

Sammanfattning och övergripande slutsatser

Slutsatser om bra föreningsidrott som får unga att vilja fortsätta idrotta

Under år 2012 har Centrum för idrottsforskning (CIF) haft i uppdrag av regeringen att ”genomföra en fördjupad analys av vad som kännetecknar en bra föreningsdriven idrottsverksamhet som får barn och ungdomar att vilja fortsätta idrotta”. I uppdraget har ingått att studera hur olika idrottsmiljöer påverkar ungas fysiska och psykiska utveckling och att peka på goda exempel inom idrotten ”där barns och ungdomars bästa tillgodoses”. Särskild uppmärksamhet skulle ägnas barn och ungdomar med funktionsnedsättningar. Slutligen skulle CIF även bedöma om någon del av statsbidraget går till idrottsverksamhet ”som inte ser till barnets bästa och är tillgänglig för alla i enlighet med barnkonventionen.”

Frågeställningarna ovan är både aktuella och angelägna. Inom idrottsrörelsen har omfattande insatser genomförts under senare år i syfte att få fler unga att fortsätta föreningsidrotta längre upp i åldrarna – inte minst inom ramen för den stora och statligt finansierade utvecklingsatsningen Idrottslyftet. Samtidigt indikerar aktuell statistik att den faktiska utvecklingen går i motsatt riktning. Analyser av det lokala aktivitetsstödet till lokala idrottsföreningar indikerar att aktivitetsnivån i barn- och ungdomsidrotten minskat under senare år i en omfattning som inte enbart kan förklaras med sjunkande ungdomskullar. Nedgången är störst bland äldre ungdomar (13–20 år) och hos flickor.

I CIF har genomförandet av 2012 års fördjupningsuppdrag fördelats efter två huvudlinjer. Den första strategin har varit att sammanställa befintlig och aktuell forskning om ungas föreningsidrottande och varför vissa ungdomar väljer att stanna kvar medan andra slutar. Resultatet är en antologi med titeln *Spela vidare – en antologi om vad som får unga att fortsätta idrotta*. Studien är brett upplagd. Den inleds med en analys av de många och skilda samhälleliga och idrottsliga villkor som påverkar barn- och ungdomsidrottens utformning och förutsättningar. Därefter följer en internationell utblick följt av två studier av hur de unga själva ser på sitt idrottande. Den första handlar om skillnader mellan unga som fortsatt idrotta respektive de som slutat medan den andra studien rör idrottserfarenheter för unga med rörelsenedsättningar. Efter det följer en redogörelse för föreningars Idrottslyftsprojekt i syfte att få ungdomar att stanna kvar inom idrotten, en genomgång av medicinska- och fysiologiska aspekter på avhopsproblematiken inom idrotten samt en analys av Riksidrottsförbundets insatser för att förverkliga FN:s barnkonvention inom barn- och ungdomsidrotten.

Den andra strategin har varit att synliggöra ett kunskapsområde där forskning i stor utsträckning saknas: idrott och fysisk aktivitet för unga med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) såsom adhd, Aspergers syndrom, Tourettes syndrom och tvångssyndrom. Vi har genomfört intervjuer av ungdomar med diagnoser, deras föräldrar, forskare inom psykiatri och idrottsledare med erfarenhet av NPF. Materialet har därefter sammanställts i en rapport med titeln *Dolda utmaningar – om unga idrottare med osynliga funktionsnedsättningar*. Studiens syfte är både fästa uppmärksamhet på en viktig men förhållandevis okänd problematik inom barn- och ungdomsidrotten och att skapa verktyg för ledare och verksamma inom idrottsrörelsen för att bättre möta unga med osynliga funktionsnedsättningar.

Två utgångspunkter har varit vägledande för vårt arbete. För det första har ambitionen varit att åstadkomma en analys som uppmuntrar till reflektion och fördjupning snarare än att erbjuda enkla lösningar på svåra problem. Denna målsättning kan motiveras med hänsyn till frågeställningens komplexitet – det finns inga enkla svar på vad som får barn och ungdomar att stanna kvar inom föreningsidrotten – samt med CIF:s principiella roll i svensk idrottspolitik. Vår uppgift är inte att utforma statens idrottspolitik. CIF ska däremot vara ett stöd i den idrottspolitiska beslutsprocessen genom att tillhandahålla vetenskapligt förankrade analyser och kunskap i idrottsrelaterade frågor.

För det andra utgår vår analys från ett barnrättsperspektiv. Målet med våra studier är följaktligen inte att säkerställa höga medlemsnivåer inom idrottsrörelsen eller att stärka svensk idrotts internationella konkurrenskraft. Utgångspunkten är det enskilda barnets möjlighet att få delta i föreningsidrottsliga aktiviteter utifrån sina egna förutsättningar och ambitionsnivåer.

En utförlig sammanfattning av 2012 års fördjupningsuppdrag ges i kapitel 2 i denna rapport. I detta sammanhang avgränsas redogörelsen till tre övergripande slutsatser.

Slutsats 1. Det finns ett stort mervärde i ungas föreningsidrottande – men det finns också en risk att detta mervärde går förlorat eller inte kommer alla till del.

Det råder ingen tvekan om att föreningsidrottens barn- och ungdomsverksamhet kan skapa ett stort mervärde för både individ och samhälle. Idrott och fysisk aktivitet kan främja folkhälsa och välbefinnande, ge fysisk rekreation, gemenskap

och meningsfulla fritidssysselsättningar. Ur detta perspektiv kan ambitionen att få unga att stanna kvar inom föreningsidrotten betraktas som en välfärdspolitisk strategi för att sprida föreningsidrottens många och positiva mervärden till så stora grupper som möjligt – och så länge som möjligt.

Men föreningsidrottens samhällsnytta får aldrig tas för given. Felaktigt bedriven idrott kan leda till skador och ohälsa. Tidiga elitsatsningar och osunda träningspremissor kan utmyнна i selektion och utslagning. Det kan ge upphov till belastningsskador, överträningsyndrom, ätstörningar och otillbörligt användande av kosttillskott och dopningspreparat. Oförståelse eller okunskap om ungas olikheter och skilda utvecklingstakt kan resultera i förlorad självkänsla och utanförskap. Visionen om den goda barnidrotten får således aldrig tas för given – den måste ständigt återerövas och försvaras.

Föreningsidrottens möjligheter och begränsningar är särskilt tydliga i frågan om unga med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. Å ena sidan visade våra intervjuer med ungdomar, idrottsledare och forskare att idrott kan ha stora och positiva hälsoeffekter för personer med dolda funktionsnedsättningar. Idrott och fysisk aktivitet kan främja koncentrationsförmågan och andra exekutiva funktioner. Det kan ge tillfredsställelse och stärkt självkänsla. Därtill kan det hjälpa unga att reglera sina energibehov vilket i sin tur motverkar rastlöshet, stress och sömnproblem. För personer med funktionsnedsättning kan idrott således vara mer än en stimulerande och allmänt hälsosam fritidssysselsättning – det kan även utgöra ett viktigt led i deras rehabilitering eller habilitering.

Å andra sidan framkom även att det finns många hinder för unga med NPF-diagnoser att finna sin väg in i föreningsidrotten. Flera av de ungdomar som deltog i studien sade sig ha haft svårt att passa in i en idrottsförening. Mycket av det som ofta tas för givet i en idrottsverksamhet – såsom att passa tider, följa ledares instruktioner, vänta på sin tur och så vidare – kunde för dessa ungdomar utgöra komplicerade moment och hinder för deltagande. Till detta kommer att kunskapen om NPF ofta är begränsad hos tränare och idrottsledare vilket riskerar att leda till missförstånd och felaktigt bemötande.

De bilder som framträder i vår studie är följaktligen polariserade. I vissa berättelser framgår att barn och ungdomar med osynliga funktionsnedsättningar har hittat sin plats inom idrotten – och att idrotten för dessa spelat en viktig roll för deras fysiska och psykiska välbefinnande och utveckling. Men det finns även berättelser om unga med NPF-diagnoser som haft svårt att hantera föreningsidrottens uttalade krav och förväntningar och som därmed inte fått tillgång till de många

positiva upplevelser och hälsoeffekter som föreningsidrotten kan erbjuda. Det är därför av stor vikt att idrottsrörelsen utvecklar sina strategier för att identifiera och hantera dolda handikapp bland ungas idrottande.

Slutsats 2. Det görs mycket inom idrotten för att få unga att fortsätta föreningsidrotta – men det verkar vara svårt att utmana den traditionella tävlingslogiken.

CIF uppdrog åt Håkan Larsson, professor i idrott vid Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm, att analysera de vetenskapliga utvärderingar som gjorts av Idrottslyftet i syfte att undersöka hur idrottsrörelsens förbund och föreningar själva tänkt och agerat för att få fler unga att stanna kvar i föreningsidrotten längre upp i åldrarna. I genomgången framkom att idrottsrörelsens strategier var många och varierade med tonvikt på ledarekrytering och ledarutbildning, att förbättra de lokalmässiga och materiella förutsättningarna (subvention av deltagaravgifter, inköp av materiel, ökad anläggningstillgång med mera), verksamhetsutveckling (breddad verksamhet, ökad trivsel och samhörighet) och utveckling av klubbarnas interna arbetsformer med tonvikt på policyfrågor, rutiner och kvalitetssäkring.

Larssons slutsats blev en att Idrottslyftet utgjort en ”experimentbod” som gett landets idrottsföreningar förutsättningar att utveckla en stor mängd olika strategier för att få barn och ungdomar att vilja fortsätta idrotta. Men han noterade även att vissa typer av utvecklingsinsatser saknades. Som exempel förekom sällan strategier som tar tillvara de ungas egna erfarenheter och synpunkter. Likaså saknades insatser med fokus på etik- och värderingsfrågor. Detta tolkar Larsson som att många av idrottsrörelsens förbund och föreningar är starkt förankrade i en traditionell syn på idrott som liktydigt med fysiskt ansträngande tävlingsverksamhet. De är följaktligen vana att organisera aktiviteter med utgångspunkt i den egna idrottsgrenens krav och förutsättningar – och de vet vad som krävs för att utveckla goda idrottsutövare. Men problemet är att idrott går att bedriva på olika sätt och utifrån skilda ambitionsnivåer. Ett oreflekterat förhållningssätt till idrott som synonymt med fysiskt ansträngande tävlingsidrott riskerar därmed att begränsa klubbarnas möjlighet att tänka nytt, bryta invanda rutiner och pröva nya förhållningssätt. Och detta riskerar i sin tur att begränsa deras möjlighet att förmå fler unga att stanna kvar i idrotten.

Ett liknande resultat framkommer i studier där de idrottande ungdomarna själva får komma till tals. Britta Thedin Jakobsson, doktorand vid Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm, bedriver ett forskningsprojekt om vilka ungdomar

som fortsätter att föreningsidrotta långt upp i åldrarna – och varför. Hon menar att idrott vanligtvis är en mycket uppskattad fritidsaktivitet hos unga, men att det finns vissa skillnader mellan de som stannar kvar i föreningsidrotten och de som väljer att sluta. Den förstnämnda gruppen utmärker sig vanligtvis genom ett mycket stort idrottsintresse. Ofta utövar de flera idrotter eller kombinerar sin idrott med olika motionsaktiviteter. De är aktiva i tävlingsammanhang, har tillhört föreningsidrotten sedan unga år och kompletterar sitt idrottande med olika former av ledaruppdrag. Även bland avhopparna är intresset för idrott vanligtvis stort. Olika omständigheter har dock resulterat i att de ändå slutat. Ibland är orsaken att de förlorat intresset för den specifika idrotten eller att verksamheten inte längre känns tillräckligt utvecklande och utmanande. Andra slutar för att de inte är tillräckligt duktiga för att få fortsätta eller ovilliga att satsa i den omfattning som krävs för att få fortsätta tävla eller spela matcher. Sammanfattningsvis menar Thedin Jakobsson således att ungas val att sluta eller fortsätta föreningsidrotta är starkt kopplat till hur de förhåller sig till idrottens dominerande tävlingslogik. Eller som hon själv förklarar saken:

Resultaten indikerar att en förutsättning för att vilja fortsätta idrotta som tonåring är att man börjar i tidig ålder och är villig att träna och tävla mycket och ofta. Min tolkning är att föreningarna erbjuder de aktiva tävlingsidrott med prestationsfokus. Däremot förefaller det inte som att föreningsidrotten är anpassad till unga med andra ambitionsnivåer. Dessutom ger föreningsidrotten lite utrymme för flexibilitet och spontanitet i förhållande till de ungas smak och önskemål om hur den ska bedrivas. För att kunna fortsätta måste man njuta av, uppskatta, känna glädje och kunna hantera en tävlingsorienterad verksamhet även om man själv inte har tävlingsambitioner. Föreningsidrott verkar innefatta unga människor som anpassar sig till uttalade och outtalade krav, uppskattar och kan hantera och förstå tävlingsidrott. De ungdomar som inte klarar av eller vill ställa upp på de normer och värderingar som råder och göra det som idrotten kräver väljer att sluta, ibland villigt, ibland motvilligt.

Slutsats 3. Det råder en konflikt mellan idrottsrörelsens decentraliserade styrmodell och Riksidrottsförbundets möjlighet att upprätthålla ett barnrättsperspektiv i barn- och ungdomsidrotten.

Vår tredje slutsats handlar om Riksidrottsförbundets strategier för att upprätthålla ett barnrättsperspektiv i den frivilligt organiserade barn- och ungdomsidrotten. Här är poängen att förbundets handlingsutrymme och agerande styrs av en ständigt närvarande dualism inom idrottsrörelsen mellan sammanhållning och de anslutna organisationernas självbestämmande. Å ena sidan är sammanhållning i form av gemensamma värderingar och förhållningssätt en nödvändighet för att en folkrörelse över huvud taget ska kunna formeras, bestå och verka mot gemensamma mål. Å andra sidan består idrottsrörelsen ytterst av självständiga förbund och föreningar med rätt att själva avgöra omfattningen och inriktningen på sin verksamhet. Det skapar ett dilemma: i vilken utsträckning kan Riksidrottsförbundet ställa krav på enhetligt agerande av anslutna organisationer – och i vilken utsträckning ska autonomi tillåtas? I vilken utsträckning ska idrottsrörelsen ledas eller stödjas?

Denna dualism framträder tydligt i Riksidrottsförbundets strategier för att främja och värna om ett barnrättsperspektiv i barn- och ungdomsidrotten. Det finns visserligen styrande inslag såsom att barnrättsperspektivet skrivits in i förbundets stadgar och att Idrottslyftet och Handslaget utgjort ekonomiska satsningar i syfte att utveckla barn- och ungdomsidrotten i konventionens anda. Men dessa insatser har samtidigt balanserats med strategier som snarare framhävt de anslutna medlemsorganisationernas självbestämmande. Som exempel saknas direktiv för hur barnkonventionen ska tolkas och system för att pröva eventuella förseelser. I Idrottslyftet och Handslaget har Riksidrottsförbundet gett förbund och föreningar stor frihet att själva tolka utvecklingssatsningarnas mål och inriktningar. I situationer där föreningar inte levt upp till idrottsrörelsens gemensamma värdegrund eller barnkonventionen har Riksidrottsförbundet inte tvekat att fördöma – men samtidigt försvarat varje förenings självbestämmande. Sammantaget framträder följaktligen att Riksidrottsförbundet föredragit en mjuk form av styrning med tyngdpunkt i värdegrundsarbete, utbildningsinsatser och dialog snarare än påverkan genom krav, regelverk och sanktioner.

Det är givetvis varje folkrörelsens ensak att självständigt besluta om balansen mellan gemensamma mål och strategier – och de anslutna organisationernas autonomi. Dagens tydliga decentraliseringsprinciper i svensk föreningsidrott kan följ-

aktligen försvaras med att medlemmarna i enlighet med föreningsdemokratiska principer helt enkelt har valt denna lösning. Men idrottsrörelsen är samtidigt en mottagare av offentligt stöd. Detta skapar ett ansvar för förbund och föreningar att använda dessa medel i enlighet med offentliga mål och riktlinjer. Därtill ställer det krav på Riksidrottsförbundet – i rollen som ställföreträdande idrottsmyndighet – att pröva, fördela och återrapportera bidragen i enlighet med statliga mål och riktlinjer. Problem riskerar följaktligen att uppstå om idrottsrörelsen först erhåller offentligt stöd med hänvisning till att verksamheten uppfyller ett antal samhällsnyttiga mål och värden – men att RF därefter inte anser sig kunna förhindra anslutna förbund och föreningar från att avvika från dessa mål. Den ansvarsprincip som utgör grunden för RF:s myndighetsroll i förhållande staten riskerar följaktligen att undermineras om idrottsrörelsens interna maktstruktur samtidigt bygger på starka decentraliseringsprinciper.

Det finns dock indikationer på att Riksidrottsförbundet för närvarande vill stärka barnrättsperspektivets ställning i svensk idrottsrörelsen och att man samtidigt börjat ompröva de decentraliserings- och självbestämmandeprinciper som präglat relationen till anslutna specialidrottsförbund och lokalföreningar under det senaste decenniet. I Riksidrottsstyrelsens beslut om ny inriktning på Idrottslyftet för perioden 2013–2015 framhålls uttryckligen att ett barnrättsperspektiv ska präglade hela satsningen. För vissa bidrag kommer även barnkonsekvensanalyser att krävas. Parallellt ska idrottsrörelsens gemensamma riktlinjer för barn- och ungdomsidrotten ses över och konkretiseras. I december år 2012 beslutade Riksidrottsförbundet dessutom att dra tillbaka Svenska Gymnastikförbundets elitstöd efter att en forskarrapport konstaterat stora brister i förbundets landslagsverksamhet. Därmed hade Riksidrottsförbundet för första gången någonsin tillgripit ekonomiska sanktioner för att påverka en verksamhet som inte ansetts leva upp till idrottsrörelsens gemensamma värdegrund och FN:s barnkonvention.

Alla dessa åtgärder kan sammantaget karakteriseras som en centralisering av makten i svensk idrott och att Riksidrottsförbundet ökar sin styrning av anslutna förbund och föreningar. Detta kan ge upphov till interna spänningar i en rörelse med starka decentraliseringstraditioner – men det kan samtidigt stärka idrottsrörelsens samhällslegitimitet och Riksidrottsförbundets roll som ställföreträdande idrottsmyndighet.

Slutsatser av CIF:s indikatorer för uppföljning av statens stöd till idrotten 2012

I CIF:s uppdrag att följa upp statens stöd till idrotten ingår även en årlig redovisning av en uppsättning indikatorer. Denna uppföljning tar sin utgångspunkt i motiven till statens stöd till idrotten såsom dessa preciserats i förordning (1999:1177) om statsbidrag till idrottsverksamhet. Indikatorsystemet består av 22 indikatorer, fördelade över fem målområden. Dessa är:

Målområde 1: Idrotten som folkrörelse

Målområde 2: Idrottens betydelse för folkhälsan

Målområde 3: Alla flickors och pojkar, kvinnors och mäns lika förutsättningar till deltagande

Målområde 4: Skolning i demokrati, ansvarstagande och etik

Målområde 5: Idrotters internationella konkurrenskraft.

Indikatorsystemet består i huvudsak av befintlig statistik. Merparten av indikatorerna rör olika aspekter av idrottsrörelsens verksamhet och organisationsstruktur, såsom medlemsbestånd, inkomstkällor, omfattningen på det ideella ledarskapet och utbildningsinsatser. För dessa uppgifter har Riksidrottsförbundet beredvilligt bidragit med information och sakkunskap. I frågor rörande svensk elitidrott har även Sveriges Olympiska Kommitté varit behjälplig. För de indikatorer som rör folkhälsa, motionsvanor och idrottsskador har statistik inhämtats från Statistiska centralbyrån, Folkhälsoinstitutet och Myndigheten för samhällsskydd och beredskap.

Det viktigaste resultatet i 2012 års indikatorgenomgång är att aktivitetsnivån inom barn- och ungdomsidrotten har minskat under senare år. Denna tendens baseras på en minskning i det statliga lokala aktivitetsstödet (LOK-stödet) till idrotten. Under åren 2008–2011 sjönk antalet LOK-stödsberättigade deltagartillfällen med 6,7 procent och antalet bidragsberättigade sammankomster med 8,3 procent. Under samma period minskade andelen unga i åldern 7–20 år med endast 2,6 procent. Detta indikerar att den faktiska aktivitetsnivån i den organiserade barn- och ungdomsidrotten minskat sedan år 2008 i en omfattning som inte kan förklaras med hänvisning till variationer i ungdomspopulationen. En närmare granskning av LOK-stödsstatistiken visar dessutom att nedgången är störst bland äldre ungdomar (13–20 år) och hos flickor.

Samtidigt bör man ha i åminnelse att minskningen sker från höga nivåer. År 2011 uppgick det totala antalet medlemmar i idrottsrörelsen till 3,1 miljoner personer. Merparten av dessa – nästan 2,3 miljoner personer – sade sig dessutom vara aktiva medlemmar. Därtill visar europeiska studier att ungdomar i de nordiska länderna ägnar sig åt idrott och fysisk aktivitet i betydligt högre utsträckning än det europeiska genomsnittet.

I övrigt bekräftar indikatorsystemet i stor utsträckning de förhållanden och trender som iakttagits under tidigare år. Som exempel visar statistiken att idrottsrörelsens klubbar och förbund är mycket olika i storlek och sammansättning samt att de verkar under vitt skilda existensvillkor. Därtill är människors tillgång och förutsättningar till idrott och fysisk aktivitet alltjämt ojämnt fördelade i samhället. Som exempel ökar andelen föreningsidrottare i takt med utbildningsgrad, hushållsekonomi och position på arbetsmarknaden. Därtill visar statistiken att flickor med invandrabakgrund är förhållandevis svagt representerade inom föreningsidrotten. I frågor gällande makt och representation i beslutande organ har en stor majoritet av RF:s specialidrottsförbund (41 av 69) en manlig dominans i sina styrelser såtillvida att andelen kvinnor understiger 40 procent. Den manliga dominansen ökar dessutom i takt med stigande ålder. Den jämställda fördelning som kännetecknar idrottsrörelsens aktiva medlemmar återspeglas följaktligen inte i styrelserummen. Detta är viktiga signaler till idrottsrörelsen att fortsätta sitt kontinuerliga arbete att förverkliga den egna värdegrundens premisser om demokrati, delaktighet och allas rätt att vara med.