



# Vår idrott – eller deras?

Unga idrottares perspektiv på delaktighet

# Vår idrott – eller deras?

Unga idrottares perspektiv på delaktighet

Karin Redelius & Inger Eliasson



Riksidrottsförbundet

**FoU-rapport 2022:2**

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

Författare: Karin Redelius, Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH)  
& Inger Eliasson, Umeå universitet

Formgivning: Catharina Grahn, ProduGrafia

Foto omslag: Bildbyrå

ISBN: 978-91-87385-35-3

# Innehåll

<b>Förord</b>	4
<b>Författarnas tack</b>	5
<b>Sammanfattning</b>	6
<b>Inledning och bakgrund</b>	7
Motiv till studien	7
Tidigare forskning om unga idrottares delaktighet	10
<b>Utgångspunkter</b>	14
Definitioner av delaktighet	14
Delaktighet som stege eller plattform	15
Unga idrottare kan och vill påverka	15
Unga idrottare är situerade	15
Tränare har en överordnad position	16
Syfte och frågeställningar	16
<b>Metod</b>	17
Urval av unga idrottare	17
Genomförande och analys	18
<b>Resultat: Unga idrottares perspektiv på delaktighet</b>	19
Vad kännetecknar de unga idrottarna?	19
Unga idrottares upplevelse av inkludering och gemenskap (social delaktighet)	21
Unga idrottares upplevelse av inflytande (politisk delaktighet)	23
Villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten	27
<b>Diskussion</b>	34
Studiens tillförlitlighet	34
Är unga idrottares rätt till delaktighet säkerställd?	35
På vilken nivå är unga idrottare delaktiga?	35
Vad kräver den tävlingsidrottsliga delaktigheten?	36
Är tränares ord eller barnkonventionen lag?	37
<b>Slutsatser</b>	40
<b>Referenser</b>	42
<b>Bilagor</b>	44

# Förord

Idrottsrörelsen vill göra mer för att stärka barns och ungdomars delaktighet. I våra föreningar ska de kunna göra sin röst hörd, bli lyssnade till och ha möjlighet att forma och ta ansvar för den verksamhet de är en del av. Visst, det är stora och förpliktande ord. Men när vår strävan är att idrottsrörelsen ska utvecklas och utformas av dess aktiva, då behöver barn och ungdomar ha inflytande över hur detta bäst låter sig göras.

Inför att Barnkonventionen skulle bli en del av svensk lagstiftning påtalade en statlig utredning generella brister vad gäller att ta tillvara och respektera barns åsikter. Också inom idrottsrörelsen såg vi svagheter och tillkortakommanden.

I ljuset av detta är FoU-rapporten *Vår idrott – eller deras? Unga idrottares perspektiv på delaktighet* ett viktigt kunskapsbidrag. Genom att skilja på olika former av delaktighet – och låta idrottsrörelsens unga själva komma till tals – identifierar forskarna Karin Redelius och Inger Eliasson betydande utmaningar i den idrottsliga praktiken.

Vi som är vuxna förväntas i högre grad lyssna på och ta till oss av ungdomarnas uppfattningar och erfarenheter. Vi behöver vara öppna för att göra annorlunda.

Inte minst gäller det att utmana normer kring resultat och prestation inom ungdomsidrotten. Det tycks nu vara dags att höja våra ambitioner ytterligare. Att i större utsträckning låta unga påverka idrottsrörelsens former och villkor och skapa möjligheter för dem att bli verkligt delaktiga.

Trevlig läsning!

*David Gustafsson*  
Verksamhetsområdeschef,  
idrottsutveckling

*Malin Träff*  
Ansvarig, barn-  
och ungdomsidrott

*Andreas Linderyd*  
Ansvarig, forskning  
och utveckling (FoU)

# Författarnas tack

Vi vill rikta ett stort tack till alla 426 föreningsidrottande ungdomar som deltagit och besvarat enkäten. Vi vill också tacka föreningsledare och tränare i Stockholm och Västerbotten som informerat om studien och hjälpt till att distribuera enkäten till ungdomar. Stockholms Gymnastikförbund, Stockholms Innebandyförbund och Stockholms Ishockeyförbund har också medverkat till att sprida information och enkäter till unga idrottare, så ett varmt tack även till er.

Riksidrottsförbundet och Centrum för idrottsforskning har beviljat medel för studien, och utan det stödet hade denna undersökning inte kunnat genomföras. Tack för möjligheten att bidra till kunskapsutvecklingen om unga idrottares perspektiv på delaktighet.

*Karin Redelius & Inger Eliasson*

# Sammanfattning

Den svenska idrottsrörelsen är en stor ungdomsrörelse. Tusentals barn och ungdomar idrottar inom ramen för en förening och de utgör en betydande del av idrotten. Frågan är om de också är delaktiga i idrott. Att vara delaktig och ha inflytande är en rättighet. Idrottsrörelsen vill vara en skola i demokrati och delaktighet främjar lärande. Därför borde unga idrottares delaktighet vara självklara. Tidigare undersökningar vittnar dock om att deras rätt till delaktighet inte tillgodoses i särskilt hög grad – ungas röster hörs svagt eller inte alls. I den här studien tar vi avstamp i att möjligheten till delaktighet verkar variera, och att mer kunskap behövs om vad som påverkar unga idrottares rätt att vara delaktiga.

En utgångspunkt i studien är att delaktighet är en del av demokratibegreppet och att det därmed har en bred betydelse som inbegriper både inflytande och inkludering. Vi skiljer på olika former av delaktighet – en politisk, en social och en tävlingsidrottslig delaktighet. Den politiska delaktigheten handlar om rätten till inflytande och att ha en ”röst”. Den sociala delaktigheten handlar om rätten att vara inkluderad och ingå i en gemenskap. Alla har rätt att vara medlem i en förening och för många finns också möjlighet att ingå i ett sammanhang där tränings- och tävlingsdeltagande ingår i medlemskapet. Med stigande ålder tenderar dock föreningsidrott att bli allt mer prestations- och resultatnriktad och därmed är den delaktighet som innebär att bli uttagen till tävlingar och matcher inte lika självklar för alla. Därför riktas blicken också mot det vi valt att kalla tävlingsidrottslig delaktighet.

Syftet är att undersöka unga idrottares upplevelser av social, politisk och tävlingsidrottslig delaktighet och att analysera villkoren för delaktighet i föreningsidrott. Målsättningen är att bidra med kunskap som kan leda till att unga föreningsidrottares rätt till delaktighet och inflytande säkerställs, vilket i sin tur kan leda till att fler unga idrottare fortsätter med föreningsidrott.

Sammantaget deltar 426 idrottare i åldern 15–17 år. Ungdomarna är föreningsaktiva i Stockholmsområdet och Västerbotten i fyra olika idrotter: gymnastik (57), fotboll (116), innebandy (120) och ishockey (133). Ungefär var fjärde ingår i ett akademilag eller en utvald tävlingsgrupp. Ungdomarna medverkar genom att besvara en webbenkät som innehåller ett fyrtiotal frågor.

Ett viktigt resultat är att ungas delaktighet är tvetydig; den är både stor och liten på samma gång. Unga idrottare upplever i stor utsträckning social delaktighet, i mindre utsträckning politisk delaktighet (vissa mer än andra), och de kan i liten eller ingen utsträckning alls påverka den tävlingsidrottsliga delaktigheten. De ungdomar som menar att de tillhör de bästa i laget eller gruppen, upplever i högre grad att de har stort inflytande och alltid är delaktiga. När det gäller viktiga frågor, såsom träningsfrekvens, träningsinnehåll, laguttagning och spelsystem, så har unga idrottare lite att säga till om. Tränare bestämmer i allt väsentligt över idrottens utformning.

Att aktivt verka för att idrottande barn och ungdomar är mer delaktiga och har större inflytande över sin idrott framstår som en ödesfråga för idrottsrörelsen. Här finns stor potential till förbättring.

# Inledning och bakgrund

Titeln på den här rapporten är inspirerad av ett intervjusvar från en ung idrottare som deltog i en tidigare studie. En tonårskille får frågan ”Vad tycker du om att tävla?” och han svarar: ”Jag gillar det egentligen inte alls men man måste ju tävla för att få vara med i deras idrott.” *Deras idrott* – vad menar han? Uppenbarligen känner den här unga killen inte att han har inflytande över eller bestämmer villkoren för sitt idrottande. Att vissa åtaganden är förknippade med att föreningsidrotta är rimligt, men uttrycket ”för att få vara med i deras idrott” väcker frågor om hur delaktiga unga är och vilket inflytande de har över sitt idrottande. Känner många ungdomar som den här idrottskillen; att idrotten är någon annans, inte *vår* utan *deras*? Är det de vuxna som i så hög grad bestämmer spelreglerna, att det är *deras* match de unga spelar, *deras* tävling de deltar i? Vilket inflytande upplever ungdomar att de har över *sin* träning och *sitt* tävlande?

För att öka kunskapen om unga föreningsidrottares perspektiv på delaktighet genomförde vi en undersökning med 426 ungdomar i åldern 15–17 år. Resultaten redovisas i den här rapporten. Den är disponerad på följande vis: Först beskriver vi motiven för att undersöka ungas delaktighet i idrott och vilken forskning som redan finns på området. Därefter redogör vi för utgångspunkterna för studien och med vilka perspektiv vi tolkar resultaten. Vi beskriver även hur vi går till väga i undersökningen och vilka de deltagande ungdomarna är. Resultaten som belyser unga idrottares delaktighet följer därpå, och slutligen diskuterar vi villkoren för unga föreningsidrottares möjligheter att vara delaktiga.

## Motiv till studien

### Delaktighet är en demokratisk rättighet

Den svenska idrottsrörelsen är en stor ungdomsrörelse. Tusentals barn och ungdomar idrottar varje vecka inom ramen för en förening och de utgör en betydande *del av* idrotten, men frågan är om de också är *delaktiga i* idrott. Unga idrottare har all rätt att vara delaktiga. Barnrättsperspektivet är en viktig utgångspunkt i de idrottspolitiska målen och är inskrivet i regeringens förordning om statsbidrag till idrottsverksamhet (Sveriges riksdag, 1999:1177). I förordningen betonas särskilt vikten av att ge unga inflytande: ”Statsbidraget ska stödja verksamhet som bedrivs ur ett barnrättsperspektiv, bland annat genom att öka barns och ungdomars inflytande över och ansvar för sitt idrottande” (4 §). Ett sådant perspektiv utgår från FN:s konvention om barnets rättigheter, barnkonventionen, som också är en del av svensk lagstiftning. En av de grundläggande principerna är att barn – alla under 18 år – har rätt att komma till tals och att få sina åsikter beaktade i frågor som rör dem, med hänsyn tagen till ålder och mognad (Förenta Nationerna, 1989, se artikel 12). Frågor som handlar om hur barn- och ungdomsidrott ska utformas i praktiken berör i hög grad unga idrottare.

I Riksidrottsförbundets (RF) stadgar (1 kap, 1 §) och i idéprogrammet *Idrotten Vill* (Riksidrottsförbundet, 2019, s. 7) anges följaktligen att utformningen av



idrott för barn och ungdomar ska utgå från ett barnrättsperspektiv och följa barnkonventionen. Därmed ska det idrottande barnet:

” [...] ges utrymme att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör denne. Idrottarens åsikter ska beaktas i förhållande till dennes ålder och mognad, så att den aktiva får vara med och påverka verksamheten (Riks-idrottsförbundet, 2019, s. 15).

Av *Idrotten Vill* framgår också att demokrati och delaktighet är en av fyra grundprinciper som tillsammans utgör idrottsrörelsens värdegrund. Dessa principer är inte vilka som helst utan de är ”beslutade av RF-stämman, de ingår i RF:s stadgar och är vägledande för all verksamhet som bedrivs inom ramen för RF:s medlemsförbund och deras föreningar” (s. 3). I beskrivningen av värdegrundsparet demokrati och delaktighet framkommer vidare att delaktighet innebär ”att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet” (s. 4). Dessutom uttrycks det tydligt att Idrottsrörelsen ”vill att barn och unga ges *mycket stora möjligheter* att både göra sin röst hörd och att påverka den verksamhet de är en del av (s. 3, vår kursivering). Att det på policynivå anses viktigt att barn och unga får vara med och utforma sin egen verksamhet råder det inget tvivel om. Tvärtom, det är uttryckligen formulerat, vilket framgår av ännu ett citat från nämnda dokument: ”Idrottsrörelsen vill vara en skola i demokrati för barn och unga, där ungas åsikt ska beaktas och medverkan möjliggöras i förhållande till barnets ålder och mognad” (s. 11).

Idrottande barn och ungdomar ska alltså ha möjlighet att vara delaktiga därför att det är en grundläggande demokratisk rättighet uttryckt i FN:s barnkonvention och i RF:s stadgar. Mot den bakgrunden är det angeläget att ställa frågor om så är fallet. Därutöver finns det även andra skäl till att rikta fokus mot unga idrottares delaktighet.

## Delaktighet främjar lärande

En anledning till att unga idrottare borde vara delaktiga har med pedagogik och lärande att göra. Att barn och ungdomar känner att de utvecklas i sin idrott och att de lär sig nya saker är ett viktigt incitament för att de ska vilja fortsätta (Thedin Jakobsson, 2015). Frågan är hur en optimal utvecklingsmiljö skapas där unga idrottare utmanas, utvecklas och lär. I många teorier om lärande, alltså antaganden om hur vi människor bäst lär och utvecklas, är delaktighet en central aspekt (Säljö, 2021). Rätt utformad undervisning eller träning kan underlätta lärande, men all form av undervisning leder inte med automatik till lärande. Den som undervisas eller tränas behöver själv tolka och förstå vad undervisningen eller träningen innebär; hen måste tillägna sig kunskapen och göra den till ”sin”. Lärande ses med andra ord som en aktiv handling, vilket förutsätter att individen, i det här fallet den unga idrottaren, är delaktig i sitt eget lärande.

Inom pedagogisk idrottsforskning förordas ett tränar- och ledarskap som präglas av dialog och ett utforskande arbetssätt (Light & Harvey, 2017; Larsson, 2020). I en sådan miljö diskuterar tränare och aktiva tillsammans hur träningen ska läggas upp och vilket innehåll den bör ha för att utveckla den idrottsliga förmågan. Idrottares utforskande, känslor, upplevelser och erfarenheter tas till vara och utgör grunden för nästa steg i träningen. En sådan pedagogik kan även

leda till att de aktiva blir mer uppmärksamma på sitt eget lärande; de ”lär sig hur de själva lär”. Genom att de görs delaktiga i sin egen rörelseutveckling kan de själva bidra till att förbättra sin idrottsliga förmåga. Idrottsutövare blir med den formen av pedagogik mindre beroende av en tränares blick för att kunna korrigera sina egna rörelser. Den kunskapen är viktig att ha i många sammanhang som involverar idrottsligt lärande, och den ligger i linje med vad som uttrycks i idrottsrörelsens idéprogram:

” I ungdomsidrotten ska individerna ges möjlighet att utvecklas till att bli sin egen bästa coach och därigenom ges större utrymme att själva påverka den verksamhet de är delaktiga i (Riksidrottsförbundet, 2019, s. 15).

En sådan utforskande ansats där en ung idrottare blir delaktig i sitt eget lärande, vilket är en förutsättning för att kunna bli ”sin egen bästa coach”, kan benämnas *positiv pedagogik* (Light & Harvey, 2017). Den formen av pedagogik är en reaktion mot vedertagna behavioristiska coachingmodeller som präglas av envägskommunikationen, direkta instruktioner från tränare till adept, och av synsättet att tränaren är ”expert” och ”allvetare”. Pedagogiken kännetecknas istället av att tränare och unga tillsammans diskuterar hur träningen ska utformas.

Är det så det går till – uppmuntras unga att komma med synpunkter och tas deras åsikter till vara vid utformningen av träning och tävling? Daryl Siedentop, en välkänd och erfaren amerikansk forskare och lärare, hävdade redan för 20 år sedan att så sällan är fallet. Tvärtom, menade han: ”Models of coaching throughout the world tend to emphasize coach control of athletes that limits their independence and decision-making” (Siedentop, 2002, s. 397). Hur ser det ut i den svenska ungdomsidrotten idag; i vilken utsträckning är unga idrottare med och bestämmer träningsfrekvens, innehåll och vilka tävlingar de ska delta i, och i vilken mån görs de delaktiga i sitt eget lärande? Det är angelägna frågor som ungdomarna som deltar i studien till viss del tar ställning till.

Ännu ett skäl till att delaktighet utgör studiens fokus relaterar till idrottsrörelsens pågående förändringsarbete, *Strategi 2025* (Riksidrottsförbundet, 2015). Att studera unga idrottares erfarenhet av demokrati och delaktighet är i hög grad relevant för flera av de områden och utvecklingsresor som är framskrivna i strategin. Ett område är det som benämns Idrottens värdegrund är vår styrka, som innefattar målet ”alla lever och leder efter svensk idrotts värdegrund”, vilket bland annat innebär att tränare för barn och unga ska utgå från ett barnrättsperspektiv. Att studera ungas upplevelser och erfarenheter av i vilken mån tränare utövar ett ledarskap som är i linje med målsättningen, är betydelsefullt för att veta vilka insatser och resurser som behöver sättas in och åt vilket håll de bör riktas för att målen ska nås 2025. Då är tanken att ”den moderna föreningen engagerar” liksom att det finns en ”inkluderande idrott för alla” (RF/SISU, 2021). Om dessa förhoppningar ska bli verklighet behövs kunskap om hur föreningsidrott bör utformas för att främja och inte begränsa unga idrottares möjligheter att vara delaktiga.

Sammanfattningsvis kan vi konstatera att det finns många skäl till att undersöka unga idrottares delaktighet: delaktighet är en demokratisk rättighet, idrottsrörelsens ambition är att vara en skola i demokrati, och delaktighet främjar lärande.

## Tidigare forskning om unga idrottares delaktighet

Frågan är vilken forskning som redan finns på området och vilken kunskap som saknas som denna studie skulle kunna bidra med. I det här avsnittet redovisar vi kort några undersökningar som genomförts där delaktighet är i fokus. De handlar om dels unga idrottares upplevelser av delaktighet, dels tränares syn på och kunskap om barnrättsperspektivet (särskilt artikel 12 i barnkonventionen), och dels vilket intresse och engagemang som idrottsföreningar visar för ungas delaktighet och liknande barnrättsfrågor.

### Unga idrottares upplevelse av delaktighet

Ett viktigt kunskapsbidrag om ungas delaktighet är den föreningsstudie som Mats Trondman (2005) ansvarade för på uppdrag av dåvarande Ungdomsstyrelsen. Den bygger på enkätsvar från drygt 1 300 föreningsidrottare i åldern 13–20 år. Syftet är att ge en grundläggande bild av hur ungas delaktighet i föreningsidrott ser ut och vilka önskemål de själva har vad gäller delaktighet. Resultaten visar att färre än var femte idrottare (19 %) av de som deltog anser att de har stort inflytande över den egna tränings- och tävlingsverksamheten. Drygt åtta av tio föreningsidrottare upplever med andra ord att de inte har något påtagligt inflytande över sitt idrottande. Att de inte har särskilt mycket att säga till om verkar de unga idrottarna dock inte särskilt bekymrade över. Resultaten visar att en majoritet är relativt nöjda med att inte ha så stort inflytande, även om cirka var tredje ung idrottare vill ha något större eller betydligt större inflytande. Trondmans slutsats är att ungas inflytande i föreningsidrotten är svag och att efterfrågan på mer delaktighet också är relativt svag.

På uppdrag av Centrum för idrottsforskning genomförde Trondman (2011) några år senare en uppföljande fördjupning av ungas delaktighet. Underlaget utgjordes av samma enkätdata som beskrevs ovan, samt kompletterande fokusgruppsintervjuer med ungdomar i åldern 13–15 år. Ett viktigt resultat av analysen är att det främst är unga med så kallad stark idrottsidentitet (de som svarar att idrotten har stor betydelse i deras liv, att de lägger ner mycket tid på sitt idrottande och upplever att de är bra på idrott) som både upplever sig vara mer delaktiga, och som efterfrågar delaktighet i mycket högre grad än de med svag idrottsidentitet (de som svarar det motsatta). De med svag idrottsidentitet tenderar också att sluta föreningsidrotta i större utsträckning än andra. Trondman visar alltså att delaktigheten är *villkorad* – vissa unga är mer delaktiga än andra – liksom att delaktighet tenderar att generera mer delaktighet. I denna rapport följer vi upp några av Trondmans (2005, 2011) resultat för att bidra med ytterligare kunskap om vad som kännetecknar villkoren för ungas delaktighet.

I en intervjuundersökning på området av Lindgren, Dohlsten och Annerstedt (2016) riktas fokus mot en grupp unga vuxna i åldern 18–25 år. I motsats till Trondmans visar den att många unga känner sig delaktiga. De föreningar som lyckas behålla de unga vuxna har en medveten strategi där individens bästa är i centrum. Vidare framkommer tydligt att ”delaktighet och inflytande är mycket kraftfulla faktorer (behållarfaktorer) för att behålla unga vuxna i föreningarna” (s. 24). Den analysen ligger i linje med den tidigare nämnda – de ungdomar som känner större delaktighet tenderar i högre grad att fortsätta föreningsidrotta.

I en studie av Eliasson (2017) intervjuas idrottsaktiva barn i åldern 12–16 år inom innebandy och ridsport samt deras tränare. Syftet är att undersöka hur de förstår barnkonventionens artiklar i förhållande till föreningsidrott. Bland annat studeras deras uppfattningar om delaktighet enligt artikel 12, som stipulerar att barn har rätt att komma till tals och få sina åsikter beaktade. Resultaten visar att de unga knappt vet vad barnkonventionen är och att de upplever att möjligheterna att uttrycka sina åsikter är begränsade. De idrottsaktiva menar att de ibland kan få ge förslag på träningsinnehåll, men att det är tränarna som bestämmer om och i vilken utsträckning önskemålen ska tillgodoseas. Både barn och tränare anser att möjligheten att få komma till tals är en viktig rättighet, men resultaten visar att det inte sker något systematiskt arbete för att den rättigheten ska realiseras i den konkreta idrottsverksamheten (Eliasson, 2017).

Resultaten pekar på att det finns tre specifika utmaningar i arbetet med att stärka barns och ungas delaktighet i idrott. En handlar om att barn och unga kan tycka att det är tränarna som *ska* bestämma och att de själva är beredda att ge upp sina önskemål för att exempelvis ”laget ska bli bättre”. En annan utmaning är att tränare upplever att barn och unga inte har så lätt att uttrycka sina åsikter när de väl tillfrågas, och det är förstås svårt att beakta synpunkter som inte framförts. En tredje är att tränare inte alltid har den kunskap som kan behövas, vare sig om hur de kan främja ungas rätt till delaktighet eller om barnrättsperspektivet. En slutsats är att delaktighet inte sker med automatik utan att det krävs ett medvetet, uttalat och systematiskt arbete för att säkerställa att unga ges inflytande över sitt idrottande (Eliasson, 2017).

Ytterligare en undersökning som rör unga idrottares delaktighet genomfördes relativt nyligen av Ungdomsbarometern på uppdrag av Centrum för idrottsforskning (2020). Drygt 900 föreningsidrottare i åldern 14–25 år besvarar frågor om vad de upplever att de har möjlighet att påverka, och vad de skulle vilja påverka. Resultaten visar att ungdomarna helst vill kunna påverka när och hur de ska träna. Ungefär hälften har det önskemålet, och det gäller äldre i högre grad än yngre. Var tredje vill också vara med och påverka föreningens värderingar och regler. Störst skillnad mellan vad ungdomar vill kunna påverka och vad de upplever att de faktiskt kan påverka är kostnader och avgifter. Även i denna undersökning framkommer resultat som tyder på att delaktigheten är villkorad – de som vuxit upp i familjer med bra ekonomi upplever att de har större möjlighet att påverka sitt idrottande.

## Tränares syn på och kunskap om delaktighet

Förutom ovan nämnda studie av Eliasson (2017), där både tränare och barn ger sin syn på möjligheten för unga att vara delaktiga och ha inflytande, har fokus även riktats specifikt mot tränare för att undersöka deras förståelse av vad delaktighet innebär. I rapporten *Idrottsledarna och barnkonventionen* (Redelius, 2011) framkommer att många tränare inte vet att de ska utgå från ett barnrättsperspektiv vid utformningen av idrott för unga. Och de som vet om det har svårt att exemplifiera och omsätta vad perspektivet skulle kunna innebära i praktiken. Vid intervjuer med tränare om vad barn och unga kan vara med och besluta om när det gäller deras idrottande, framträder en stor variation. En del tränare svarar att de ständigt för en diskussion med de barn och ungdomar de tränar och att de unga idrottarna är delaktiga i alla beslut som rör dem. Andra

tränare svarar det motsatta och har svårt att formulera vad delaktighet skulle kunna vara. Resultaten visar även att idrottande barn förvisso kan ges möjlighet att uttrycka sina åsikter, men om synpunkterna också beaktas, om de unga har någon reell rätt att påverka, verkar relatera till om deras förslag rimmar med tränares önskemål.

I en senare undersökning av Redelius och kollegor (2016) riktas blicken delvis också mot tränare och i vilken mån de är förtrogna med de riktlinjer som står i *Idrotten Vill*. Merparten av de närmare 500 tränare som deltar verkar vara bekanta med de övergripande idéerna, även om få har läst dokumentet, men det finns områden som tränarna inte är särskilt insatta i. Barns och ungdomars rätt till delaktighet och att göra sin röst hörd är ett sådant område. Den aspekten framhålls sällan av tränarna, och på en direkt fråga svarar var fjärde att de barn och unga de tränar inte har något nämnvärt inflytande.

Ovanstående forskning pekar på att det finns ett glapp mellan vad som beslutas på nationell nivå vad gäller barns rättigheter och hur dessa rättigheter tillgodoses i den lokala praktiken. En slutsats är att idrotten inte alltid gör som *Idrotten Vill* liksom att ett viktigt och ständigt aktuellt arbete är att tydliggöra vad beslutade lagar, riktlinjer och rekommendationer innebär när de ska omsättas i konkreta handlingar (Redelius m.fl., 2016).

## Idrottsföreningars (o)intresse för delaktighetsfrågor

Forskning som behandlar idrottsföreningars intresse för barnrättsfrågor i allmänhet och ungas delaktighet i synnerhet finns också. Ett exempel utgör en undersökning av Eliasson, Karp och Wickman (2017) där fokus riktas mot omfattningen och inriktningen på erhållna idrottslyftsprojekt inom några idrotter mellan åren 2007 och 2010, bland annat i vilken utsträckning projekten riktas mot barnrättsfrågor. Av över 2 500 projekt handlar drygt två procent om sådant som kan hänföras till barns rättigheter. Idrottsföreningars intresse för att arbeta med frågor som rör barns rättigheter och trygghet inom idrotten kan mot den bakgrunden inte sägas vara särskilt stor. En tolkning av resultaten är att det helt enkelt inte är en högprioriterad fråga att utveckla idrottsverksamheten så att barns rättigheter tillgodoses. En annan tolkning är att det råder brist på kunskap om barnrättsperspektivet och att det därför är svårt för föreningar att ansöka om projekt som ska utveckla detsamma.

I tidigare nämnda studie av Redelius med kollegor (2016) handlar en central fråga om i vilken utsträckning idrottsföreningar har egna riktlinjer för barn- och ungdomsidrott och vad som i så fall kännetecknar dessa. Av hundra slumpvis utvalda föreningar från fem stora idrotter har 61 föreningar (61 %) någon form av sökbara riktlinjer för hur barn- och ungdomsidrott ska bedrivas. Variationen är stor när det gäller omfattningen och utformningen av riktlinjerna. I en del fall handlar det om några raders beskrivning av föreningens värdegrund på hemsidan, och i andra fall om separata, omfångsrika och detaljerade dokument. FN:s barnkonvention nämns sällan eller aldrig (endast av två föreningar). Få föreningar betonar vikten av att barn och ungdomar ska ges möjlighet att påverka hur idrotten utformas. Riktlinjer som rör delaktighet är med andra ord mycket sparsamt förekommande i policydokumenten. En slutsats är även att föreningar verkar ha betydligt lättare att konkretisera unga idrottares skyldigheter än deras rättigheter. Det senare beskrivs ofta i vaga termer som ”vi bedriver idrott

på barns villkor”, utan någon närmare precisering. De skyldigheter som deltagande barn och ungdomar måste leva upp till, exempelvis för att erhålla eller behålla en plats i så kallade akademilag eller en tävlingsgrupp, är däremot ofta konkret formulerade.

## Internationella perspektiv på barns rättigheter

Att rikta blicken mot unga idrottares delaktighet är relevant även från ett internationellt perspektiv. Barnrättsfrågor inom idrott utgör ett växande internationellt forskningsfält och de behandlas i ett flertal undersökningar (Weber, 2009; Donnelly, 2008; Grenfell & Rinehart, 2003) liksom i omfattande översikter där idrottande barns rättigheter är i fokus (David, 2005; UNICEF, 2010; Lang & Hartill, 2015). Att objektifieringen och kommodifieringen – tendensen att se barn som produkter – ökar i takt med den tilltagande kommersialiseringen av idrott uppmärksammas också (Barker-Ruchti, 2019). Av den internationella litteraturen framgår att det är en ödesfråga för den framtida idrottsutvecklingen att unga idrottares rättigheter tillgodoses.

Internationell forskning som rör unga idrottares delaktighet och möjlighet att komma till tals, har genomförts i begränsad utsträckning (Lang, 2022). De som finns visar emellertid att delaktighet och inflytande är mycket viktiga komponenter som kan förhindra att unga utsätts för övergrepp och kränkningar av olika slag (Hong, 2006; UNICEF, 2010; Cervin m.fl., 2017).

Sammanfattningsvis kan vi konstatera att de beslut som fattas av idrottsrörelsen och den ambition som visas på nationell nivå rörande delaktighet inte verkar få så stort genomslag på lokal nivå i idrottsföreningars verksamhet (Eliasson, Karp & Wickman, 2017). Den forskning som finns vittnar om att ungas rättigheter inte tillgodoses i särskilt hög grad – deras röster hörs svagt eller inte alls. Att så är fallet är ytterligare motiv till att rikta blicken mot villkoren för unga idrottares delaktighet och inflytande i de lokala sammanhang där idrotten utformas och bedrivs. Vi tar avstamp i att möjligheten till delaktighet verkar variera liksom att mer kunskap behövs om vad variationen är relaterad till, och vad den kan bero på.

# Utgångspunkter

I följande avsnitt går vi först igenom vad som menas med begreppet delaktighet och hur det används. Därefter redovisar vi tre utgångspunkter: att unga kan och vill påverka, att de är situerade samt att tränare har en överordnad position. Slutligen följer en beskrivning av studiens syfte och frågeställningar.

## Definitioner av delaktighet

Trots att begreppen delaktighet och inflytande används flitigt i olika sammanhang, saknar de en allmänt vedertagen definition (Åhl, Karlsson & Ingeström, 2020). I studien tar vi fasta på att delaktighet är en del av demokratibegreppet och att det därmed har en bred betydelse som inbegriper både inflytande och inkludering (Elvstrand, 2009). För att precisera betydelsen antar vi därmed att det går att särskilja olika former av delaktighet – en politisk och en social delaktighet.

Den *politiska delaktigheten* handlar om rätten till inflytande, att ha ”en röst”, och att kunna påverka beslut. För att det ska vara möjligt behöver unga få information, bli tillfrågade och uppmuntrade att komma med synpunkter och bli lyssnade till. Ungdomar ska med andra ord bli tagna i anspråk på ett sådant sätt att verksamheten kan utformas så att den passar deras behov och önskningsar (Trondman, 2011).

Den *sociala delaktigheten* handlar om rätten att vara inkluderad och få ingå i en gemenskap, till exempel i en idrottsförenings verksamhet. På idrottsrörelsens policynivå relaterar den aspekten till en av fyra hörnstenar i det som utgör idrottens värdegrund, nämligen ”Allas rätt att vara med”. Det engelska uttrycket för barnkonventionens artikel 12, som behandlar rätten till delaktighet och inflytande, är *participation right*. Uttrycket fångar väl betydelsen ”rätt att få delta” men har ingen bra svensk motsvarighet. I en idrottsförening kan den formen av ”delaktighetsrättighet” vara både självklar och problematisk. Alla har rätt att vara medlem i en förening och för många finns också möjlighet att ingå i ett sammanhang där tränings- och tävlingsdeltagande ingår i medlemskapet. Med stigande ålder tenderar dock föreningsidrott att bli allt mer prestations- och resultatnriktad. Därmed är den delaktighet som innebär att bli uttagen till tävlingar och matcher inte lika självklar för alla. Därför undersöker vi även villkoren för den form av delaktighet som vi kallar *tävlingsidrottslig delaktighet*.

Enligt Almqvist, Eriksson och Granlund (2004) innehåller delaktighet alltid en upplevelsedimension men påpekar samtidigt att det är tveksamt om någon som objektivt sett saknar inflytande kan sägas vara delaktig. Vi tänker oss därför att delaktighet kan innebära både en subjektiv upplevelse (jag känner mig delaktig) och en objektiv realitet (jag deltar i beslut och jag blir uttagen till match). I studien ställer vi frågor som rör båda betydelserna; rätten till inflytande (den politiska) och rätten att ingå i en gemenskap (den sociala), och därigenom kan vi analysera villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten.



## Delaktighet som steg eller plattform

För att ytterligare precisera vad delaktighet innebär hämtar vi inspiration från Roger Hart (1992). Han använder en steg som metafor för att synliggöra och fördjupa innebörden samt för att kritiskt granska förutsättningarna för verklig delaktighet. För att ta ett konkret exempel, om unga väljs in i en föreningsstyrelse men aldrig får ordet och heller ingen introduktion i vad ett styrelsearbete innebär – är de då delaktiga? Enligt Hart skulle en sådan form av ”delaktighet” kunna placeras på ett av de första stegen i modellen. Unga finns med i styrelsen ”för syns skull” men deras inflytande är bara symboliskt och inte reellt. Om unga, för att ta ytterligare ett exempel, blir informerade om viktiga ting av tränare, men aldrig blir tillfrågade eller får komma med synpunkter, är de då delaktiga? Den formen av ”delaktighet” skulle enligt Hart kunna placeras på ett högre steg i modellen, där delaktighet innebär att bli informerad efter att beslut fattas. Ytterligare ett kliv uppåt på stegen innebär att unga blir tillfrågade innan beslut tas, och när de befinner sig högst upp är det de unga själva som både initierar och fattar beslut.

Att förstå delaktighet i bred bemärkelse och som trappsteg är som sagt en metafor, och Hart har med tiden kritiserat sin egen modell och förordar istället att termen plattform används för att i högre grad synliggöra ungas *möjlighet* till delaktighet (Hart, 2008). Oavsett benämning är poängen att delaktighet inte handlar om aningen eller, utan om grader eller nivåer på en ”delaktighetsskala”. Frågan om unga är delaktiga i idrott går med ett sådant synsätt sällan att besvara entydigt med ett ja eller nej; frågan är beroende av sitt sammanhang och behöver problematiseras.

## Unga idrottare kan och vill påverka

En viktig utgångspunkt för studien, och för artikel 12 i barnkonventionen, är att barn är subjekt som både kan och vill vara med och påverka. Det kan också uttryckas med hjälp av begreppet *agens* som innebär att människor (inklusive idrottande ungdomar) har ett handlingsutrymme och är kapabla att kunna styra och påverka sitt liv (eller sin idrott). En sådan ansats rymmer väl med det synsätt som brukar benämnas *den nya barndomssociologin* (Mayall, 2015), vilken studien hämtar näring i.

En grundläggande tanke är att barndomen inte främst ska ses som en förberedelse till vuxenlivet utan som en livsperiod med ett värde i sig. Överfört till idrott handlar det om att varje barn har rätt till en god och trygg idrottsmiljö oavsett utvecklingspotential. Unga idrottares värde ligger inte i vilka de kan komma att utvecklas till med rätt förädling. De är inte varor som idrottar för att ge avkastning, utan individer med rätt att idrotta oavsett utgång.

## Unga idrottare är situerade

En annan utgångspunkt är att unga idrottares möjligheter till delaktighet och inflytande – att vara subjekt med makt att forma sin idrott – är beroende av sitt sammanhang. Om delaktigheten möjliggörs eller begränsas är med ett sådant synsätt betingat av den situation de unga befinner sig i. Enkelt uttryckt: individer, såväl tränare som unga idrottare, handlar på de sätt som traditionen bjuder, det vill säga på de sätt som de uppfattar att omgivningen kräver, tillåter eller gör möjligt (Säljö, 2021). De unga deltagarna håller på med olika idrotter, och de tillhör föreningar där det kan finnas olika idéer om hur verksamheten ska bedrivas, hur



tränare och unga förväntas bete sig och vad idrotten går ut på. Dessutom ingår de i olika typer av lag och grupper som i sin tur kan innebära att idrottsutövandet framstår som mer eller mindre kravfyllt. I linje med ett sådant synsätt består idrottsrörelsen av olika rörelsekulturer där det finns både uttalade och outtalade regler för och förväntningar på hur deltagarna, inklusive barn och unga, ska agera (Engström, Redelius & Larsson, 2018). Barn och unga är med andra ord socio-kulturellt situerade – om de främst konstrueras som subjekt (med rätt till och förmåga att göra sin röst hörd) eller som objekt (som förväntas göra som tränare säger) har att göra med situationen och det idrottsliga sammanhanget.

## Tränare har en överordnad position

En tredje utgångspunkt är att det inom idrott finns en dominerande föreställning att tränare ”vet bäst” och är alltings motor. Han (oftast) eller hon är den som anses ha mest erfarenhet, störst kunskap och som får idrottens hjul att snurra. I internationell litteratur uttrycks denna föreställning som *the coach is the center of sport* (Parameswara, 1985). Unga befinner sig därmed i en underordnad position visavi tränare, och hur mycket handlingsutrymme (agens) de ges är en maktfråga (Redelius & Larsson, 2016; Eliasson, 2015). Denna hierarki antar vi dessutom är extra stark i barn- och ungdomsidrott, eftersom vi också utgår från att det finns en åldersmaktsordning i samhället. En sådan ordning innebär att ålder utgör en ”kulturell och legitim maktutövning” (Bartholdsson, 2007, s. 8). Vuxnas överordnade position och makt över barn framstår som rimlig därför att alla har varit barn och därmed tror sig veta hur det ”är”, men också därför att barn konstrueras som motsatsen till vuxna. Barn ses som omogna, ofärdiga och mindre vetande, medan vuxna ses som erfarna, färdigutvecklade och kunniga. Att vuxna därmed ska ha mer makt framstår som självklart, naturligt och rätt. Den typen av föreställningar – att tränare är överordnade och att vuxna i kraft av sin erfarenhet alltid har ”rätt” att bestämma – menar vi inverkar på barns och ungas möjligheter att vara delaktiga och ha inflytande.

De utgångspunkter som redovisats har betydelse för vilka frågor som ställs, hur vi tolkar ungdomarnas svar och vilka slutsatser som kan dras. De har också betydelse för formuleringen av syftet och frågeställningarna.

## Syfte och frågeställningar

Syfte är att undersöka unga idrottares perspektiv på delaktighet och att analysera villkoren för delaktighet i föreningsidrott.

Följande frågor är centrala:

1. Vilka upplevelser har unga av att vara politiskt och socialt delaktiga i föreningsidrott? Varierar upplevelserna beroende på sammanhang?
2. Vilka idrottsliga frågor, såsom målsättning, träningsfrekvens, träningsinnehåll, uttagningar, spelsystem och regler, upplever unga att de har inflytande över?
3. Vad framstår som viktigt för den tävlingsidrottsliga delaktigheten?

Målsättningen är att bidra med kunskap som kan leda till att unga föreningsidrottares rätt till delaktighet och inflytande säkerställs, vilket i sin tur kan leda till att fler unga idrottare fortsätter med föreningsidrott.

# Metod

I följande avsnitt beskriver vi urvalet av de deltagande ungdomarna, hur vi genomfört studien samt hur resultaten har bearbetats och analyserats.

## Urval av unga idrottare

Målgruppen var föreningsidrottande ungdomar i åldern 15–17 år. Att valet föll på den åldersgruppen har flera orsaker. Enligt gällande forskningsetiska riktlinjer anses ungdomar som har fyllt 15 år själva kunna bestämma om de vill delta i en studie (Vetenskapsrådet, 2017); yngre barn behöver föräldrarnas tillstånd. För att öka svarsfrekvensen tillfrågades ungdomar som själva kunde ge sitt samtycke till att delta. Därigenom kunde vi säkerställa att de som svarade vara anonyma, vilket vi ansåg vara en viktig förutsättning. Ungdomarna har alltså inte uppgivit namn eller vilken förening de tillhör. Anonyma svar skulle vara svårare att säkerställa om barnen varit yngre eftersom föräldrar då skulle behöva ge sitt skriftliga samtycke till barnens deltagande.

Ytterligare ett skäl till att urvalet blev unga föreningsidrottare i det åldersspannet har med studiens vetenskapliga värde att göra. Åldersgruppen 15–17 år räknas som barn enligt barnkonventionen och alla barn har rätt att uttrycka sin mening och få den beaktad med hänsyn till ålder och mognad. På vilket sätt barnens åsikter beaktas är därmed sannolikt något annorlunda om det rör sig om yngre barn än äldre. Potentiellt sett borde 15-åringar därför vara mer delaktiga och ha en starkare röst än yngre barn. Därför antar vi att de möjligheter ungdomar i åldern 15–17 har att komma till tals utgör en slags högsta nivå för vilket inflytande barn inom idrotten har.

För att säkerställa att de deltagande ungdomarna befinner sig i olika idrottsliga sammanhang har vi strävat efter att få med både lag- och individuella idrottare, liksom unga som deltar i såväl akademilag och tävlingsgrupper som mer breddbetonade lag eller grupper. Sammantaget medverkar 426 föreningsidrottare. Medelåldern är 15,5 år och könsfördelningen nästan jämn: 221 pojkar och 205 flickor. Fyra idrotter valdes ut (deltagarnas fördelning i parentes): gymnastik (57), fotboll (116), innebandy (120) och ishockey (133).

För att få god spridning och inte enbart belysa ett så kallat storstadsperspektiv, medverkar unga idrottare från föreningar i både Stockholmsområdet och Västerbotten (Umeå och Skellefteå).

I enlighet med god forskningssed informerades deltagarna om studiens syfte och att det är frivilligt att delta. Inga personuppgifter har behandlats och det går inte att härleda svaren till en specifik individ eller förening. I rapportens avslutande del citerar vi ett mejl som vi fick av en förälder i samband med datainsamlingen. Föräldern har givit sitt tillstånd till att innehållet publiceras.

## Genomförande och analys

Studien genomfördes i form av en webbenkät. Vissa frågor skiljde sig åt beroende på om målgruppen var lagidrottare eller individuella idrottare. I båda fallen innehöll enkäten ett fyrtiotal frågor varav merparten hade fasta svarsalternativ (se bilaga 2 och 3). Fyra frågor var av öppen karaktär, vilket innebär att den som fyller i enkäten själv får formulera sina svar. Enkäten utformades mot bakgrund av tidigare forskning, definitionen av delaktighet samt studiens teoretiska utgångspunkter. Den testades i två mindre pilotstudier, där enkätfrågorna diskuterades muntligt med 15-åringar, vilket ledde till att enkäten kompletterades med några frågor.

Den ursprungliga planen var att besöka föreningar med olika slags lag och grupper, presentera undersökningen och be de ungdomar som ville delta att fylla i enkäten direkt på plats. Så påbörjades också datainsamlingen. På grund av rådande pandemi blev det förfaringssättet snart omöjligt. Istället blev vi tvungna att kontakta föreningar och specialdistriktsförbund och be om hjälp med att sprida ett informationsbrev till idrottande ungdomar. I brevet beskrevs syftet och att deltagandet var frivilligt och där fanns en länk till webbenkäten (se bilaga 1). I ett par fall fick vi tillgång till mejladresser och kunde skicka information direkt till ungdomar, eller till föräldrar med uppmaningen att skicka vidare till barnet. Informationen och länken har inte spridits via sociala medier, med något undantag, eftersom vi ville säkerställa att enkäten nådde den valda målgruppen – unga föreningsidrottare i åldern 15–17 år – och inga andra.

Att kontakta förbund, föreningar och enskilda tränare som i sin tur skulle informera och rekrytera ungdomar innebar en stor arbets- och tidsinsats. Det är inte möjligt att göra en bortfallsanalys, men antalet ungdomar som besvarade enkäten är långt färre än de som potentiellt sett borde fått information om studien.

Datainsamlingen startade i november 2020. Strax därefter gjordes ett uppehåll eftersom en stor del av föreningsidrottens verksamhet låg nere och direktiven från Folkhälsomyndigheten var att undvika sociala kontakter. Arbetet med att distribuera enkäten fortsatte under våren och enkäten var öppen till i början av september 2021.

Enkätsvaren har främst bearbetats kvantitativt med hjälp av beskrivande statistik. Eftersom urvalet är strategiskt och inte slumpmässigt har inga signifikans-tester genomförts. Ungdomarnas svar redovisas som andelar i tabeller eller figurer i resultatdelen. I en del fall är det svaren från den totala gruppen som visas och i andra fall redovisas hur ungdomar som tillhör olika grupper besvarar frågor om delaktighet. De öppna enkätsvaren har bearbetats kvalitativt genom tematiska innehållsanalyser.

# Resultat: Unga idrottares perspektiv på delaktighet

Först ger vi en bild av vad som kännetecknar de föreningsidrottande ungdomarna som ingår i studien. Därefter följer tre resultatdelar. I den första behandlas de unga idrottarnas upplevelser av inkludering och gemenskap (social delaktighet). I den andra redovisas deras upplevelser av inflytande (politisk delaktighet). I den tredje och sista delen riktas fokus mot villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten.

## Vad kännetecknar de unga idrottarna?

I enkäten besvarar ungdomarna frågor om skolval, vad de gillar att göra på fritiden, hur ofta de tränar och spelar match alternativt tävlar, om de har någon speciell målsättning med sitt idrottande samt om de tillhör en speciellt utvald grupp.

Av de deltagande ungdomarna läser nästan var tredje en idrottsinriktad skolform. De går på en idrottsprofilerad grundskola, en nationell idrottsutbildning på gymnasiet eller, i några fall, ett riks-idrotts-gymnasium.

En öppen fråga handlar om vilka fritidssysselsättningar som betyder mest för ungdomarna och de ombeds skriva tre saker de gillar att göra. Alla ungdomars svar handlar om idrott på något sätt (förutom i tre fall). De skriver till exempel att de gillar ”Fotboll, gymma och vara med kompisar”, ”Gympa, träffa kompisar, chilla med familjen”, ”Träna, vila och baka”, ”Ishockey, golf och kompisar”, ”Spela innebandy, gå på bio, hänga med vänner”. Att föreningsidrott har en central plats i ungdomarnas liv är det ingen tvekan om.

De ägnar också mycket tid åt att utöva idrott. Ungefär var femte håller på med två eller fler idrotter, vanligen kombinationen fotboll och innebandy. Många tränar även på gym vid sidan av träningen med laget eller gruppen. De ungdomar som ingår i studien är generellt sett en mycket träningsaktiv grupp. I tabell 1 redovisas hur ofta i veckan ungdomar i olika idrotter tränar med sitt lag eller sin grupp.

**Tabell 1.** Träningsfrekvens per vecka för samtliga samt per idrott. Procent. (N=426).

Antal träningar i veckan	Samtliga (N=426)	Gymnastik (N=57)	Fotboll (N=116)	Innebandy (N=120)	Ishockey (N=133)
1-2	8	7	12	11	1
3	31	39	31	55	7
4	27	44	35	24	15
5-7	34	10	22	10	77

Nästan alla, över 90 procent, av ungdomarna tränar minst tre gånger i veckan. Den grupp som svarar att de har högst träningsfrekvens i veckan, är den som spelar ishockey. I den gruppen ungdomar anger en majoritet (77 %) att de tränar fem till sju gånger i veckan.

En annan fråga som ställs är hur ofta de spelar matcher alternativt deltar i tävlingar. Bland de som håller på med gymnastik svarar ingen att de tävlar varje vecka. Merparten (90 %) svarar istället att de tävlar någon eller några gånger per år. Bland lagidrottare är förhållandet det motsatta. Nästan alla innebandyspelare (95 %) uppger att de spelar match varje vecka. Bland fotbolls- eller ishockeyspelare säger majoriteten (85 %) detsamma. De få lagidrottare som inte spelar match lika ofta, svarar att de spelar en till tre gånger i månaden.

Ungdomarna får även svara på om de har någon målsättning med sitt idrottande, och i så fall vilken. Svartalternativen är något olika beroende på om det är gymnaster eller bollidrottare som svarar. Bland gymnasterna fördelar sig svaren jämnt över de fyra svartalternativen. Ungefär 25 procent svarar antingen att de inte har någon särskild målsättning, att de vill fortsätta med sin idrott så länge det går oavsett nivå, att de vill tävla på hög nationell nivå, eller att målsättningen är att tävla på internationell nivå. I tabell 2 redovisas vilken målsättning de ungdomar som håller på med olika bollidrotter säger sig ha.

**Tabell 2.** Målsättning bland de som är aktiva i en lagidrott. Procent. (N=369).

Målsättning	Fotboll (N=116)	Innebandy (N=120)	Ishockey (N=133)
Ingen särskild	15	17	9
Att spela i ett lag så länge det går, oavsett nivå	33	17	22
Att spela i en hög serie i Sverige	35	56	26
Att bli professionell spelare utomlands	17	10	43

Merparten av lagidrottarna har en hög målsättning – de vill spela på hög nationell nivå eller bli professionella spelare utomlands. Av de som spelar ishockey har en majoritet, nästan 70 procent, en sådan målsättning och av dessa vill drygt 40 procent bli professionella spelare utomlands.

De idrottande ungdomarna besvarar också frågan: ”Hur skulle du beskriva ditt lag/din grupp?” Nedan anges hur stor andel per idrott som svarar att de ingår i ett lag eller en grupp som satsar hårt mot elitnivå, som satsar men inte så hårt, eller som främst håller på för nöjes skull.

**Tabell 3.** Beskrivning av vilken typ av lag eller grupp som ungdomarna tillhör. Procent. (N=426).

Beskrivning av lag/grupp	Gymnastik (N=57)	Fotboll (N=116)	Innebandy (N=120)	Ishockey (N=133)
Satsar hårt mot elitnivå	45	43	42	57
Satsar men inte så hårt	27	38	46	36
Håller på för nöjes skull	28	19	12	7

En majoritet, 72 procent av gymnasterna, 81 procent av fotbollsspelarna, 88 procent av innebandyspelarna och 93 procent av ishockeyspelarna, beskriver att de tillhör ett lag eller en grupp som satsar och av dessa svarar drygt 40 procent av gymnaster, fotbolls- och innebandyspelare och närmare 60 procent av ishockeyspelarna att deras lag eller grupp satsar hårt mot elitnivå. Bland gymnasterna anger dock närmare en tredjedel att de främst idrottar för nöjes skull, vilket betydligt färre gör bland de som håller på med lagidrott. Av de som spelar ishockey beskriver endast sju procent att de tillhör ett lag som främst håller på för nöjes skull.

Ungdomarna ombeds även ange sin egen spelstandard eller nivå i relation till övriga i laget eller gruppen. De svarsalternativ som ges är: 1) Jag är bland de bättre i mitt lag/min grupp, 2) Jag är ungefär i mitten, samt 3) Jag är bland de sämre. Merparten av lagidrottarna (60 %) svarar att de tillhör de bättre i sitt lag och bland gymnasterna svarar 40 procent att de är bland de bättre i sin grupp. Få av de deltagande ungdomarna (6 %) svarar att de tillhör de sämre i laget eller gruppen.

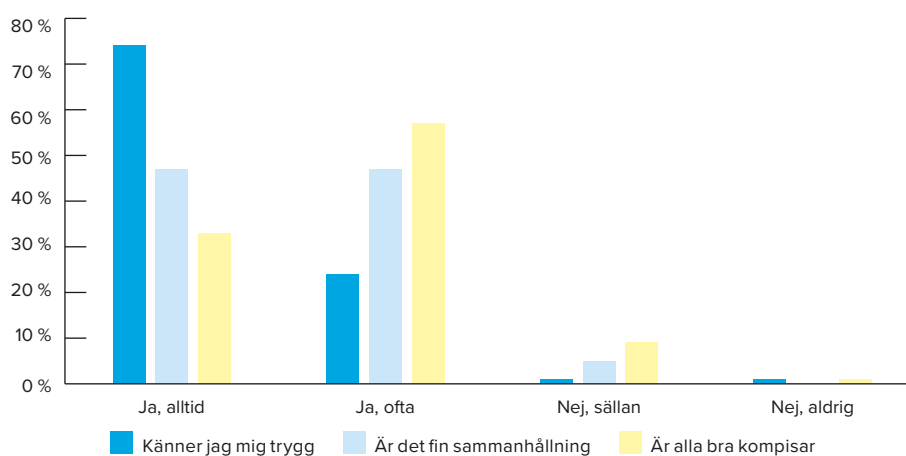
Drygt var fjärde ung idrottare (133 individer) ingår i en speciellt utvald grupp, till exempel en tävlingsgrupp eller ett akademilag. Det gäller en majoritet (65 %) av gymnasterna och ungefär var tredje ishockey- och fotbollsspelare, men en mindre andel (13 %) av innebandyspelarna.

## Sammanfattning

De ungdomar som delar i studien är en mycket idrottsaktiv grupp. Var tredje läser en idrottsinriktning, att utöva idrott är en av tre favoritsysselsättningar och merparten lägger ner mycket tid på träning. Lagidrottarna spelar därtill match varje vecka. Majoriteten tillhör en grupp eller ett lag som satsar – många mot elitnivå. Flertalet säger sig dessutom vara bland de bättre i sitt lag eller i sin grupp. Många har också en hög målsättning med sitt idrottande. Att tävla på hög nivå eller bli proffs utomlands hägrar, inte minst för ishockeyspelarna. Drygt var fjärde ung idrottare ingår i ett akademilag eller en tävlingsgrupp med speciellt utvalda ungdomar. Sammantaget kan vi konstatera att de flesta av föreningsidrottarna som svarar på enkäten har en stark idrottsidentitet. Det är viktigt att ha i åtanke när vi nu ska redovisa deras upplevelser av social och politisk delaktighet samt behandla villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten.

## Unga idrottares upplevelse av inkludering och gemenskap (social delaktighet)

Nu följer resultaten av den form av delaktighet som har med inkludering och gemenskap att göra. Ungdomar besvarar frågor om de känner sig trygga i sitt lag/sin grupp, om det är bra sammanhållning och om alla är bra kompisar. I figur 1 redovisas svaren.



**Figur 1.** Föreningsidrottares svar på om de känner sig trygga i sitt lag/sin grupp, anser att det är fin sammanhållning samt om alla är bra kompisar. Procent. (N=425).

Drygt 70 procent svarar att de alltid känner sig trygga i den grupp eller det lag de tillhör, och resterande andel svarar att de ofta känner så. Ett fåtal av ungdomarna svarar att de sällan eller aldrig känner sig trygga.

Knappt hälften svarar att det är fin samhållning i laget/gruppen och ungefär lika stor andel svarar att det ofta är fin sammanhållning. En liten andel svarar att det sällan eller aldrig är fin sammanhållning.

Ungefär var tredje ung idrottare menar att alla alltid är bra kompisar, drygt hälften att de ofta är det och knappt var tionde ung idrottare tycker att de sällan eller aldrig är bra kompisar i laget eller i gruppen.

I Figur 1 visas svaren från samtliga ungdomar, men vi har även analyserat svaren från olika idrotter samt i relation till lag- och grupp tillhörighet. Upplevelsorna verkar dock vara desamma oberoende av vilken idrott de håller på med, och om de tillhör ett utvalt lag eller inte. Ovanstående tendens – att merparten känner sig trygga, ingår i ett idrottssammanhang där sammanhållningen är fin och alla oftast är bra kompisar – återkommer när de besvarar den öppna frågan ”Vad tycker du är det bästa med att hålla på med idrott?” Ungdomarna formulerar själva vad de anser är det bästa och merparten, eller närmare bestämt 378 ungdomar, svarar på frågan. Vad anser de är det ”bästa”?

Även om ungdomarna framhåller en mängd olika saker som de uppskattar med föreningsidrott, är det vanligaste sättet att beskriva ”det bästa” som sådant som kan relateras till social delaktighet: att träffa kompisar, uppleva gemenskap, sammanhållningen och möjligheten att göra saker tillsammans. De här ungdomarna gillar verkligen sin idrott, och att få utöva den ihop med andra som delar deras stora intresse ger det hela en extra dimension. Ett typiskt citat är: ”Att få ha så kul med sina lagkompisar och att lyckas tillsammans och se varandra bli bättre och bättre och hela lagsammanhållningen.” Ytterligare exempel på upplevelser av social delaktighet som framkommer när ungdomarna formulerar vad som är det ”bästa med att hålla på med idrott” är:

- ” Att man får umgås med folk som har samma intresse. Lagandan är viktig!  
Gemenskapen och att lära sig nya saker.
- Man får röra på sig, ha kul, man skaffar många nya kompisar och man får en speciell sammanhållning.
- Det är kul och man får känna sig som en del av något och man får nya vänner.
- Laget, sammanhållningen, glädjen, utmaningen och adrenalin. Det finns massa bra.
- Att man har så mycket gemenskap och att man alltid har en plats någonstans.
- Samhörighet till en grupp och att man tryggt vet att det finns några som alltid välkomnar en på bästa sätt.
- Älskar att få vara med ett gäng människor som gillar sporten lika mycket som jag.
- Laget, asså personerna i det och vår sammanhållning.
- Dels är det allmänt skitkul, men att göra det tillsammans i ett lag förbättrar det mycket.

## Sammanfattning

De unga idrottarna känner sig trygga, gemenskapen i laget eller gruppen är fin, och alla är oftast bra kompisar – och det verkar gälla oavsett sammanhang och vilken idrott de håller på med. Att döma av svaren är upplevelsen av social delaktighet, i betydelsen att vara inkluderad och känna samhörighet, god. Den formen av delaktighet framstår dessutom som mycket viktig och en stark drivkraft i idrottsutövandet – att vara tillsammans och känna gemenskap är ett återkommande inslag när ungdomarna beskriver vad som är det bästa med att hålla på med idrott.

## Unga idrottares upplevelse av inflytande (politisk delaktighet)

I följande avsnitt behandlar vi den politiska delaktigheten; den som berör unga idrottares möjligheter till inflytande och att ha en röst. I enkäten ställs en rad frågor som rör möjligheten till inflytande. Några handlar om i vilken utsträckning ungdomarna anser att tränare möjliggör delaktighet. Andra berör vilka idrottsliga områden som unga idrottare anser att de kan vara med och bestämma över, till exempel träningsfrekvens och målsättning för säsongen. Ytterligare ett par frågor är direkta, såsom: ”Vilket inflytande tycker du att du har över din idrottsverksamhet?”

Tidigare undersökningar visar att unga med stark idrottidentitet upplever att de är mer delaktiga än ungdomar som har en svag idrottsidentitet (Trondman, 2011). Frågan är om en sådan tendens är tydlig även bland dessa ungdomar. En av denna studies utgångspunkter är att ungdomarna är situerade, det vill säga de ingår i olika idrottsammanslag och de befinner sig i miljöer som är mer eller mindre kravfyllda. Frågan är därför också om det sammanhang som ungdomar befinner sig i har någon betydelse för deras upplevelse av delaktighet.

## Förutsättningar för inflytande – tränares agerande

Först redovisas ungdomars syn på om, och i så fall i vilken utsträckning, tränare agerar för att ge unga inflytande. Lyssnar tränare på vad de har att säga, frågar de hur ungdomar vill ha det, uppmuntrar tränare unga att komma med synpunkter och informerar de om viktiga saker? I tabell 4 visas hur samtliga ungdomar svarar på dessa frågor. Därefter ger vi några exempel på hur unga från olika idrotter svarar på samma frågor.

**Tabell 4.** Unga idrottares upplevelse av hur ofta tränare möjliggör inflytande. Procent. (N=422).

I mitt lag/min grupp...	Ja, alltid	Ja, oftast	Nej, sällan	Nej, aldrig
brukar tränare fråga vad vi tycker	29	54	14	3
uppmuntras vi att framföra våra åsikter	32	52	13	3
kan jag säga till tränaren om jag tycker att något är fel	44	42	12	2
lyssnar tränare på vad vi har att säga	45	47	8	0
får vi information om sånt som är viktigt för oss	44	48	7	1



Knappt var tredje svarar att tränare alltid brukar fråga vad de tycker respektive uppmuntra dem att framföra sina åsikter. Drygt hälften svarar att tränare oftast agerar på det sättet. Huruvida de kan säga till tränare om de tycker att något är fel, om tränare lyssnar på vad de har att säga samt delar viktig information, så menar drygt 40 procent att det alltid är så och ungefär lika stor andel att det oftast är så.

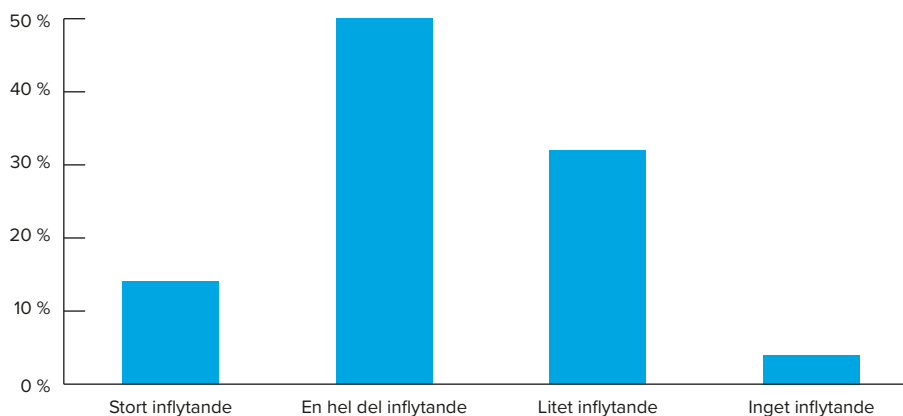
Mot bakgrund av tidigare studiers resultat att unga med stark idrottsidentitet känner större delaktighet, undersöker vi även hur ungdomar bevarar ovanstående frågor i relation till hur de upplever sin egen idrottsliga förmåga. De som själva bedömer att de tillhör de bästa i laget eller gruppen besvarar samtliga av ovanstående påståenden mer positivt än övriga. Exempelvis upplever 50 procent av de ”bästa” att de alltid kan säga till tränaren om något är fel och att de alltid får information om viktiga saker. Motsvarande andel bland de som säger att de tillhör de ”sämsta” är 28 respektive 19 procent. En sådan jämförelse måste dock göras med försiktighet eftersom det är få deltagare som anger att de är bland de sämsta.

Grupperna blir ungefär lika stora om de som bedömer att de tillhör mitten-gruppen avseende nivå och spelstandard slås ihop med de som bedömer att de är bland de sämsta. Mönstret är tydligt även då; de som själva säger att de tillhör mittengruppen eller de sämsta upplever i mindre utsträckning att tränare lyssnar på vad de har att säga eller uppmuntrar dem att framföra sina åsikter. De upplever också i mindre utsträckning att de får viktig information eller kan säga till tränare om de anser att något är fel.

En viss variation framträder bland ungdomar från olika idrotter. Av de som spelar ishockey anser 20 procent att tränare alltid lyssnar på vad de har att säga, att jämföra med 35 procent bland de som utövar gymnastik. Att det aldrig eller sällan är möjligt att säga till tränaren om något är fel uppger 5 procent av gymnasterna, 10 procent av innebandyspelarna, 12 procent av fotbollsspelarna och 20 procent av ishockeyspelarna.

## Vilken grad av inflytande har unga idrottare?

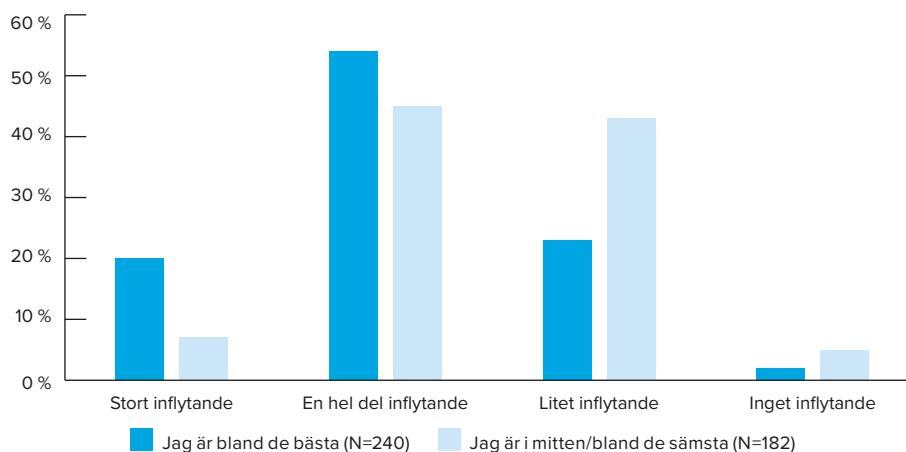
En av frågorna i enkäten lyder: ”Vilket inflytande tycker du att du har över din idrottsverksamhet?”. I figur 2 redovisas svaren.



**Figur 2.** Föreningsidrottares upplevelse av vilket inflytande de har över sin idrottsverksamhet. Procent. (N=422).

Få unga idrottare, ungefär 15 procent, tycker att de har stort inflytande över sin idrottsverksamhet. Ungefär hälften upplever att de har en hel del inflytande medan cirka en tredjedel av de unga tycker att de har litet eller inget inflytande alls.

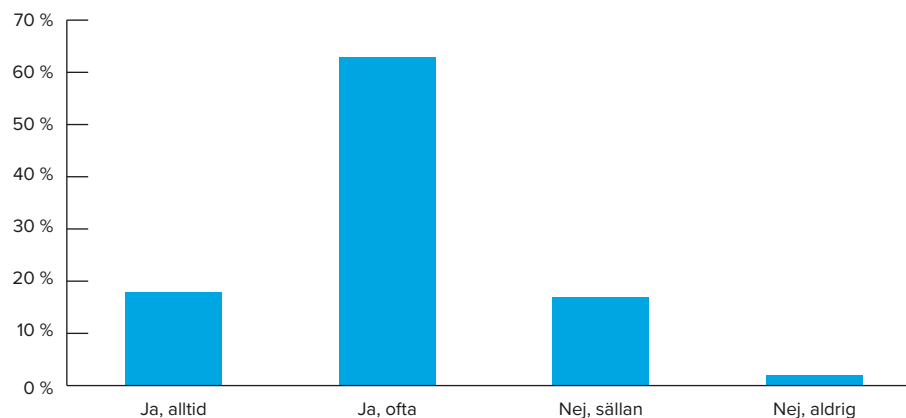
Även i detta fall har vi undersökt graden av delaktighet i relation till upplevd förmåga. Svaren presenteras i figur 3.



**Figur 3.** Grad av inflytande i relation till upplevd förmåga. Procent. (N=422).

Av de som anger att de tillhör de bättre i laget eller gruppen upplever 20 procent att de har stort inflytande över sin idrottsverksamhet. Av de som anger att de tillhör mitten eller är sämst i laget/gruppen, är motsvarande andel 7 procent. Närmare 50 procent av de som menar att de tillhör mittengruppen eller de sämsta upplever att de har litet eller inget inflytande alls.

Ungdomarna besvarar också en liknande direkt fråga: "Känner du dig delaktig i hur din idrott utformas och att dina synpunkter har betydelse?"



**Figur 4.** Unga föreningsidrottarens svar på om, och i så fall hur ofta, de känner sig delaktiga och att deras synpunkter har betydelse. Procent. (N=421).

En mindre andel (18 %) svarar att de alltid känner sig delaktiga i hur deras idrott utformas och att deras synpunkter har betydelse. En betydligt större andel (65 %) svarar att de ofta känner sig delaktiga. Ungefär var femte ung idrottare känner sällan eller aldrig att de är delaktiga.

I figuren redovisas svaren från samtliga ungdomar men vi har även undersökt hur de svarar i relation till idrottsstillhörighet. Bland de som är aktiva i gymnastik menar närmare 90 procent att de alltid eller ofta känner sig delaktiga.

Bland fotbollsspelare är den andelen cirka 80 procent och bland innebandy- och ishockeyspelare är det cirka 70 procent som svarar att de ofta eller alltid känner sig delaktiga. Närmare var tredje av ishockey- och innebandyspelarna svarar med andra ord det motsatta; att de sällan eller aldrig känner sig delaktiga.

Återigen varierar svaren i relation till den upplevda förmågan. Av de som tycker att de tillhör de bästa är det 23 procent som anser att de har stort inflytande. Av de som säger sig tillhöra mittengruppen eller de sämsta är det 8 procent som anser detsamma. Ingen av de som anser sig vara bland de sämsta upplever att de har stort inflytande.

## Vem bestämmer hur idrotten utformas?

Som tidigare visats upplever alltså en majoritet av de unga idrottsutövarna (65 %) att de har stort eller en hel del inflytande (se figur 2). Frågan är vad de anser att de själva bestämmer över, vad de bestämmer över tillsammans med tränare och vad tränare ensam bestämmer över när det gäller utformningen av idrott. För att få en fördjupad kunskap om ungdomarnas inflytande får de svara på frågor om vem som bestämmer över centrala idrottsliga områden, till exempel målsättning för säsongen, träningsmängd, träningsinnehåll, vilka som ska spela och på vilken position. Svaren från lagidrottare redovisas i tabell 5.

**Tabell 5.** Föreningsidrottares svar på i vilken utsträckning tränare, tränare och spelare tillsammans eller spelare bestämmer idrottens utformning. Procent. Lagidrott. (N=368).

Vem bestämmer idrottens utformning	Tränare	Tränare och spelare tillsammans	Spelare
Lagets målsättning för säsongen bestämmer...	26	72	2
Hur ofta laget ska träna bestämmer...	70	29	1
Vad vi ska träna på bestämmer...	75	24	1
Vilka cuper laget ska delta i bestämmer...	64	23	13
Vilka som ska spela när det är match bestämmer...	94	6	0
Vem som ska spela på vilken position när det är match bestämmer...	71	28	1
Vilket spelsystem vi ska ha när det är match bestämmer...	76	23	1
Vilka regler vi ska ha och hur vi ska uppträda bestämmer...	35	63	2

Vi kan först konstatera att det nästan inte är något av ovanstående områden som de unga lagidrottarna svarar att spelare själva bestämmer över. Tvärtom, en majoritet svarar att tränaren ensam bestämmer till exempel vilka som ska spela när det är match (94 %), vilka som ska spela på vilka positioner (71 %), hur ofta laget ska träna (70 %) och vilket innehåll träningen ska ha (75 %). Ett par av ovanstående områden svarar ungdomarna att de i hög grad själva får bestämma över tillsammans med tränare, såsom vad lagets målsättning ska vara för säsongen (72 %) och vilka regler de ska ha och hur de ska uppträda i laget (63 %).

När det gäller de som är aktiva i gymnastik, så är mönstret detsamma. Tränare bestämmer i hög grad hur idrotten ska utformas, men andelen som svarar att de själva och tränare tillsammans bestämmer vissa saker eller att de själva bestämmer är högre än i fallen med lagidrottarna. Gymnaster svarar exempelvis att de själva till viss del bestämmer hur ofta de ska träna (33 %), och att de själva ihop med tränare i stor utsträckning bestämmer träningens innehåll (77 %).

## Sammanfattning

En majoritet av föreningsidrottarna upplever att tränare mestadels agerar så att ungdomar ska kunna ha inflytande och en röst. Samtidigt finns det grupper av ungdomar som svarar att tränare sällan eller aldrig frågar vad de tycker eller uppmuntrar dem att framföra sina åsikter. Bland de som spelar ishockey svarar var femte att de sällan eller aldrig kan säga till tränare om de tycker att något är fel. Ett tydligt mönster är också att de ungdomar som skattar sin egen förmåga högre än andra anser att tränare alltid frågar vad de tycker, lyssnar på vad de har att säga och delar viktig information.

Få unga upplever att de har *stort* inflytande och att de *alltid* känner sig delaktiga i hur deras idrott utformas, men många upplever att de har *en hel del* inflytande och att de *oftast* är delaktiga. I svaren på dessa direkt ställda frågor framträder samma mönster. De ungdomar som menar att de tillhör de bästa i laget eller gruppen, upplever i hög grad att de har stort inflytande och alltid är delaktiga.

På frågan vilka specifika områden de unga är med och bestämmer om, såsom målsättning, träningsfrekvens och träningsinnehåll, svarar ungdomarna att det i huvudsak är tränaren ensam som bestämmer. Ett par aspekter, målsättning för säsongen samt vilka regler som ska gälla i gruppen eller laget, bestämmer de tillsammans med tränare. De som är aktiva i gymnastik anger i större utsträckning än lagidrottarna att de kan vara med och bestämma träningens innehåll.

Många unga idrottare upplever att de är politiskt delaktiga, i bemärkelsen att de har inflytande och en röst, men upplevelsen av inflytande är inte densamma för alla. Ett villkor som blir tydligt i svaren är att den upplevda förmågan relaterar till upplevelsen av politisk delaktighet: ju sämre upplevd förmåga, desto lägre grad är upplevelsen av inflytande.

## Villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten

I denna tredje och sista resultatdel riktas intresset mot villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten. I föregående avsnitt framkom att det i de allra flesta fall är tränare som bestämmer vilka spelare som blir uttagna till matcher eller vilka gymnaster som ska delta i tävlingar. Dessutom bestämmer tränare i huvudsak vilka positioner spelare ska ha. Resultaten ligger i linje med hur tävlingsidrott generellt sett är utformad, men speglar likväl den underordnade position som unga idrottare har. För att förstå mer om hur denna ”situering”, i det här fallet denna underordning, påverkar unga idrottares reella inflytande får ungdomarna svara på frågor om vad som är det sämsta med att hålla på med idrott, om vad de skulle vilja ändra på om de hade möjlighet, om toppning är vanligt förekommande samt om de upplever prestationskrav.

## Vad är det sämsta med att föreningsidrotta?

Först redovisas svaren på de öppna frågorna ”Vad tycker du är det sämsta med att hålla på med idrott?” och ”Om du hade möjlighet att ändra något i din förening som rör ungdomsidrott, vad skulle det vara?”. Frågorna redovisas efter varandra och utgångspunkten är att de hänger ihop. Indirekt signalerar svaren vad unga har inflytande och kontroll över – och vad de upplever att de inte kan påverka. Frågorna indikerar med andra ord om ungdomarna är subjekt som själva har makt över och kan påverka sitt idrottande – eller om de är objekt som måste finna sig i vad andra bestämt.

För att ge en övergripande bild av vad ungdomar ser som ”det sämsta” med att hålla på med idrott, är svaren kategoriserade efter vilka olika områden eller teman som framträder och de är också kvantifierade. Sammantaget formulerar 306 ungdomar själva svar på frågan. Ett dominerande tema, som hälften av alla ungdomar tar upp, är att idrotten tar för mycket tid. Den tar så mycket tid att det inverkar negativt på möjligheterna att umgås med vänner och familj, klara skolarbetet och få tillräckligt med vila och återhämtning.

Resultaten tyder på att ungdomarna upplever att de inte kan påverka hur mycket tid de måste ägna åt sin idrott. Att prioritera andra betydelsefulla saker i livet verkar de inte uppleva är möjligt:

” Man hinner inte med sina vänner eller sådant som är roligt utanför sporten. Tränarna har ingen förståelse eller godtar inte frånvaro för att man till exempel ska träffa vänner.

Jag är inte alltid så taggad på att träna och jag blir ofta lite stressad i skolan om jag måste plugga till något (vilket är ganska ofta) och om vi gör någonting där det går dåligt blir jag ofta osäker och känner mig dålig.

När man bara vill sova men måste träna typ.

Av svaren att döma kan vi konstatera att idrottsverksamheten tar mycket tid liksom att ungdomarna upplever att de inte har inflytande eller bestämmanderätt över sin egen tid. De känner uppenbarligen att de måste närvara vid alla träningar, vilket ger en signal om att det är ett villkor för att få en plats. Samtidigt kan det upplevda träningskravet leda till att de funderar på att sluta eller att de redan har slutat med en idrott. Följande citat från en gymnast och därefter från en ishockeyspelare visar hur det kan upplevas. Ungdomarna förklarar:

” Just i min idrott måste jag nog väldigt tydligt säga att det är grenen fristående [som är det sämsta]. Annars är det väl att det tar så mycket tid, jag tränar 4 ggr/vecka och 3 timmar per tillfälle. De [tränarna] vill att man ska ha 90 % närvaro, svårt att hinna med skolan och umgås med kompisar och göra annat än träna. Och så har det varit i flera år. Nu slutar jag sannolikt till sommaren med gymnastik.

I hockeyn trodde tränarna att dom va NHL-tränare. Vi bestämde ingenting, tränade sex dar/vecka. Slutade med hockey när jag hade tränat nio dagar i rad plus fem matcher varav två på samma dag.

Ovanstående svar belyser hur strukturen och utformningen av idrotten liksom ungdomars bristande inflytande kan bidra till att de inte ser någon annan utväg att förändra situationen än att sluta. På så sätt har de inflytande över sitt deltagande – de kan välja att sluta om villkoren blir alltför tuffa, men de verkar inte kunna påverka eller ändra *villkoren* för det tävlingsidrottsliga deltagandet.

En del svar visar dock att ungdomarna har anammat vad de uppfattar att idrotten kräver för att nå framgång. Den kräver uppoffringar och det verkar de inte tro går att göra så mycket åt, trots att det upplevs som ”det sämsta” med idrotten:

” Om man siktar högt måste man satsa 100 procent, till exempel missa den där filmkvällen för att ha träning, och att man inte kan ta en paus i en månad för då hamnar man efter.

Svaren visar att ungdomarna har begränsat inflytande över sin fritid och att de inte kan påverka hur mycket tid de måste ägna åt idrott. En del ungdomar verkar dock ha lättare än andra att anpassa sig till kraven och beskriver:

” Tar mycket tid, men om man älskar att idrotta är det värt uppoffringen.  
Att man får mindre tid att plugga, men planerar man så blir det prima.

Viktigt att påpeka är att ungdomar är olika och att de delvis också har olika upplevelser av vad som är det sämsta. En del har merparten av sina vänner inom idrotten medan andra har vänner som inte idrottar, vilket kan göra att de inte tycker att de hinner träffa kompisar utanför idrotten. En del har lätt för att klara skolan, medan andra behöver mer tid och känner att de inte hinner med sina studier som de borde.

Utöver att idrotten tar för mycket tid, vilket alltså dominerar beskrivningarna av vad som är sämst, framkommer även annat som kan kopplas till upplevelsen av inflytande och kontroll (eller brist på desamma). Flera (ca 50 ungdomar) tar upp att det sämsta är pressen de känner att prestera. Upplevelsen är att de måste prestera bra på varje träning och match och att de hela tiden blir bedömda och jämförda, vilket leder till starka prestationskrav och även till prestationsångest hos en del ungdomar. De menar att det sämsta är:

” Att man ständigt måste prestera för du mäts i allt och allt skrivs upp.  
Mycket stress och prestationsångest. Tränarna tar för givet att man alltid kan prestera på topp alla dagar.  
Stressen och pressen samt allt dömande från föräldrar, tränare och spelare.  
Att man alltid måste vara bäst.

Den upplevda pressen på idrottsprestationer från tränare och andra verkar också leda till att utövarna sätter stor press på sig själva, och att det blir så menar många är det sämsta med att hålla på med idrott. För en del kan dock prestationskrav vara motiverande, vilket följande citat visar:

” Jag gillar inte pressen att prestera men jag gillar det också för då har man något och driva mot.

De ungas beskrivningar av vad som är det sämsta med att hålla på med idrott speglar deras "situering" liksom villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten. Ungdomarna är i åldern 15–17 år, många spelar i satsande lag, idrotten tar mycket tid och de förväntas träna hårt och prestera bra, samtidigt som skolan blir allt mer krävande. Det är jobbigt, menar en del, och frågan är vad de vill ändra på om de hade möjlighet.

## Vad vill de unga idrottarna förändra?

Vi ska nu behandla den andra öppna frågan som handlar om vad ungdomarna skulle vilja ändra på vad gäller föreningsidrott om de hade möjlighet. Sammanlagt ger 164 unga idrottare förslag på förändringar. Svaren är kategoriserade och kvantifierade för att ge en övergripande bild. Vi kan först konstatera att få svar handlar om att ändra tidsåtgången. Den aspekten tas upp av 12 procent av de som svarar, att jämföra med de 50 procent som beskriver att det sämsta är all den tid idrotten tar. Frågan är varför inte tidsåtgången kommer upp som något de vill ändra på. En tolkning är att många inte ens verkar tänka tanken att det går att ändra på hur mycket tid som idrottandet ska ta. På det området kan man säga att ungdomarna inte ha någon agens – de har inget handlingsutrymme, och ingen makt att påverka hur mycket tid de ska lägga ner på sitt idrottande trots att tid är så centralt för hela deras tillvaro.

Övriga svar handlar om att de önskar större delaktighet och färre prestationskrav (29 förslag vardera). Annat rör ändrat träningsinnehåll (17 förslag), relationen i gruppen eller laget (11 förslag), ökad jämställdhet (10 förslag), tränares kunskap och handlande (10 förslag) samt värdegrund, rättvisa och att ha mixad träning (8 förslag).

När det gäller delaktighet så berör förslagen en rad aspekter som de vill ändra på, till exempel hur information ges, men också att de i högre grad ska bli lyssnade på:

- ” Att vi gymnaster kan komma med fler idéer som tränarna ska lyssna på.  
Lyssna mer på spelarna!!! De säger att de hör men dom tar sällan in vad som har sagts.  
Utbildade tränare. Pedagogiska. Som lyssnar på spelare och kan jobba med ungdomar.

Ungdomarna vill gärna få bestämma mer om exempelvis innehållet på träning, vem de ska spela med och vilken taktik laget ska ha:

- ” Kanske att vi får vara med oftare och ge förslag på vilka intervaller vi vill köra.  
Få möjlighet att välja vilken position man ska få spela samt vilka övningar vi ska göra.  
Mindre springning.

Några svar handlar om en önskan att de kan berätta för tränare vad de tycker utan att riskera att bli utsatta för repressalier.

- ” Våga prata med tränaren utan att känna att man blir "bänkad".

Ungdomarna ger också förslag på hur de skulle kunna få bättre möjligheter att uttrycka sina uppfattningar, till exempel genom mer diskussioner.

Krav och press att prestera som många beskriver som det sämsta, är också återkommande inslag bland svaren på sådant som många vill förändra:

” Inte lägga så mycket press på unga spelare.

Att man skulle satsa mer på att ha kul i stället för all press och stress.

Önskar att jag inte kände lika mycket press för att lyckas. Det här med NIU och allt.

En del har erfarenhet av olika idrotter, och kan reflektera över konsekvenserna av att känna press i en idrott men inte i en annan:

” I fotbollen funkar det bra men i hockeyn var det för mycket toppningar och bänkningar och alldeles för mycket träningar och elitänkande från tränarna/klubben och då tröttnade många.

Samtidigt finns det några, om än få ungdomar, som önskar en motsatt förändring. De vill ha en ökad tävlingsinriktning, toppningar och disciplin, vilket visar att ungdomar delvis kan ha olika önskemål och upplevelser av vad de vill ändra:

” Lite mer satsningar och toppningar.

Att om det är ett satsande lag man har fått delta i, ska det vara ett satsande lag och det ska inte vara så att det finns spelare som spelar för att det är kul.

Att det inte ska vara bredd utan att man satsar lite mera.

När det gäller innehållet i verksamheten föreslås konkreta övningar men också aktiviteter för att stärka den sociala delaktigheten:

” Stärka lagsammanhållningen med aktiviteter utanför gymnastiken.

Att prata mer om vad laggemenskap är.

En aspekt som också kan sägas spegla villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten handlar om bristande jämställdhet. Tjejer vill få samma möjligheter och förutsättningar som killar. De vill vara lika delaktiga och ta samma plats som killar:

” Killag prioriteras framför tjejlag, vi får ofta sämre träningstider, det borde ändras.

Skillnader mellan tjejer och killar i samma årskull. Killar får allt, tjejer får tjata, jaga och jobba för att få liknande möjligheter ...

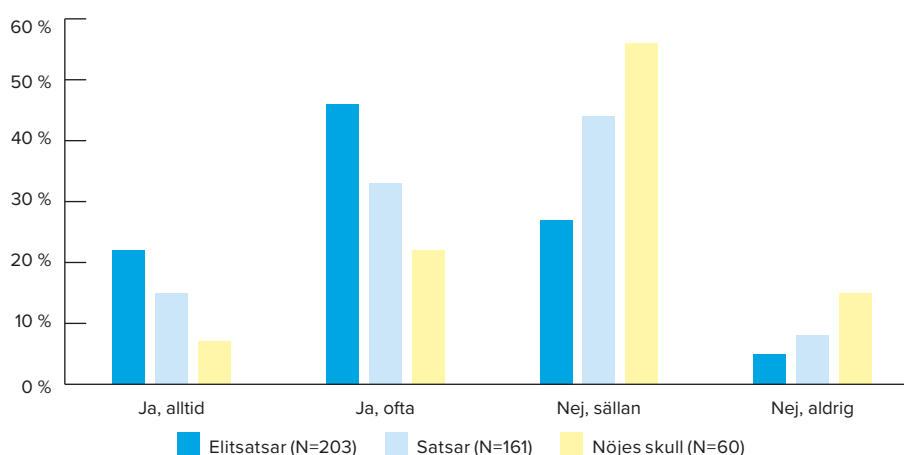
Göra det mer jämställt. Just nu är det otroliga skillnader när det kommer till akademilagen, t ex så får killarna tillgång till gym, omklädningsrum, andra kläder, mellis samt att de får sina kläder tvättade från 13 års ålder medans tjejerna endast får tillgång till ett litet omklädningsrum vid 19 års ålder. Detta gör alltså att förutsättningarna blir extremt olika.



Att många ungdomar känner krav på att prestera, från omgivningen och från dem själva, är tydligt i de öppna frågorna som rör vad de tycker är det sämsta och vad de vill förändra i föreningsidrott. I enkäten ställs även en generell fråga som rör prestationspress som alla besvarar och den behandlas i nästa avsnitt.

## Prestation – villkor för den tävlingsidrottsliga delaktigheten

En utgångspunkt i studien är att det sammanhang som ungdomar befinner sig i har betydelse. Vi undersöker därför hur unga från olika typer av lag och grupper: elitsatsande, satsande och mer nöjesbetonade, tar ställning till påståendet: ”I mitt lag/min grupp känner jag mig pressad att prestera.” I figur 5 redovisas svaren.



**Figur 5.** Andel unga idrottare som känner sig pressade att prestera i relation till vilket lag eller vilken grupp de tillhör. Procent. (N=424).

I figuren kan vi se att andelen som känner sig pressade att prestera varierar beroende på typ av lag eller grupp som de unga tillhör. Bland de ungdomar som beskriver att de spelar i ett lag eller ingår i en grupp som satsar hårt mot eliten svarar nästan 70 procent att de alltid eller ofta känner sig pressade att prestera. Bland de som främst håller på för sitt nöjes skull, svarar ungefär samma andel att de sällan eller aldrig känner sig pressade att prestera. Vi har även granskat svaren för de ungdomar som tillhör ett akademilag eller en tävlingsgrupp. Det visar sig att deras upplevelse av press är allra störst – drygt 80 procent av akademispelarna i ishockey och fotboll känner sig alltid eller ofta pressade att prestera.

## Toppning påverkar den tävlingsidrottsliga delaktigheten

Att många känner sig pressade att prestera kan hänga ihop med att de inte är säkra på att bli uttagna till match eller att få spela så mycket som de önskar. I enkäten ställs frågan till lagidrottarna om de spelar i ett lag där toppning förekommer, det vill säga där en del spelare får mer speltid än andra. Av 368 lagidrottare svarar drygt 60 procent att de spelar i lag som alltid eller ofta toppas.

De spelare som svarade att deras lag toppas, ombeds beskriva i vilka sammanhang som toppning sker. Ungdomarna svarade att toppning sker ”mest hela tiden” eller vid ”viktiga matcher”, ”svåra matcher”, ”vid powerplay och boxplay”

och då ”laget ligger under”. Ett svar lyder: ”det är alltid konkurrens, de bästa spelar mest”.

## Sammanfattning

Att idrottandet kräver (alltför) mycket tid är ett dominerande svar på vad som är det sämsta med att föreningsidrotta, men det verkar inte ungdomar känna att det går att göra något åt. Få tar upp tidsåtgång som ett område de skulle vilja ändra på om de hade möjlighet. De verkar inte uppleva att de har något inflytande över hur mycket tid idrotten ska ta. För några blir därför enda vägen till förändring att sluta med idrott. Pressen att prestera är också ett område som kommer upp när frågor ställs om vad som är det sämsta med att idrotta och vad de skulle vilja ändra på. Många känner alltid eller ofta en press att prestera, särskilt de som spelar i lag som satsar mot eliten eller som tillhör akademilag.

Över hälften av lagidrottarna spelar i lag där toppning ofta eller alltid förekommer, särskilt i så kallade viktiga matcher. Att inte alla spelar lika mycket, är en realitet för merparten av de unga lagidrottarna som ingår i studien. Både upplevelsen av att idrott tar för mycket tid och den omfattande prestationspressen verkar vara villkor som för många är förknippade med den tävlingsidrottsliga delaktigheten. Den delaktigheten och resultaten av andra former av delaktighet ska vi analysera ytterligare och diskutera i den avslutande rapportdelen.

# Diskussion

I den här rapporten redovisar vi unga idrottares perspektiv på delaktighet, både deras upplevelser av inkludering och gemenskap och av att ha inflytande och en röst. Dessutom behandlar vi den tävlingsidrottsliga delaktigheten. I följande avsnitt diskuterar vi resultaten och fördjupar analysen av villkoren för den sistnämnda formen av delaktighet. Vi inleder med några ord om studiens tillförlitlighet.

## Studiens tillförlitlighet

Att studera delaktighet utifrån enkätdata har både för- och nackdelar. Den enkät som användes konstruerades för denna studie och har inte testats i sin helhet tidigare. Därför var vi noga med att pröva alla frågor i en pilotstudie med några ungdomar innan undersökningen startade. Vi kan konstatera att ungdomarna inte verkar ha haft något problem att fylla i enkäten. Det interna bortfallet är lågt på samtliga frågor med fasta svarsalternativ. De fyra öppna frågor som ungdomarna själva formulerar svaren på, besvaras inte av alla men det är heller inte att räkna med vid öppna svar. Att så många ändå tar sig tid att formulera långa och uttrycksfulla svar, tyder på att frågorna engagerar de unga idrottarna.

Vi har ställt frågor för att försöka fånga upplevelser och vissa frågor är möjligen mer lämpade som intervjufrågor. En nackdel med enkäter är att svaren inte går att följa upp, men en fördel är att det är möjligt att få svar från många individer på samma frågor. Vår bedömning är att enkäten fungerar bra för ändamålet: att belysa unga idrottares delaktighet i bred bemärkelse. Frågan är hur representativa de deltagande ungdomarna är i förhållande till hela gruppen föreningsidrottande unga.

Vad som karakteriserar föreningsidrottande ungdomar i åldern 15–17 år finns det ingen säker kunskap om. I den här studien är troligen lagidrottare överrepresenterade, och för att få en säkrare kunskap om ungas delaktighet borde fler individuella idrottare deltagit. Trots idoga försök hade vi dock svårt att nå individuella idrottare i den utsträckning vi önskade. De som svarade på enkäten är mycket idrottsaktiva. Merparten tillhör ett lag eller en grupp som satsar och ungefär var fjärde ingår i en utvald skara unga idrottare. De har med andra ord en stark idrottsidentitet (Trondman, 2011). Sannolikt är den typen av ungdomar något överrepresenterade. Därmed är den grad av delaktighet som framkommer förmodligen också ”högre” än vad den generellt sett kan tänkas vara bland idrottande barn och ungdomar. Den slutsatsen drar vi mot bakgrund av dels de resultat som framkommer i studien, dels Trondmans (2011) tidigare fynd att ungdomar med stark idrottsidentitet känner sig mer delaktiga. Dessutom är det rimligt att tänka sig att äldre ungdomar är mer delaktiga än yngre, eftersom hänsyn ska tas till ålder och mognad då tränare möjliggör delaktighet. Vad visar då resultaten och hur kan de förstås?

## Är unga idrottares rätt till delaktighet säkerställd?

Resultaten är delvis motstridiga och de kan ges olika tolkningar. Ett konkret exempel på en motstridighet som kan problematiseras är hur ungdomars upplevelser av delaktighet ska värderas. Går det att slå fast att rätten till delaktighet är tillgodosedd för de ungdomar som ingår i studien?

En majoritet av de unga idrottarna känner sig trygga i sitt lag eller sin grupp och de upplever fin gemenskap. De gillar verkligen sin idrott och de uppskattar särskilt sammanhållningen och att idrotta tillsammans med andra som känner lika starkt för idrott. Den sociala delaktigheten verkar med andra ord i hög grad vara säkerställd. Därtill menar en majoritet av ungdomarna att deras tränare agerar så att de ska kunna vara delaktiga. Tränare uppmuntrar dem att komma med synpunkter, frågar vad de tycker och informerar om viktiga saker. Merparten av ungdomarna upplever också att de har en hel del inflytande över sin idrottsverksamhet. Så långt är resultaten betryggande och positiva vad gäller ungas rätt till delaktighet.

Beroende på hur resultaten tolkas framträder dock även andra bilder. Relativt få unga upplever att de har stort inflytande över sitt idrottande och att de alltid är delaktiga. Var tredje ung idrottare menar dessutom att de bara har lite eller inget inflytande alls, och var femte upplever att de sällan eller aldrig är delaktig. Dessutom verkar upplevelsen av delaktighet hänga ihop med hur de unga skattar sin idrottsliga förmåga i relation till andra i laget eller gruppen. De ungdomar som själva anser att de tillhör de bättre i laget eller gruppen, svarar genomgående att de är mer delaktiga än övriga ungdomar.

Att ha inflytande är en demokratisk rättighet – oavsett prestationsförmåga – och i beskrivningen av idrottsrörelsens värdegrund framhålls att ungdomar ska ges ”mycket stora möjligheter att påverka” (Riksidrottsförbundet, 2019, s. 3). Mot den bakgrunden är det bekymmersamt att inte fler upplever att de har stort inflytande liksom att upplevelsen av delaktighet verkar vara villkorad på så sätt att de ”bättre” känner sig mer delaktiga än de ”sämre”.

När det gäller tränares roll finns det också en del att fundera över. Å ena sidan verkar de agera så att unga idrottare ska kunna vara delaktiga, å andra sidan är det i hög grad tränare som bestämmer över väsentliga frågor som rör ungdomars idrottande. Vi fortsätter den diskussionen i nästa avsnitt och tar hjälp av metaforen delaktighetsstege.

## På vilken nivå är unga idrottare delaktiga?

Med inspiration av Hart (1992) tänker vi oss att delaktighet kan ha olika grader eller nivåer. Frågan är var på Harts så kallade delaktighetsstege merparten av ungdomarna befinner sig. De idrottande unga svarar i hög grad att tränare agerar på ett sätt som främjar delaktighet. Samtidigt svarar de i lika hög grad att de inte alls är med och bestämmer över viktiga frågor som berör dem, såsom hur ofta de ska träna, vad innehållet i träningen ska vara, vilka positioner spelare ska ha och vilket spelsystem laget ska anamma. Den typen av frågor svarar ungdomarna att tränare ensamma bestämmer. Att tränare har en överordnad position är det ingen tvekan om, trots att vi har att göra med äldre ungdomar som

har stor idrottserfarenhet och som sannolikt har mycket att bidra med. De borde i betydligt större utsträckning få vara med och ge synpunkter på och besluta i idrottsliga frågor som utan tvekan berör dem, och som de därmed har rätt att vara delaktiga i.

Den grad av delaktighet som ungdomar i den här studien ger uttryck för, visar att de befinner sig någonstans i mitten på delaktighetsstegen. De får information, de uppmanas i relativt hög grad att framföra sina åsikter och merparten känner att de kan säga till om de anser att något är fel. Däremot verkar inte ungdomarna befinna sig på den högre delen av stegen som handlar om att de är delaktiga i beslut. Här finns en stor potential för idrottsrörelsen att utveckla verksamheten så att unga idrottare inte bara blir mer delaktiga i allmänhet, utan att de också blir mer delaktiga på en annan och högre nivå. För ungdomar som är i 15-årsåldern och äldre borde en sådan högre grad av delaktighet vara en självklarhet. Om idrottsrörelsens vilja att vara en "skola i demokrati" ska realiseras är den delaktigheten också en logisk följd av en pedagogisk träning som bör börja i unga år. Idrottande barn kan tidigt skolas in i att de har en "röst" och lära sig att uttrycka och ta ansvar för sina åsikter; de görs delaktiga och tillåts vara med och forma den idrott de är en del av. Med stigande ålder ges de allt mer ansvar och får så småningom vara med och besluta om frågor som rör dem.

Ytterligare skäl till att göra unga idrottare mer delaktiga är de pedagogiska vinster det kan ge. Delaktighet främjar lärande och därför borde unga idrottare i större utsträckning få diskutera och vara med och bestämma över till exempel träningsinnehåll och spelsystem – helt enkelt därför att det främjar deras idrottsliga utveckling. För tränare handlar det om att tillämpa en så kallad positiv pedagogik som präglas av dialog istället för envägskommunikation. I en sådan miljö bjuder tränare in sina unga adepter att komma till tals och uppmanar till diskussion, lyssnar aktivt, ställer frågor och visar intresse för ungas perspektiv. Ett sådant ledarskap främjar delaktighet. En positiv spiral uppstår – delaktighet engagerar och genererar efterfrågan på mer delaktighet (Trondman, 2011). Unga som känner sig mer delaktiga tenderar i större utsträckning att fortsätta idrotta.

## Vad kräver den tävlingsidrottsliga delaktigheten?

En av studiens utgångspunkter är att delaktighet innebär både en subjektiv upplevelse (jag känner mig delaktig) och en objektiv realitet (jag deltar i beslut och jag blir uttagen till match). Trots de unga idrottarnas subjektiva upplevelser av social delaktighet är det alltså få som uppger att de är med och bestämmer över viktiga idrottsfrågor. Tränare bestämmer det mesta och i realiteten, "objektivt sett", verkar ungdomar inte ha så stort inflytande över hur deras idrott utformas. De är beroende av tränares beslut och dessutom verkar unga idrottare ganska maktlösa inför de villkor som den rådande idrottskulturen stipulerar. Ungdomarna ger uttryck för att de förväntas träna mycket och ofta för att få vara delaktiga (ta en plats) liksom att det handlar om att satsa och att prestera. Vilka som ska spela när det är match och om några får mer speltid än andra har ungdomarna i princip inget inflytande över alls – och vår tolkning är att det är villkor som påverkar de övriga formerna av delaktighet som vi har redovisat tidi-

gare. Många tycker att idrotten tar alltför mycket tid, men de känner inte att det är möjligt att stå över eller utebli från en träning. Den potentiella risken med att utebli är att det får konsekvenser för det vi kallar den tävlingsidrottsliga delaktigheten – det kan äventyra möjligheten att få en plats i laget eller gruppen.

En tolkning är att dessa villkor också kan riskera ”barnets bästa”, det vill säga den övergripande principen i barnkonventionen som uttrycks i artikel 3; det som bedöms vara ”barnets bästa” ska vara vägledande vid alla beslut som rör barn. Den tid som idrotten verkar kräva och som ungdomar känner att de inte kan kontrollera utan måste ställa upp på, riskerar att gå ut över vad som är bäst för dem i förhållande till skolarbete, socialt umgänge och tid för återhämtning. En konsekvens av att de inte har inflytande över villkoren för sitt idrottsdeltagande är att de inte heller kan styra över annat som är viktigt i livet. Om det var möjligt skulle de vilja förändra bristen på inflytande samt de höga krav många känner på att alltid prestera på topp.

Att en del känner sig pressade att prestera är inte konstigt, eftersom mycket verkar kretsa kring prestation för de ungdomar som spelar i satsande lag. Inte minst de som tillhör en särskilt utvald skara känner att de måste göra bra ifrån sig för att få fortsätta i laget eller gruppen. Toppning verkar vara mer regel än undantag i många lag, vilket per definition innebär att prestation premieras – ju bättre prestation, desto mer speltid. De ständigt närvarande kraven på prestation och träningsnärvaro är villkor som ungdomar inte upplever att de kan påverka; de verkar inte ens tänka tanken att det är möjligt. Resultaten visar således att det mestadels är ”andra” än de unga själva som dikterar villkoren för deras idrottande, trots att ungdomsidrott ska utformas med utgångspunkt i ett barnrättsperspektiv.

## Är tränares ord eller barnkonventionen lag?

Att ”andra” (läs: tränare) i mångt och mycket bestämmer villkoren framgår tydligt i ett brev vi fick från en förälder i samband med enkätutskicken. I denna avslutande del, som handlar om villkoren för den idrottsliga delaktigheten, ska vi citera innehållet. Brevet fyller flera funktioner. I åldern 15–17 år har många slutat med föreningsidrott, och brevet innehåller en påminnelse om att deras synpunkter inte är med i den här undersökningen. Innehållet bidrar också med ännu ett perspektiv på ungas (brist på) delaktighet i föreningsidrott, förvisso inte från en ung idrottare själv men från en förälder som står en idrottande tonåring nära och som ser konsekvenserna av den bristande delaktigheten. Dessutom innehåller brevet delar som vi känner igen från resultaten i den här rapporten och som vi vill återvända till för att ytterligare diskutera villkoren för ungas delaktighet i föreningsidrott.

En mamma till en ishockeyspelande pojke skriver:

” Vår son har tyvärr just slutat med hockey. Efter 15 års ålder finns det tyvärr ingen plats för dem som inte ses som potentiella NHL-spelare. Av 15 killar i laget blev bara två uttagna att fortsätta nästa år.

Men även om han inte själv kan delta i enkäten så kan jag som hockey-morsa inte låta bli att ge en kommentar. I vår klubb fanns det absolut noll inflytande för spelarna. Tränarens ord var lag, det var kadaverdisciplin

som gällde sex dar i veckan, och det var bara målkungarna som möjligtvis vågade öppna munnen. Alla andra blev straffade på olika sätt om de, eller deras föräldrar, hade synpunkter.

När sonen ville börja spela hockey för nio år sen tyckte jag det var toppen eftersom jag trodde att lagsport skulle handla just om laganda och att utvecklas tillsammans. Men åren i ungdomshockeyn har gjort mig grymt besviken. Jag har bitit ihop alla år eftersom sonen – med rätta – hävdade att det skulle skada honom om jag sade ifrån. Nu när det är slut kan jag känna lättnad över att han inte längre tillbringar all sin tid i en machomiljö där tränarnas beteende ibland går över gränsen för barnmisshandel (psykologisk sådan). Men jag tycker det är sorgligt att sonen som verkligen älskar att spela hockey måste sluta med sin sport.

Varför ska ens den som nyss fyllt 15 behöva kvala för en plats i ett juniorlag med 20-åringar? Och varför får den här typen av elitistiska klubbar bidrag överhuvudtaget när de inte respekterar riktlinjer för ungdomsidrott? De skriver fina ord på sina hemsidor, men verkligheten är en annan. Eftersom det inte är tillåtet att toppa ett lag med 10-åringar kallar man det istället för ”coaching” och inleder selekteringen redan där. Lycka till med enkäten. Ska bli spännande att se resultatet.

För att konkretisera villkoren för ungas delaktighet ska vi peka på några aspekter i brevet som tangerar resultaten i studien, även om de dras till sin spets i brevet.

**Min son älskar att spela ishockey.** Många ungdomar i den här studien älskar också att utöva sin idrott. Så gott som alla har idrott som en av tre favoritsysslor. De gillar verkligen sin idrott, och att få hålla på ihop med andra som känner likadant är extra kul. Vi kallar den formen av gemenskap och inkludering för social delaktighet. Den sociala delaktigheten är stark bland de deltagande ungdomarna. Den utgör en drivkraft och är, menar vi, en form av delaktighet som de inte vill vara utan – de är beredda att gå långt för att få vara kvar i denna gemenskap; de ägnar idrotten mycket tid och energi, trots att det går ut över annat de också vill göra, och trots att de ofta känner en negativ press att prestera.

**Tränarnas ord var lag, det var bara målkungarna som möjligtvis vågade öppna munnen.** Som framkommer i den här studien bestämmer tränare ensamma i hög grad över väsentliga delar av idrottens utformning, såsom träningsfrekvens, träningsinnehåll, positioner, spelsystem och vem som får spela. De som beskriver att de är bland de bättre i sitt lag eller sin grupp (”målkungarna”) känner i större utsträckning än andra att de är delaktiga, har inflytande och kan göra sin röst hörd. Vår tolkning är att de unga som skattar sin förmåga som bättre än andras, faktiskt är mer delaktiga än andra – det är en objektiv realitet. Det är en konsekvens av att de ”bästa” ofta har en särställning i laget. Tränare är mer benägna att lyssna på deras synpunkter, se till att de är informerade och att de har de ”bästa” med sig i viktiga beslut. I en prestationsinriktad miljö är de idrottare som tillhör de ”bästa” helt enkelt viktigare än andra. Kanske har de ”bästa” också lättare att säga till tränare om de tycker något är fel, eftersom de känner sig säkra på att ha en plats i laget och de finns på planen när lag toppas. Eventuellt kan de också stå över en träning någon gång, utan att riskera den ”tävlingsidrottsliga delaktigheten” – de blir ändå uttagna. Vår tolkning är med andra ord att villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten är annorlunda

för de som tillhör de bästa i laget/gruppen än de som riskerar att bli ”bänkade”. Tränarens ord verkar i vissa fall vara lag; till och med en lag som står över barnkonventionens lagstadgade innehåll.

**Bara 2 av 15 blev uttagna att fortsätta.** Innehållet i brevet ger även ett konkret exempel på att det fortsatta idrottsliga deltagandet inte är självklart utan att någon annan – en tränare – har makten över ungdomarnas plats i laget eller gruppen. Att unga idrottare inte själva kan bestämma hur länge de ska fortsätta i ett lag eller en grupp är en realitet för många. Tränaren bestämmer och i den här studien visas att det är ett villkor som ungdomar är medvetna om. De befinner sig i ett sammanhang – en rådande idrottskultur – där det finns starka normer om vad som förväntas av dem och som få är beredda att ifrågasätta eller försöka påverka.

Avslutningsvis följer några slutsatser. Förhoppningsvis kan de utgöra underlag för vidare åtgärder och insatser som behövs på olika nivåer inom idrottsrörelsen för att stärka unga idrottares möjlighet att vara delaktiga och ha inflytande.



# Slutsatser

Den här studien bidrar med att synliggöra och fördjupa kunskapen om vad delaktighet kan innebära och hur den upplevs. Ett viktigt resultat är att ungas delaktighet är tvetydig; den är både stor och liten på samma gång. Unga idrottare upplever i stor utsträckning social delaktighet, i mindre utsträckning politisk delaktighet (vissa mer än andra), och de kan i liten eller ingen utsträckning påverka villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten. Frågan är vilka konsekvenserna kan vara av att ungas delaktighet kan vara stor och högst begränsad samtidigt.

En slutsats är att denna tvetydighet är en del av förklaringen till att ungas politiska delaktighet inte är större. Den sociala delaktighet som många känner i form av gemenskap och tillhörighet verkar ”smitta av sig” på deras upplevelse av politisk delaktighet; det är vår tolkning av saken eftersom merparten av de unga idrottarna knappast kan sägas ha något reellt inflytande över idrottens utformning. Att de upplever en viss slags delaktighet riskerar alltså att dölja brister vad gäller andra former av delaktighet, vilket också kan vara en orsak till att problemet bagatelliseras och förminsas. Forskning på området visar att ungas delaktighet inte är en särskilt prioriterad fråga att arbeta med för idrottsföreningar. Om det beror på ointresse eller okunskap är svårt att veta, men kanske kan det svaga engagemanget tillskrivas den tvetydiga delaktigheten – bristerna syns helt enkelt inte och då är incitamenten för att arbeta med att stärka ungas delaktighet i idrottsföreningar förstås inte så stora.

En annan slutsats är att villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten har stor betydelse för övriga delaktighetsformer. Tränarens ord tycks i vissa fall vara mer lag än barnkonventionens. De starka prestationskraven vill många ungdomar ändra på om de kunde. Att de inte gillar press, stress, toppning eller för mycket elitänkande framkommer i många tidigare studier, men de inslagen verkar fortfarande känneteckna delar av ungdomsidrotten. Ungdomarna tycks heller inte ha möjlighet att själva minska pressen utan den ”läggs” på dem utifrån. Vissa känner att de måste träna och prestera i så hög grad att det går ut över deras välbefinnande, vilket förstås inte är acceptabelt.

Resultaten pekar på att vuxna inom idrotten i högre grad bör lyssna på och ta till vara ungdomars uppfattningar och erfarenheter. Genom att ge unga idrottare mer inflytande och bestämmanderätt över den egna tiden, exempelvis genom att tillåta dem att göra egna val utan tvång på att alltid närvara, skulle ungdomars rättigheter bättre kunna tillgodoseas. Att möjliggöra en timeout eller ett avbrott under en viss tidsperiod är ett exempel från en deltagare som skulle kunna underlätta tillvaron och förlänga idrottandet.

Att i 15-årsåldern inte ha något som helst inflytande över möjligheten att fortsätta i en idrott man älskar, i ett lag man vuxit upp i, rimmar inte med idrottens värdegrund, eller med att ”triangeln ska bli en rektangel” – alltså med visionen att så många som möjligt ska kunna idrotta så länge som möjligt inom ramen för en förening. Vi menar att bristen på inflytande och delaktighet vad gäller täv-

lingsidrottsliga frågor måste förstås i ljuset av olika maktförhållanden. Därför är det viktigt att idrottsrörelsen vågar ta sig an frågan om ungdomars obefintliga inflytande i relation till de krav och förväntningar som många upplever för att överhuvudtaget få vara med i föreningsidrott.

Alla barn är lika mycket värda och ingen ska diskrimineras – så lyder artikel 1 i barnkonventionen. Att vissa ungdomar upplever sig vara mer delaktiga än andra är heller inte acceptabelt. Att denna villkorade och ojämlika delaktighet blir synliggjord är ett viktigt bidrag som borde kunna tjäna som incitament för förändring. Barnkonventionens innehåll kan vara ett stöd i ett sådant arbete.

Ytterligare en slutsats är att ungas delaktighet är en mycket större fråga än det kan verka. Under arbetets gång har vi blivit allt mer medvetna om att delaktighet inte bara handlar om att ingå i en gemenskap och att ha inflytande, den relaterar till en mängd frågor som rör barn- och ungdomsidrott. Delaktighet, eller bristen på densamma, kan ha konsekvenser för unga idrottares studievillkor, psykiska hälsa, utvecklingsmöjligheter och livssituation i stort. Därför behöver frågan lyftas upp på agendan i alla föreningar. Att aktivt verka för att idrottande barn och ungdomar är mer delaktiga och har större inflytande över sin idrott framstår som en ödesfråga för idrottsrörelsen.

Vad som kännetecknar villkoren för ungas delaktighet – denna allomfattande fråga – behöver därmed belysas ytterligare. Vi har kommit en bit på väg, men resultaten väcker nya frågor som återstår att besvara: Vilka är de begränsande strukturerna? Hur kan ungdomars åsikter och erfarenheter omhändertas bättre? Hur skulle de normer som styr villkoren för den tävlingsidrottsliga delaktigheten kunna luckras upp och förändras?

Vår förhoppning är att de kunskaper som denna studie genererar kan bidra till att utveckla en idrott där unga idrottare är reellt delaktiga i alla former och på en högre nivå. Ett sådant arbete är viktigt för idrottens framtid och för att säkerställa att ungas rättigheter beaktas. De fina orden och de stolta idealen finns redan:

” I omklädningsrummet såväl som på idrottsarenan bygger det goda ledarskapet på involvering, medbestämmande och människors rätt att utvecklas. Att påverka verksamhet och att vara en del av den, för såväl ung som äldre, innebär också att rent praktiskt göra insatser i verksamheten. Delaktighet är att gemensamt verka för en bättre verksamhet, där vi med lyhördhet och respekt inför varandra gör den idrottsliga verksamheten och föreningen till det vi vill att den ska vara. Idrottsrörelsen vill vara en skola i demokrati för barn och unga, där ungas åsikt ska beaktas och medverkan möjliggöras i förhållande till barnets ålder och mognad (Riksidrottsförbundet, 2019, s. 11).

Utmaningen som återstår är att omsätta talet om det goda ledarskapet i handling. Om idrottsrörelsen vill vara en skola i demokrati behöver retoriken bli en pedagogisk praktik. Om ungdomar ska kunna säga att idrotten är *vår* – och inte *deras*, de vuxnas eller tränarnas – måste de släppas in och bli delaktiga i och ha inflytande över de *tävlingsidrottsliga villkoren*. Först då är unga idrottare verkligt delaktiga.

# Referenser

- Almqvist, L., Eriksson, L. & Granlund, M. (2004). Delaktighet i skolaktiviteter: Ett systemteoretiskt perspektiv. I: A. Gustavsson (red.), *Delaktighetens språk* (s. 137–155). Lund: Studentlitteratur.
- Bartholdsson, Å. (2007). *Med facit i hand: Normalitet, elevskap och vänlig maktutövning i två svenska skolor*. Stockholm: Stockholms universitet.
- Barker-Ruchti, N. (red.) (2019). *Athlete Learning in Elite Sport*. New York: Routledge.
- Cervin, G., Kerr, R., Barker-Ruchti, N., Schubring, A. & Nunomura, M. (2017). Growing up and speaking out: Female gymnasts' rights in aging sport. *Annals of Leisure Research*, 20(3): 317–330.
- David, P. (2005). *Human Rights in Youth Sport: a critical review of children's rights in competitive sports*. Routledge: London and New York.
- Donnelly, P. (2008). Sport and human rights. *Sport in Society*, 11(4): 381–394.
- Eliasson, I. (2011). Barns perspektiv på barnrättsperspektivet. I: J. R. Norberg, & J. Pihlblad (red.), *För barnets bästa: en antologi om idrott ur ett barnrättsperspektiv*: 111–26. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.
- Eliasson, I. (2015). In different sports worlds: Socialisation among children, coaches, and parents in girls and boys football teams. *European Journal for Sport and Society*, 12(2): 187–214.
- Eliasson, I. (2017). The gap between formalised children's rights and children's real lives in sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 52(4): 470–496.
- Eliasson, I., Karp, S., & Wickman, K. (2017). Developing Sports with a Children's Rights Perspective? Intentions, Methods, and Priorities of Development Projects in Local Swedish Sports Clubs. *European Journal for Sport in Society*, 17(3): 244–264.
- Elvstrand, H. (2009). *Delaktighet i skolans vardagsarbete*. Institutionen för beteendevetenskap och lärande. Avdelningen för pedagogik i utbildning och skola. Linköping: Linköpings universitet.
- Engström, L.-M., Redelius, K. & Larsson, H. (2018). Logics of practice in movement culture: Lars-Magnus Engström's contribution to understanding participation in movement cultures. *Sport, Education and Society*, 23(9): 892–904.
- Förenta Nationerna (1989). *FN:s konvention om barnets rättigheter*. UNICEF, Sverige.
- Grenfell, C. C. & Rinehart, R E. (2003). Skating on thin ice. Human rights in youth figure skating. *International review for the sociology of sports*, 38(1): 79–97.
- Hart, R. (1992). *Children's participation: From tokenism to citizenship*. Innocenti Essays. No. 4. New York: United Nations.
- Hart, R. (2008). Stepping back from "The ladder": Reflections on a model of participatory work with children (s, 19– 31), I: R. Jensen (red.), *Participation and learning: developing perspectives on education and the environment, health and sustainability*. London: Sage.
- Hong, F. (2006). Innocence lost: Child Athletes in China. I: D. MacArdle & R. Giulianotti (red.), *Sport, Civil Liberties and Human Rights*. London: Routledge.
- Lang, M. & Hartill, M. (red.) (2015). *Safeguarding, Child Protection and Abuse in Sport: International perspectives in research, policy and practice*. New York: Routledge.
- Lang, M. (2022). Advancing children's rights in sport: coaching childhood agency and the participatory agenda. *Sport Coaching Review*, e-print: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/21640629.2021.1990655>
- Larsson, H. (red.) (2020). *New Perspectives on Movement Education*. New York: Routledge.
- Light, R. & Harvey, S. (2017). Positive pedagogy for sport coaching. *Sport, Education & Society*, 22(2): 271– 87.
- Lindgren, E.-C., Dohlsten, J. & Annerstedt, C. (2016). *Individen i centrum när idrottsföreningar lyckas behålla sina ungdomar*. FoU-rapport 2016:2. Stockholm: Riksidrottsförbundet.

- Mayall, B. (2015). The sociology of childhood and children's rights. I: W. Vandenhoe; E. Desmet, D. Reynaert & S. Lembrechts (red.), *Routledge International Handbook of Children's Rights Studies*: 77–93. London: Routledge.
- Parameswara Ram, N. (1985). Coach is the centre of sports: Philosophical perspective. *International Journal of Physical Education*, 1: 16–20.
- Redelius, K. (2011). *Idrottsledarna och barnkonventionen: om idrottande barns rättigheter*. FoU-rapport 2011:2. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Redelius, K. & Larsson, H. (2016). Youths' participation rights in relation to dominant movement cultures. I: K. Green & A. Smith (red.), *Routledge Handbook of Youth Sport*. London and New York: Routledge.
- Redelius, K., Kempe-Bergman, M., Larsson, B. & Linghede, E. (2016). *Gör idrotten som Idrotten vill? Om barn- och ungdomsidrottens utformning i retorik och praktik*. FoU-rapport 2016:4, Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Riksidrottsförbundet. *RF:s Stadgar*. I lydelse efter RF-stämman 2019. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Riksidrottsförbundet (2015). *Idrottens förändringsarbete: Strategi 2025*. <https://www.rf.se/RFarbetarmed/Strategi2025/>
- Riksidrottsförbundet (2019). *Idrotten Vill. Idrottsrörelsens idéprogram, antagen av RF-stämman 2019*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Riksidrottsförbundet/SISU Idrottsutbildarna (2021). *Strategisk plan 2022–2025*. Stockholm: Riksidrottsförbundet/SISU Idrottsutbildarna.
- Siedentop, D. (2002). Junior Sport and the Evaluation of Sport Cultures. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21(4): 392–401.
- Sveriges riksdag. Förordning (1999:1177) om statsbidrag till idrottsverksamhet. Hämtad 20220115 från [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/forordning-19991177-om-statsbidrag-till\\_sfs-1999-1177](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/forordning-19991177-om-statsbidrag-till_sfs-1999-1177)
- Sveriges regering (2021). Mål för civila samhället och idrott. Hämtad 20220115 från <https://www.regeringen.se/regeringens-politik/civila-samhallet-och-idrott/mal-for-civila-samhallet-och-idrott/>
- Säljö, R. (2021). *Lärande: perspektiv och metaforer* (3:e upplagan). Lund: Studentlitteratur.
- Thedin Jakobsson, B. (2015). *Vilka stannar kvar och varför? Om unga föreningsidrottare under uppväxtåren* (diss.). Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.
- Thomas, N. (2007). Towards a theory of children's participation. *International Journal of Children's Rights*, 15: 199–218.
- Trondman, M. (2005). *Unga och föreningsidrotten: En studie om föreningsidrottens plats, betydelser och konsekvenser i ungas liv*. Ungdomsstyrelsens skrifter, 2005:9. Stockholm: Ungdomsstyrelsen.
- Trondman, M. (2011). *Ett idrottspolitiskt dilemma: unga, föreningsidrotten och delaktigheten*. Centrum för idrottsforskning, 2011:3. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.
- Ulrich-French, S. & Smith, A. L. (2009). Social and motivational predictors of continued youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1): 87–95.
- Ungdomsbarometern & Centrum för idrottsforskning (2020). *En engagerad idrottsgeneration*. Stockholm: Ungdomsbarometern AB.
- UNICEF (2010). *Protecting children from violence in sport*. Innocenti Research Centre: UNICEF.
- Weber, R. (2009). Protection of Children in Competitive Sport: Some Critical Questions for London 2012. *International Review for the Sociology of Sport*, 44(1): 55–69.
- Vetenskapsrådet (2017). *God forskningssed*. Vetenskapsrådets rapportserie; 1:2017. Stockholm: Vetenskapsrådet.
- Åhl, C., Karlsson, J. & Ingeström, S. (2020). *Handbok för barns delaktighet och inflytande*. Stockholm: UNICEF Sverige.

# Bilagor

## Informationsbrev till föreningsidrottare, 15–17 år



### Till föreningsidrottande ungdomar 15-17 år

#### En studie om föreningsidrottande ungdomars delaktighet

Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH) och Umeå universitet genomför en studie om ungdomars föreningsidrottande. **Syftet är att undersöka ungdomars delaktighet, och vilket inflytande de tycker att de har över sin idrottsverksamhet.** Studien vänder sig till dig som idrottar i en förening och är **15-17 år**.

Vi undrar om du vill delta i studien genom att besvara en webenkät. Den tar ca 10 minuter att fylla i, och du svarar anonymt. Du ska alltså inte skriva ditt namn eller din förening och det går inte att se vem som svarar på enkäten. Det är frivilligt att delta, men vi hoppas att du vill vara med och bidra till att öka kunskapen om ungdomars delaktighet i föreningsidrott.

Du kan svara på mobil eller dator och du kommer till enkäten genom att klicka på följande länk (eller kopiera länken till en webbläsare): <https://sunet.artologik.net/gih/Survey/517>

Studien finansieras av Riksidrottsförbundet och Centrum för idrottsforskning och resultaten kommer att publiceras.

#### Ett stort TACK på förhand!

Om du har frågor, är du välkommen att höra av dig till mig.

Karin Redelius  
Professor, ansvarig för studien  
Gymnastik- och idrottshögskolan  
[karin.redelius@gih.se](mailto:karin.redelius@gih.se)

## Enkät – individuell idrott

Hej! Ett stort tack för att du tar dig tid att fylla i enkäten. Försök att svara så noga du kan.

**1. Kön:**

- Tjej
- Kille
- Annan

**2. Ålder:**

**3. Var bor du?**

- I Stockholmsområdet
- I Skellefteå- eller Umeåområdet

**4. Vilken är din sysselsättning?**

- Går på högstadiet
- Går på gymnasiet
- Jobbar
- Annat

**5. Du som går i skolan, läser du någon idrottsinriktning?**

- Nej
- Ja, idrottsprofil på högstadiet
- Ja, nationell idrottsutbildning på gymnasiet
- Ja, riks-idrotts-gymnasium

**6. Du som går på gymnasiet, vilket program läser du?**

**7. Vilka fritidssysselsättningar betyder mest för dig? Skriv tre saker du gillar att göra:**

**8. Vilken eller vilka idrotter håller du på med regelbundet?**

Om du håller på med fler idrotter, vilken är din huvudidrott:

Nu följer frågor som rör ditt idrottande. Tänk på din huvudidrott när du svarar.

**9. Hur ofta tränar du med din grupp per vecka?**

- 1 gång
- 2 gånger
- 3 gånger
- 4 gånger
- 5 gånger
- 6 gånger eller fler

**10. Hur ofta deltar du i tävlingar per år?**

- Varje vecka
- 1-3 gånger i månaden
- Några gånger per år
- Aldrig

**11. Hur skulle du beskriva din egen nivå om du jämför med andra i din grupp?**

- Jag är bland de bättre i min grupp
- Jag är ungefär i mitten i min grupp
- Jag är bland de sämre i min grupp

**12. Har du någon särskild målsättning?**

- Nej, ingen särskild målsättning
- Ja, att fortsätta med min idrott så länge det går, oavsett nivå
- Ja, att tävla på hög nivå i Sverige
- Ja, att tävla på internationell nivå

**13. Hur skulle du beskriva din grupp?**

- I min grupp satsar många mot elitnivå
- I min grupp satsar många, men inte så hårt
- I min grupp håller vi främst på för nöjes skull

**14. Är du med i en grupp som består av speciellt utvalda unga idrottare (t ex tävlingsgrupp)?**

- Ja
- Nej

Nu följer några påståenden. Markera det du tycker stämmer bäst in på hur det är i din grupp.

**15. I min grupp är det fin sammanhållning**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**16. I min grupp känner jag mig trygg**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**17. I min grupp bestämmer några mer än andra**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**18. I min grupp är alla bra kompisar**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig



**19. I min grupp känner jag mig pressad att prestera**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**20. I min grupp kan jag säga till tränaren om jag tycker något är fel**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**21. I min grupp brukar tränare fråga vad vi tycker**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**22. I min grupp uppmuntras vi att framföra våra åsikter**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**23. I min grupp lyssnar tränare på vad vi har att säga**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**24. I min grupp får vi bra information om sånt som är viktigt för oss**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**25. Vilket inflytande tycker du att du har över din idrottsverksamhet?**

- Stort inflytande
- Ett hel del inflytande
- Litet inflytande
- Inget inflytande

**26. Hur nöjd är du med det inflytande du har?**

- Jag vill ha mycket mer inflytande
- Jag vill ha mer inflytande
- Jag vill ha mindre inflytande
- Jag är nöjd som det är

**Nu följer meningar som du själv får avsluta genom att markera den ruta som stämmer bäst med hur det är för dig.**

**27. Den målsättning jag ska ha för året bestämmer...**

- Tränare
- Tränare och jag tillsammans
- Jag själv
- Jag har ingen särskild målsättning

**28. Hur ofta jag ska träna bestämmer...**

- Tränare
- Tränare och jag tillsammans
- Jag själv

**29. Vad jag ska träna på bestämmer...**

- Tränare
- Tränare och jag tillsammans
- Jag själv

**30. Vilka tävlingar jag ska delta i bestämmer...**

- Tränare
- Tränare och jag tillsammans
- Jag själv

**31. Vilka som ska vara med och tävla bestämmer...**

- Tränare
- Tränare och individen/gruppen tillsammans
- Varje individ själv

**32. Vilken eller vilka grenar jag ska tävla i bestämmer...**

- Tränare
- Tränare och jag tillsammans
- Jag själv

**33. Vilka regler vi ska ha och hur vi ska uppträda i min grupp bestämmer...**

- Tränare
- Tränare och vi i gruppen tillsammans
- Vi i gruppen

**34. Känner du dig delaktig i hur din idrott utformas och att dina synpunkter har betydelse?**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**35. Tror du att det skulle vara någon skillnad om ungdomar bestämde mer om sitt idrottande?**

- Det skulle vara mycket bättre
- Det skulle vara lite bättre
- Det skulle inte vara någon skillnad
- Det skulle vara lite sämre
- Det skulle vara mycket sämre

**36. Om du hade möjlighet att ändra på något som rör ungdomsidrott i din förening, vad skulle det vara?**

37. Vad tycker du är det sämsta med att hålla på med idrott?

38. Vad tycker du är det bästa med att hålla på med idrott?

## Enkät – lagidrott

Hej! Ett stort tack för att du tar dig tid att fylla i enkäten. Försök att svara så noga du kan.

**1. Kön:**

- Tjej
- Kille
- Annan

**2. Ålder:**

**3. Var bor du?**

- I Stockholmsområdet
- I Skellefteå- eller Umeåområdet

**4. Vilken är din sysselsättning?**

- Går på högskolan
- Går på gymnasiet
- Jobbar
- Annat

**5. Du som går i skolan, läser du någon idrottsinriktning?**

- Nej
- Ja, idrottsprofil på högskolan
- Ja, nationell idrottsutbildning på gymnasiet
- Ja, riks-idrotts-gymnasium

**6. Du som går på gymnasiet, vilket program läser du?**

**7. Vilka fritidssysselsättningar betyder mest för dig? Skriv tre saker du gillar att göra:**

**8. Vilken eller vilka idrotter håller du på med regelbundet?**

Om du håller på med fler idrotter, vilken är din huvudidrott:

Nu följer frågor som rör ditt idrottande. Tänk på din huvudidrott när du svarar.

**9. Hur ofta tränar du med ditt lag per vecka?**

- 1 gång
- 2 gånger
- 3 gånger
- 4 gånger
- 5 gånger
- 6 gånger eller fler

**10. Hur ofta spelar du match under säsongen?**

- Varje vecka
- 1-3 gånger i månaden
- Några gånger per säsong
- Aldrig

**11. Hur skulle du beskriva din egen spelstandard om du jämför med andra i ditt lag?**

- Jag är bland de bättre i mitt lag
- Jag är ungefär i mitten i mitt lag
- Jag är bland de sämre i mitt lag

**12. Har du någon särskild målsättning?**

- Nej, ingen särskild målsättning
- Ja, att spela i ett lag så länge det går, oavsett nivå
- Ja, att spela i en hög serie i Sverige
- Ja, att bli professionell spelare utomlands

**13. Hur skulle du beskriva ditt lag?**

- Ett lag som satsar hårt mot elitnivå
- Ett lag som satsar, men inte så hårt
- Ett lag som spelar för nöjes skull

**14. Spelar du i ett lag som består av speciellt utvalda spelare (t ex akademilag)?**

- Ja
- Nej

**15. Händer det att ditt lag toppas, det vill säga att en del spelare får mer speltid än andra?**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

Om ja, i vilka sammanhang sker toppning:

Nu följer några påståenden. Markera det du tycker stämmer bäst in på hur det är i ditt lag.

**16. I mitt lag är det fin sammanhållning**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**17. I mitt lag känner jag mig trygg**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**18. I mitt lag bestämmer en del spelare mer än andra**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**19. I mitt lag är alla bra kompisar**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**20. I mitt lag känner jag mig pressad att prestera**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**21. I mitt lag kan jag säga till tränaren om jag tycker något är fel**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**22. I mitt lag brukar tränare fråga vad vi spelare tycker**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**23. I mitt lag uppmuntras vi spelare att framföra våra åsikter**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig



**24. I mitt lag lyssnar tränare på vad vi spelare har att säga**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**25. I mitt lag får vi bra information om sånt som är viktigt för oss**

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**26. Vilket inflytande tycker du att du har över din idrottsverksamhet?**

- Stort inflytande
- Ett hel del inflytande
- Litet inflytande
- Inget inflytande

**27. Hur nöjd är du med det inflytande du har?**

- Jag vill ha mycket mer inflytande
- Jag vill ha mer inflytande
- Jag vill ha mindre inflytande
- Jag är nöjd som det är

**Nu följer meningar som du själv får avsluta genom att markera den ruta som stämmer bäst med hur det är i ditt lag.**

**28. Lagets målsättning för säsongen bestäms av...**

- Tränare
- Tränare och spelare tillsammans
- Spelare

**29. Hur ofta laget ska träna bestäms av...**

- Tränare
- Tränare och spelare tillsammans
- Spelare

30. Vad vi ska träna på bestäms av...

- Tränare
- Tränare och spelare tillsammans
- Spelare

31. Vilka cuper laget ska delta i bestäms av...

- Tränare
- Tränare och spelare tillsammans
- Spelare
- Annan

32. Vilka som ska spela när det är match bestäms av...

- Tränare
- Tränare och spelare tillsammans
- Spelare

33. Vilken plats i laget spelare ska ha när det är match bestäms av...

- Tränare
- Tränare och spelare tillsammans
- Spelare

34. Vilket spelsystem vi ska ha när det är match bestäms av...

- Tränare
- Tränare och spelare tillsammans
- Spelare

35. Vilka regler vi ska ha och hur vi ska uppträda i laget bestäms av...

- Tränare
- Tränare och spelare tillsammans
- Spelare

36. Känner du dig delaktig i hur din idrott utformas och att dina synpunkter har betydelse?

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

**37. Tror du att det skulle vara någon skillnad om ungdomar bestämde mer om sitt idrottande?**

- Det skulle vara mycket bättre
- Det skulle vara lite bättre
- Det skulle inte vara någon skillnad
- Det skulle vara lite sämre
- Det skulle vara mycket sämre

**38. Om du hade möjlighet att ändra på något som rör ungdomsidrott i din förening, vad skulle det vara?**

**39. Vad tycker du är det sämsta med att hålla på med idrott?**

**40. Vad tycker du är det bästa med att hålla på med idrott?**



**Riksidrottsförbundet**

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