

5. Jämlik idrott och funktionsnedsättningar

Susanna Geidne, Örebro universitet & Kajsa Jerlinder, Högskolan i Gävle

Hur kan föreningsidrotten passa alla oavsett förutsättningar? Forskning visar att föreningar måste bli bättre på att anpassa ordinarie aktiviteter, snarare än att skilja grupper åt. En jämlik idrottsrörelse kräver en mångfald av aktiviteter – alla vinner på att all organiserad idrott inte ser likadan ut.

Personer med funktionsnedsättning deltar i lägre utsträckning än andra i organiserad idrott, trots att de hälsomässiga vinsterna av idrott och fysisk aktivitet för denna grupp kan vara särskilt stora. Forskningen om funktionsnedsättning och idrott har till stor del fokuserat på värdet av fysisk aktivitet för barn och ungdomar, men också på vad som hindrar dem från att inte delta. Betydligt färre studier har gjorts om hur man organiserar idrott för personer med funktionsnedsättning, hur denna grupp på jämlika villkor kan delta i den ordinarie föreningsidrotten och vad jämlika villkor egentligen innebär. I det här kapitlet kommer vi därför att utifrån ett jämlikhetsperspektiv resonera om möjligheter och begränsningar i hur idrott organiseras för personer med funktionsnedsättning.

Forskning om jämlikhet rör vanligtvis kön, etnicitet och i viss utsträckning hbtq-frågor. Ett återkommande tema i dessa analyser är att idrotten som kulturföreteelse är jämlik, men att bristande tillgänglighet, höga trösklar, dåliga attityder och brist på kompetens ändå begränsar deltagares möjligheter.¹⁰³ Även om dessa studier sällan inkluderar idrott och funktionsförmåga är resonemanget enkelt överförbart **även till idrott för personer med funktionsnedsättningar. Mönstret är att de ”bästa” idrottarna tenderar att ”överleva” i den ordinarie föreningsidrotten, medan de med stora behov av stöd och resurser har begränsade möjligheter att delta.**¹⁰⁴ En internationell jämförelse förstärker bilden av sociodemografiska skillnader. Forskare

¹⁰³ Jespersen, E. (2015). "Sport for all frail bodies". I *Physical Culture and Sport*, vol. 65, nr. 1, s. 74–85.

¹⁰⁴ Sørensen, M. m.fl. (2006). "Integration of disability sport in the Norwegian sport organizations". I *Adapted Physical Activity Quarterly*, vol. 23, nr. 2, s. 184–202.

har nämligen undersökt Paralympics och den paralympiska rörelsens mål att skapa ett mer jämlikt samhälle och främja deltagande i parasport. Resultatet visade att deltagare från rika länder i högre utsträckning deltar i tävlingarna. De presterar också bättre än idrottare från fattigare länder.¹⁰⁵

Från handikappidrott till inkluderande idrott

Socialstyrelsens definition av *funktionsnedsättning* innebär att en person kan ha en nedsättning av sin fysiska, psykiska eller intellektuella funktionsförmåga.¹⁰⁶ Ett *funktionshinder* uppstår när funktionsnedsättningen innebär en begränsning i relation till omgivningen. Dessa begränsningar kan skapa svårigheter för ett fullt och verkligt deltagande i samhället på lika villkor. Begreppet *handikapp* har sedan länge försvunnit i det allmänna språkbruket. Inom idrotten levde dock begreppet *handikappidrott* kvar längre, innan det ersattes av det i dag aktuella *parasport*. Utgångspunkten i det här kapitlet är att personer med funktionsnedsättning är en heterogen grupp och att konsekvenserna av att ha en funktionsnedsättning därmed ser mycket olika ut. Men det finns också flera gemensamma faktorer som skapar funktionshinder i möjligheten att utöva organiserad idrott.

Inkludering har på senare år blivit centralt i den svenska idrottsrörelsens utvecklingsarbete. Begreppet är komplext, men kommer från en önskan om att organisera en verksamhet utifrån att individer de facto är olika och följaktligen har olika behov.¹⁰⁷ Skapandet av en verksamhet som verkligen är inkluderande ses som en kontinuerlig process som ständigt kräver aktiva ställningstaganden.

Riksidrottsförbundet och dess medlemsförbund strävar i dag efter att vara inkluderande. Det innebär att *alla* som redan är eller vill vara med ska känna sig välkomna.¹⁰⁸ I det arbetet identifieras inte specifika målgrupper. Fokus ligger snarare på att alla ska kunna delta utan att diskrimineras eller uteslutas, till exempel på grund av kön, etnicitet, ålder eller funktionsförmåga. Detta strävansmål stämmer väl överens med *FN:s konvention om rättigheter för personer med*

¹⁰⁵ Swartz, L. m.fl. (2016). "A more equitable society". I *PloS ONE*, vol. 11, nr. 12, e0167481.

¹⁰⁶ Socialstyrelsen (2007). Socialstyrelsens termbank.

¹⁰⁷ Nilholm, C. m.fl. (2013). *Inkluderande undervisning*. FoU-rapport.

¹⁰⁸ Riksidrottsförbundet (2009). *Idrotten vill*.

funktionsnedsättning. Det innebär att personer med funktionsnedsättning ska ges möjlighet att på lika villkor delta i rekreations- och fritidsverksamhet samt idrott.¹⁰⁹

Aktuell forskning om deltagande i organiserad idrott

Deltagande har stort värde

Deltagande i organiserad idrott anses fördelaktigt för samhället både när det gäller utbildning och av sociala, kulturella samt hälsomässiga skäl.¹¹⁰ Ett av de starkaste motiven till det omfattande statliga stödet till svensk idrottsrörelse är idrottens positiva påverkan på folkhälsan.¹¹¹ En jämförande studie av idrott i sex länder kom fram till att unga som deltar i idrottsföreningar i högre utsträckning är fysiskt aktiva än andra.¹¹² Föreningsidrott anses även främja inkludering och integration¹¹³ och ses som en potentiell hälsofrämjande arena.¹¹⁴

Forskning visar att det är minst lika viktigt för personer med funktionsnedsättningar som för andra att delta i organiserad idrott. Många av skälen som anges har enkom med fysisk aktivitet att göra, såsom att de är en utsatt grupp med fler hälsorisker och att fysisk aktivitet därför skulle kunna ge särskilt positiva effekter. Men förbättrad fysisk kompetens kan också hjälpa personer att fortsätta vara socialt engagerade och delta i aktiviteter för att på så sätt förbli oberoende.¹¹⁵ Fritidsaktiviteter kan till exempel vara avgörande för god livskvalitet och hälsa och leda till större deltagande i andra vardagliga sammanhang.¹¹⁶

¹⁰⁹ SÖ 2008:26. Sveriges internationella överenskommelser. *Konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning och fakultativt protokoll till konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning*.

¹¹⁰ Breuer C. m.fl. (Red.) (2015). *Sport clubs in Europe*. EU (2007). *White paper on sport*.

¹¹¹ Centrum för idrottsforskning (2018). *Statens stöd till idrotten – uppföljning 2017*.

¹¹² Kokko, S. m.fl. (2018). "Does sports club participation contribute to physical activity among children and adolescents?" I *Scandinavian Journal of Public Health*. Epub. före tryck.

¹¹³ EU (2007).

¹¹⁴ Geidne, S. m.fl. (2013). "The youth sports club as a health-promoting setting. I *Scandinavian Journal of Public Health*, vol. 41, nr. 3, s. 269–283; Kokko, S. m.fl. (2016). "Piecing the puzzle together". I *Global Health Promotion*, vol. 23, nr. 1 (suppl.), s. 75.

¹¹⁵ Kissow, A-M. (2015). "Participation in physical activity and the everyday life of people with physical disabilities". I *Scandinavian Journal of Disability Research*, vol. 17, nr. 2, s. 144–166.

¹¹⁶ Sahlin, K. B. m.fl. (2015). "Impact of organized sports on activity, participation, and quality of life in people with neurologic disabilities". I *PM&R*, vol. 7, nr. 10, s. 1081–1088.

Till skillnad från andra europeiska länder saknar Sverige nationella data över deltagande i idrottsföreningar, vilket gör att det kan vara svårt att studera specifika grupper, såsom personer med funktionsnedsättning.¹¹⁷

De studier som trots allt finns visar att vuxna med funktionsnedsättning är mindre fysiskt aktiva än den övriga befolkningen.¹¹⁸ De visar också att tre fjärdedelar av dem skulle vilja motionera mera.¹¹⁹ Ungdomar med funktionsnedsättning är också något mindre fysiskt aktiva än sina jämnåriga, i Sverige liksom i andra europeiska länder.¹²⁰ Könsmonstren ser olika ut i olika undersökningar. Flera studier är däremot samstämmiga om skillnader mellan olika funktionsnedsättningar. Ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar är en grupp med särskilt låg grad av fysisk aktivitet.

De här skillnaderna verkar också finnas mellan förenings- och icke föreningsaktiva. Flickor med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar är den grupp som i minst utsträckning deltar i föreningsaktiviteter. Flickor med synnedsättning, liksom gruppen ungdomar med nedsatt rörelseförmåga, är å andra sidan lika föreningsaktiva som de utan funktionsnedsättning.

Många hinder för deltagande

Det finns grundläggande behov och förutsättningar som påverkar alla människors förhållande till idrott. Hinder kan finnas hos personer själva, i form av lågt självförtroende eller låg motivation till att delta. Den nära omgivningens (familj, skola och arbete) attityder till, kunskap om och beteende runt fysisk aktivitet och idrott har också betydelse. Även tillgången och närheten till föreningsliv och kommunala anläggningar spelar roll.

Ekonomiska hinder finns så klart i alla grupper, men kan av olika anledningar vara extra kännbara för personer med funktionsnedsättningar. För dessa personer

¹¹⁷ Lengheden, L. m.fl. (2015). "Ung livsstil bland ungdomar i grund- och gymnasiesärskolan". I *Ung livsstil*, nr. 18; WHO (2017). *Sweden: Physical activity factsheet*.

¹¹⁸ Arnhof, Y. (2008). *Onödig ohälsa*.

¹¹⁹ Myndigheten för delaktighet (2017). *Rivkraft 18*. Rapport.

¹²⁰ Lindén-Boström, M. m.fl. (2014). *Den psykiska hälsans skyddsfaktorer bland ungdomar med och utan funktionsnedsättning*. Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2017). *Fokus 17*, del 2.; Ng, K. m.fl. (2017). "Physical activity among adolescents with long-term illnesses or disabilities in 15 European countries". I *Adapted Physical Activity Quarterly*, vol. 34, nr. 4, s. 456–465.

tillkommer dessutom andra hinder som rör själva funktionsnedsättningen.¹²¹ Det kan finnas en rädsla att låta ett barn med funktionsnedsättning delta i idrott på grund av risken att bli skadad eller retad. Den fysiska tillgängligheten i samhället är dessutom varierande. Personer med funktionsnedsättning kan i olika grad vara beroende av samhällets insatser, i form av exempelvis assistans, färdtjänst och hjälpmedel. För att vardagen ska fungera med så få hinder som möjligt krävs det också att många aktörer samarbetar. Det kan finnas brist på anpassade aktiviteter i idrottsföreningar, men även brist på information om vad som finns att tillgå för personer med funktionsnedsättning. Slutligen kan det vara svårt att alls nå ut med information.¹²²

Det är inte alltid lätt att peka ut exakt vad som hindrar deltagande i fysisk aktivitet. Hos ungdomar med autism kan deltagandet vara villkorsstyrt, vilket innebär att det möjliggörs av flera individuella villkor.¹²³ Bland dem kan det finnas de som gärna deltar i grupp och andra som absolut inte vill det. Personer med funktionsnedsättning är en mycket heterogen grupp, det kan inte nog betonas. Hindren kan därför se helt olika ut för olika personer, vilket är viktigt att beakta såväl för idrottsrörelsen som för samhället i stort.

Organisation och verktyg för inkludering

I detta avsnitt beskriver vi hur parasporten organiseras i Sverige. Vi visar även några modeller som använts i forskningen för att ge rekommendationer om hur man kan organisera idrott för personer med funktionsnedsättning. Avsnittet avslutas med en kort summering av en studie, där vi undersökte hur idrottsföreningar faktiskt gjorde för att inkludera barn och ungdomar med funktionsnedsättning i sina aktiviteter.¹²⁴

Svenska Parasportförbundet och Sveriges Paralympiska Kommitté är ett idrottsförbund som organiserar idrott för personer med rörelsehinder, synskada och

¹²¹ Parasportförbundet (2018). *Förutsättningar för personer med funktionsnedsättning att nå ett aktivt och självständigt liv: Och de hinder som finns på vägen*. Shields, N. m.fl. (2012). "Perceived barriers and facilitators to physical activity for children with disability". I *British Journal of Sports Medicine*, vol. 46, nr. 14, s. 989–997.

¹²² Riksidrottsförbundet (2003). *Möjligheten till motion och fysisk aktivitet*. FoU-rapport.

¹²³ Arnell, S. m.fl. (2018). "Perceptions of physical activity participation among adolescents with autism spectrum disorders". I *Journal of Autism and Developmental Disorders*, vol. 48, nr. 5, s. 1792–1802.

¹²⁴ Geidne, S. m.fl. (2016). "How sports clubs include children and adolescents with disabilities in their activities". I *Sport Science Review*, vol. 25, nr. 1–2, s. 29–52.

utvecklingsstörning inom 15 olika idrotter. Vissa av dessa idrotter finns också i andra specialidrottsförbund, bland annat fotboll och judo. Andra, till exempel Goalball och rullstolsrugby, är specifika för parasporten. Förbundet leder också arbetet med Special Olympics, som är bredd- och motionsidrott för personer med utvecklingsstörning.¹²⁵ Det innebär att förbundet har en funktion som paraplyorganisation, specialidrottsförbund och paralympisk kommitté i ett. Organisatoriskt är Parasport Sverige ett av specialidrottsförbunden och medlem av Riksidrottsförbundet. Idrottsrörelsen har dock påbörjat en förändringsresa mot en ny organisering. Förändringen ligger i linje med den i länder som till exempel Norge och Nederländerna, där idrotter och idrottare med funktionsnedsättning över tid har inkluderats i övriga specialidrottsförbund.¹²⁶

Som vi nämnt tidigare har forskningen om hur man kan organisera idrott för personer med funktionsnedsättning mest fokuserat på hinder och i någon mån på rekommendationer, men inte i så hög utsträckning på hur praktisk verksamhet ser ut. Svenska rapporter visar dock att skolan och olika prova-på-aktiviteter är viktiga som inkörsport till idrottsrörelsen. Samverkan mellan olika aktörer är också betydelsefullt för att minska hindren för idrottande.¹²⁷

Modellen *Inclusion spectrum* används i forskning och visar hur man till exempel i en idrottsförening kan tänka för att organisera idrott för personer med funktionsnedsättning. Aktiviteterna finns här på en skala mellan total inkludering och total segregering. Modellen bygger på att organiserad idrott kan delas upp i fem kategorier.¹²⁸

¹²⁵ Parasportförbundet (2018).

¹²⁶ Parrens, K. (2016). *Disability sports – the ability to inclusion*. Doktorsavhandling; Sørensen, M. m.fl. (2006).

¹²⁷ Parasportförbundet (2018); Riksidrottsförbundet (2003).

¹²⁸ Kiuppis, F. (2018). "Inclusion in sport". I *Sport in Society*, vol. 21, nr. 1, s. 4–21.

Tabell 1. Modellen *Inclusion spectrum* i organisering av idrott

Organisering utifrån fem kategorier
1. Helt öppna aktiviteter där alla kan vara med. Alla gör samma aktiviteter med minimala eller inga anpassningar.
2. Modifierade aktiviteter där alla gör samma aktivitet, men regler, utrustning eller spelplan är anpassade för att främja allas deltagande.
3. Parallella aktiviteter där deltagare följer samma aktiviteter, men deltagarna är uppdelade i grupper baserade på olika förmågor.
4. Separata eller alternativa aktiviteter som utförs i grupper bestående av enbart personer med funktionsnedsättning, såsom Special Olympics.
5. Parasport – anpassad fysisk aktivitet, eller ”omvänd integration” som det ibland kallas. Detta är aktiviteter som i grunden är till för personer med funktionsnedsättning, men där andra också kan vara med genom att använda anpassad utrustning, såsom t.ex. i Goalball och kälkhockey.

Det finns också modeller som ger tips om hur en idrottsförening kan anpassa sina aktiviteter. Ett exempel är **Empowerment**-modellen, som bygger på delarna träning, stöd och design.¹²⁹ Träning handlar om hur tränare och ledare kan utbildas i ett inkluderande förhållningssätt och bemötande. Stöd i hur man kan organisera och anpassa aktiviteter och utrustning kan både rikta sig direkt till deltagarna och indirekt till ledarna. Design avser hur idrotten ska utformas, vem som ska driva aktiviteten och vilka modeller för inlärning som föreningen kan använda. Tävlingsinriktade lagidrotter kan innehålla fler hinder än individuella idrotter. De sistnämnda kan därför vara lättare att anpassa till olika behov.

STEP-verktyget ger tips på förändringar som leder till att alla i en grupp kan delta tillsammans.¹³⁰ **STEP är en akronym för ”space”, ”task”, ”equipment” och ”people”.** STEP innefattar frågor såsom: Kan aktivitetsytan minskas, ökas eller förändras? Kan uppgiften brytas ned i mindre komponenter? Kan utrustningen minskas, ökas, förändras? Kan deltagarna grupperas på något specifikt sätt för att underlätta deltagandet för vissa?

Lärdomar från verkligheten

Hur gör då idrottsföreningar i praktiken för att inkludera barn och ungdomar med funktionsnedsättning i sina aktiviteter? Det ville vi ta reda på. Det resulterade i en litteraturöversikt av forskning som studerat idrottsverksamhet vilken inkluderar

¹²⁹ Block, M. E. m.fl. (2013). ”Physical activity and youth with disabilities.” I *The Prevention Researcher*, vol. 20, nr. 2, s. 18–21.

¹³⁰ Kiuppis, F. (2018).

personer med funktionsnedsättningar, men som inte är specifikt inriktad mot just den gruppen.¹³¹ Mest framträdande var hur lite tidigare forskning belyst *hur* idrotten gör. Endast 15 vetenskapliga artiklar kunde inkluderas i översikten. En del artiklar resonerar förvisso utifrån rekommendationer om hur man kan organisera idrott, men mycket få har studerat empiriska exempel. De flesta av de 15 studierna är gjorda i lagsportssammanhang med personer med intellektuell funktionsnedsättning, som rekryterats genom sina skolor. En annan viktig slutsats var att aktiviteterna nästan uteslutande består av tidsbegränsade aktiviteter i projektform.

Enligt forskningen är det betydelsefullt att ha tränare som är utbildade och motiverade till att arbeta inkluderande samt att det finns stöd i form av personella resurser, exempelvis föräldrar eller hjälpledare. Det är även viktigt att aktiviteterna är anpassade efter situation, typ av aktivitet och deltagare.

Är det då någon skillnad i hur man bör organisera idrott för personer med funktionsnedsättning jämfört med organisering av idrott i allmänhet?

Både *Inclusion spectrum* och *STEP* är redskap som inte enbart är till för att främja delaktigheten för personer med funktionsnedsättning. De kan appliceras i arbetet med inkludering och förändring i all typ av idrott. Dock verkar forskning många gånger utgå ifrån specifika målgrupper, trots att skillnaderna mellan personer inom en och samma grupp ibland är större än mellan personer från olika grupper.

Det räcker således inte att uppmana människor att delta i idrott. Om inte de sociala normerna eller de miljömässiga begränsningarna beaktas kommer dessa uppmaningar inte att medföra några förändringar.¹³² Riktlinjer och dokument på nationell och regional nivå är inte heller alltid till nytta i praktiken, om det inte finns en person som är villig att investera tid, kraft och energi att ifrågasätta föreningens kultur och genomföra förändringsarbete.¹³³ Rapporter med fokus på andra målgrupper, som står utanför idrotten, betonar exempelvis betydelsen av organisatorisk flexibilitet i föreningen; att sänka trösklarna, ordna prova på-verksamheter och ha en bredd och variation i verksamheten. Det är också viktigt att involvera målgruppen, ha föräldra- och annat vuxenstöd och sätta sociala relationer

¹³¹ Geidne, S. m.fl. (2019). Health Promotion Interventions in Sports Clubs: Can We Talk About a Setting-Based Approach? A Systematic Mapping Review. I *Health Education & Behavior*, Epub 1090198119831749.

¹³² McNeill, L. H. m.fl. (2006). "Social environment and physical activity". I *Social Science & Medicine*, vol. 63, nr. 4, s. 1011–1022.

¹³³ Jeanes, R. m.fl. (2018). "Yes we are inclusive". I *Sport Management Review*, vol. 21, nr. 1, s. 38–50.

framför prestation.¹³⁴ Att betona att idrott är för alla kan till och med vara att föredra framför både segregerad och integrerad idrott för personer med funktionsnedsättning, förutsatt att de människor som berörs har något att säga till om.¹³⁵ Idrott är en verksamhet där aktiviteter kan organiseras separat, integrerat och inkluderat utan någon hierarkisk innebörd.¹³⁶

Idrott för personer med funktionsnedsättning – ett regionalt exempel

Eftersom forskningen om idrottens organisering och funktionsnedsättningar inte berört jämlikhetsperspektivet i någon större utsträckning, ansåg vi att det kan vara värdefullt att få perspektiv på och kunskap om hur idrottsrörelsen på lokal föreningsnivå hanterar dessa frågor. Mot denna bakgrund genomförde vi en gruppintervju med tre representanter för Riksidrottsförbundet på regional nivå: en företrädare för ett distriktsidrottsförbund, en representant för SISU Idrottsutbildarna samt en representant för parasportens distriktsförbund i samma län. Fördelen med att vända sig till regionala representanter är att de har omfattande kontakter och kännedom om föreningsidrottens utformning och förutsättningar i regionen.

Enligt representanterna för den regionala idrottsrörelsen är jämlikhetsperspektivet närvarande i idrottens vardag i länet – att alla ska känna sig välkomna och att det finns något för dem oavsett förutsättningar. Jämlik idrott innebär att verksamheten ska vara till för alla, men inte att den behöver vara *lika* för alla. Mångfald är en förutsättning för jämlikhet.

Vidare framhölls att många föreningar var positiva till att välkomna personer med funktionsnedsättningar, samt att de även hade ledare med rätt kunskap. Utmaningen låg emellertid i att denna grupp kan kräva specifika förutsättningar för exempelvis transporter till aktiviteter, och något högre ekonomisk uppbackning i form av högre ledartäthet och material. Ibland kan alltså förutsättningar och hinder vara olika sidor av samma mynt.

I samtalet framkom även paradoxen att riktade insatser till specifika grupper ibland kan vara nödvändiga, men att de samtidigt skapar stuprör och kategoriseringar. Det

¹³⁴ Pettersson, C. m.fl. (2017). *TB United*: Riksidrottsförbundet (2017). *Föreningsidrott och utanförskapet*.

¹³⁵ Jespersen, E. (2015).

¹³⁶ Kiuppis, F. (2018).

främjar varken jämlikhet eller hållbarhet över tid. Ett ytterligare problem är att många lagidrotter förutsätter en viss volym aktiva för att få ihop träningsgrupper och lag. I vissa situationer kan det därför uppstå situationer av konkurrens mellan föreningar när de rekryterar personer med funktionsnedsättningar.

Dags att se idrott ur ett jämlikhetsperspektiv

Hur idrott ska organiseras för personer med funktionsnedsättning är komplext och måste därför angripas på en mängd olika sätt. Ett sätt är att utifrån ett jämlikhetsperspektiv genomföra generella åtgärder, snarare än att göra specifika insatser för en särskild grupp. I förlängningen leder det fram till ett antal frågor:

- Vad är jämlika villkor inom föreningsidrotten?
- Vilka är idrottsrörelsens möjligheter och begränsningar för att skapa jämlika villkor?
- Vad måste idrottsrörelsen göra för att uppnå jämlika villkor och därmed visionerna i Riksidrottsförbundets framtidsstrategi – *Strategi 2025*?¹³⁷

Vad är jämlika villkor?

Många studier tyder på att deltagande i idrottsföreningar gynnar ökad fysisk aktivitet och bidrar till många andra positiva effekter.¹³⁸ Därför är det viktigt att alla ges jämlika förutsättningar att delta i organiserad idrott. För personer med funktionsnedsättning innebär det, enligt forskningen, att möjliggöra för deltagarna att delta i idrott på det sätt de själva önskar, tillsammans med dem de vill idrotta med.¹³⁹

Ojämlika villkor kan leda till ojämlikhet i hälsa – såväl fysisk och psykisk som social. Jämlika villkor uppnås bara genom förändring. Om den organiserade idrotten ser likadan ut som den alltid har gjort, når idrotten bara dem den alltid har nått.

¹³⁷ Riksidrottsförbundet (2018). *Idrottens strategiarbete*.

¹³⁸ Breuer, C. m.fl. (Red.) (2015); Kokko, S. m.fl. (2018); Ng, K. m.fl. (2017).

¹³⁹ Kiuppis, F. (2018).

Vilka möjligheter och begränsningar har idrotten?

Gör idrottsrörelsen som den önskar i enlighet med sitt idéprogram *Idrotten vill*, och vad menar vi egentligen med ”idrotten”?¹⁴⁰ Det är inte bara Riksidrottsförbundet som organiserar idrott i Sverige. Andra aktörer såsom gym och privata företag bedriver också idrottsverksamhet. Däremot är det endast Riksidrottsförbundet som får ta del av det stora statsbidraget. Övriga former av idrott, speciellt för barn och ungdomar, har därmed ett helt annat kostnadsläge och kan därför vara dyrare och mindre tillgängligt ur ett ekonomiskt jämlikhetsperspektiv.

Eldsjälar som möjliggör för personer med funktionsnedsättning att delta i idrottsföreningarnas aktiviteter är enormt viktiga. Föreningarna har dock ett ansvar för att göra långsiktigt hållbara satsningar, som inte står och faller med dessa eldsjälar. Risken är annars att projekt för grupper som står utanför idrotten, såsom prova på-verksamheter, blir separata arrangemang utan någon genomtänkt plan för hur personer sedan ska slussas in i ordinarie verksamhet. För att inte gå i denna fälla krävs bland annat att ordinarie verksamhet organiseras i olika former. Det finns också behov av ett bidragssystem som fungerar för en mångfald av verksamheter.¹⁴¹ Hinder kan också finnas utanför själva idrotten. Exempelvis måste transporter till och från idrottandet fungera för alla deltagare, inte bara för de med en förälder som alltid kan ställa upp och skjutsa. För att ta bort hinder för personer med funktionsnedsättning behöver många aktörer samarbeta och fördela ansvaret mellan sig. Dessa hinder är också de som kan vara svårast att få hållbara över tid.

Vad bör idrotten göra för att uppnå jämlikhet?

Även om det finns många goda exempel och en vilja inom idrottsrörelsen att bli mer jämlik (Riksidrottsförbundets framtidsstrategi *Strategi 2025* är ett bra exempel), tyder mycket på att föreningsidrotten inte är det i dag.

Nedan följer tre förslag till arbetsätt som kan bidra till att göra idrotten mer jämlik:

1. Det finns brister i hur idrottsföreningar tar tillvara den befintliga generella kunskapen om hur idrottsrörelsen kan bli mer jämlik.¹⁴² En konkret handling vore att upprätta motsvarigheter till jämlikhetsplaner för att få tydligare mål att jobba mot.

¹⁴⁰ Riksidrottsförbundet (2009).

¹⁴¹ Geidne, S. (2012). *The non-governmental organization as a health promoting setting*. Doktorsavhandling.

¹⁴² Wickman, K. (2012). ”Myrsteg mot en jämställd idrott”. I *Svensk idrottsforskning*, nr. 3, s. 10–14.

2. Idrottsrörelsen behöver ett arbetssätt som kombinerar lyhördhet för specifika behov med generella satsningar för jämlikhet. Deltagarnas behov måste identifieras för att till exempel kunna fördela resurser på ett rättvist sätt.¹⁴³ Det kräver en flexibel och kunnig organisation. Den organisation som klarar det klarar också av att möta deltagarna på ett jämlikt sätt och att se mångfald bland deltagare som en viktig resurs.
3. Idrottsrörelsen riskerar att missa målet om man fortsätter att titta på ett perspektiv i taget. Föreningar blir i dag överösta med olika, men viktigt, informationsmaterial och kampanjer om till exempel barnrätt, fysisk aktivitet, jämställdhet och hbtq-frågor. En idé är att i stället gå tillbaka till den ursprungliga visionen – idrott ska vara för alla. Tidigare forskning som presenterats i det här kapitlet betonar vikten av delaktighet, att det inte räcker med råd och kampanjer samt att det krävs insatser på flera nivåer och samverkan mellan många aktörer. Det är också viktigt att satsningarna blir långsiktiga, och inte tillfälliga.

Dessa råd kan koka ner till en rekommendation att använda ett socioekologiskt perspektiv. Det innebär att verksamhetsförändringar med fördel bör ske på fler nivåer och utifrån ett hälsofrämjande perspektiv, med målet att uppnå jämlikhet i hälsa. Om vi nu antar att idrott har en positiv påverkan på folkhälsan, borde idrottsrörelsen anamma ett hälsofrämjande synsätt på sin kärnverksamhet. Det ger den åtminstone potential att vara en hälsofrämjande arena för alla.

Även om det går att spåra en positiv trend, visar en ny litteraturöversikt att idrottsföreningar i huvudsak arbetar hälsofrämjande med en fråga i taget, riktat till en målgrupp i taget och med metoder riktade i huvudsak direkt till målgruppen.¹⁴⁴ Forskningen förespråkar i stället att betrakta all verksamhet utifrån ett hälsofrämjande perspektiv. En risk som måste beaktas är dock att vissa målgrupper, exempelvis personer med funktionsnedsättning, blir mindre synliga när alla ska få vara med.

Återigen måste det betonas att personer med funktionsnedsättning inte är en homogen grupp. Frågan är ibland dessutom än mer komplicerad ur ett intersektionalitetsperspektiv. Ett exempel kan vara nyanlända flickor med en

¹⁴³ Jerlinder, K. (2010). *Social rättvisa i inkluderande idrottsundervisning för elever med rörelsehinder : en utopi?*. Doktorsavhandling.

¹⁴⁴ Geidne, S., m.fl. (2019).

funktionsnedsättning som vill delta i idrott. För dem kan ytterligare hinder för deltagande uppstå.

Slutsatser

- Jämlik idrott måste organiseras på olika sätt för olika grupper i olika faser av livet för att nå så många som möjligt, så länge som möjligt.
- Idrottsrörelsen är inte jämlik bara för att det finns dokument som säger att alla får vara med. Men den har potential att genom självinsikt och nytänkande bli en hälsofrämjande arena, och därigenom mer jämlik.
- Idrottsrörelsen måste bli bättre på att anpassa sina ordinarie aktiviteter till att passa alla oavsett förutsättningar, snarare än att särskilja grupper åt.
- En jämlik idrottsrörelse innebär mångfald. Mångfalden av aktiviteter är bra för alla – alla vinner på att all organiserad idrott inte ser likadan ut.

Referenser

Arnell, S., Jerlinder, K. & Lundqvist, L. O. (2018). "Perceptions of physical activity participation among adolescents with autism spectrum disorders: A conceptual model of conditional participation". I *Journal of Autism and Developmental Disorders*, vol. 48, nr. 5, s. 1792–1802.

Arnhof, Y. (2008). *Onödig hälsa: Hälsoläget för personer med funktionsnedsättning*. Östersund: Statens folkhälsoinstitut

Block, M. E., Taliaferro, A. & Moran, T. (2013). "Physical activity and youth with disabilities: Barriers and supports". I *The Prevention Researcher*, vol. 20, nr. 2, s. 18–21.

Breuer, C., Hoekman, R., Nagel S. & van der Werff, H. (Red.) (2015). *Sport clubs in Europe: A cross-national comparative perspective*. Berlin: Springer.

Centrum för idrottsforskning (2018). *Statens stöd till idrotten – uppföljning 2017*. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.

EU (2007). *White paper on sport*. Bryssel: Commission of the European communities.

Geidne, S. (2012). *The non-governmental organization as a health promoting setting: Examples from alcohol prevention projects conducted in the context of national support to NGOs*. Doktorsavhandling. Örebro: Örebro universitet.

Geidne, S. & Jerlinder, K. (2016). "How sports clubs include children and adolescents with disabilities in their activities: A systematic search of peer-reviewed articles". I *Sport Science Review*, vol. 25, nr. 1–2, s. 29–52.

Geidne, S., Quennerstedt, M. & Eriksson, C. (2013). "The youth sports club as a health-promoting setting: An integrative review of research". I *Scandinavian Journal of Public Health*, vol. 41, nr. 3, s. 269–283.

Geidne, S., Kokko, S., Lane, A., Ooms, L., Vuillemin, A., Seghers, J., Koski, P., Kudlacek, M., Johnson, S. & Van Hoya, A. (2019). "Health promotion interventions in sports clubs: Can we talk about a setting-based approach? A systematic mapping review". I *Health Education & Behavior*. Epub. före tryck.1090198119831749.

Jeanes, R., Spaaij, R., Magee, J., Farquharson, K., Gorman, S. & Lusher, D. (2018). "Yes we are inclusive: Examining provision for young people with disabilities in community sport clubs". I *Sport Management Review*, vol. 21, nr. 1, s. 38–50.

Jerlinder, K. (2010). *Social rättvisa i inkluderande idrottsundervisning för elever med rörelsehinder: en utopi?* Doktorsavhandling. Örebro: Örebro universitet.

Jespersen, E. (2015). "Sport for all frail bodies". I *Physical Culture and Sport: Studies and Research*, vol. 65, nr. 1, s. 74–85.

Kissow, A.-M. (2015). "Participation in physical activity and the everyday life of people with physical disabilities: A review of the literature". I *Scandinavian Journal of Disability Research*, vol. 17, nr. 2, s. 144–123.

Kiuppis, F. (2018). "Inclusion in sport: Disability and participation". I *Sport in Society*, vol. 21, nr. 1, s. 4–21.

Kokko, S., Donaldson, A., Geidne, S., Seghers, J., Scheerder, J., Meganck, J., Lane, A., Kelly, B., Casey, M., Eime, R., Villberg, J. & Kannas, L. (2016). "Piecing the puzzle together: Case studies of international research in health-promoting sports clubs". I *Global Health Promotion*, vol. 23, nr. 1 (suppl.), s. 75.

Kokko, S., Martin, L., Geidne, S., Van Hoya, A., Lane, A., Meganck, J., Scheerder, J., Seghers, J., Villberg, J., Kudlacek, M., Badura, P., Mononen, K., Blomqvist, M., De Clercq, B. & Koski, P. (2018). "Does sports club participation contribute to physical activity among children and adolescents? A comparison across six European countries". I *Scandinavian Journal of Public Health*. Epub.före tryck.

Lengheden, L., Elofsson, S. & Blomdahl, U. (2015). "Ung livsstil bland ungdomar i grund- och gymnasiesärskolan: En studie av ungdomar i Haninge, Jönköping och Stockholm i jämförelse med ungdomar som inte går i särskolan". I *Ung livsstil*, nr. 18.

Lindén-Boström, M. & Persson, C. (2014). *Den psykiska hälsans skyddsfaktorer bland ungdomar med och utan funktionsnedsättning*. Örebro: Örebro läns landsting.

McNeill, L. H., Kreuter, M. W. & Subramanian, S. V. (2006). "Social environment and physical activity: A review of concepts and evidence". I *Social Science & Medicine*, vol. 63, nr. 4, s. 1011–1022.

Myndigheten för delaktighet (2017). *Rivkraft 18: Hälsa, kost och fysisk aktivitet*. Rapport.

Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor/MUCF (2017). *Fokus 17, del 2. Unga med funktionsnedsättning: Etablering i arbets- och samhällslivet*. Stockholm: Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor/MUCF.

Ng, K., Tynjälä, J., Sigmundová, D., Augustine, L., Sentenac, M., Rintala, P. & Inchley, J. (2017). "Physical activity among adolescents with long-term illnesses or disabilities in 15 European countries". I *Adapted Physical Activity Quarterly*, vol. 34, nr. 4, s. 456–465.

Nilholm, C. & Göransson, K. (2013). *Inkluderande undervisning – vad kan man lära av forskningen?* FoU-rapport. Stockholm: Specialpedagogiska skolmyndigheten.

Parasportförbundet (2018). *Förutsättningar för personer med funktionsnedsättning att nå ett aktivt och självständigt liv: Och de hinder som finns på vägen*. www.parasport.nu/globalassets/svenska-parasportforbundet-och-sveriges-paralympiska-kommitte-svenska-parasportforbundet/dokument/utbildningsmaterial-och-forskning/vinnova-rapporten-.pdf. (Hämtad 3 december 2018.)

Parrens, K. (2016). *Disability sports - the ability to inclusion? A case study on the organisational integration and inclusion of athletes with disabilities in local, mainstream sport associations in the Netherlands*. Doktorsavhandling. Rotterdam, Erasmus Universiteit Rotterdam.

Pettersson, C., Larsson, M., Geidne, S. & Petersén, A. (2017). *TB United: Ett projekt om ensamkommande ungdomars behov av fritidsaktiviteter samt attityder till och erfarenheter av alkohol, narkotika, dopning och tobak*. Örebro: Örebro universitet.

Riksidrottsförbundet (2003). *Möjligheten till motion och fysisk aktivitet: Lika för alla?* FoU-rapport.

Riksidrottsförbundet (2009). *Idrotten vill – idrottsrörelsens idéprogram*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.

Riksidrottsförbundet (2017). *Föreningsidrott och utanförskapet: En nulägesrapport om arbetet i Storstadssatsningen*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.

Riksidrottsförbundet (2018). *Idrottens strategiarbete*. <http://www.strategi2025.se>. (Hämtad 16 januari 2019.)

Sahlin, K. B. & Lexell, J. (2015). "Impact of organized sports on activity, participation, and quality of life in people with neurologic disabilities". I *PM&R*, vol. 7, nr. 10, s. 1081–1088.

Shields, N., Synnot, A. J. & Barr M. (2012). "Perceived barriers and facilitators to physical activity for children with disability: A systematic review". I *British Journal of Sports Medicine*, vol. 46, nr. 14, s. 989–997.

Socialstyrelsen (2007). *Socialstyrelsens termbank*. <http://termbank.socialstyrelsen.se>. (Hämtad 29 december 2018.)

Swartz, L., Bantjes, J., Rall, D., Ferreira, S., Blauwet, C. & Derman, W. (2016). "A more equitable society: The politics of global fairness in paralympic sport". I *PloS ONE*, vol. 11, nr. 12, e0167481.

SÖ 2008:26. Sveriges internationella överenskommelser. *Konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning och fakultativt protokoll till konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning*. Stockholm: Utrikesdepartementet.

Sørensen, M. & Kahrs, N. (2006). "Integration of disability sport in the Norwegian sport organizations: Lessons learned". I *Adapted Physical Activity Quarterly*, vol. 23, nr. 2, s. 184–202.

WHO (2017). *Sweden: Physical activity factsheet*.

Wickman, K. (2012). "Myrsteg mot en jämställd idrott". I *Svensk idrottsforskning*, nr. 3, s. 10–14.