall reproducerar och i andra fall utmanar en heterosexuell norm (Anderson, 2011; Andreasson, 2007; Darj, Piehl, & Hjelte, 2013; Liechty, Willfong, & Sveinson, 2016; Lingshede & Redelius, 2009). Kritik har riktats mot idrotten för att vara heteronormativ (Lingshede, 2014a), och inom svensk idrottsrörelse finns det enligt Darj, Piehl och Hjelte (2013) risk för att hbtq-personer avslutar sitt idrottande till följd av den organisering, de normer och den brist på kunskap som möter dem inom idrotten. Unga människor i dag inkluderas många gånger i en heteronormativ ordning (Thorne, 1993), vilket bland annat forskning i skola och fritidsverksamhet har visat (Larsson, Redelius, & Fagrell, 2007; Moore, 2003; Thorne, 1990). Men det finns även forskning som visar att idrottspraktiker kan utmana dessa normer. Lingshede och Redelius (2009) forskning på bi- och homosexuella lagidrottande kvinnor visar att idrotten för vissa uppfattas som en frizon där heteronormer kan

**Idrotten för vissa uppfattas som en frizon där heteronormer kan utmanas.**

utmanas. Idrotten ses i vissa fall som öppnare än övriga samhället (se även Darj, Piehl, & Hjelte, 2013; Hellborg, 2011; Lingshede, 2014a). Andersons (2011) intervjustudie med homosexuella manliga idrottare visar även att manlighetsnormerna har förändrats över tid och blivit mer inkluderande (s.k. inkluderande maskulinitet). Idrottsutövarnas upplevelser av idrottspraktiker beskrivs av Anderson i termer av minskad homofobi och mer stöd av lag-/klubbkamrater (se även Michael, 2015). Dashper (2012b) poängterar, utifrån sin

<sup>2</sup> Annan idrottsforskning visar att vissa idrotter (speciellt på elitnivå) bidrar till osunda kroppsideal. Se till exempel Jones, Glintmeyer och McKenzie (2005); McMahan, Penney och Dinan-Thompson (2012); Neves med kollegor (2016).

forskning på elitinriktad ridsport i Storbritannien, att ridsporten bidrar till en acceptans och normalisering av homosexuella relationer, då ryttarna kan vara öppna för homosexuella inom ridsporten. I Lingham (2014a, 2014b) intervjustudie av pojkar/män inom svensk ridsport, uppfattades öppenheten inte alltid lika stor som Dashper (2012b) beskriver den. Flera manliga ryttare tyckte finna det viktigt att betona sin heterosexualitet (jfr Michael, 2015). Båda studierna visar dock på en frånvaro av homofobi. Dashper (2012b) menar vidare att "könsintegrering tycks spela en viktig roll i att bryta ner en hypermaskulin idrottskultur och främja multipla, inkluderande maskuliniteter" (s. 1117, [förf. översättning]). Med andra ord kan ridsporten möjliggöra för olika sätt att vara pojke/man på, vilket kan motverka en kultur där en specifik typ av maskulinitet får företräde framför andra (jfr Lingham, 2014b). En problematik som Dashper (2012b) dock lyfter är, att även om ridsporten tycks skapa olika maskuliniteter så skapas både heterosexuella och homosexuella maskuliniteter som motsatser till femininiteter. Forskning om hbtq inom idrotten är ett område i utveckling, men det behövs mer kunskap om dessa frågor inom idrottsrörelsen för att kunna bidra till en jämställd, likväl som jämlik, idrottsrörelse.

## Jämställdhet och genusrelationer i samtränad föreningsidrott

Forskare som har specialiserat sig på samtränad idrott har framhållit dess möjlighet att erbjuda deltagarna erfarenheter som frångår idrottens uppdelning av kvinnor och män och utmanar den manliga normen (Channon, 2013, 2014; Channon & Jennings, 2013; Channon, m.fl., 2016; de Haan, Sotiriadou, & Henry, 2016; Musto, 2014). Från ett mervärdesperspektiv är detta viktigt då den samtränade idrotten symboliserar köns likhet snarare än olikhet. Samträning/tävling visar enligt Channon med kollegor (2016) den överlappning som finns mellan kvinnor och män i form av idrottsliga förmågor. En viktig aspekt att hålla i minnet är att samträning/tävling i sig inte skapar jämställdhet, vilket bland annat Dashper (2012a), Winiarska, Jackson, Mayblin och Valentine (2016) och Lake (2016) visar. Det krävs ett aktivt arbete för att skapa jämställdhet. Det bör också nämnas att samträning i idrotter som strukturerar tävlingar enligt en olikhetsprincip inte utmanar den manliga normen i tävlingssammanhang utan endast i träningsammanhang (Larsson & Johansson, 2012).

I det följande presenteras fyra teman med exempel på aspekter som kan bidra till jämställda idrottspraktiker: 1) Gemensam identifiering som idrottare, 2) Organisering och ledarskap för att främja jämställda relationer, 3) Gemensamma erfarenheter som utmanar en manlig norm, och 4) Vikten av fler ledare och förebilder av underrepresenterat kön.

### Gemensam identifiering som idrottare

Samträning som skapas inom ramen för en likhetsdiskurs (utgångspunkten tas i människors likhet snarare än köns skillnad) bidrar till att idrottarens kön inte är avgörande för dennes erfarenhet av att utöva idrott. Detta kan exemplifieras genom att de som idrottar identifieras som "idrottare" i stället för som "kvinnor och män som idrottar". Dashper (2012a) menar att den tävlingsinriktade ridsporten är specifik på så sätt att den inte förstärker en uppdelning mellan kvinnor och män, och de Haan, Sotiriadou och Henry (2016) beskriver hur ridsport neutraliserar utövarens kön genom att elitinriktade ryttare identifierar sig som just "ryttare" i stället för kvinnlig respektive manlig ryttare. Detsamma gäller i Macleans (2016) studie i karate och Channons (2013) studie i kampsport.

## Organisering och ledarskap för att främja jämställda relationer

Det finns en poäng i att som tränare tillgodose att flickor och pojkar interagerar med varandra. För att göra det är det viktigt att tränaren inte synliggör utövarnas kön i situationer som gruppindelningar, instruktioner och tränings sätt. När idrottarnas kön inte uppmärksammas så möjliggörs en mer avslappnad interaktion mellan flickor och pojkar och de känner inget behov av att upprätthålla gränser sinsemellan (Grahm & Berggren Torell, 2014; Musto, 2014; Stiebling, 1999; Thorne, 1993). Mustos (2014) studie av simmare i 10–11 års ålder visar till exempel att tränarledd gruppering där simmarna delas in efter simhastighet eller specialsimsätt möjliggör interaktion mellan flickor och pojkar i tränings situationen, och deltagarna interagerar som jämbördiga simmare. Liknande resultat visar Channons (2014) studie om kampsport, som framhåller hur andra kriterier än kön är viktiga för att till exempel fördela deltagare och hitta sparringpartners. Genom att dela in grupper efter vikt, längd och andra kriterier kan man komma bort från kön som främsta identifieringsgrund.

Forskningen demonstrerar hur genus skapas olika i det organiserade och i det oorganiserade före, under och efter träningen (t.ex. i pauser eller mellan övningar). När idrottarna själva interagerar, utanför den av tränaren ledda träningen, så gör de det oftare i samkönade grupper och beter sig då mer könsstereotyp (Channon, 2014; Grahm & Berggren Torell, 2014; Stiebling, 1999; Thorne, 1993). Detta bekräftas även av psykologisk forskning (Athenstaedt, Haas, & Schwab, 2004). Musto (2014) visar att simmare agerar mer jämbördigt i den tränarledda simträningen och mer könsstereotyp utanför den strukturerade simträningen. Trots att simmarna agerar mer könsstereotyp när tränaren inte har inflytande över situationen så saknas hierarki mellan flickorna och pojkarna. Med andra ord, flickor och pojkar agerar som olika grupper, men pojkarna värderas inte högre vare sig i den oövakade simkontexten eller i den av tränaren ledda simträningen. Detta förklarar Musto (2014) med att barnen lär sig att de är jämbördiga i den tränarledda simträningen. Resultaten talar för att det finns en viss överföringseffekt från den strukturerade simträningen där hierarki utmanas och "suddas ut" till den mer könsuppdelade fria interaktionen före, under och efter simpassen (Musto, 2014). Hur stor en sådan överföringseffekt är, har forskningen ännu inte tillräckligt med belegg för att kunna avgöra, men tanken på att idrotten kan ha en positiv jämställdhetseffekt utanför den direkta träningen är intressant, inte minst ur ett samhällsnyttoperspektiv.

En annan studie som bland annat visar på vikten av tränares organisering och ledning av idrottsträning för att främja jämställdhet, är Lyras och Hums (2009) forskning på idrottsprojekt för flickor och pojkar på Cypern. Forskningen visar hur en inkluderande

**Forskningen inom samtränade lagsporter bekräftar att samarbete och lagkänsla är viktiga komponenter för att motverka gränsarbete mellan kvinnor och män.**

idrottspraktik – förutom att barnen lär sig nya saker – främjar interaktion mellan barnen och skapar större acceptans och vänskapsrelationer. Lyras och Hums framhåller samarbete mot ett gemensamt mål som viktig

och samtliga medlemmar i gruppen har en likvärdig status. Forskningen inom samtränade lagsporter bekräftar att samarbete och lagkänsla är viktiga komponenter för att motverka gränsarbete mellan kvinnor och män (Grahm & Berggren Torell, 2014, 2016; Gubby & Wellard, 2016; Larneby, 2016; Segrave, 2016). Det gör även Thorns (1993) forskning på barn i grundskolan.

## Gemensamma erfarenheter som utmanar en manlig norm

Samträning, genom vilken utövarna lär sig om varandras fysiska förutsättningar, kan utmana bilden av manlig överlägsenhet. Mustos (2014) simstudie, som tidigare beskrivits, visar att i situationer där flickor och pojkar simmar mot varandra under träningar, så lär de sig att det inte finns en given utgång i "tävlingen", det vill säga att både pojkar och flickor går segrande ut ur dessa träningstävlingar. Liknande resultat visar en opublicerad delstudie i ett projekt av Grahn (2011) bland äldre ungdomar (16–20 år) som tävlingssimmar. Simmarens träningsprestationer varierade i förhållande till varandra beroende på exempelvis simsätt eller typ av övning (t.ex. benspark eller sammansatt simning med både armtag och benspark). Detta skapar en variation, inte bara utifrån fysisk kapacitet utan även utifrån aspekter som till exempel specialsim sätt och teknik. Däremot visar simmarena i Grahns studie en medvetenhet om att det i maxprestation finns en fysisk skillnad mellan unga kvinnor och män (som av biologiska skäl inte finns bland yngre barn).

Även forskning inom samtränad kampsport exemplifierar hur sporten bidrar till utmaningar av föreställningen om manlig överlägsenhet och en nedvärderande syn på kvinnliga idrottares fysiska kapacitet. Både Channon (2014) och Maclean (2016) framhåller vikten av det fysiska utbytet mellan kvinnor och män i den samtränade idrottspraktiken. Som ett exempel nämner Channon mäns erfarenheter av att sparra mot kvinnliga kampsportare som en aspekt som kan göra att de ändrar sin inställning till att män är överlägsna. Liknande resultat har visats i den traditionellt kvinnliga idrotten cheerleading. Andersons (2008) studie demonstrerar att männen som tidigare var aktiva i amerikansk fotboll fick en helt annan syn på de kvinnliga deltagarnas kapaciteter än vad de hade innan de började utöva cheerleading tillsammans. De fysiska erfarenheter som kvinnor och män får genom att träna tillsammans utmanar inte bara mäns syn på kvinnor utan även kvinnors syn på sin egen kapacitet (Channon, 2014; Paul, 2015; Velija, Mierzwinski, & Fortune, 2013).

**De fysiska erfarenheter som kvinnor och män får genom att träna tillsammans utmanar inte bara mäns syn på kvinnor utan även kvinnors syn på sin egen kapacitet.**

Macleans (2016) forskning inom samtränad karate framhåller vänskapsrelationer som viktiga (jfr Grahn, 2016a; Lyras & Hums, 2009). Gemensamma aktiviteter i ett gemensamt utrymme, och därtill med gemensamma mål att utvecklas inom sporten med hjälp av varandras stöd, skapar kvinnor och män som jämställda träningspartners. En intressant aspekt i Macleans (2016) studie är att samträningen utmanar den könsstereotypa bilden av män som mindre emotionella eller mindre stödjande. Det senare är viktigt för att förändra bilden av maskulinitet inom idrotten, då idrotten traditionellt har visat sig fostra pojkar till en maskulinitet byggd på bland annat aggressivitet, heterosexualitet och tävlingsfokus (se bl.a. Fundberg, 2003; Linghede, 2014a; Wellard, 2002).

## Vikten av ledare och förebilder av underrepresenterat kön

Channons (2014) forskning visar att det är betydelsefullt med erfarna och kompetenta kvinnliga utövare och kvinnliga ledare för flickor/kvinnor inom samtränad kampsport. De bidrar till att utmana synen på sporten som en maskulin aktivitet samtidigt som de synliggör kvinnors kompetens. Duktiga kvinnliga kampsportutövare fungerar även som förebilder för andra flickor/kvinnor. Channon hävdar att det inom en mansdominerad idrott som kampsport även är viktigt med kvinnor i ledande positioner för att synliggöra deras auktoritet inom idrotten. Ett liknande resonemang för Lyras och

Hums (2009), som menar att tillsättandet av kvinnliga tränare för manliga lag skulle vara en tydlig signal om jämställdhet. Lyras och Hums lyfter även att det är viktigt att tränarrepresentationen består av både kvinnor och män för att visa på att det finns en jämlik status i tränarstaben. Detta är naturligtvis inte bara av vikt i samtränad idrott utan även generellt sett inom idrottsrörelsen (Larsson & Svender, 2015). Vikten av kvinnors inflytande över verksamheten har även påpekats av Liechty, Willfong och Sveinson (2016) i den manligt dominerade idrotten amerikansk fotboll. Som nämnts tidigare framhåller även Hovden (2012) att kvinnor på ledande positioner kan bidra till en jämställdhetseffekt i de organisationer som de leder.

## Sammanfattande diskussion och slutsats

Denna forskningsöversikt har visat att det trots utarbetade målsättningar har varit svårt för jämställdheten att nå ut i den konkreta verksamheten, framför allt mätt i formella mått. En bidragande orsak till den långsamma förändringen inom idrotten tycks vara att jämställdhet inte integreras på ett tydligt sätt (Åström, 2011). Jämställdhet verkar kunna vara lite "vad som helst" och så länge ledare distanserar sig från jämställdhet så blir det svårt att skapa reell förändring (Kempe-Bergman, 2014). En nackdel med det arbete som pågår är att det till stor del uppfattats som något som handlar om att jämställa flickor/kvinnor (Kempe-Bergman, 2014; Larsson, Redelius, & Fagrell, 2007; Svender, 2009, 2012). Det innebär att man bortser ifrån att även andra grupper kan missgynnas av genusordningen. Pojkar eller hbtq-personer som inte "passar in" i idrottsrörelsens maskulina heteronorm riskerar att slås ut eller avlägsna sig själva (Darj, Piehl, & Hjelte, 2013; Grahn, 2016b; Linghede, 2014a). I fortsatt arbete med jämställdhetsintegrering står idrottsrörelsen inför en fin balansgång mellan att jobba för formell jämställdhet, till exempel att främja kvinnliga tränare, men samtidigt undvika att göra jämställdhet till en kvinnofråga. Larsson & Svender (2015) framhåller arbete utifrån en dubbel strategi som en möjlig väg: idrottsrörelsen bör dels arbeta för att förändra villkoren för underrepresenterade grupper, dels arbeta för att förändra de normer som gör att en viss grupp blir underrepresenterad eller uppfattas som utanför/avvikande. En ökad representation av underrepresenterat kön är också, som tidigare nämnts, en förutsättning för demokrati inom idrotten och därmed för dess samhällsnytta (Åström, 2011). Det är därför viktigt för idrottsrörelsen att fortsätta arbeta för både formell och reell jämställdhet.

Från den positiva sidan visar den genomgångna forskningen att det finns stora möjligheter att genom särskilda idrottspraktiker nå fram till mer reella mål såsom att värdera kvinnlig och manlig idrott likvärdigt. Eftersom stora delar av forskningen inom området har gjorts med kvalitativa metoder är det svårt att generalisera enskilda resultat till hela idrottsrörelsen. Det är därför viktigt att se den kunskap som genererats som just exempel på hur jämställda idrottspraktiker kan skapas. Sammantagna kan dock forskningsresultaten ge en mer övergripande bild av aspekter som ses som positiva för en mer jämställd idrott. Inom ramen för specifika idrottsliga praktiker bidrar idrotten till många positiva aspekter för dem som utövar den. Genom empowerment kan idrotten inte bara stärka idrottarna själva utan också bidra till att utmana könsnormer (Raisborough & Bhatti, 2007), detta genom att idrotten genererar starka och funktionella kroppar (Grahn, 2016a), bidrar till en positiv kroppssyn (Lunde & Frisén, 2011; Strandbu & Hegna, 2006), utmanar könsstereotypa kroppsideal (Adams, m.fl., 2005; Grahn, 2016a; Harris, 2005; Krane, 2001; Ross & Shinew, 2008; Porter, Morrow, & Reel, 2013), utmanar traditionell maskulinitet (Anderson,

2008; Light, 2007; Maclean, 2016), samt utmanar heteronormer (Anderson, 2011; Darj, Piehl, & Hjelte, 2013; Hellborg, 2011; Liechty, Willfong, & Sveinson, 2016; Linghede & Redelius, 2009). Det kan naturligtvis diskuteras om detta är till nytta för samhället eller bara för den enskilda idrottaren. Vissa forskare menar att det är svårt att visa på en effekt utöver individuell empowerment (Musangeya & Mucheche, 2013; Velija, Mierzwinski, & Fortune, 2013), medan andra menar att idrott även skapar kollektiv empowerment (Blinde, Taub, & Han, 1994; Elendu & Orunaboka, 2011; Liechty, Willfong, & Sveinson, 2016; Lindgren, Patriksson, & Fridlund, 2002). För att bidra med en effekt utöver individen själv föreslår Liimakka (2011) därför att fysisk aktivitet bör kombineras med feministisk kunskap. Inom idrotten skulle sådan kunskap kunna skapas genom utbildning av både aktiva och tränare/ledare.

I denna översikt har samtränad idrott förts fram som en utmaning mot genusordningen. Detta genom att den bygger på likhet snarare än olikhet. Samträning är dock, som nämnts, ingen garanti för jämställdhet. Larsson och Johansson (2012) menar att idrottens tävlingsstruktur/regler lär barn att flickor och pojkar inte ska mäta sig mot varandra. Samtränad idrott kan dock, enligt forskningen, bidra till andra lärodomar genom att flickor/kvinnor och pojkar/män lär sig att vara jämbördiga träningskamrater. Goda förutsättningar för jämställda relationer är en gemensam identifiering som just idrottare (Channon, 2013; Dashper, 2012a; de Haan, Sotiriadou, & Henry, 2016; Maclean, 2016) samt träningspraktiker som organiseras och leds på ett sätt som skapar avslappnad interaktion mellan deltagarna (Grahn & Berggren Torells, 2014, 2016; Musto, 2014). Här framhålls samarbete, lagkänsla och gemensamma mål som viktigt för att skapa god interaktion mellan flickor/kvinnor och pojkar/män (Lyras & Hums, 2009; Grahn & Berggren Torell, 2014; Gubby & Wellard, 2016; Larneby, 2016; Segrave, 2016). Vidare har erfarenheter som flickor/kvinnor och pojkar/män gör tillsammans, dels genom att skapa vänskapsrelationer (Maclean, 2016; Lyras & Hums, 2009), dels genom att erfa sin egen och andra idrottares kroppsliga eller tekniska kapaciteter (Channon, 2013, 2014; Channon & Jennings, 2013; Grahn & Berggren Torell, 2014, 2016; Musto, 2014), visat sig vara viktiga för att utmana en manlig norm. Om samträningen ska ha en positiv effekt ur jämställdhetshänseende så behöver idrotten organiseras och ledas på ett genusmedvetet sätt. Detta så att gränser mellan flickor/kvinnor och pojkar/män rivs ner snarare än byggs upp. Här har tränarna en viktig roll.

Avslutningsvis så har idrotten ett stort och viktigt uppdrag framför sig för att värna om och ytterligare utveckla jämställdheten. Först när idrotten är jämställd kan den skapa ett samhälleligt mervärde som kan komma till nytta för både kvinnor och män.

## Referenser

- Adams, N., Schmitke, A., & Franklin, A. (2005). Tomboys, dykes, and girlygirls: Interrogating the subjectivities of adolescent female athletes. *Women's Studies Quarterly: Women and Sports*, 33, 17–34.
- Anderson, E. (2008). "I used to think women were weak": Orthodox masculinity, gender segregation, and sport. *Sociological Forum*, 23, 257–280.
- Anderson, E. (2011). Updating the outcome: Gay athletes, straight teams, and coming out in educationally based sport teams. *Gender & Society*, 25, 250–268.
- Andreasson, J. (2007). *Idrottens kön: Genus, kropp och sexualitet i lagidrottens vardag* (Doktorsavhandling). Lund: Lunds Universitet.
- Athenstaedt, U., Haas, E., & Schwab, S. (2004). Gender role self-concept and gender-typed communication behavior in mixed-sex and same-sex dyads. *Sex Roles*, 50, 37–52.

- Azzarito, L. (2010). Future girls, transcendent femininities and new pedagogies: Toward girls' hybrid bodies? *Sport, Education and Society*, 15, 261–275.
- Blinde, E. M., Taub, D. E., & Han, L. (1994). Sport as a site for women's group and societal empowerment: Perspectives from the college athlete. *Sociology of Sport Journal*, 11, 51–59.
- Channon, A. G. (2013). Enter the discourse: Exploring the discursive roots of inclusivity in mixed-sex martial arts. *Sport in Society*, 16, 1293–1308.
- Channon, A. G. (2014). Towards the "undoing" of gender in mixed-sex martial arts and combat sports. *Societies*, 4, 587–605.
- Channon, A. G., & Jennings, G. (2013). The rules of engagement: Negotiating painful and "intimate" touch in mixed-sex martial arts. *Sociology of Sport Journal*, 30, 487–503.
- Channon, A., Dashper, K., Fletcher, T., & Lake, R. J. (2016). The promises and pitfalls of sex integration in sport and physical culture. *Sport in Society*, 19, 1111–1124.
- Coakley, J. & Pike, E. (2014). *Sports in society. Issues and controversies* (2 ed.). London: Mc Graw Hill Education.
- Connell, R. (1987). *Gender and power: Society, the person and sexual politics*. Cambridge: Polity & Blackwell.
- Darj, F., Piehl, M. & Hjelte, F. (2013). *HBTQ- och idrott* (FoU-rapport 2013:1), Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Dashper, K. (2012a). Together, yet still not equal? Sex integration in equestrian sport. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 3, 213–225.
- Dashper, K. (2012b). 'Dressage is full of queens!' Masculinity, sexuality and equestrian sport. *Sociology*, 46, 1109–1124.
- Elendu, I. C. & Orunaboka, T. T. (2011). Sport as an institution for gender stereotype challenge and women empowerment: A reflection on Nigerian elite sportswomen at the Olympics. *The Shield*, 6, 57–69.
- Engström, L-M. (1989). *Idrottsvanor i förändring* (Rapport 1989:1). Stockholm: HLS.
- Fundberg, J. (2003). *Kom igen, gubbar!: Om pojkfotboll och maskuliniteter*. (Doktorsavhandling). Stockholm: Carlsson.
- Gilenstam, K., Karp, S. & Henriksson-Larsén, K. (2008). Gender in ice hockey: Women in a male territory. *Scand J Med Sci Sports*, 18, 235–249.
- Grahn, K. (2016a). Gendered body ideals in Swedish competitive youth swimming: Negotiating and shifting symbolic boundaries. *Sport in Society*, 19, 680–681.
- Grahn, K. (2016b). Gendered ideals and sports coaching: Reflections on the male as 'the centre' of sports in relation to child sports. In S. Brownhill, J. Warin & I. Wernersson (Red.). *Men, Masculinities and Teaching in Early Childhood Education: International perspectives on gender and care*. London: Routledge.
- Grahn, K. (2011). *Idrottens genuskonstruktörer. Tränares och aktivas skapande av genus i tal och handling*. Hämtad från <http://iki.gu.se/forskning/pagaende/idrottens-genuskonstruktörer>
- Grahn, K., & Berggren Torell, V. (2014). *Barndom och genus i Idrottslyftsprojekt på skoltid*. Stockholm: Riksidrottsförbundet. Hämtad från <http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/barn-och-ungdom/idrottslyftet/barndom-och-genus-i-idrottslyftsprojekt-pa-skoltid.pdf>
- Grahn, K., & Berggren Torell, V. (2016). Negotiations of gender discourse: Experiences of co-education in a Swedish sports initiative for children. *Sport in Society*, 19, 1186–1201.
- Gubby, L., & Wellard, I. (2016). Sporting equality and gender neutrality in korfbal. *Sport in Society*, 19, 1171–1185.
- de Haan, D., Sotiriadou, P., & Henry, I. (2016). The lived experience of sex-integrated sport and the construction of athlete identity within the Olympic and Paralympic equestrian disciplines. *Sport in Society*, 19, 1249–1266.
- Harris, J. (2005). The image problem in women's football. *Journal of Sport & Social Issues*, 29, 184–197.
- Hedenborg, S., Jonasson, K., Peterson, T., Schenker, K., & Tolvhed, H. (2012). *Idrottslyftets externa utvärdering*. Svenska Klätterförbundet, Svenska Orienteringsförbundet, Svenska Ridsportförbundet, Svenska Simförbundet och Svenska Taekwondoförbundet. Stockholm: Riksidrottsförbundet. Hämtad 2016-12-15 från <http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/forskning/idrottslyftet/utvarderingar/malmo-hogskola-utvardering.pdf>
- Hellborg, A-M. (2011). Öppet lesbiska kvinnors erfarenhet av lagidrott (Magisteruppsats). Malmö: Malmö högskola.



- Hinic, H., & Lostin, H. (2012). Starka män söker kvinnor. *Svensk idrottsforskning*, 1, 59–62.
- Hovden, J. (2012). Demokrati eller hegemoni? I J. Hvenmark (Red.), *År idrott nyttig? En antologi om idrott och samhällsnytta* (s. 164–193). Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Hvenmark, J. (2012). Introduktion. I J. Hvenmark (Red.), *År idrott nyttig? En antologi om idrott och samhällsnytta* (s. 8–29). Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Jones, R. L., Glintmeyer, N., & McKenzie, A. (2005). Slim bodies, eating disorders and the coach-athlete relationship: A tale of identity creation and disruption. *International Review for the Sociology of Sport*, 40, 377–391.
- Kempe-Bergman, M. (2014). *Man talar om jämställd idrott. Om jämställdhetssamtal med manliga idrottsledare och förutsättningar för jämställd idrott* (Doktorsavhandling). Stockholm: GIH.
- Krane, V. (2001). We can be athletic and feminine, but do we want to? Challenging hegemonic femininity in women's sport. *Quest*, 53, 115–133.
- Lake, R. J. (2016). 'Guys don't whale away at the women': Etiquette and gender relations in contemporary mixed-doubles tennis. *Sport in Society*, 19, 1214–1233.
- Larneby, M. (2016). Transcending gender hierarchies? Young people and floorball in Swedish school sport. *Sport in Society*, 19, 1202–1213.
- Larsson, H. (2001). *Iscensättningen av kön i idrott: En nutidshistoria om idrottsmannen och idrottskvinnan* (Doktorsavhandling). Stockholm, HLS förlag.
- Larsson, H. (2003). A history of the present on the "sportsman" and the "sportswoman". *Qualitative Social Research* 4, Atr. 9. Hämtad 2015-03-02 från <http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/751>
- Larsson, H., & Johansson, S. (2012). Idrottstävlingar skapar kön. *Svensk idrottsforskning*, 1, 27–29.
- Larsson, H., & Svender, J. (2015). Att utveckla idrott med ett genusperspektiv. I J. Fahlén & S. Karp (Red.) *Idéer för idrottsutveckling*. (s. 77–92). Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Larsson, H., Redelius, K., & Fagrell, B. (2007). "Jag känner inte för att bli en ... kille." Om heteronormativitet i ämnet idrott och hälsa. *Utbildning & Demokrati*, 16, 113–138. Hämtad 2015-03-02 från <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:736/FULLTEXT01.pdf>
- Larsson, H., Redelius, K., & Kempe-Bergman, M. (2012). Idrottslyftets externa utvärdering. *Svenska Badmintonförbundet, Svenska Bordtennisförbundet, Svenska Fotbollförbundet och Svenska Volleybollförbundet*. Stockholm: Riksidrottsförbundet. Hämtad 2016-12-15 från <http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/forskning/idrottslyftet/utvarderingar/gih-utvardering.pdf>
- Liechty, T., Willfong, F., & Sveinson, K. (2016). Embodied experiences of empowerment among female tackle football players. *Sociology of Sport Journal*, 33, 305–316.
- Light, R. (2007). Re-examining hegemonic masculinity in high school rugby: The body, compliance and resistance. *Quest*, 59, 323–338.
- Light, R., & Kirk, D. (2000). High school rugby, the body and the reproduction of hegemonic masculinity. *Sport, Education and Society*, 5, 163–176.
- Liimakka, S. (2011). I am my body: Objectification, empowering embodiment, and physical activity in women's studies students' accounts. *Sociology of Sport Journal*, 28, 441–460.
- Lindgren, E.-C., Patriksson, G., & Fridlund, B. (2002). Empowering young female athletes through a self-strengthening programme: A qualitative analysis. *European Physical Education Review*, 8, 230–248.
- Linghede, E. (2014a). *Heteronormativitet och gränsöverskridanden inom elitidrotten* (FoU-rapport 2014:5). Stockholm: Riksidrottsförbundet. Hämtad 2017-01-24 från: <http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/forskning/hb-och-elitidrott-fou-2014.pdf>
- Linghede, E. (2014b). "Jag är en normal kille liksom." Att göras och göra sig till kille inom ridsporten. *Idrottsforskaren*, 3, 41-47. Hämtad 2017-02-03 från: [http://svebi.se/pdf/er/idrottsforskaren/2014/idrottsforskaren\\_nr3.pdf](http://svebi.se/pdf/er/idrottsforskaren/2014/idrottsforskaren_nr3.pdf)
- Linghede, E., & Redelius, K. (2009). Heteronormativiteten och dess sprickor: Iscensättningar av kön och sexualitet inom idrotten. *SVEBIS årsbok*, 103–124. Lund: Svebi.
- Lunde, C., & Frisén, A. (2011). Man mår bättre, får mer muskler och ser bättre ut. *Svensk Idrottsforskning*, 20, 24–28.
- Lyras, A., & Hums, M. A. (2009). Sport and social change. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 80, 7–21.
- Maclean, C. (2016). Friendships worth fighting for: Bonds between women and men karate practitioners as sites for deconstructing gender inequality. *Sport in Society*, 19, 1374–1384.

- McMahon, J., Penney, D., & Dinan-Thompson, M. (2012). Body practices – Exposure and effect of a sporting culture? Stories from three Australian swimmers. *Sport, Education and Society*, 17, 181–206.
- Michael, B. (2015). 'Just don't hit on me and I'm fine': Mapping high school wrestlers' relationship to inclusive masculinity and heterosexual recuperation. *International Review for the Sociology of Sport*, 8, 912–928.
- Moore, V. A. (2003). Race, risk, and the emergence of gender boundaries: Kids crossing boundaries in summer camps. *Qualitative Sociology*, 16, 173–198.
- Musangeya, E. E., & Muchechetere, J. (2013). Empowering girls and young women through sport: A case study of Zimbabwe's YES programme. *The International Journal of Sport and Society*, 3, 79–90.
- Musto, M. (2014). Athletes in the pool, girls and boys on deck: The contextual construction of gender in coed youth swimming. *Gender & Society*, 28, 359–380.
- Neves, C. M., Filgueiras Meireles, J. F., Berbert de Carvalho, Pedro Henrique, B. C., Schubring, A., Barker-Ruchti, N., & Caputo Ferreira, M. E. (2016). Body dissatisfaction in women's artistic gymnastics: A longitudinal study of psychosocial indicators. *Journal of Sports Sciences, e-publicerad innan tryck*, 1–7. doi:10.1080/02640414.2016.1235794
- Norberg, J. (2015). *Statens stöd till idrotten. Uppföljning 2014* (2015:1). Stockholm: Centrum för idrottsforskning. Hämtad 2016-12-15 från: <http://centrumforidrottsforskning.se/wp-content/uploads/2015/05/Statens-stod-till-idrotten-uppfoljning-2014.pdf>
- Paechter, C. (2007). *Being boys, being girls. Learning masculinities and femininities*. Berkshire: McGraw-Hill.
- Paul, J. (2015). Sport and bodily empowerment: Female athletes' experiences with roller derby, mixed martial arts, and rugby. *Journal of Alternative Perspectives in the Social Sciences*, 6, 402–438.
- Porter, R. R., Morrow, S. L., & Reel, J. J. (2013). Winning looks: Body image among adolescent female competitive swimmers. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 5, 179–195.
- Raisborough, J., & Bhatti, M. (2007). Women's leisure and auto/ biography: Empowerment and resistance in the garden. *Journal of Leisure Research*, 39, 459–476.
- Riksidrottsförbundet (2009). *Idrotten vill – Idrottsrörelsens idéprogram*. Hämtad 2016-12-08 från [http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/barn-och-ungdom/idrottenvill\\_2009\\_webbversionny\\_lc3a5g5b15d.pdf](http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/barn-och-ungdom/idrottenvill_2009_webbversionny_lc3a5g5b15d.pdf)
- Riksidrottsförbundet (2011). *Jämställdhetsmål*. Hämtad 2016-12-08 från <http://www.rf.se/jamstallldhet/Jamstallldhetsmal/>
- Riksidrottsförbundet (2015). *Statistik insamlad från specialidrottsförbund (SF) 2015*. Hämtad från 2016-12-08 från <http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/jamstallldhet/sf-statistik-jamstallldhet-representation-for-2015.pdf>
- Riksidrottsförbundet (2016). *Idrotten en del av uppväxten*. Hämtad 2016-12-08 från <http://www.rf.se/Barn-ochungdomsidrott/>
- Ricciardelli, L. M., McCabe, & Ridge, D. (2006). The construction of the adolescent male body through sport. *Journal of Health Psychology*, 11, 577–587.
- Ross, S. R., & Shinew, K. J. (2008). Perspectives of women college athletes on sport and gender. *Sex Roles*, 58, 40–57.
- Rönnbäck, J. (2015). *Det är väl typiskt tjejer : Om basket, kropp och femininitet* (Doktorsavhandling). Malmö Högskola.
- Segrave, J. O. (2016). Challenging the gender binary: The fictive and real world of quidditch. *Sport in Society*, 19, 1299–1315.
- Skolverket (2016 [reviderad upplaga]). *Läroplan för grundskolan, förskoleklass och fritidshemmet 2011*. Hämtad 2016-12-05 från [https://www.skolverket.se/om-skolverket/publikationer/visa-enskild-publikation?\\_xurl\\_=http%3A%2F%2Fwww5.skolverket.se%2Fwtpub%2Fws%2Fskolbok%2Fwpubext%2Ftrycksak%2FRecord%3Fk%3D2575](https://www.skolverket.se/om-skolverket/publikationer/visa-enskild-publikation?_xurl_=http%3A%2F%2Fwww5.skolverket.se%2Fwtpub%2Fws%2Fskolbok%2Fwpubext%2Ftrycksak%2FRecord%3Fk%3D2575)
- Stiebling, M. T. (1999). Practicing gender in youth sports. *Visual Sociology*, 14, 127–144.
- Strandbu, Å., & Hegna, K. (2006). Experiences of body and gender identity among young female Norwegian basketball players. *Sport in Society*, 9, 108–127.
- Svender, J. (2009). Idrottsrörelsens satsning på flickor – en kontraproduktiv åtgärd? *Svensk Idrottsforskning*, 1, 34–37.
- Svender, J. (2012). *Så gör(s) idrottande flickor: Iscensättningar av flickor inom barn- och ungdomsidrotten* (Doktorsavhandling). Stockholm: Stockholms universitet.

- Thorne, B. (1990). Children and gender: Constructions of difference. I L. Rhode (Red.), *Theoretical perspectives on sexual difference* (s. 100–113). London: Yale University press.
- Thorne, B. (1993). *Gender play: Girls and boys in school*. Buckingham: Open University Press.
- Vaagbø, O., Loland, S., & Kristiansen, P. (2003). Evaluering av etikk og verdiarbeidet i NIF 1993–2003. Oslo: Norges idrettshøgskole Senter for oppdragsforskning og kunnskapsbaserte tjenester, 2003.
- Velija, P., Mierzwinski, M., & Fortune, L. (2013). 'It made me feel powerful': Women's gendered embodiment and physical empowerment in the martial arts. *Leisure Studies*, 32, 524–541.
- Wellard, I. (2002). Men, sport, body performance and the maintenance of 'exclusive masculinity'. *Leisure Studies*, 21, 235–247.
- Wickman, K., Karp, S., Eliasson, I., Fahlén, J., & Löfgren, K. (2012). Myrsteget mot en jämställd idrott. *Svensk Idrottsforskning*, 3, 10–14.
- Winiarska, A., Jackson, L., Mayblin, L., & Valentine, G. (2016). 'They kick you because they are not able to kick the ball': Normative conceptions of sex difference and the politics of exclusion in mixed-sex football. *Sport in Society*, 19, 1332–1348.
- Åström, G. (2011). *Utvärdering av Riksidrottsförbundets jämställdhetsarbete mellan åren 2005–2010* (FoU-rapport 2011:1). Stockholm: Riksidrottsförbundet.



# 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