

Fakultet for helse og samfunnsvitenskap

Margunn Stokkevåg Andersen

Masteroppgave

**«En arena der alle er velkomne, uansett»:
En case studie av Aktiv Ung**

**«An arena everyone is welcome, regardless»: A
case study of Aktiv Ung**

Master i folkehelsevitenskap med vekt på endring av
livsstilsvaner

1MFV202_1

Høst 2022

Forord

Da har jeg komme til veis ende som masterstudent innen folkehelse og som forfatter av denne oppgaven som markerer avslutningen på en krevende og utfordrende, men også en svært givende reise.

Jeg ønsker å rekke en stor takk til min veileder, Patrick Foss Johansen for hans tilgjengelighet gjennom hele prosessen. Han har aldri vært langt unna med sine svar på mine spørsmål, gode innspill og konstruktive tilbakemeldinger, som jeg setter stor pris på. Samtidig vil jeg takke han for inspirasjonen han ga meg for å skrive om dette temaet. I forhold til dette er jeg svært takknemlig for hvor behjelpelige kontaktpersonen ved Aktiv Ung har vært.

Tusen takk til alle deltakerne som stilte til intervju. Uten dere, ingen oppgave.

Mamma og pappa, tusen takk for at dere alltid har troa på meg og kommer oppmuntrende ord.

Til slutt, takk til mine flotte medstudenter og venner, for verdifulle samtaler og pauser sammen på campus. En spesiell takk til deg, Guro Kristine Moum.

Takk, tusen takk!

Margunn Stokkevåg Andersen
Elverum, mai 2022

Innholdsfortegnelse

FORORD	2
INNHOLDSFORTEGNELSE	3
TABELLOVERSIKT	4
FIGUROVERSIKT	4
SAMMENDRAG	5
ABSTRACT	6
1.0 INNLEDNING	7
1.1 AKTIV UNG	8
1.2 FORMÅL MED STUDIEN	8
1.3 PROBLEMSTILLING	8
1.4 OPPGAVENS STRUKTUR	9
2.0 LITTERATUR	10
2.1 LITTERATURSØK	10
2.2 FRITIDSAKTIVITETER OG AKTIV FRITID BLANT UNGE	11
2.2.1 Fysisk aktivitet blant unge	12
2.2.2 Organisert idrett	14
2.3 FOLKEHELSE OG FOLKEHELSEARBEID	16
2.3.1 Folkehelsearbeid i Elverum kommune	17
2.3.2 Systematisk folkehelsearbeid	17
2.3.3 Evaluering	18
2.4 TILTAKSOMRÅDER I ELVERUM	18
2.4.1 Oppvekst og levekår	19
2.4.2 Helserelatert atferd	20
3.0 TEORI	22
3.1 KAPITAL	22
3.1.1 Økonomisk kapital	23
3.1.2 Kulturell kapital	23
3.1.3 Sosial kapital	24
3.2 KONVERTERING AV KAPITAL	24
3.3 HABITUS	25
4.0 METODE OG METODOLOGI	27
4.1 KVALITATIV METODE OG FORSKNINGSPROSESSEN	27
4.2 DESIGN	28
4.3 UTVALGSMETODE OG REKRUTTERING	29

4.4	DATAINNSAMLING	30
4.4.1	<i>Utforming av intervjuguide</i>	31
4.4.2	<i>Gjennomførte pilotintervjuer</i>	32
4.5	DATABEHANDLING.....	33
4.6	METODOLOGISKE REFLEKSJONER	35
4.6.1	<i>Validitet</i>	35
4.6.2	<i>Relabilitet</i>	36
4.6.3	<i>Overførbarhet</i>	37
4.6.4	<i>Forskningsetikk</i>	37
4.6.5	<i>Svakheter og styrker</i>	39
5.0	RESULTATER	40
5.1	REKRUTTERING	41
5.2	HVA GIR TILBUDET UNGDOMMEN	42
5.3	BETYDNING AV LEDERE OG FORELDRE FOR FRITIDSAKTIVITETSDELTAELSE.....	44
6.0	DISKUSJON	46
6.1	AKTIV UNG SOM ALTERNATIV TIL ORGANISERT IDRETT	46
6.1.1	<i>Rekrutteringsmetoder</i>	46
6.1.2	<i>Aktiv Ung og økonomisk kapital</i>	47
6.1.3	<i>Aktiv Ung, kulturell kapital og aktivitetshabitus</i>	48
6.1.4	<i>Aktiv Ung og sosial kapital</i>	49
7.0	KONKLUSJON	51
7.1	BEGRENSINGER AV DENNE STUDIEN OG VIDERE FORSKNING.....	51
8.0	REFERANSER	52
	VEDLEGG 1	60
	VEDLEGG 2	64
	VEDLEGG 3	66
	VEDLEGG 4	71
	VEDLEGG 5	73

Tabelloversikt

Tabell 1. Oversikt over hovedkategorier, subgrupper og gullsitater	40
--	----

Figuroversikt

Figur 1. Systematisk folkehelsearbeid hentet fra (Skille, 2019, s. 58).....	18
Figur 2. Forskningsprosessen i en vitenskapssirkel (Halvorsen, 2008, s. 24).....	28

Sammendrag

Bakgrunn: Det anses at samfunnet blir dyrere og rikere. Dette påvirker at barn og unge fra lavere sosiale lag deltar mindre i fritidsaktiviteter enn barn og unge fra høyere sosiale lag, da vi beveger oss mot et samfunn med mer sosiale ulikheter. Barn og unge bør få delta regelmessig på minst en fritidsaktivitet uavhengig av foreldrenes sosiale og økonomiske situasjon. Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter er for barn og unge forbundet med en større sannsynlighet for en sunn tilpasning senere i livet, samt en rekke andre helsefordeler.

Teori: Teorien som er tatt i bruk her er eksisterende forskning og litteratur. Det teoretiske grunnlaget vil omfatte teori fra Bourdieu, med fokus på kapitalbegrepene og habitus.

Metode og formål: Gjennom et kvalitativt casestudiedesign av et fritidsaktivitetstilbud i en norsk by hvor formålet var å forstå hvem som deltar i Aktiv Ung, hva som kjennetegner dem og forstå hvordan Aktiv Ung fungerer.

Resultater og konklusjon: Denne studien tyder på at fritidsaktivitetstilbudet Aktiv Ung kan bidra til å utjevne sosiale ulikheter i fritidsdeltakelse blant unge. Den statlige støtten som gjør det mulig å gjennomføre tilbudet tilnærmet gratis er et viktig element her. Studien peker også på at Aktiv Ung fungerer som et alternativ til organisert idrett som en sosial arena da ungdommen danner vennskapsbånd gjennom aktivitetene som gjelder også utenfor den organiserte gjennomføringen. Samtidig viser funnene at det allerede eksisterer en viss form for idrettshabitus blant deltakerne i Aktiv Ung, og det er uvisst hvor godt tilbudet treffer de som ikke har drevet organiserte aktiviteter tidligere. Det er derimot antydninger i funnene om at Aktiv Ung gir mulighet til å opptjene seg en slags fysisk aktivitets-kapital fra bunn. Mer forskning er nødvendig for å kartlegge dette. Studien kaster også lys over hvor viktig lederne av et slikt program er for opplevelsen av tilbudet.

Nøkkelord: Fritidsaktiviteter, ungdommer, fysisk aktivitet, kapital, habitus, Bourdieu

Abstract

Background: It is considered that society is becoming more expensive and richer. This affects children and youth from lower social strata participating less in leisure activities, than children and youth from higher social strata, as we move towards a society with more social inequalities. Children and youth should be allowed to participate regularly in at least one leisure activity, regardless of the parents' social and financial situation. Participation in organized leisure activities is for children and youth associated with a greater probability of a healthy adjustment later in life, as well as several other health benefits.

Theory: The theory applied here is existing research and literature. The theoretical basis will include Bourdieu's theory, focusing on the concepts of capital and habitus.

Methods and aim: Through a qualitative case study design of a leisure activity offered in a Norwegian city where the purpose was to; understand who participates in Aktiv Ung, what characterizes them, and understand how Aktiv Ung works.

Results and conclusion: This study indicates that the leisure activity offered by Aktiv Ung, can contribute to leveling out social inequalities. The state support that makes it possible to carry out the offer almost free of charge is an important element here. The study also points out that Aktiv Ung functions as an alternative to organized sports as a social arena, as the youth form bonds of friendship through the activities that also apply outside the organized implementation. At the same time, the findings show that there is already a certain form of sports habit among the participants in Aktiv Ung, and it is uncertain how well the offer hits those who have not run organized activities before. On the other hand, there are hints in the findings that Aktiv Ung provides an opportunity to earn a type of physical activity capital from scratch. More research is needed to map this. The study also sheds light on how important the leaders of such a program are for the experience of the offer.

Keywords: Extracurricular activities, youth, physical activity, capital, habitus, Bourdieu

1.0 Innledning

Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter er for barn og unge forbundet med en større sannsynlighet for en sunn tilpasning senere i livet, samt en rekke andre fordeler (Dahl et al., 2014, s. 112–113). Det er også en viktig kilde til felleskap, tilhørighet og mestring (Samdal et al., 2016, s. 21). En studie hevder barn og unge som deltar i uorganiserte ovenfor organiserte fritidsaktiviteter vil øke risikoen for problematferd (Mahoney et al., 2001). Samtidig tyder det på at sosialøkonomisk bakgrunn har stor betydning for deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter. Dermed har ikke alle unge samme mulighet til å delta i fritidsaktiviteter og vi kan setydelige forskjeller i hvem som deltar og hvilke aktiviteter de deltar i (Bakken et al., 2016, s. 81). Et viktig prinsipp innen folkehelsearbeidet rettet mot barn er at barn skal få være barn uten bekymringene som kommer av foreldrenes økonomi (Barne-, ungdoms- & og familiedirektoratet, 2015, s. 127).

Elverum kommunene har utarbeidet en plan for folkehelsearbeid, der formålet er å vise de særskilte og prioriterte målene og strategier, samt øke kunnskapsnivået om folkehelsearbeid (Høivik, 2019, s. 4). Forskere mener at vi beveger oss mot et samfunn med mer sosiale forskjeller (Strandbu et al., 2017, s. 134) og dette gjenspeiler seg i kommunen hvor det er en sterk økning av barn og unge som vokser opp i lavinntektshusholdninger (Høivik, 2019, s. 8). Barn og unge fra lavere sosiale lag vil dermed delta mindre i organiserte fritidsaktiviteter enn barn og unge fra høyere sosiale lag (Bakken et al., 2016, s. 81). De risikerer å bli ekskludert fra organiserte fritidsaktiviteter da det ofte er en høy kostnad, profesjonalisering og foreldreinnsats som har betydning for deltakelse (Samdal et al., 2016, s. 21; Strandbu et al., 2017, s. 134).

Fritidserklæringen ble signert av regjeringen, kommunesektorens organisasjon (KS), og en rekke frivillige organisasjoner i 2016 (Kommunesektorens organisasjon, 2016). Erklæringen har som mål å gi alle barn og unge muligheten til å delta regelmessige i fritidsaktiviteter uavhengig av foreldrenes sosiale og økonomiske situasjon (Bufdir, 2020). For å opprettholde erklæringen er det viktig med tett samarbeid mellom kommuner, frivillige lag, foreninger, organisasjoner, klubber og NAV (Bakken et al., 2016, s. 81). Det er også viktig for et mer inkluderende samfunn (Bufdir, 2019).

1.1 Aktiv Ung

I denne studien skal jeg ta utgangspunkt i fritidsaktivitetstilbudet Aktiv Ung i Elverum kommune som retter seg mot barn og unge mellom 13-18 år. Det er i utgangspunktet gratis, med unntak av lengre reiser hvor det kan det forekomme en egenandel. Aktivitetene varierer gjennom året, og de er inntil aktiviteter som klatring, friluftsliv med og uten overnatting, stup og lek i svømmehallen, ski, skøyter, fisteturer og skating for å nevne noe. Her får deltakerne være med og bestemme aktiviteter. Aktiv ung får tilskudd av Bufdir som gjør det mulig med gratis eller en lav egenandel. Dette gir muligheten for flere deltakere uavhengig av inntekt. Skulle det være behov for utstyr, som personen ikke har, er det muligheter for å låne gratis fra utstyrsbiblioteket «Fritt Fram» (Remizov & Voldmo, 2021).

1.2 Formål med studien

Formålet med denne studien er å utvide forståelsen om fritidsaktivitetstilbud som Aktiv Ung fungerer etter sin hensikt om å gi barn og unge på tvers av sosioøkonomiske plasseringer gode fritidsopplevelser, et område det finnes lite forskning på (Helsenorge, 2017). Det innebærer å forstå hvem som deltar i aktivitetstilbudet, hvordan de rekrutteres og hvordan aktivitetene oppleves. Samtidig ønsker jeg å utforske viktigheten av samarbeid mellom kommune, frivillige lag og foreninger i arbeidet mot et mer inkluderende samfunn (Bufdir, 2019; Høivik, 2019, s. 4).

1.3 Problemstilling

Denne oppgaven studerer hvordan Aktiv Ung fungerer for ungdommene i Elverum
Forskningsspørsmålet er som følger:

Hvordan kan fritidsaktivitetstilbudet «Aktiv Ung» bidra til å utjevne sosiale forskjeller i fysisk aktivitetsdeltakelse blant barn og unge?

For å besvare dette spørsmålet kommer jeg til å fokusere på to hovedaspekter ved programmet; rekrutteringen av deltakere, samt gjennomføringen av programmet med den hensikt å forstå hvordan Aktiv Ung fungerer som et alternativ til annen organisert fritidsaktivitet, spesielt idrett.. Det gir følgende underspørsmål til problemstillingen:

- *Hvordan rekrutterer Aktiv Ung deltakere?*

- *Hva slags opplevelser har deltakerne og lederne av programmets gjennomføring?*

Jeg vil benytte meg av Pierre Bourdieus begreper om kapitaler og habitus i diskusjonen av funnene. Jeg valgte denne teorien på bakgrunn av at den er tett forbundet med sosiale ulikheter og ofte brukt i forskning rettet mot barn og unges idrettsdeltakelse (Lundvall & Jakobsson, 2020; Strandbu et al., 2020).

Det er verdt å nevne en viktig begrensning ved denne problemstillingen. Aktiv Ung er et av mange fritidsaktivitetstilbud som tilbys gjennom kommuner i Norge. Samtidig er de forskjellige fritidsaktivitetsprogrammene forskjellige slik at funn rundt praktisering av Aktiv Ung ikke nødvendigvis kan overføres til samtlige andre tilbud i andre kommuner. Studien vil likevel kunne være av interesse for Elverum kommune og Aktiv Ung. I tillegg vil jeg argumentere for at funn fra studien kan være av interesse utover dette da den kaster lys over nytten av den modellen Aktiv Ung tilbyr.

1.4 Oppgavens struktur

Denne oppgaven vil først presentere internasjonal og nasjonal litteratur (2) om fysisk aktivitet, fritidsaktiviteter, folkehelsearbeid generelt og Elverums folkehelseplan. Deretter i kapittel 3 presenteres oppgavens relevante teori av Bourdieu. I kapittel 4 beskrives metode og metodologien som er foretatt i hele prosessen fra utforming av problemstilling til konklusjon, før funnene presenteres i kapittel 5. Drøftingen av funnene vil bli gjennomført separat i kapittel 6, som leder til konklusjon i kapittel 7. Referanselisten er gitt i kapittel 8, mens relevante vedlegg som det er vist til, følger fortløpende.

2.0 Litteratur

I kommende kapittel vil jeg presentere litteratur som jeg har sett relevant for oppgavens tema. Jeg har sett det hensiktsmessig å bygge kapitlet inn i tre hoveddeler. I første del definerer jeg fritidsaktiviteter og fysisk aktivitet, og hva det innebærer før jeg går videre til idrett spesifikt. I andre del presenterer jeg hva folkehelse og folkehelsearbeid er, før jeg videre går inn på Elverum kommunes folkehelseplan og hva kommunen identifiserer som problemområder og hvordan de planlegger å forbedre det. Til slutt presenter jeg ulike begreper/konsepter som er relevant for oppgaven og som kommunen ønsker og fremme.

I første del av kapitlet blir det i hovedsak benyttet forskjellige rapporter og forskningsstudier, mens det i de to siste delene benyttes kommunehelseplan og kommunehelseprofil fra Elverum kommune. Dette har blitt funnet ved å benytte systematisk litteratursøk, kjedesøk og anbefalt litteratur fra veileder.

2.1 Litteratursøk

For å finne frem til relevant litteratur ble det gjort et systematisk litteratursøk. Søkene ble gjort i søkemotorene PubMed, SAGE, Google Scholar, CINAHL SpringerLink og Oria. Søkeordene ble valgt ut ifra oppgavens problemstilling. Jeg benyttet meg av ordklynger i søkene, bestående av: fritidsaktiviteter, ungdommer og fysisk aktivitet. I disse ordklyngene er det samlet både norske og engelske synonymer. Det ble søkt på norske litteratur søk i Oria, og både norske og engelske på Google Scholar, mens i de andre databasene ble det kun utført engelske søk. Det ble benyttet trunkeringene, *og/eller* og *and/or* for å få med ulike endringer på ordene. De ble koblet sammen med ordklynger for å avgrense søkene og få et best mulig grunnlag for å finne god litteratur. Helsebiblioteket ble benyttet for å søke i termbase MeSH for å finne det engelske ordet av søkeordet jeg ønsket å bruke. I tillegg til systematisk litteratursøk har anbefalinger fra veileder og kjedesøk blitt benyttet. Kjedesøk går ut på å finne egnet litteratur ved at den ene teksten som fører til den neste, som igjen fører til en annen (Rienecker & Jørgensen, 2013, s. 119). I min studie har det vært ulike masteroppgaver, artikler, bøker og rapporter. På bakgrunn av at man lar forfatterne anbefale hverandre, er det viktig at litteraturen som starter kjeden er god (Rienecker & Jørgensen, 2013, s. 220).

For å finne den mest relevante litteraturen for min oppgave, ble det satt opp noen inklusjons, - og eksklusjonskriterier. Dette vil bidra til å utelukke litteratur som ikke er relevant for min oppgave. Søkene ble derfor avgrenset til litteratur fra 2010 med norsk eller engelsk språk.

2.2 Fritidsaktiviteter og aktiv fritid blant unge

Når skoledagen for ungdommer er unnagjort er det fritiden som er tiden til overs (Bakken et al., 2016, s. 65). Ungdomstiden er muligens den viktigste perioden i livet der det skjer flest fysiske, psykiske og sosiale endringer. Valgene man tar i denne perioden av livet kan ha stor betydning for senere i livet (Regjeringen, 2016, s. 7). Deltakelse i fritidsaktiviteter er forbundet med større sannsynlighet for en sunn tilpasning senere i livet, og lavere problematferd (Dahl et al., 2014, s. 112–113). Det er vanligst å skille mellom organiserte og uorganiserte fritidsaktiviteter (Bakken et al., 2016, s. 65). Begrepet organiserte fritidsaktiviteter er ofte omtalt som en samlebetegnelse på en rekke fritidsaktiviteter. Disse fritidsaktivitetene har til felles å bli ledet eller initiert av voksne, som skal samle en gruppe ungdommer. For å delta i disse ulike organiserte fritidsaktiviteter er det ofte en inngangsbillett i form av kontingent, samt frivillig innsats fra foreldre. Lek og glede er en viktig kilde for barn og unge i deltakelsen av organiserte fritidsaktiviteter, som videre utvikles til opplevelse av fellesskap, tilhørighet og mestring. Eksempler på organisert fritidsaktiviteter er: organisert lagidrett som for eksempel fotball og håndball. Organiserte individuelle fysiske aktiviteter er for eksempel svømming og langrenn, organiserte musikk- og dramaaktiviteter i grupper som for eksempel kor og teatergrupper. Organiserte individuelle musikkaktiviteter som for eksempel spille et instrument eller andre organiserte aktiviteter i grupper som speider eller religiøse. Uorganiserte fritidsaktiviteter kjennetegnes ved barn og unge foretrekker å organisere fritiden på egenhånd, eller sammen med jevnaldre i private eller offentlig sammenheng. Eksempler på uorganiserte fritidsaktiviteter kan være å lese en bok, være med venner eller familie, se tv, fritidsklubb, game, og trene utenom lag, forening eller klubb (Jacobsen et al., 2021, s. 11; Mahoney et al., 2004, s. 117)

Det finnes flere studier av betydningen av organiserte fritidsaktiviteter. Derimot finnes det få av betydningen av uorganiserte fritidsaktiviteter. En svensk studie hevder å bruke mye tid på uorganiserte fritidsaktiviteter med venner og på «ungdomsstyrte arenaer», for eksempel fritidsklubber, øker risikoen for problematferd (Mahoney et al., 2001). NOVA rapport 3/16 konkluderer med sosioøkonomisk bakgrunn har stor betydning for deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter. Ungdommer fra høyere sosiale lag er oftest deltaker i organiserte fritidsaktiviteter, men ungdommer fra lavere sosiale lag bruker mer tid på skjermbaserte aktiviteter (Bakken et al., 2016, s. 81). HEVAS-undersøkelsen peker på i funnene at det er

kjønnsforskjeller i deltakelse i organisert fritidsaktiviteter og en signifikant nedgang i deltakelse fra 8. klasse til 1. år på videregående skole. Organisert lagidrett og individuell fysisk aktivitet var de mest populære fritidsaktivitetene blant barn og unge, men andelen deltakere gikk ned med økende alder. Musikk, drama og andre aktiviteter var mindre vanlig, men mer stabilt over alder (Samdal et al., 2016, s. 23). I denne studien er det organisert fritidsaktiviteter i regi av Aktiv Ung som står sentralt, men det er likevel relevant å nevne uorganiserte fritidsaktiviteter som vil gi bedre forståelse for studien videre.

Fritidsaktiviteter skal gi tilgang til opplevelser, mestring, venner og sosial tilhørighet. Unge får også utvikle sosiale ferdigheter og bidra til varig tilhørighet og fellesskap (Bufdir, 2019). Samtidig tyder tidligere forskning at alle typer fritidsaktiviteter fører til lavere grad av ensomhet over tid (Safari, 2016, s. 16). Dette støttes av Macauley et.al som hevder sosial støtte fra meddeltakere i fritidsaktiviteten har en positiv nedgang i ensomhet (McAuly et al., 2000). Når man organiserer fritidsaktiviteter med dette som mål er det viktig at de planlegges godt for å unngå uønskede og utilsiktede ulemper (Utdanningsdirektoratet, 2021). En studie har vist at ungdommens opplevelse av den tilhørigheten organisert aktivitet gir avhenger av om fritidsaktivitetene ble gjennomført på en god måte (Butcher og Conroys, 2002).

2.2.1 Fysisk aktivitet blant unge

Fysisk aktivitet blir definert som «enhver kroppslig bevegelse initiert av skjelettmuskulatur som resulterer i en vesentlig økning i energiforbruket utover hvilenivå» av aktivitetshåndboken utgitt av Helsedirektoratet (Karlsson et al., 2008, s. 45). Med andre ord blir fysisk aktivitet betegnet som et overordnet begrep, som inkluderer all form for fysisk utfoldelse. Eksempler er friluftsliv, sykling, tradisjonelle fritidsaktiviteter og leker, og kan deles inn i lett, moderat og høy intensitet (Karlsson et al., 2008, s. 73). Menneskekroppen er skapt for å være i bevegelse, og har en rekke positive effekter på helsen, både fysisk og psykisk (Karlsson et al., 2008, s. 8). Regelmessig fysisk aktivitet vil beskytte mot koronar hjertesykdom, diabetes mellitus type 2, ulike kreftformer, hypertensjon, fedme, klinisk depresjon og andre kroniske lidelser (Heath et al., 2012). Eksempler på forskjellige fysiologiske reaksjoner ved fysisk aktivitet er økt pustefrekvens, hjertefrekvens, svette og smerte fra ledd og arbeidende muskler (Karlsson et al., 2008, s. 128). Jo høyere intensitet, jo større blir virkningen på de forskjellige kroppsfunksjonene. Oksygenforbruket er direkte knyttet til energiforbruket, og stiger betraktelig ved økt aktivitet. (Karlsson et al., 2008, s. 8,28).

Helsedirektoratets anbefalinger for fysisk aktivitet blant barn og unge er minimum 60 minutter hver dag. Fysisk aktivitet over 60 minutter daglig gir ytterligere helsegevinster (Helsedirektoratet, 2012, s. 12). Regelmessig fysisk aktivitet er nødvendig for å utvikle god helse, normal vekst og god utvikling av funksjonelle kvaliteter som motorisk kompetanse, muskelstyrke og kondisjon. Blant barn og unge har fysisk aktivitet gunstige metabolske effekter og påvirker utviklingen av fettvev, sener, skjelett, leddbånd og brus (Arntsen & Kobbeltvedt, 2012, s. 46; Helsedirektoratet, 2012, s. 16). Utviklings- og forskningsprosjektet Active Smarter Kids (ASK) konkluderer med å redusere 30 minutter av stillesittende tid til moderat- og høy aktivitet hver dag vil redusere utvikling av en rekke sykdommer (Jones et al., 2019). For å sikre utviklingen av den fysiske formen best mulig bør aktivitetene være så allsidig som mulig. På grunn av det vil ha en positiv påvirkning på fysiologiske trekk og kvaliteter som kondisjon, muskelstyrke, fart, fleksibilitet, bevegelighet reaksjonstid og koordinasjon. Anbefalingen for fysisk aktivitet er utarbeidet på grunnlag av felles nordiske anbefalinger som er basert på internasjonale anbefalinger og forskning på de fysiologiske fordelene (Helsedirektoratet, 2014a, s. 11–12).

Fysisk inaktivitet har fått økt oppmerksomhet og blir definert som å ikke oppfylle anbefalingene om tilstrekkelig fysisk aktivitet (Helsedirektoratet, 2014b, s. 10). Ifølge rapporten «Fysisk aktivitet blant 6-, 9- og 15- åringene i Norge» gjennomført av Norges Idrettshøgskole (NIH) er det en stor andel barn som ikke oppfyller anbefalingene om fysisk aktivitet. Samt at deres fysiske aktivitetsnivå synker ved stigende alder. 6-åringene er 70% mer aktive enn 15-åringene. Undersøkelsen viser også at dersom ni åringer øker aktiviteten sin med gjennomsnittlig ti minutter fysisk aktivitet hver dag. Vil andelen barn som oppnår anbefalingen om 60 minutter fysisk aktivitet per dag øke fra ca. 72 prosent til 87 prosent (Helsedirektoratet, 2012). Tidligere studie av Schwarzfischer et al. (2019) hevder også at allerede i åtte års alderen avtar aktivitetsnivået blant barn og unge og aktivitetsnivået synker ved stigende alder (Schwarzfischer et al., 2019).

Eime et al. (2013) konkluderer med at det også finnes en rekke bevis på de psykososiale helsefordelene ved å delta i fysisk aktivitet. Deltakelse i fysisk aktivitet sammen med andre fremfor individuelt har større helsegevinst. Det ser også ut til at helsegevinstene økes positivt ved å være sammen med jevnaldrende. De sosiale fordeler blant barn ved deltakelse i fysisk aktivitet som inkluderer positive relasjoner med trener, få nye venner og utvikling av teamarbeid og bedre sosiale ferdigheter.

2.2.2 Organisert idrett

Barn og unge som deltar i fritidsaktiviteter er forbundet med større sannsynlighet for en sunn tilpasning senere i livet (Dahl et al., 2014, s. 112–113). Personlige fordeler inkluderer at barn blir følelsesmessig bedre kontrollert, får høyere selvtillit, større well-being generelt, en gunstig innvirkning på livskvalitet (Eime et al., 2013; Havdal et al., 2022, s. 1; Mjaavatn & Fjørtoft, 2008, s. 47). Blant ungdommer som går fra ikke-deltaker til deltaker på fritidsaktiviteter anses å ha en positiv utvikling på deres mentale helse, samtidig som det gir mulighet for å bygge relasjoner med jevnaldrende (Oberle et al., 2019). I en nasjonal representativ forskningsstudie ble deltakelsen i fritidsaktiviteter assosiert med å knytte vennskap på tvers av ulike sosiale nettverk (Schaefer et al., 2011). Det ville fremme ungdommens sosiale integrering på tvers av den sosioøkonomiske bakgrunnen. Det er sterke bevis på at fritidsaktiviteter er assosiert med nåværende vennskap og dannelse av nye vennskap. Dette varierer på tvers av alder og aktivitetstyper (Schaefer et al., 2011). Selv om det overnevnte er gjort på fritidsaktiviteter generelt og ikke bare organisert fritid er det grunnlag for å tro at det største potensialet i å oppnå dette er gjennom organisert idrett. En studie av Rysst (2019) om inkludering av barn av innvandrere viser at deltakelse i organiserte fotballaktiviteter gir bedre sosial inkludering og barnas opplevelse blir styrket sammen med jevnaldrende. Innen ulike barrierer for sosial deltakelse dersom det politiske målet om å inkludere flere barn med innvandrerbakgrunn skal oppfylles i ulike lokalsamfunn er det derimot nødvendig med mer forskning (Rysst, 2019). Sundvoll og Tjønndal har også sett på viktigheten av trenerens rolle og oppfølging i praksis ved inkludering i ulike aktiviteter (Sundvoll & Tjønndal, 2015, s. 11).

De siste tiårene av 1800-tallet var den organiserte idretten en hobby for unge voksne menn fra borgerskapet. Etter hvert ble idretten gradvis mer folkelig og tilgjengelig for arbeiderklassen (Strandbu et al., 2017, s. 134). Endinger har gått fra lek og spill til organisert aktiviteter som foregikk på idrettsplasser i regi av idrettslag. Endringene har gjort at voksne har fått en tydeligere rolle i ungdommens deltakelse av idrett (Bakken, 2019, s. 18). Rapporten «idrettens posisjon i ungdomstiden» viser at den organiserte idretten har en sterk posisjon blant norske ungdommer (Bakken, 2019, s. 90). På landsbasis tyder det på at organisert idrett blant ungdommer står sterkt i de aller fleste steder i Norge (Bakken, 2019, s. 11). Selv om idrett har en stor utbredelse i ungdomsbefolkningen, er det likevel ikke alle som er med i den organiserte delen av idretten. I senere tid tyder det på at den sosioøkonomiske bakgrunnen har stor betydning for hvorvidt ungdom deltar i ungdomsidretten. Omtrent dobbelt så mange fra

høyere sosiale lag deltar i organisert idrett sammenlignet med ungdommer som vokser opp med færre ressurser. Om klasseforskjellene i idretten har økt eller ikke i Norge over tid, finnes det ikke noe gode empiriske svar på ifølge Strandbu et al. På bakgrunn av de sosiale forskjellene ikke nødvendigvis blir målt på sammenliknbare måter (Bakken, 2019, s. 20; Strandbu et al., 2017, s. 134).

Strandbu et al. (2017) nevner at man kan studere sammenhengen mellom sosial klasse og idrett fra to vinkler. Enten kan man spørre hvordan sosiale ulikheter i samfunnet påvirker deltakelse i idretten. Er alle med på lik linje? Eller man kan spørre hvordan det som skjer i idretten kan påvirker sosiale ulikheter i samfunnet. Kan idretten bidra i kampen mot sosial ulikhet eller tar idretten oppmerksomheten bort fra klassemotsetninger? (Strandbu et al., 2017, s. 133). Forskere mener for det første at det er svært mange barn og unge som på et eller annet tidspunkt deltar i organisert idrett. For det andre er offentlige midler viktige for idrettsfeltet fordi sosiale ulikheter er en politisk utfordring. For det tredje er det mye som tyder at vi beveger oss mot et samfunn med mer sosiale ulikheter. For det fjerde kan noen utviklingstrekk ved ungdomsidretten som for eksempel kostnader, profesjonalisering og foreldreinnsats få betydning for deltakelsesmønster og idrettens samfunnsmessige posisjon (Strandbu et al., 2017, s. 133–134).

Ungdommer som kommer fra familier med lavere sosioøkonomisk bakgrunn har en tendens til å være i mindre fysisk aktivitet enn ungdommer fra familier med høyere sosioøkonomisk bakgrunn. Sosiale ulikheter i Norge er høyere sammenlignet med andre europeiske land (Havdal et al., 2022, s. 2). Sosial ulikhet handler om fordelingen av goder og onder i samfunnet, og ifølge professor Holmen ved Norges tekniske-naturvitenskapelige universitet (NTNU) anses sosial ulikhet som et av våre største folkehelseproblemer (Schiefløe, 2011, s. 241; Sund et al., 2016). Kapitalbegrepene og habitus vil hjelpe å forstå den systematiske skeivfordelingen av goder og byrder, samt muligheter og begrensinger som omtales i sosial ulikhet i samfunnet. Begrepene kapital og habitus vil bli forklart under 3.0 teorikapittelet. Ungdommenes deltakelse i organisert idrett finnes det en tydelig sosial gradient. Havdal et al. hevder at nabolag, der man opplever de samme omgivelsene eller har de samme sosioøkonomiske bakgrunn har en tendens til å tilegne seg oppførsel innenfor sosiale eller miljømessige mønstre (Havdal et al., 2022, s. 2).

Andersen og Bakken konkluderer også med at i deres studie viser betydelige forskjeller i deltakelse i organisert idrett mellom ungdommer fra ulike sosiale lag. Deres analyse viser at kulturelle ressurser, innvandrerbakgrunn og den sosiale konteksten ungdommene lever i og hvilken skole de går på, kun er en delvis forklaring på sammenhengen ovenfor. Studien tyder på at økonomiske ressurser står sentralt i unges idrettslag, og slike eiendeler er den viktigste faktoren i sosiale klasseforskjeller. Videre avslutter de med å oppmuntre politikk fra lokale samfunn og idrettsklubber i lavinntektsområder om å gi økonomisk bistand til de som trenger det for å kunne delta i idrett (Andersen & Bakken, 2019). Dette punkterer Rysst (2019) i sin studie som jeg kommer nærmere inn på under inkludering. Lillehammer kommune tilbyr gratis fotballdeltakelse til barn fra lavinntektsfamilier (Rysst, 2019). Gjennom Lillehammerfk sine hjemmesider meddeler de at de ønsker å hjelpe slik at barn og unge har mulighet til å spille fotball (Lillehammer Fotballklubb, 2019). HEVAS-undersøkelsen forklarer forskjellene til idrettsdeltakelse med at foreldre har ulike muligheter til å betale kontingenter, reiser, utstyr mm. Samt at barn og unge «arver» aktivitetsmønsteret fra foreldrene (Samdal et al., 2016, s. 51).

2.3 Folkehelse og folkehelsearbeid

Gjennom folkehelseloven blir folkehelse definert som «befolkningens helsetilstand og hvordan helsen fordeler seg i en befolkning». Folkehelsearbeid blir definert som:

«Samfunnets innsats for å påvirke faktorer som direkte eller indirekte fremmer befolkningens helse og trivsel, forebygger psykiske og somatiske sykdom, skade eller lidelse, eller som beskytter mot helsetrusler, samt arbeid for en jevnere fordeling av faktorer som direkte eller indirekte påvirker helsen» (Folkehelseloven, 2011, avsn. 3).

Folkehelsearbeid handler med andre ord om hva samfunnet gjør for helsen og trivselen blant befolkningen. Bomiljø, sosioøkonomiske levekår, luft og vannkvalitet, sosiale forhold som inkludering og deltakelse, arbeid og arbeidsmiljø, skole og utdanningsmiljø, sosiale møteplasser, friluftsliv og levevanene til befolkningen er eksempler på ulike faktorer som påvirker folkehelsen (Øverby et al., 2011, s. 14–15).

2.3.1 Folkehelsearbeid i Elverum kommune

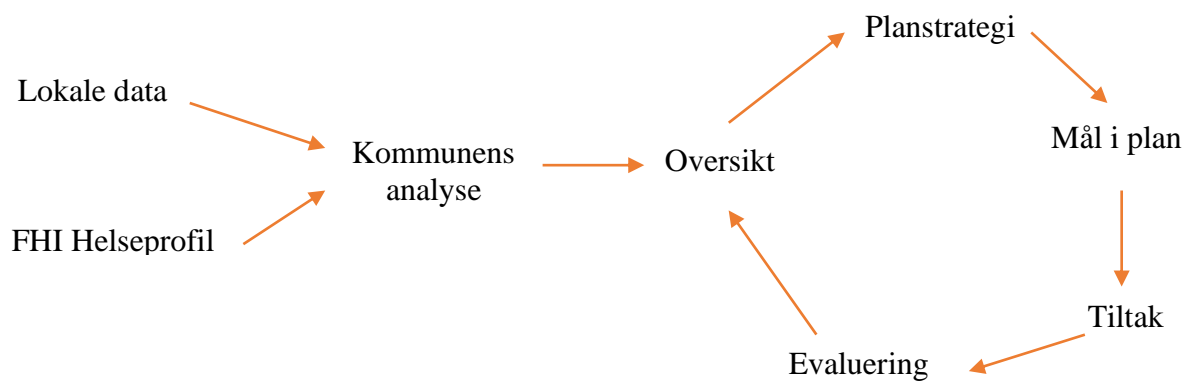
Langsiktighet og livsløpsperspektivet er viktig innen folkehelsearbeid. Det er også viktig med samarbeid mellom kommuner om tiltakene med innbyggerne (Høivik, 2019, s. 4).

Samarbeidet mellom Elverum kommune, frivillige lag og foreninger blir sett som viktig for et mer inkluderende samfunn (Bufdir, 2019; Høivik, 2019, s. 4). Elverum har utarbeidet en egen plan for folkehelsearbeid, der formålet er å vise de særskilte og prioriterte målene og strategier, og øke kunnskapsnivået om folkehelsearbeid (Høivik, 2019, s. 4). Elverum arbeider i hovedsak med å ha systematisk oversikt over helsetilstanden i befolkningen, oversikt over faktorene som har betydning for helsetilstanden i befolkningen. Bidra til å jevne ut sosiale ulikheter innen helse ved å sørge for at folkehelseinnsatsen når de med høyest risiko og å sikre at alle sektorene i kommunen har fokus på folkehelse og produserer tjenester som fremmer god folkehelse (Storsveen, 2021). 1. januar 2012 ble kommunedirektøren i Elverum og hans ledergruppe ansvarlig for folkehelsearbeidet i kommunen. Det er folkehelsekoordinatorens oppgave å holde kommunedirektørens ledergruppe oppdaterte om endringer som kan påvirke folkehelsen i Elverum (Høivik, 2019, s. 12).

2.3.2 Systematisk folkehelsearbeid

Folkehelseloven trådte i kraft 1. januar 2012 og skal bidra til å fremme folkehelse og herunder utjevner sosiale helseforskjeller. Folkehelseansvaret finnes i alle sektorer og på alle forvaltningsnivået. Det vil si kommuner, fylkeskommuner og statlige kommuner. Loven bygges på fem prinsipper: utjevne sosiale helseforskjeller, «helse i alt vi gjør», bærekraftig utvikling, føre-var og medvirkning. Samtidig setter den krav til politisk forankring av folkehelsearbeid og for en langsiktig, systematisk innsats. Et systematisk folkehelsearbeid krever at kommuner og fylkeskommuner skal ha oversikt over helsetilstanden til befolkningen i kommunen eller i fylket (Omsorgsdepartementet, 2021). I figur 1 er det illustrert hvordan et systematisk folkehelsearbeid skal drives på kommunalt plan. Systematisk folkehelsearbeid gjennomføres i løpet av en fireårs periode. Kommunen utarbeider et oversiktsdokument over helsetilstanden og påvirkningsfaktorer for helsen i kommunen. Dette skal være med på å danne grunnlag for planlegging og prioritering av tiltak. Denne planen er en strategisk plan som omfatter alle sektorer i kommunens organisasjoner i tråd med folkehelseloven og plan-og bygningsloven (Høivik, 2019, s. 5–6). Ut ifra folkehelseinstituttets (FHI) folkehelseprofil for Elverum 2021 tyder det at kommunen er signifikant dårligere enn resten av landet ved blant annet vedvarende lavinntekt, stønad til livsopphold (20-66 år), færre er med i fritidsorganisasjoner og helsetilstanden er generelt dårligere enn resten av landet

(Folkehelseinstituttet, 2021, s. 4). Folkehelseprofilen er viktig for å beskrive prioriterte mål og strategier for folkehelsearbeidet i kommunen. Det er helt nødvendig med systematisk kartlegging av helsetilstanden i befolkningen for å identifisere områder med størst behov for innsats, behov for å utforme, iverksette og følge opp de mest effektive tiltakene (Folkehelseinstituttet, 2021, s. 5).



Figur 1. Systematisk folkehelsearbeid hentet fra (Skille, 2019, s. 58)

2.3.3 Evaluering

Evaluering handler om å forstå hvordan tiltak fungerer. Det er en av de mest sentrale delene av folkehelsearbeidet. Det er viktig at evalueringen blir satt opp slik at det kan evalueres og følges opp over tid. Folkehelsearbeid er et langsiktig arbeid, og endringene skjer gradvis over tid. Folkehelseprofilen gis ut hvert år, og profilen vil kunne vise om kommunen er på riktig retning eller ikke. Tiltakene som skal startes opp eller gjennomføres, skal evalueres hvert år og skal legges fram årlig til kommunestyret. I Elverum blir evalueringen av folkehelseplanen lagt frem for Helse-og omsorgskomiteen for tidligere og ny plan. Evaluering av folkehelsearbeid er vanskelig og er vanligvis dårlig gjennomført i kommuner, og Elverum kommune må forbedre arbeidet sitt på dette området (Høivik, 2019, s. 6; Omsorgsdepartementet, 2021, s. 6).

2.4 Tiltaksområder i Elverum

Bedre folkehelse i kommunen fordrer tiltak og tjenesteproduksjon i alle sektorer og staber. Samtidig er det kjent at det meste av folkehelsearbeidet skjer utenfor helsesektoren (Høivik, 2019, s. 4). Hvilket betyr at folkehelserettede strategier og mål må rettes mot samtlige samfunnssektorer. FHI har utarbeidet fire temaområder for folkehelsearbeid; oppvekst og

levetår; miljø, skader og ulykker; helse relatert atferd; og helsetilstand. Innenfor hvert temaområde har Elverum kommune utarbeidet mål og ulike strategier for å se hva som må gjøres og hvordan det skal gjøres for å nå målene for folkehelsearbeid (Høivik, 2019, s. 7). Videre vil jeg presentere mål og strategier for to av disse temaområdene, som vurderes som relevante for denne oppgavens problemstilling; oppvekst og vilkår, samt helse relatert atferd.

2.4.1 Oppvekst og levetår

Elverum kommune har hatt en sterk økning av barn som vokser opp i lavinntektshusholdninger (Høivik, 2019, s. 8). Tidligere studier tyder at barn og unge fra lavinntektsfamilier ikke har samme mulighet til å delta på fritidsaktiviteter på bakgrunn av foreldrenes inntekt som barn og unge fra bedrestilte familier har (Dahl et al., 2014, s. 112–113). I rapporten «barn som lever i fattigdom» deler Røde Kors bekymringen, barn skal få være barn uten bekymringene som kommer av familiens økonomi (Barne-, ungdoms- & familiedirektoratet, 2015, s. 127).

Det første målet i folkehelseplanen handler om å arbeide aktivt og synlig for å utjevne effekten av sosiale forskjeller blant barn og unge. For å nå dette målet har det blitt utarbeidet strategier. Den første strategien er å gi alle barn, uavhengig av foreldrenes sosiale og økonomiske situasjon mulighet til gode fritidsaktiviteter, og delta jevnlig i minst en organisert fritidsaktivitet sammen med andre. Dette skal gjennomføres ved at kommunen har etablert en utlånssentral der man kan låne gratis sports- og friluftaktiviteter, innbyggerne blir oppfordret til å samle inn utstyr for barn og unge. Samtidig ønsker kommunen å videreføre fritidsaktivitetstilbudet Aktiv Ung etter avsluttet prosjektperiode (Høivik, 2019, s. 8).

Målene og strategiene fra folkehelseplanen baserer seg på «fritidserklæringen», som ble signert i 2016 av regjeringen til KS, samt en rekke frivillige organisasjoner (Kommunesektorens organisasjon, 2016). Erklæringen bygger på de forente nasjoner (FN) sin konvensjon: «Alle barn har rett til hvile, fritid, lek, og til å delta i kunst og kulturliv» som står under artikkel 31. Målet er å gi barn og unge muligheten til å delta jevnlig i minimum en organisert fritidsaktivitet sammen med andre barn uavhengig av foreldrenes sosiale og økonomiske status (Bufdir, 2020). For å opprettholde fritidserklæringen er det viktig med tett samarbeid mellom kommuner, frivillige lag, foreninger, organisasjoner, klubber og NAV (Barne- og likestillingsdepartementet, 2016; Bufdir, 2020).

Familier med tilgang på penger har en større mulighet til å leve et sunt liv og det er en svært viktig årsak til helseforskjeller. Ettersom samfunnet blir rikere, og inntektsnivåene stiger, anses ressursene til å være tilstrekkelige. En av faktorene som regnes som nødvendig for et sunt liv er fysisk aktivitet (Marmot, 2010). En utlånsentral med mulighet for gratis utlån av sports- og friluftaktiviteter og innsamling av utstyr kan gi muligheter for at flere barn og unge kan delta på fritidsaktiviteter.

En annen relevant strategi for denne oppgavens problemstilling er kommunens satsing på å tilby inkluderende etter-skoletid-aktiviteter. Denne strategien forutsetter et aktivt samarbeid med frivilligheten (Høivik, 2019, s. 11). Selv om denne strategien kommer under målet «I Elverum er det flere barn og unge som gjennomfører ungdoms- og videregående skole fullt ut» som jeg ikke inkluderer i min studie. Den ene strategien er likevel relevant for min oppgave fordi ifølge kommunehelseprofilen er det mange unge i Elverum som mangler et fungerende sosialt nettverk. Psykiske plager og lidelser er en stor helse- og samfunnsutfordring kommunen har (Folkehelseinstituttet, 2021, s. 1). Ved å styrke den fysiske helsen, vil det samtidig påvirke den psykiske helsen, og omvendt (Høivik, 2019, s. 9).

2.4.2 Helserelatert atferd

Statistikk fra FHI viser at unge i Elverum er i gjennomsnitt like fysisk aktive som resten av landet. En sunn livsstil fra ung alder vil legge grunnlag for god helse senere i livet, for eksempel økt fysisk aktivitet, sunt kosthold, godt sosialt nettverk og gode naturopplevelser er viktige (Folkehelseinstituttet, 2021; Høivik, 2019, s. 14). Under målet om å få innbyggerne til å velge helsefremmede levevaner, er strategien om å stimulere til økt fysisk aktivitet i befolkningen, særlig blant barn og unge i sosiale grupper utarbeidet (Høivik, 2019, s. 15). Aktiv Ung er ikke fremhevet av kommunen som en strategi for å nå målet om helsefremmede levevaner, men jeg vil allikevel trekke Aktiv Ung frem som en mulighet for å forbedre dette målet da det i ungdomstiden blir brukt mye tid på ulike arenaer utenfor hjemmet som for eksempel fritidsaktiviteter. Dette vil få en større betydning for utviklingen av identitet, sosial tilhørighet og fysisk og psykisk helse (Regjeringen, 2016, s. 7).

Disse tiltakene for Elverum kommune kan gjenkjennes i *The Marmot Review* (Marmot, 2010, s. 9). Strategien om å gi hvert barn den beste starten på livet vil være avgjørende for å redusere helseforskjeller gjennom hele livet. Det som skjer i løpet av disse tidlige årene har livslange effekter på ulike aspekter av helse og well-being (Marmot, 2010, s. 16). Studier tyder også på at fritidsaktiviteter er viktige for å fremme en positiv ungdomsutvikling

(Blomfield & Barber, 2011). Deltakelse i fritidsaktiviteter vil la ungdommer etablere en identitetsfølelse som selvtillit, og gi rom for å vokse. Selv om det sies at aktivitet gir økt selvtillit, er det ikke noe klart mønster om hvilken aktivitet som er den «beste» for å fremme selvtillit (Kort-Butler, 2012). Helsenorge presiserer at aktiviteter som oppleves morsomme og hyggelige å drive på med, kan påvirke følelsene og tankene våre på en positiv måte (Helsenorge, 2017). Barn og unges helse og well-being er avhengig av at vi har mot og fantasi til å gjøre ting annerledes for å få et mer likestilt og rettferdig samfunn (Marmot, 2010, s. 29). Vi vet derimot lite om fritidsaktivitetstilbud som Aktiv Ung fungerer etter sin hensikt om å gi barn og unge, på tvers av sosioøkonomiske situasjoner og gode fritidsopplevelser (Helsenorge, 2017).

3.0 Teori

Det teoretiske grunnlaget for denne oppgaven vil omfatte den franske sosiologen Pierre Bourdieus teori. Teorikapitlet vil begynne med å ta for seg begrepet, kapital. Videre vil jeg gå inn på de tre ulike hovedformene for kapital og om kapital kan konverteres eller transformeres til en annen form for kapital. Til slutt skal vi se nærmere på begrepet habitus. I dette kapitlet blir Aakvaag (2008) i hovedsak benyttet som kilde, samt ulike artikler, rapporter og bøker fra andre forskere innen fagfeltet.

3.1 Kapital

Kapital kommer fra den franske sosiologen Pierre Bourdieu og definerer kapital så allment som *knappe ressurser* det er konkurranse om blant individer og grupper i samfunnslivet (Aakvaag, 2008, s. 151). Kapitalbegrepet er svært relevant for å forstå Bourdieus syn på det sosiale liv (Aakvaag, 2008, s. 152). Kapital gir makt av ressurser som kan benyttes for å opprettholde og styrke sine posisjoner i det sosiale liv (Veenstra & Abel, 2019). Kapitalen er fordelt ulikt mellom individer og grupper og gir dermed grunnlag for dominans og herredømme. Individer og grupper i samfunnet som har høy kapital, har muligheten til å dominere individer og grupper som har mindre (Aakvaag, 2008, s. 151). Ifølge Bourdieu kjemper individer og grupper om mer kapital, der aktører investerer den kapitalen de allerede eier i et forsøk om anskaffelse av mer. Bourdieu mener all sosial samhandling er et spill om å skaffe mest mulig kapital. Kapital blir ofte både mål og middel i samfunnet (Aakvaag, 2008, s. 152).

Bourdieu hevder at det finnes tre hovedformer for kapital: økonomisk,- kulturell,- og sosial kapital (Aakvaag, 2008, s. 152). Disse tre formene for kapital omfatter standardmål for sosioøkonomisk status, sammen gir de måter å innarbeide ulike typer ressurser (Veenstra & Abel, 2019). Aakvaag nevner at Bourdieus kapitalformer er selvstendige slik at de ikke kan reduseres til hverandre (Aakvaag, 2008, s. 152). Slik jeg tolker dette er det ikke automatisk at den ene kapitalen øker til den andre. For eksempel er det ikke gitt at en aktør med høy økonomisk kapital automatisk får høy kulturell kapital.

I rapporten «Sosial ulikhet i barn og unges deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter» hevdes det at familier med høyest økonomiske ressursnivå har nesten 14 prosentpoeng høyere sannsynlighet til å delta i fritidsaktiviteter enn de med lavest økonomisk ressursnivå. Det kan

også tyde på at deltakelse i fritidsaktiviteter som idretts- og fritidsklubber er mer avhengig av økonomiske enn kulturelle ressurser, sett at deltakelsen øker etter de økonomiske ressursene familien har (E. S. Jacobsen et al., 2021, s. 39). I ulike kulturelle fritidsaktiviteter derimot har deltakelse en klar sammenheng med familiens kulturelle kapitalnivå. Religiøse fritidsaktiviteter synes hverken økonomisk eller kulturell kapital å ha særlig stor betydning for deltakelse. Totalt sett er det ungdommer med mest ressurser fra hjemmet som har høyest deltakelse i fritidsaktiviteter generelt (Jacobsen et al., 2021, s. 40).

Nedenfor kommer jeg til å presentere de ulike formene for kapital, og si hvordan jeg anvende dem i oppgaven.

3.1.1 Økonomisk kapital

Økonomisk kapital er den viktigste av de tre kapitalformene, og er grunnleggende for de andre kapitalformene (Aakvaag, 2008, s. 152). Begrepet består av alle former for økonomiske ressurser som kan investeres i og gi økonomisk avkastning. Eksempler på dette er penger, aksjer, eiendom og produksjonsmidler. Økonomisk kapital gir med andre ord makt gjennom kjøpekraft (Aakvaag, 2008, s. 152). Boudieu hevder at den økonomiske kapitalen ikke kan forklare hele dynamikken i samfunnet alene. Videre hevder Boudieu at man nødvendigvis ikke er avhengig av høy økonomisk kapital for å ha en høy posisjon i samfunnet. Dermed kan aktører med lite økonomisk kapital likevel av sin samfunnsrolle være rik på for eksempel kulturell kapital (Bourdieu, 1995; Aakvaag, 2008).

Studier tyder på at den økonomiske kapitalen spiller en stor rolle for deltakelse i fritidsaktiviteter. Barn og unge fra lavinntektsfamilier har ikke samme mulighet til å delta i fritidsaktiviteter som barn og unge fra bedrestilte familier (Dahl et al., 2014, s. 112–113). Dette gjør økonomisk kapital til et relevant og interessant teoretisk konsept for min studie.

3.1.2 Kulturell kapital

Bourdieu beskriver denne kapitalformen som en kulturspesifikk kompetanse som kan omsettes til en ressurs i en bestemt sosial sammenheng (Bourdieu, 1995). Samt er det en type kulturell kompetanse som bidrar til å understøtte og legitimere sosial ulikhet (Schiefløe, 2018, s. 158). Denne kapitalformen forutsetter at det eksisterer en allment akseptert dominerende og «høy» smak i samfunnet som beherskes i større eller mindre grad. Kulturell kapital gir makt

gjennom resultater i utdanningssystemet, vennskap og tilgang til eksklusive sosiale miljøer. Kapitalformen består i å ha tilegnet seg og meste den dominerende kulturelle koden i samfunnet (Aakvaag, 2008, s. 152). Inkludering av foresattes kulturelle kapital er svært relevant for oppgaven med tanke på barnas valg og muligheter av fritidsaktiviteter avhenger av foreldres utdanningsnivå. I lavinntektsfamilier gir foreldrene ungdommene mer rom, og styrer de i mindre grad inn mot fritidsaktiviteter (Nilsen, 2021, s. 67). Barn og unge med høy kulturell kapital i hjemmet vil i utgangspunktet utvikle bedre forutsetninger for å oppnå gode resultater enn barn og unge fra lave sosiale lag. Kulturell kapital skapes gjennom preferanser, språk, kompetanse og livsstil i forskjellige habitus og bidrar i neste omgang til å vedlikeholde den generelle sosiale ulikheten (Schiefløe, 2018, s. 280). De fleste egenskapene ved kulturell kapital er knyttet til kroppen og forutsetter kroppsliggjøring. På denne måten knytter Bourdieu kulturell kapital tett opp mot habitus

3.1.3 Sosial kapital

Sosial kapital består av ressursene man får tilgang til gjennom sosiale nettverk og medlemskap i ulike grupper, for eksempel venner og deltakelse i fritidsaktiviteter. Sosial kapital gir makt på grunn av slike nettverk kan mobiliseres hvis man ønsker å oppnå noe (Aakvaag, 2008, s. 153). Ifølge Morrow kan barn og unge gjennom deltakelse i fritidsaktiviteter, og lag opptre som agenter for sosial kapital.

Aasgaard hevder at vår sosial kapital handler om blant annet tilhørighet, tilknytning, og tillit mellom mennesker, fellesaktiviteter i nærsamfunnet og følelsen av å være inkludert. Sosiale kontakter regnes som den viktigste faktoren som skaper well-being (Aasgaard, 2017, s. 26).

3.2 Konvertering av kapital

Veenstra og Abel hevder ved å ta i bruk kapitalbaserte ressurser forpliktes forskere til å vurdere helseeffektene av ressurser i stedet for enkeltstående ressurser. Dermed kan det føre til at enhver form for kapital kan konverteres eller transformeres til en annen form for kapital, ettersom de rette omgivelsene og med nok tid og arbeid ligger til grunn. Samspillet mellom kapitalanskaffelse er prosesser der bruken av en form for kapital lettere anskaffer en annen form for kapital. Kapitalanskaffelse kan være bevisste, strategiske valg av individer om mål om å skaffe mer kapital. Samspillene mellom tilstanden i kapitalen som for eksempel prestisjegrad og sterke bånd har mer eller mindre direkte konsekvenser for helsen. I en bruk

av kapitalform for å produsere god helse blir lettere ved eierskap til en annen form for kapital. Dette inkluderer prosesser der en kapitalform forsterkes ved nærvær av en annen kapitalform. For eksempel vil bruken av kulturell kapital bli mer effektiv jo mer økonomisk kapital man har tilgjengelig (Veenstra & Abel, 2019).

3.3 Habitus

Habitus blir sett som svært avansert og er sannsynligvis det mest siterte av Bourdieus konsepter (Grenfell, 2014, s. 49). Aakvaag benytter definisjonen av Bourdieu «et integrert system av varige og kroppsliggjorte disposisjoner som regulerer hvordan vi oppfatter, vurderer og handler i den fysiske og sosiale verden» (Grenfell, 2014, s. 47). Bourdieu forklarer «disposisjoner» som smak, oppfatninger og preferanser som har funnet sted hos individet gjennom sosialiseringprosessen (Bourdieu, 1995).

Habitus er klassespesifikt som vil si at man utvikler ulik habitus etter hvilke sosiale miljøer vi vokser opp i. Bourdieu mener habitus setter klassespesifikke grenser for våre handlinger og væremåte. Vi kan fungere godt i noen sosiale miljøer, men dårlig i andre. Aktører fra ulike sosiale miljøer vil dermed utvikle ulike habitus (Aakvaag, 2008, s. 160–161). Ungdommer kan ha erfaringer, opplevelser og dyptliggende disposisjoner i forhold til fritidsaktiviteter i møte med nye mennesker og nettverk. Dette kan ha blitt formet under de betingelsene ungdommene har vokst opp, og lever i (Lindbekk, 1996; Reay, 2004). Bourdieu ser på dette som en form for bagasje som ungdommene har tilegnet seg og beskriver det som sosial bagasje som «habitus» (Bourdieu, 1995). Ifølge Aakvaag sin tolkning av Bourdieu kan man ikke bare «bli en annen» fordi habitus er vanskelig å endre. Det vil umiddelbart stange inn i det habitus utgjør. Dette utgjorde at Bourdieu ble svært kritisk til teoriene om «refleksive selvet», om å finne seg selv (Aakvaag, 2008, s. 160).

Davey hevder at habitus kan endres når individet blir konfrontert med det ukjente. Det er ikke dermed gitt at habitus vil endre seg som en reaksjon til et nytt felt (Davey, 2009, s. 277). Det kan tolkes at det ser ut til at det er en tidskrevende prosess å endre habitus. På grunn av relasjonen mellom habitus og felt og hvordan habitus påvirkes av endringer i feltet. Ettersom min oppgave dreier seg om deltakelse i aktivitetstilbud, stiller jeg meg kritisk til om et aktivitetstilbud er nok til å endre habitus. Det kan også tenkes ut ifra Bourdieus mening om habitus er klassespesifikt kan speile tilbake på deltakelse i aktivitetstilbudet aktiv ung. Dette

er fordi ungdommene som deltar i aktiv ung muligens kommer fra lavere klasse kontra andre ungdommer i organisert fritidsaktiviteter og dermed kan føle seg utilpass. Habitus sin relevans for denne forskningen er tydelig gjennom hvordan Bourdieu poengterer opplevelsene vi har tidlig i livet betyr mer enn opplevelsene vi har senere i livet. Menneskets oppvekst er da avgjørende for personens habitus.

4.0 Metode og metodologi

Dette kapittelet skal gi en detaljert beskrivelse av forskningsprosessen. Denne delen av oppgaven redegjøres det for hvordan jeg har jobbet med å gjennomføre studien, reflektere rundt dette og vise til valg som er gjort underveis i prosessen. Jeg vil først presentere hvilke metode og design som er valgt. Videre vil jeg forklare hvordan jeg har rekruttert til studien og datainnsamlingen. Avslutningsvis vil jeg diskutere oppgavens validitet og reliabilitet, samt forskningsetikken og oppgavens svakheter og styrker.

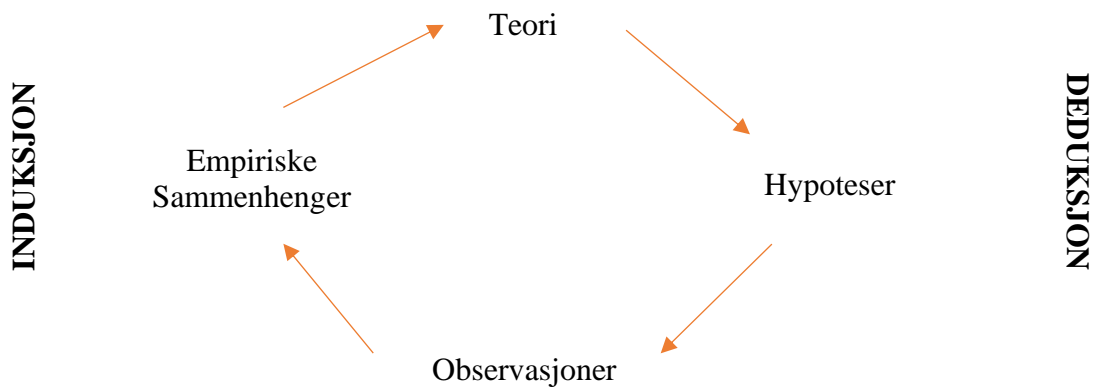
4.1 Kvalitativ metode og forskningsprosessen

Metode er et redskap som skal hjelpe til for å samle inn data, som den informasjonen vi trenger til undersøkelsen (Dalland, 2019, s. 42). I denne studien har kvalitativ metode blitt benyttet, i form av individuelle semi-strukturerte intervjuer. Ved å bruke denne metoden ønsker jeg å finne ut av hvordan Aktiv Ung fungerer for ungdommene i Elverum og om det kan bidra til å utjevne sosiale forskjeller innen deltakelse i fritidsaktiviteter. For å finne ut av dette ble deltakerne og ledere i Aktiv Ung intervjuet. Jeg var tett på informantene i intervjuundersøkelsen, der jeg ønsket å forstå deres perspektiv av Aktiv Ung (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 42; Tjora, 2020, s. 15).

Gjennom å ta i bruk kvalitativ metode i denne oppgaven kunne informantene og lederne formidle sine synspunkter om hva de mener og opplever med egne ord, som ikke kan tallfestes eller måle (Dalland, 2019, s. 52; D. ingvar Jacobsen, 2015, s. 129). Denne metoden har høy relevans for å få frem hvordan aktivitetstilbudet Aktiv Ung fungerer. Johannessen peker på den kvalitative metoden som hensiktsmessig å bruke siden jeg søkte en dypere forståelse av et fenomen på bakgrunn av fyldig data om personene og situasjonen (Johannessen et al., 2021, s. 23; Thagaard, 2013, s. 12). Kvalitativ metode har som mål å generalisere dyp innsikt om bestemte emner, og ga meg muligheten til å dykke dypere ned i tematikken knyttet til fritidsaktiviteter og sosiale forskjeller (Clark et al., 2021, s. 350).

Innen forskning skiller det mellom induktiv og deduktiv forskningstilnærming. Kvalitativ forskning er typisk induktiv fordi den søker å belyse noe nytt fremfor å teste noe spesifikt som er tilfellet i deduktive tilnærminger. I min studie benyttes eksisterende teori av Bourdieu som verktøy for å gi mening til funnene, hvilket kan sies å være abduktivt da jeg setter informantenes perspektiver inn i eksisterende vitenskapelige termer (Bryman, 2015). Som Bryman (2015) skriver; «Abduction is broadly inductive in approach but is worth

distinguishing by virtue of its reliance on explanation and understanding on participants worldviews” (Bryman, 2015, s. 401). Figur 2 illustrerer forskningsprosessen og forskjellene ved de to hovedtilnærmingene.



Figur 2. Forskningsprosessen i en vitenskapssirkel (Halvorsen, 2008, s. 24)

4.2 Design

Brottveit hevder forskningsdesign er en type prosjektbeskrivelse der man redegjør for de viktigste elementene i et forskningsprosjekt. Det er viktig hvordan man har tenkt å få «svar» på det som skal studeres (Brottveit, 2018, s. 63). Først og fremst er det forskningsprosjektets tema som bestemmer valg av design og metode (Brottveit, 2018, s. 65).

Det grunnleggende case-studiedesignet involverer detaljerte og intensive analyser av en case (Bryman, 2015, s. 60). Hovedpoenget med en case studie er altså å oppnå rikholdig informasjon om den casen eller enhetene studien fokuserer på (Thagaard, 2013, s. 56). Denne studien følger utformingen av en case-studie fordi jeg har studert informantene i deres naturlige miljø som er Aktiv Ung med hensikt å deretter gjengi den sosiale virkeligheten av hvordan Aktiv Ung fungerer (Johannessen et al., 2021, s. 216). Lederne ved Aktiv Ung ble også inkludert får å få en bredere og mer «intensiv» forståelse om hvordan Aktiv Ung fungerer (Bryman, 2015, s. 60). Case-studier blir ofte assosiert med kvalitativ forskning, og det er viktig å være tydelig på hva analyseenheten er (Clark et al., 2021, s. 59). I min studie er casen og analyseenheten Aktiv Ung, mens informantene er de som ga meg data om analyseenheten, fremfor å være analyseenheter i seg selv.

Flyvberg (2006) mener gode case-studier egner seg godt for å undersøke eksempler fra det virkelige liv, der jeg ikke skal utvikle nye teorier. Kommuneplanlegging foregår i det virkelige liv og derfor egner case-studie som design seg for å undersøke hvordan et fritidsaktivitetstilbud som Aktiv Ung bidrar til å redusere sosiale forskjeller innenfor deltakelse i fritidsaktiviteter blant barn og unge.

4.3 Utvalgsmetode og rekruttering

Mine spesifikke kriterier til studien var barn og unge mellom 13 og 18 år som deltar på Aktiv Ung i Elverum kommune, både jenter og gutter, samt ledere ved Aktiv Ung (Johannessen et al., 2021, s. 70). Jeg rekrutterte deltakerne ved bruk av tilgjengelighetsbasert utvalg som vil si at utvalget er basert på tilgjengelighet for forskeren. Denne utvalgsstrategien er strategisk ved at deltakerne har egenskaper som er relevant for min problemstilling, altså de kriteriene jeg har lagt til grunn for deltakelse i studien (Thagaard, 2013, s. 61). I denne studien var dette kriteriet at ungdommen var deltakere ved Aktiv Ung. I tillegg ble snøballmetoden benyttet, en vanlig metode for å velge ut deltakere som er tilgjengelige. Denne metoden ble benyttet da antall deltakere som meldte seg etter første rekrutteringsforsøk var lavt. Snøballmetoden fungerte ved at rekrutterte informanter bidrog til at jeg kom i kontakt med andre informanter.

Først ble det sendt en forespørsel til Aktiv Ung på e-post om de ville være interesserte i å delta på studien. Prosessen fra e-posten var sendt til jeg fikk svar hvor de stilte seg positive til å delta gikk ganske raskt. Totalt ble det gjennomført fire møter for å rekruttere ungdommer. Ungdommene fikk med seg informasjonsskriv hjem til foreldrene hvor de eller ungdommene ble bedt om å ta kontakt på telefon eller e-post direkte til meg eller via aktivitetsleder. Deretter tok de som meldte seg på med informasjonsskrivet med underskrift til avtalt tid til intervjuet. Intervjuene ble planlagt etter informantenes ønske. Det ble avtalt tidspunkt via tekstmelding med deltakere og e-post med lederne. I tillegg til å møte deltakere og ledere ved Aktiv Ung, ble informasjonsskrivet lagt ut på appen Spond, hvor det er 370 medlemmer.

Etter det første rekrutteringsforsøkene var det kun én deltaker som hadde meldt seg, dermed ble det besluttet å sende en forespørsel om å delta til lederne av Aktiv Ung også. Dette stilte de seg positive til og intervjuene ble gjennomført kort tid etter. Inkludering av lederne gjorde at jeg fikk inn et annet perspektiv og type data enn planlagt, hvilket medførte endringer i

forskningsspørsmål. I tillegg måtte jeg lage en ny intervjuguide. Denne ble ikke pilottestet da det ikke var tid eller relevante forsøkspersoner.

Parallelt med dette søkte jeg å rekruttere flere ungdommer, hvor jeg hørte med første informant om vedkommende kjente noen som kunne bli med. Deretter begynte ballen å rulle, med bruk av snøballmetoden. Kvale og Brinkmann hevder antallet intervjupersoner har en tendens til å være for stort eller for lite innen kvalitativ forskning. For få intervjuobjekter er det vanskelig å generalisere, mens med for stort blir det ikke tid til å foreta en dyptgående analyse av intervjuene. Alle ungdommene som viste interesse, ble inkludert i studien. Dette resulterte i totalt fem informanter, tre ungdommer og to ledere.

4.4 Datainnsamling

Semi-strukturerte intervjuer ble benyttet basert på Clark et.al som hevder det kan både være skremmende og lett å gjøre feil som førstegangsintervjuer. Her argumenteres det for å følge en intervjuguide vil det bidra til å sikre at ingenting blir glemt og intervjuene inneholder de samme temaene, til en viss grad (Clark et al., 2021, s. 433). Det semi-strukturerte intervjuet er en planlagt og fleksibel samtale der formålet er å innhente beskrivelser av intervjupersonens livsverden med henblikk på fortolkningen av meningen med de fenomener som blir beskrevet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 357). Forskeren har en liste over spørsmålene som skal stilles, ofte kalt en intervjuguide (Clark et al., 2021, s. 425). Spørsmålene rammes inn på en åpen måte som gjør det mulig og oppmuntrer intervjuobjektet til å artikulere et detaljert svar (Clark et al., 2021, s. 426).

Det er noen svakheter ved å bruke denne metoden. Det er en krevende metode som stiller krav til at intervjuerens egenskaper for å fange opp potensielle interessante betraktninger gjennom for eksempel oppfølgingsspørsmål. Dette kan ha betydning for den teoretiske generaliseringen av forskningen. Dersom informanten ikke opplever tillit mellom oss, kan det påvirke intervjuet negativt ved for eksempel å holde tilbake informasjon. Detter er min oppgave som intervjuer å sørge for at tilliten er til stede. Hvis jeg hadde benyttet med av intervju via for eksempel e-post, telefon eller post, kunne informanten følt seg mer anonym. Jeg tror likevel at fordelene ved denne intervjumetoden vil veie opp for de negative sidene (Postholm & Jacobsen, 2011, s. 65, 74).

Alle intervjuene ble tatt opp ved hjelp av «nettskjema-diktafon» app og en stasjonær diktafon som ble plassert mellom forsker og deltaker. Nettskjema er levert av Universitetet i Oslo som en sikker løsning for datainnsamling for både små og store datamengder. Dette nettskjema mottok sikkerhetspris av Datatilsynet i 2018 og har annerkjennelse fra NSD, Personvernombudet og REK (Lofthus, 2019). Ved bruk av lydopptaker kunne intervjuer konsentrere seg om intervjuets emne og dynamikk. Det ga meg også mulighet til å spole tilbake igjen og igjen og lytte etter ordbruk, tonefall og pauser (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 205).

4.4.1 Utforming av intervjuguide

Det ble utformet to intervjuguides, en til ungdommene (se vedlegg 1) og en til lederne (se vedlegg 2). Dette ble gjort for å lage spesifikke spørsmål rettet mot informantene, ungdommene eller lederne. Intervjuguide er en liste over temaer og generelle spørsmål som skal gjennomgås under intervjuene (Johannessen et al., 2021, s. 111). Ettersom noen informanter er relativt unge, og jeg ikke vet hvor snakkesalige de er under intervjuene, var det greit med en mal for intervjuet. Det vil også hjelpe meg for å unngå å stoppe opp under intervjuene fordi jeg ikke vet hvor jeg skal ta veien videre. Da jeg skulle utforme intervjuguiden benyttet jeg meg av prosjektskissen, forskningsspørsmålet, andre masteroppgaver for inspirasjon til oppsett samt ulike fagbøker om hvordan oppsettet skal være. Guiden har en detaljert rekkefølge av omhyggelige formulerte spørsmål (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 162). Jeg delte spørsmålene inn i kategoriene, aktiv ung og fritid. Guiden starter med en innledning og bakgrunns spørsmål, etterfulgt av hovedspørsmålene om aktiv ung og fritiden før jeg har noen avslutningsspørsmål til slutt. Grunnen til at jeg har delt det inn slik er for å sikre at jeg dekket de forskjellige temaene og holde orden på spørsmålene (Johannessen et al., 2021, s. 111; Tjora, 2020, s. 157).

Videre jobbet jeg med å utforme spørsmålene som åpne og lettfattelige for ungdommene. Intervjuguiden til lederne ble laget med utgangspunkt i intervjuguiden for ungdommene, med omformuleringer som passer lederne bedre. Det har også vært viktig å utforme spørsmålene slik at det oppstår en god relasjon mellom intervjuer og informanter. Jeg ønsket at informantene skulle snakke så fritt og åpent som mulig om temaene. Dermed passet jeg på å utforme intervjuguiden til ungdommene med et fagspråk de forstår.

4.4.2 Gjennomførte pilotintervjuer

Det er anbefalt å gjennomføre pilotintervju før man setter i gang med intervjuene med informantene (Clark et al., 2021, s. 428). Det ble gjennomført to pilotintervjuer, med ei jente på 14 år og en gutt på 18 år. Pilotintervjuet ble gjennomført av kun ungdommer på grunn av det ble sett på som mer utfordrerne å intervju ungdommer. Ungdommer ble sett som utfordrerne å intervju fordi som vi så ovenfor, jeg vet ikke hvor snakkesalige de er under intervjuene. Begge pilotintervjuene ble gjennomført på Face Time fordi distansen var for stor til å møtes. Disse ble valgt fordi de treffer den aldersgruppen til Aktiv Ung og begge deltar på fritidsaktiviteter. Jeg hadde en venn som observatør som ga konstruktive tilbakemeldinger av hennes inntrykk av pilotintervjuet og kom med verdifulle tilbakemeldinger.

Hensikten med å gjennomføre pilotintervjuene var for å teste intervjuguiden, og teste selve gjennomføringen av intervjuet fungerte etter planen, samt å bli kjent med intervjurollen og en følelse av hvor lang tid intervjuene ville ta. For meg som uerfaren forsker med ingen erfaringer, var det viktig å gjennomføre dette. Etter gjennomføringen av pilotintervjuene ble det gjort noen justeringer i forhold til spørsmålene. Vider la jeg merke til når jeg hørte på lydopptakene at jeg var litt nølene og usikker. En kombinasjon av at intervjusettingen er nytt og at jeg kjenner til de som deltok på pilotintervjuene.

Alt i alt ble det gjennom pilotintervjuene erfart at det fungerer godt, men at jeg må være mer selvsikker og tryggere. Dette merker jeg at det ble bedre fra første til andre pilotintervju.

I forkant av intervjuet. I forkant av intervjuene ble jeg møtt velkommen av en av lederne ved Ungdommens Hus. Denne anledningen benyttet jeg til å prate litt løst, før lederen viste oss til rommet som intervjuet skulle foregå, for å lette på stemningen. Alle intervjuene ble avholdt i samme rom i kjelleren til Ungdommens Hus. Før intervjuene startet ble informantene spurt om han/hun visste og forsto hva prosjektet gikk ut på. Deretter ble det gitt informasjon om intervjuprosessen, anonymitet og retten til å trekke seg uten begrunnelse. Det er viktig at alle informantene for den samme informasjonen om studien (Johannessen et al., 2021, s. 71). For de som ikke hadde med seg ferdig signerte samtykkeskjema, signerte dette i forkant av intervjuet. Intervjuguiden viser innholdet jeg startet intervjuet med. Det virket som alle var innforstått med dette, og det virket som ingen hadde noen problemer med dette. Jeg hadde med penn og papir i tilfelle det skulle være noe jeg skulle ønske å notere underveis. Dette ble ikke benyttet i noe særlig grad foruten om vis det var noe kroppsspråk som utmerket

seg. Jeg ønsket å rette hele min oppmerksomhet mot informantene, og stole på at lydopptakene ga med det jeg trengte.

Intervjuene. Gjennom intervjuene fokuserte jeg på å være rolig og lyttende. Dette følte jeg gikk veldig bra i de intervjuene hvor informantene hadde mye å fortelle. Dette var i hovedsak lederne. Her var det lett å følge intervjuguiden, og komme med oppfølgings spørsmål. Disse intervjuene hadde en fin flyt, og jeg opplevde en god kommunikasjon og tillit. Andre informanter var derimot litt mer tause, som gjorde det vanskeligere å slappe av. Samtalen var preget spørsmål-svar, spørsmål-svar, og jeg måtte jobbe litt for å dra samtalene videre. Jeg prøvde å være oppmerksom på å ta pauser og la det være litt stille for å gi informanten rom til å fortsette å prate. Samtidig som jeg ga bekræftende «mhm» og nikkning. Når jeg så på kroppsspråket at de synes at de ble litt klein stillhet, fortsatte jeg å stille spørsmål. Dette førte til at jeg måtte ta større plass under intervjuet med ungdommene for å få de til å prate, som jeg så på som nødvendig. Når alle temaene fra intervjuguiden var dekket, ble informantene spurt om de hadde noe mer å tilføye. De ble loggført notater etter hvert intervju for å oppsummerer essensen i intervjuet.

4.5 Databehandling

For å gi mening om datainnsamlingen, ble det utført analyse av dataene. Metodikken til Clarke og Braun (2006) tematiske analyse ble valgt, fordi den gir en trinn for trinn guide som passer for nybegynnere. Etter alle intervjuene var gjennomført satt jeg med mye materiale som måtte jobbe videre med. Jeg startet først med transkribering av lydopptakene, deretter analyse av materialet, samt utforming av funn og drøfting.

Transkribering. Å transkribere vil si å transformere, det skrifter fra en form til en annen (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 205). Transkribering må ligge til grunn får å kunne gjennomføre en tematisk analyse (Braun & Clarke, 2006, s. 87). I forhold til denne studien vil en muntlig samtale konkret omdannes til en skriftelig tekst for å få frem det informanten faktisk har formidlet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 210). Braun og Clarke (2006) hevder ved å legge grundig arbeid i transkripsjonen, vil en utvikle en grundigere forståelse av dataene (Braun & Clarke, 2006, s. 88). Intervjuene ble foretatt på ulike dager, noe som gjorde det mulig å transkribere hvert intervju før det neste. Opptaket fra forrige intervju ble lyttet til minst en gang før det neste intervjuet for å kunne forbedre meg til neste intervju. Braun og

Clarke (2006) presiserer viktigheten av å bruke god tid til å bli kjent med dataene, siden det legger grunnlaget for en god analyse (Braun & Clarke, 2006, s. 87).

I transkriberingsprosessen oppdaget jeg både styrker og svakheter ved intervjuene. Jeg tillate det å være litt stille etter de var ferdig å svare på spørsmålet, fordi i de fleste tilfeller begynte de å fortelle mer. Dette kunne ha gått tapt om jeg hadde begynt rett på neste spørsmål. Derimot ble det lagt merke til under transkriberingen at jeg kunne vært enda flinkere på oppfølges spørsmål. Samtidig ble det tydelig at jeg ble tryggere som intervjuer utover transkripsjonene, selv om jeg ikke er ferdig utlært.

Under transkriberingen har jeg tatt hensyn til at de publiserte intervjuene skal være lesbare samtidig som jeg har beskyttet intervjupersonens konfidensialitet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 303). Det var en merkbar forskjell på det første og siste intervjuet som ble gjort. I denne forbindelse ville det vært en fordel å ha gjennomført flere pilotintervju.

Etablering av tema. Etter å ha gjennomført alle intervjuene, lyttet til opptakene flere ganger og transkribert, startet kodingen. Dataanalysen ble utført i form av det Braun og Clarke (2006, s. 84) kaller en «teoretisk tematisk analyse», som vil si at analysen drives av forhåndsdefinerte interesseområder. Dette fordi denne studien er en case studie, hvor jeg har satt meg som mål å identifisere Aktiv Ungs rekrutteringsarbeid og gjennomføring av aktiviteter. Dermed ble disse to aspektene ledende for hva jeg lette etter i dataene. I tillegg deler Braun og Clarke opp i semantiske og latente temaer, hvor skillet handler om graden av tolkning som er gjort av datamaterialet. Denne analysen er i stor grad semantisk i form av at jeg har gjort få dype tolkninger av det som har blitt sagt av informantene. I stedet har den kvalitative tolkningen blitt gjort når jeg har samlet utsagnene til informantene og identifisert mønstre som igjen har blitt overført til å gi en forståelse av programmet Aktiv Ung som helhet. Under vil jeg beskrive mer detaljert om hvordan jeg har gått frem for å kode dataene.

Koding av data. Den første kodingen gikk ut på å identifiserer trekk ved dataene som virker interessant for analysen, som kan vurderes på en meningsfull måte (Braun & Clarke, 2006, s. 88). Hver meningsenhet ble skrevet manuelt i Word-dokument som ble fargekodet tildelt betydningsenheten som kommentar. Hver kode ble også nominert med hver sin kode, for eksempel 2-35 (informant 2 og kode 35) for å enkelt identifisere hvilken intervjuperson den tilhørte. Deretter ble fokuserte koder utviklet, bestående av en kategorisering av den

kondenserte koden. Hele datasettet ble lest systematisk og flere ganger, med lik oppmerksomhet til hvert datasett for å danne grunnlag for gjentatte temaer på tvers av datasettet (Braun & Clarke, 2006, s. 89). Et utdrag av prosessen er vist i vedlegg 4.

Alle kodene ble samlet og sortert i en lang liste som var identifiserende på tvers av datamaterialet. De ulike kodene ble sortert under potensielle temaer. Temaene og kodene ble identifisert med en semantisk tilnærming, det vil si at jeg ikke så etter noe utover det deltakeren har sagt (Braun & Clarke, 2006, s. 84).

I løpet av denne prosessen ble flere temaer slått sammen til overordnede temaer, mens andre ble forkastet på grunn av lite betydning. Intern homogenitet (sammenheng mellom betydningsenheter innenfor et tema) og ekstern heterogenitet (klart skille mellom temaene) ble sikret ved å gå frem og tilbake mellom det opprinnelige datasettet og kodeskjemaene (Braun & Clarke, 2006, s. 91). Dette medførte flere nye endringer ved å bytte/fjerne meningsenheter, der temaene som ble erstattet ble ansett som mer relevant for å besvare forskningsspørsmålet. Når dette var gjort leste jeg igjennom hele datasettet på nytt for å være sikker på at temaene fungerer i forhold til datasettet. Her kunne jeg ha fortsatt i det uendelige, men på et tidspunkt når omkodningene passet godt med dataene, måtte jeg stoppe.

4.6 Metodologiske refleksjoner

4.6.1 Validitet

I samfunnsvitenskap viser validitet som oftest om en metode faktisk kan brukes til å undersøke det den sier den skal undersøke, altså studiens gyldighet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 357). Hvorvidt måler det man tror man måler? (Bryman, 2015, s. 158; Kvale & Brinkmann, 2015, s. 276). Thagaard hevder for å presisere validitet kan det stilles spørsmål om de tolkninger vi kommer frem til, er gyldige i forhold til den virkeligheten vi har studert (Thagaard, 2013, s. 205). Det er også en prosess til utvikling av mer holdbare fortolkninger av observasjoner (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 277). Det kan være vanskelig å vite om funnene er valide på grunn av intervjupersonens informasjon kan være usanne (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 281–282).

For å sikre validiteten til studien er forskningsspørsmålet og formålet ledet beslutningene gjennom hele forskningsprosessen, inkludert utarbeidelse av intervjuguide, valg av teori og analyse. Kvale og Brinkmann kaller dette for «kontinuerlig prosessvalidering», som en måte å måle validiteten på (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 277). Pilotintervjuene styrket intervjuguidens hensikt med å gi relevant svar for forskningsspørsmålet. For at det skal være enkelt for lesere å vurdere studiens validitet forsøkte jeg å gi en rik og beskrivende beskrivelse gjennom hele forskningsprosessen. I forkant av datainnsamlingen gjorde jeg meg godt kjent med Aktiv Ung. Jeg har hatt jevnlig dialog med den ene lederen. Under hele prosjektet har jeg også hatt jevnlig kontakt med min veileder, som har lest og kvalitetssikret mitt arbeid. Samtidig har jeg diskutert metodeutfordringer med andre studenter, ved å gjøre dette blir det oppdaget svakheter med designet som man ikke oppdager selv. Det ble også gjennomført en respondentvalidering, der det ble sendt et utdrag av resultatet til den ene lederen.

For å styrke litteratur validiteten har primærkilde blitt benyttet ovenfor sekundærkilde. Primærkilde er den opprinnelige utgaven av en tekst, mens sekundærkilde er den teksten som kommer nummer to i rekken (Dalland, 2019, s. 162)

4.6.2 Relabilitet

Relabilitet handler om forskningsresultatene konsistens og troverdighet. Det blir ofte behandlet i sammenheng med spørsmålet om hvorvidt et resultat an reproduseres på andre tidspunkter av andre forskere ved hjelp av den samme metoden. Den skal altså demonstrere om studien kan være en representasjon av virkeligheten, eller om den er basert på tilfeldigheter (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 276). I kvalitativ forskning må forsker argumentere for reliabiliteten gjennom redegjørelse for hvordan dataene er samlet inn og behandlet i løpet av forskningsprosessen (Thagaard, 2013, s. 202). På bakgrunn av dette har jeg viet stor plass til metodekapittelet for å gå i detalj og beskrive godt hvordan jeg har gått frem i forskningsprosessen. De ulike metodevalgene er diskutert og argumentert for.

For å øke oppgavens relabilitet har transkriberingen blitt foretatt så nøyaktig som mulig, ved å skrive ordrett, notere ned når informanten tar pauser i svarene. Deretter gjennomgang av opptaket av intervjuet om igjen for å sikre at ingenting har gått tapt. Dermed kunne de emosjonelle aspektene ved samtalen blitt notert i mer detalj, for eksempel «anstrengt stemme», «sukk», «nervøs latter», «fliring» og så videre I noen tilfeller under

transkriberingen ble det utfordrerne å tyde språk fordi det ble pratet noe utydelig. Samtidig kan det være mulig at punktum og komma har blitt plassert feil i setningen. Selv om ikke intervjuguiden ble fult på en lineær måte, ble det sikret at spørsmålene ble stilt på samme måte til alle informantene.

4.6.3 Overførbarhet

Resultatene fra denne studien vil ikke kunne generaliseres fordi utvalget er for lite og studien er primært av lokal interesse. På en annen side kan funnene fra studien ha en overførbarhet og være av interesse for andre kommuner med lignende fritidsaktivitetstilbud. Studien kan i tillegg brukes som forprosjekt for å utvikle et større forskningsprosjekt.

4.6.4 Forskningsetikk

Alt forskningsbasert arbeid må følge forskningsetiske retningslinjer (Kunnskapsdepartementet, 2021). Etikk handler om normene for hva som er riktig, samt god livsførsel. Forskningsetikk handler om å ivareta personvernet og sikre at deltakeren ikke påføres noe skade eller unødvendige belastninger (Dalland, 2019, s. 236). På bakgrunn av valgte metode og design er jeg i direkte kontakt med respondentene, er det en rekke etiske aspekter som forsker må ta hensyn til. Det er spesielt viktig å reflektere over de etiske aspektene i denne oppgaven, på grunn av jeg forsker på en sårbar gruppe (NSD, u.å.-a).

Alle forskningsprosjekt som behandler personopplysninger, må sende søknad til Norsk senter for forskningsdata (NSD) for vurdering av personvernet (NSD, u.å.-b). Dette ble gjort før oppstart av studien, se kvittering av godkjenning til prosjektet i vedlegg 5.

Kvale og Brinkmann tar for seg fire ulike områder som tradisjonelt diskuteres i etiske retningslinjer: *informert samtykke, fortrolighet, konsekvenser og forskerens rolle* (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 102). Jeg vil videre redegjøre for de vurderingene som ble gjennomført i forhold til disse fire områdene.

For å ivareta prinsippet om *informert samtykke* signerte alle informantene et samtykkeskjema med informasjon om undersøkelsens formål og hovedtrekkene i design, i tillegg til mulige ulemper og fordeler med å delta (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 104) (se vedlegg 3). Siden studien inkluderte informantene som ikke var over 16 år, ble det innhentet samtykke fra

foresatte. Behovene ved forskning hos barn og unge ivaretas på andre måten enn hos voksne, samtidig er det viktig å behandle de som selvstendige individer. Barn kan være mer villige til å adlyde autoriteter enn voksne, og opplever at de ikke kan protestere (Den nasjonale forskningsetiske komité, 2016, s. 20). Jeg var oppmerksom på å ikke ignorere barna under datainnsamlingen, og hvis jeg så noen signaler som kunne tyde på ubehagelig spurte jeg hvordan det gikk. Det ble også ert at det er frivillig å delta, og mulighet for å trekke seg når som helst uten å oppgi grunn (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 104).

Konfidensialitet refererer til enigheten med informantene om hva som kan gjøres med dataene som ble samlet inn for å ikke avsløre identiteten til deltakerne (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 106). For å bevare konfidensialiteten ble det opplyst at datainnsamlingen ble oppbevart på en passordbeskyttet data som kun ble brukt av meg og opplysningene slettes ved prosjektslutt (Dalland, 2019, s. 239). Før jeg startet intervjuene var jeg tydelig på at jeg skulle gjøre om det de sa i intervjuet til en tekst. På denne måten vil jeg sikres anonymiteten for andre ikke kan kjenne de igjen i teksten, men de kan gjenkjenne seg selv. Deltakerne har rett til innsyn, retting, sletting, kopi, og mulighet for å sende inn klage så lenge jeg har de identifiserbare materialene (Datatilsynet, u.å.).

God og ansvarlig forskning skal innebære vurdering av utilsiktete og uønsket *konsekvenser*. Som forsker har jeg forsikret meg om at forskningen ikke bryter lover og regler, samt at det ikke utgjør noe risiko for noen av informantene å delta (Den nasjonale forskningsetiske komité, 2016, s. 11). Det er ingen direkte negative konsekvenser eller risiko å delta i denne studien. Under intervjusituasjonen kan det være en mulighet at informantene kjenner på ubehag, for eksempel ved ubehagelige temaer (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 107). For å gi deltakerne en mest mulig positiv opplevelse lyttet jeg oppmerksomt til informantenes svar. Mellom forsker og informant kan det forekomme rollekonflikter av ulike grunner, dette ble derimot ikke et problem. Deltakerne virket som de hadde en god opplevelse ved intervjuene.

Forskerens rolle er avgjørende for kvaliteten av forskningen. Jeg prøvde å være bevisst på funnene er så nøyaktig og representative som mulig. Resultatene har blitt kontrollert og validert så fullstendig som mulig, og det har tilstrebes gjennomsiktighet med hensyn til prosedyrene som danner grunnlaget for konklusjonene (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 108).

4.6.5 Svakheter og styrker

I alle forskningsprosjekter kreves det oppmerksomhet på mulige styrker og svakheter av forskningsprosessen. Den gjennomførte prosessen for denne studien har vært verdifull for å oppnå erfaring innen forskningsfeltet. Nå skal jeg rette oppmerksomheten på svakheter og styrker ved metoden som er benyttet i studien. For det første er viktigheten av å lese seg opp på forskningsområde. Selv om den store mengden litteratur kan føles overveldende, er det sett på som svært verdifullt. Under intervjuene og transkriberingen ble tidligere litteratur gjenkjent ved svarene til informantene. For det andre hadde pilotintervjuene stor betydning for å få litt erfaring med å gjennomføre intervjuene. Det bidrog til høyere selvtillit og mindre stress før oppstart av det første deltakerintervjuet. Deltakerintervjuene ble holdt på et avskilt rom fra andre ungdommer på Ungdommens Hus for å unngå støy og andre forstyrrelser.

Til tross for dette er ingen perfekt forskningsprosess, må det tas opp noen svakheter med studien. Den først handler om rekrutteringen av deltakerne. Store deler av rekrutteringen skjedde gjennom snøballmetoden, som kan ha forårsaket små og skjevhet i utvalget. Med tanke på det ble benyttet andres kontaktpersoner som er i samme miljø. Samme miljø kommer de fra uansett med tanke på alle er deltakere i Aktiv Ung. Ved bruk av denne metoden kan det tenkes at informantene kommer fra hjem med samme sosioøkonomisk bakgrunn. Dersom jeg hadde valgt informantene med ulik bakgrunn kunne det ha vært med på å styrke studien. At det skulle vær utfordrende å rekruttere ungdommer og at det kunne ta tid mellom hvert intervju var jeg klar over. Samtidig ble det litt undervurdert fordi jeg var ikke forberedt på at det skulle være så utfordrerne som det viste seg å være. En annen svakhet med snøballmetoden er at det gjør det vanskeligere med informantens anonymitet. Den andre svakheten er at intervjuene er ikke veldig lange som kan resultere i tap av relevant informasjon. Dette var gjennomtenkt selv om det kan være en potensiell svakhet fordi ungdommer kan være utfordrerne å rekruttere. Dermed håpet jeg på å få flere ungdommer med i studien om ikke intervjuene varte lenge.

5.0 Resultater

Dette kapittelet vil oppsummere funnene fra de kvalitative semi-strukturerte intervjuene.

Totalt resulterte analysen i tre sentrale temaer (inkludert seks undertemaer) (Se tabell 1). Jeg har valgt å anonymisere deltakerens navn og alder, og deltakerne vil derfor refereres til ungdom 1, 2, og 3, og leder 1 og 2. Hun/han og/eller navn blir beskrevet som hen.

Tabell 1. Oversikt over hovedkategorier, subgrupper og gullsitater

HOVEDKATEGORIER		
5.1 Rekruttering	5.2 Hva gir tilbudet ungdommen	5.3 Betydningen av ledere og foreldre for fritidsaktivitetsdeltakelse
SUBGRUPPER		
Ulike kanaler for rekruttering	(Psyko)sosiale fordeler	Leder
Barrierer for rekruttering	Alternativt tilbud	Foreldre
GULLSITATER		
<p>Skolen engasjerer oss elever til å ta initiativ til å bli med i gruppa. Så fikk vi med ett skriv hjem om det</p> <p>... så er det gjerne at de finner ut at her er det.. dette er gøy og så forteller de det til andre og så drar de med seg. Jeg tror altså at de beste måtene å rekrutter, er ungdommer selv til å rekruttere om hva vi holder på med</p> <p>Ikke så mange som vet om tilbudet. Vi har prøvd å starte opp før korona og under korona så var det mye avlysninger og litt planlegging så ble det avlyst også videre. Så vi har ikke helt nådd ut føler vi enda, men vi er på vei til å nå ut</p>	<p>Det er ikke veldig lenge siden jeg fikk en ny god venn av Aktiv Ung. Som jeg fortsatt har kontakt med og prater mye med og er egentlig ganske mye med</p> <p>Litt lettere å blir snakke med hverandre når man er på aktiviteter. Så har man noe å snakke om. Så blir man kjent gjennom det da, så går man derifra og videre</p> <p>Noen trenger kanskje bare et sted å henge, sosialisere seg med andre. Selv om det heter Aktiv Ung, ikke sant så er det masse fokus på det sosiale også da. Disse arenaene er for alle</p> <p>Det kan jo være et alternativ for de som kanskje ikke har familier som har råd til å betale fotball eller liksom utstyr til den aktiviteten da. Så det er jo gratis å være med på Aktiv Ung. Så jeg tror det kan være en ganske stort alternativ for de som ikke har råd til andre ting</p>	<p>Lederne er på en måte der, prater med oss, lærer oss nye ting og er opptatt av at vi har det bra. Det er en veldig stor del av at jeg faktisk blir med på det</p> <p>Han er veldig sånn at han har lyst at vi skal ha det bra! Både bussturen frem og tilbake og når vi var der så spør hele veien om vi har det bra og sånn</p> <p>De synes det er veldig fint, og de minner meg på at jeg skal melde meg på og de melder meg på hvis jeg har glemt det eller sier ifra om det er noen nye aktiviteter og arrangementer og sånne ting. Så kjører de meg jo til og fra her</p>

5.1 Rekruttering

Det første temaet var relatert til hvordan ungdommene først ble informert om Aktiv Ung. Innen rekruttering ble det indentifisert to undertemaer: ulike kanaler for rekruttering og barrierer for rekruttering.

Ulike Kanaler for rekruttering. Det første undertema var relatert til hvilke kanaler som fikk ungdommene til å delta i fritidsaktivitetstilbudet Aktiv Ung. Samtlige ungdommer svarte at de har hørt om Aktiv Ung gjennom lærere på skolen: «Skolen engasjerer oss elever til å ta initiativ til å bli med i gruppa. Så fikk vi med ett skriv hjem om det» (ungdom 1). Noen avtalte med venner på forhånd, mens andre gikk på aktivitetene alene å oppdaget deltakerne var bekjente eller venner. Lederne pratet også om at de samarbeidet med ulike sektorer i kommunen, inkludert skolen «... Også har vi kontakt med andre sektorer i kommunen, som skole og litt av barnevernet» (Leder, 1). Dialogen mellom skolen og lederne, samt mellom lederne og ungdommene gir lederne tilgang på hvilke ungdommer som har størst behov for deltakelse i aktivitetstilbudet. For å nå ut til flest mulig har Aktiv Ung blitt mer aktive på ulike sosiale medier: «Vi er på skolene og prater litt om hva vi holder på med og så har vi selvfølgelig de mediene vi har, på kommunens egne sider, på Facebook, og ja nå er vi faktisk også på Instagram og Tiktok» (Leder, 2). Den ene lederen påpeker at når ungdommen prater sammen om tilbudet, vil det være den beste måten å rekruttere på:

... så er det gjerne at de finner ut at her er det.. dette er gøy og så forteller de det til andre og så drar de med seg. Jeg tror altså at de beste måtene å rekrutter, er ungdommer selv til å rekruttere om hva vi holder på med (Leder 2).

Barrierer for rekruttering. Det andre undertemaet handler om barrierene for rekruttering i Aktiv Ung. Den ene lederen gir utrykk for at det har vært utfordrerne å gjennomføre aktiviteter gjennom korona pandemien, som igjen har gjort det vanskelig å rekruttere ungdommer til Aktiv Ung.

Ikke så mange som vet om tilbudet. Vi har prøvd å starte opp før korona og under korona så var det mye avlysninger og litt planlegging så ble det avlyst også videre. Så vi har ikke helt nådd ut føler vi enda, men vi er på vei til å nå ut (Leder, 1).

Selve påmeldingen til Aktiv Ung foregår på appen «spond» hvor det nesten er 400 medlemmer. På aktivitetstilbudene som krever transport er det et begrenset antall plasser, som resulterer i trekning av hvem som får delta: «Til rush ble det trukket 14 stykker. Det er klart at vi kan ha med 50 til rush, men som sagt, det går på transport selvfølgelig og hvor mange vi har råd til å sende av gårde av voksne» (Leder, 2).

5.2 Hva gir tilbudet ungdommen

Intervjuene førte til identifisering av to undertemaer innenfor hva ungdommene får ut av å delta i Aktiv Ung, venner og alternativt tilbud. Det involverer spesifikke handlinger fra ungdommene og lederne

(Psyko)sosiale fordeler. Det var tydelig i dataene at Aktiv Ung fungerte som en arena for å være med venner. Flere deltakere fortalte om hvordan de deltok sammen med venner de kjente fra før: «Jeg pleier egentlig gjøre det med venner. Pleier som regel å være en eller to venner» (Ungdom, 2). I tillegg var det mange som oppga at de hadde dannet nye vennskapsbånd: «Det er ikke veldig lenge siden jeg fikk en ny god venn av Aktiv Ung. Som jeg fortsatt har kontakt med og prater mye med og er egentlig ganske mye med» (Ungdom, 3). En annen deltaker delte:

Første gang jeg var med så møtte jeg hen som vært med alle de gangene jeg har vært med så jeg har hengt med hen så har vi også blitt kjent med en annen som også har vært med (Ungdom,1).

De nye vennskapene var ofte såpass sterke at de var gjeldende også utenfor Aktiv Ung. Et eksempel var en respondent som møtte en deltaker på en annen aktivitetshelg: «Jeg var på noe i helgen sammen med hen på noe familiegreier, så jeg var med hen hele helgen» (Ungdom, 1). Det blir også nevnt at de synes det er fint å gjøre aktiviteter sammen med venner, og at det kan være lettere å kjent med deltakerne under aktivitet: «Litt lettere å blir snakke med hverandre når man er på aktiviteter. Så har man noe å snakke om. Så blir man kjent gjennom det da, så går man derifra og videre» (Ungdom, 3). Leder påpeker at det skal være en arena for alle: «Noen trenger kanskje bare et sted å henge, sosialisere seg med andre. Selv om det heter Aktiv Ung, ikke sant så er det masse fokus på det sosiale også da. Disse arenaene er for alle» (Leder, 2).

Alternativt tilbud. Dette undertemaet ble identifisert som hvordan det oppleves å benytte fritidsaktivitetstilbudet som et alternativ til organisert idrett. Flere av ungdommene er enige at Aktiv Ung er et bra alternativ til organisert fritidsaktiviteter. På grunn av tilbudet er gratis og aktivitetene er varierende:

Det kan jo være et alternativ for de som kanskje ikke har familier som har råd til å betale fotball eller liksom utstyr til den aktiviteten da. Så det er jo gratis å være med på Aktiv Ung. Så jeg tror det kan være en ganske stort alternativ for de som ikke har råd til andre ting (Ungdom, 2).

«Meningen med variert aktivitet er at ungdommene skal på en måte ha mulighet til å finne sin ting og sin måte å bruke fritiden på» (Leder, 1) som bekrefter at dette er noe de er bevisste rundt. Den ene lederen forteller at Aktiv Ung skal være et lavterskeltilbud, for å kunne inkludere alle. Pengestøtten av Bufdir er Aktiv Ung avhengig av for å gjøre det til et tilbud som treffer så bredt:

Det er med på å gjøre Aktiv Ung til et tilbud som er så lavterskel som det går an, fordi alt vi driver på med er på en måte gratis. På den måten at tilbudet er for alle så klarer vi å inkludere de som på en måte har litt dårligere råd kanskje, enn andre. At vi klarer å ta med de barna som ikke klare å sende barna på ski hver uke (Leder, 1).

Den andre lederen sier at det ikke er alle aktivitetene som er like populære, men at de ikke kan fjernes fra programmet da det er viktig for noen: «noen aktiviteter vet vi at det ikke kommer til å møte opp så veldig mange på, men det er viktig for noen» (leder, 2). De legger også til at hensikten med Aktiv Ung er at ungdommene føler på mestring og får en meningsfull fritid: «At de kan føle på mestring, aktivitet og mestring, at de på en måte får en fritid som er meningsfull og som kan være med på å identitetsskaping At de kan finne noe som dem trives med» (Leder, 1). Ungdommene rapporterte at dette er noe de kjenner på i større grad: «alle er liksom velkommen uansett kjønn og alder og sånn føler ingen angst eller bekymring får å komme hit igjen» (Ungdom, 1).

Basert på det ungdommene forteller ser det ut til at alle har vært aktive i organisert fritidsaktiviteter tidligere, og det samme gjelder søsken: «Alle har vel holdt på med fotball» (Ungdom, 3).

Aktiv Ung virker til å fungere som et alternativ til organisert idrett for ungdommer som slutter i organisert idrett har ett annet sted å gå til. Det er tydelig å se Aktiv Ung som en base for ungdommer som har drevet med organisert fritidsaktiviteter tidligere: «Jeg har gått på håndball, fotball, speideren, mens taekwondo holder jeg på med enda» Ungdom, 2). Samtidig er det en base for de som aldri har drevet med organisert fritidsaktiviteter, som en av aktivitetslederne eksemplifiserer: «Vi prøver å spørre litt også om de driver med noe annet på fritiden. Så er det ofte noen som svarer at de ikke gjør noe annet så er det andre som er aktive i andre aktiviteter» (Leder, 1).

5.3 Betydning av ledere og foreldre for fritidsaktivitetsdeltakelse

Betydningen av ledere og foreldre for fritidsaktivitetsdeltakelse involverer spesifikke handlinger fra ledere og foreldre som legger til rette for ungdommens fritidsaktivitetsdeltakelse, og viktigheten av tilstedeværelse. Intervjuene førte til identifisering av to undertemaer: ledere og foreldre

Ledere. Dette undertemaet innebar at ungdommene delte egne opplevelser av betydningen av lederne for fritidsaktivitetsdeltakelse samt ledernes erfaringer. Tilstedeværelsen til lederne ser ut til å være viktig for deltakerne og at de involverer seg i aktivitetene. «Lederne er på en måte der, prater med oss, lærer oss nye ting og er opptatt av at vi har det bra. Det er en veldig stor del av at jeg faktisk blir med på det» (Ungdom, 2). Etter hvert som deltaker og aktivitetsleder blir bedre kjent, ble det lettere for ungdommene å åpne seg opp for lederne og prate om ting: «Veldig personlig å spørre om hvordan foreldrene engasjerer seg i deltakelsen, direkte til deltakerne om hvordan de liksom har det hjemme. Det er noe som kommer opp naturlig etter hvert som man får en bedre relasjon» (Leder, 1).

Ungdommene tør å si i fra som for eksempel dette var kanskje ikke det morsomste, eller kan vi ikke gjøre sånn og sånn neste gang eller komme med egne forslag også videre ... For oss er det veldig lett å hvordan ungdommene har det (Leder, 2).

Ungdommene ga uttrykk for de også føler at de kan prate med lederne om det skulle være noe: «Jeg føler at jeg kan snakke med lederne, og synes det er et veldig bra forhold ... blir jo gøyere å være her når de er hyggeligere med oss» (Ungdom, 3). Det blir lagt merke til at lederne vil det beste for ungdommene: «Han er veldig sånn at han har lyst at vi skal ha det

bra! Både bussturen frem og tilbake og når vi var der så spør hele veien om vi har det bra og sånn» (Ungdom, 2). Formålet til lederne er «barn og unge skal komme i aktivitet sammen med andre barn og unge og at de kan finne noe som dem trives med» (Leder, 1). Når de finner noe de trives med og synes er positivt er målet at de skal kunne fortsette med det når de slutter på Aktiv Ung: «Vi har mestring i bakhodet og de skal jo oppleve noe positivt, noe som de har lyst til å fortsette med» (Leder, 1). Den ene ungdommen forteller at det er en plass hen føler seg trygg: «Du føler deg trygg og sånn, og du har det gøy» (Ungdom, 1).

Foreldre. Dette undertemaet ble identifisert av involveringen til foreldrene.

Ungdommene forteller at foreldrene synes at det er bra at de bruker fritiden sin på Aktiv Ung, og involveres der de kan:

De synes det er veldig fint, og de minner meg på at jeg skal melde meg på og de melder meg på hvis jeg har glemt det eller sier ifra om det er noen nye aktiviteter og arrangementer og sånne ting. Så kjører de meg jo til og fra her (Ungdom, 1)

Den ene lederen understreker at det skal være trykt for foreldrene å sende ungdommene til Aktiv Ung, og det skal være ungdommens plass uten foreldrene:

Det er jo noen som kommer og nesten leverer poden sin og det jo også kanskje det poden ønsker. Det skal sies det at det mange som ikke vil ha, vi mener at vi har gjennom «spond» og gjennom Facebook og våres medier har vi grei kontakt med foreldre. Vi snakker med foreldre når de henter og slipper av og så videre, men det er så forskjell. Noen er veldig oppsøkende og vil ha veldig kontroll på hva vi holder på med og så er det andre som bare slipper av som vi ikke hører så veldig mye fra. Men det skal være trygt og godt å være hos oss da. Så, det skal kunne gjøres (Leder,2).

6.0 Diskusjon

Her vil funnene som er presentert i kapittel 5 bli sammenlignet og forklart ved bruk av tidligere studier på feltet. Først diskuteres Aktiv Ung som et alternativ til organisert idrett, før jeg går inn på rekrutteringsmetoder som blir brukt. Til slutt blir Aktiv Ung diskutert med de forskjellige kapital formene og habitus.

6.1 Aktiv Ung som alternativ til organisert idrett

Som skrevet i litteraturkapittelet utgjør fritiden en viktig del av ungdommens hverdag (Bakken et al., 2016, s. 65). For mange ungdommer er organiserte fritidsaktiviteter en stor del av denne fritiden. Aktiv ung er på mange måter et program satt opp som et alternativ til organisert idrett, både for de som ikke har deltatt og de som har deltatt, men sluttet. Funnene i denne studien tyder på at Aktiv Ung på flere måter kan være med på å gi et alternativt tilbud til ungdom som ikke driver idrett. Både fordi det er varierte aktiviteter og at tilbudet er gratis som blir mer diskutert under 6.1.2 Aktiv Ung og økonomisk kapital. Det kommer tydelig frem fra funnene at det blir sett på som noe positivt at aktivitetene er varierende, der ungdommene får prøvd ut ulike aktiviteter. Baser på dette kan ungdommene finne en eller flere aktiviteter som de liker og ser på som meningsfullt, og fortsette med aktiviteten etter Aktiv Ung. Under vil jeg gå inn på flere barrierer ved idrettsdeltakelsen som Aktiv Ung forsøker å omgå. Jeg benytter meg av Bourdieu sine begreper om forskjellige kapitaler og habitus når jeg diskuterer dette.

6.1.1 Rekrutteringsmetoder

Først er det verdt å si noe om rekrutteringen Aktiv Ung gjør. Mens den organiserte idretten har et såpass sterkt fotfeste i den norske kulturen at rekrutteringsarbeidet ofte foregår «av seg selv» i form av at foreldre oppsøker tilbudene (Stuij, 2015), må Aktiv Ung i større grad nå ut til ungdommene selv. Som nevnt i litteraturkapittelet bruker ungdommer store deler av hverdagen sin på skolen (Bakken et al., 2016, s. 65). Skolen kan derfor fungere som en god rekrutteringsarena for Aktiv Ung, hvilket funnene fra denne studien tyder på at den gjør. En rekke ungdommer som første gang hørte om Aktiv Ung gjennom skolen, og ville dermed prøve ut tilbudet. I kombinasjon med dette har Aktiv Ung fokus på å rekruttere gjennom sosiale medier. Med tanke på at mange ungdommer, og kanskje spesielt nettopp den ungdommen Aktiv Ung ønsker å rekruttere, bruker mye tid på skjermbaserte aktiviteter (Bakken et al., 2016, s. 81), kan dette være en potensielt god strategi. Hvordan dette faktisk

fungerer gir ikke denne studien noen gode svar på, delvis fordi utvalget er noe lavt og delvis fordi Aktiv Ung fremdeles er i startfasen med å rekruttere på denne måten. Som nevnt i litteraturkapittelet er det viktig at det blir gjort evaluering av hvordan et tiltak fungerer, da folkehelsearbeid er et langsiktig arbeid, og endringene skjer gradvis over tid (Høivik, 2019, s. 6).

Funnene i denne studien viser at gjennom koronapandemien har det vært utfordrende å holde kontinuitet i aktivitetene, på grunn av mange avlysninger. Det samme gjelder den organiserte idretten som også sliter med frafall av barn og unge på grunn av koronapandemien (Idrettsforbundet, 2021). Funne fra studien tyder på jo mer tid med ungdommene gjennom aktivitetene, jo bedre relasjon mellom leder og ungdommene. Samtidig kommer ungdommene igjen og igjen.. Det kan tenkes at Aktiv Ung er enda mer sårbar gjennom koronapandemien fordi de ikke har et kulturelt forfeste som organisert idrett har.

6.1.2 Aktiv Ung og økonomisk kapital

Forskning viser at deltakelsen i idrett er skjevfordelt etter sosioøkonomisk status (Bakken et al., 2016, s. 81) i tillegg til at ungdom ofte faller fra i løpet av ungdomsskolen (Samdal et al., 2016, s. 23). Målet til fritidserklæringen om å gi alle barn og unge muligheten til å delta i minimum en organisert fritidsaktivitet sammen med andre jevngamle uavhengig av foreldrenes sosiale og økonomiske status (Bufdir, 2020). Samtidig som samfunnet blir dyrere og rikere (Marmot, 2010) vil idretten kunne slite med å få rekruttert barn og unge fra alle sosiale lag. Dette er et kjent problem som ofte settes opp mot slagordet om at idretten skal være for alle. Det vil kreve en god og stabil økonomisk kapital blant foreldre for å kunne sende ungdommer på organisert idrett (Dahl et al., 2014, s. 112–113). Jeg vil argumentere for at Aktiv Ung likevel klarer å omgå slike økonomiske barrierer ved at tilbudet, takket være finanseringen fra Bufdir, er helt gratis og dermed ikke krever noen form for økonomisk kapital. Når det gjelder utstyr til aktiviteter kan dette lånes gratis gjennom «Fritt Fram» (Remizov & Voldmo, 2021). Det skal sies at det finnes noen organiserte idrettsforeninger som tilbyr gratis fotballdeltakelse til barn fra lavinntektsfamilier (Rysst, 2019). Slike tiltak er viktig for å kunne rekruttere fra alle lag organisert fritidstilbud.

6.1.3 Aktiv Ung, kulturell kapital og aktivitetshabitus

I tillegg til den økonomiske barrieren for idrettsdeltakelse som krever en viss beholdning av økonomisk kapital krever også idrettsdeltakelse ofte at foreldrene har tid, mulighet og samtidig prioriterer å involvere seg i idretten (Stefansen et al., 2016). Dette har av andre blitt identifisert som en idrettskultur, eller et «sportshabitus» innad i familien, som igjen er sosialt lagdelt og dermed noe som bidrar til sosiale ulikheter i idrettsdeltakelse (Strandbu et al., 2020). Selv om det kommer frem av mine funn at det også blant deltakerne i Aktiv Ung eksisterer en viss grad av foreldreinvolvering i form av engasjement i kjøring til og fra aktivitet samt at de er med å følge med på aktivitetene som blir lagt ut på appen spond, så er Aktiv Ung sitt tilbud i utgangspunktet slik at det ikke krever foreldreinvolvering og dermed stilles det ikke krav til en familiebasert idrettskultur eller «tidskapital» blant foreldre. Når det er sagt er det viktig å ikke underdrive viktigheten av en slik kroppsliggjort kulturell kapital, som barn i idrettsorienterte familier ofte vil besitte i større grad enn barn i familier hvor idrettskulturen er fraværende (Birchwood et al., 2008; Strandbu et al., 2020). Uten dette vil det kunne antas at ungdom vil være mindre interesserte i å delta på et slikt tilbud som Aktiv Ung tilbyr – og dermed er dette en utfordring også for slike tilbud. Foreldre fra lavere sosiale lag gir ungdommene mer rom, og styrer ungdommene mindre grad inn mot fritidsaktiviteter (Nilsen, 2021, s. 67). Selv om den kulturelle kapitalen har en mindre betydning for deltakelse i fritidsaktiviteter enn hva økonomiske kapital har. Ovenfor så vi viktigheten av at den kroppsliggjort kulturell kapital er til stede, selv om det er tidkrevende å tilegne seg. Den kulturelle kapitalen vil være viktigere i kulturelle fritidsaktiviteter enn fysiske fritidsaktiviteter (E. S. Jacobsen et al., 2021, s. 39). Når det er sagt tyder funnene på at deltakerne verdsetter de nye vennskapene som knyttes i Aktiv Ung. Dette kan da bidra til at den kulturelle kapitalen gir makt gjennom nye vennskap via Aktiv Ung og kan gi inngang til andre miljøer.

Basert på utvalget fra min studie kan det tyde på at ungdommen besitter en viss form for habitus for fysisk aktivitet da de tidligere har drevet med opp til flere organiserte fritidsaktiviteter. Men det noe lave antall deltakere i mitt utvalg gjør dette anslaget usikkert. Ifølge aktivitetslederne er det også deltakere som tilsynelatende ikke har med seg særlig erfaring med fysiske aktiviteter. Mer forskning trengs for å avdekke hvor godt et slikt tilbud treffer ungdom med og uten habitus for fysisk aktivitet.

En viktig utfordring som belyses i mine funn er at nettopp dette med at foreldre ikke skal måtte være involvert også skaper noen begrensninger for rekrutteringskapasiteten til Aktiv Ung. Aktiviteter som krever transport må begrenses til den kapasiteten lederne har til å transportere ungdommen. Dette resulterer i trekning i hvem som får delta, men basert på dialogen mellom lederne på Aktiv Ung og sektorer i kommunen vet lederne på Aktiv Ung hvilke deltakere som har behov for deltakelse. Dette er et tiltak for å unngå skjevheter i deltakelsen.

6.1.4 Aktiv Ung og sosial kapital

Tidligere forskning viser at deltakelse i fritidsaktiviteter er gunstig for en positiv utvikling innen en rekke faktorer (Bills, 2020). Nabo – unges sosiale inkluderings prosjekt som ble lansert under dert svenske formannskapet for Nordisk Ministerråd i 2018 nevner at deltagelse i fritidsaktiviteter har stor betydning for opplevelsen av å føle seg i et fellesskap i hverdagen (Olesen, 2019, s. 37). Ungdommer som er aktive sammen gjennom ulike fritidsaktiviteter vil kunne fremme opplevelsen til fellesskap og tilhørighet. Dersom fritidsaktivitetene ikke planlegges og ledes på en god måte kan det medføre en negativ effekt isteden for positiv (Utdanningsdirektoratet, 2021). Dette kan vi se i Anderson-Butcher og Conroys (2002) studie, i hvilken grad ungdommene opplevde tilhørighet avhenger av i hvilken grad fritidsaktivitetene ble suksessfulle eller ikke. Graden av suksess ble vurdert etter oppmøte og frafall (Anderson-Butcher & Conroy, 2002).

Den sosiale kapitalen som Aktiv Ung tilbyr, fremstår som spesielt sterkt virkende. Det er mye som tyder på at den største kapitalgevinsten ungdommen får ut fra deltakelsen er sosial tid med andre. Dette er et viktig poeng som kan stå i fare for å bli glemt i fokuset på antall anbefalte fysiske aktive minutter i moderat til høy intensitet. Ved å løfte frem tilbudet som noe sosialt, hvor også aktivitetene er organisert med det sosiale som det primære målet synes Aktiv Ung å lykkes i å treffe mange ungdommer. Dette er for så vidt ikke noe nytt da flere studier har vist at venner og likesinnede er viktige for deres deltakelse i fysisk aktivitet (Lu et al., 2014; Ning et al., 2012), men mer interessant er det hvordan aktivitetslederne blir trukket frem som viktige rollespillere i aktivitetsopplevelsen. Respekt og forståelse løftes frem som sentrale sider av lederne som gjør at de vekker tillit blant ungdommen og dermed spiller inn i den sosiale kapitalen som Aktiv Ung utgjør. Som påvist i litteraturkapittelet blir det sett på som svært viktig at det oppstår god relasjon mellom trener/leder og deltaker (Dahl et al., 2014, s. 112–113), samt viktigheten av trenerens rolle og oppfølging i praksis ved inkludering

i ulike aktiviteter (Sundvoll & Tjønndal, 2015, s. 11). Funnene fra denne studien tyder på at ungdommene synes at dette er noe som blir oppfylt og forholdet til lederne betyr mye for ungdommene. På bakgrunn av at deltakerne i Aktiv Ung ikke er begrenset av sosiale skillelinjer, og på denne måten kan man si den sosiale kapitalen gir rom inkludering til tross for forskjeller i kapitaler. Lederne gir ungdommene muligheten til å være seg selv, som gjør at ungdommen føler seg trygge på lederne, og de inkluderer seg i aktivitetene. Funnene tyder også på at lederne merker at jo lenger ungdommene har vært deltaker, jo bedre blir relasjonen. Som utdanningsdirektoratet (2021) hevder må planleggingen og aktivitetene ledes og gjennomføres på en god måte for en positiv effekt. Inkludering handler om å være sammen med andre, dele erfaringer, bygge varige vennskap, og bli anerkjent som en del av fellesskapet og bli savnet når du ikke er der (Allan, 2008, s. 41; Skogdal, 2014, s. 43). Dalen (2006) beskriver inkludering som en dynamisk prosess, som et ideal som vi alltid må forsøke å oppnå. Det skal omfatte alle elever, ikke bare de som for eksempel er sårbare for ekskludering (Dalen, 2016; Skogdal, 2014, s. 43). Allans forståelse kan brukes til å argumentere for at fritidsaktivitetstilbudet Aktiv Ungs bidrag i å bygge sosial kapital har et godt potensial for inkludering. Ungdommene kan dele erfaringer sammen med andre og bygge vennskap. I den tidligere studien fra Rysst (2019) som så på barnas forbrukerpraksis i Lillehammer, spesielt fotballaktivitet kan man gjenkjenne en slik beskrivelse av inkludering, hvor det er viktig det er at jevngamle er sammen med andre jevngamle. Med Dalens beskrivelse om inkludering kan man se at inkluderingen skjer mellom lærer og elev, elev og jevnaldrende og elev og skolemiljøet (Adderley et al., 2015). Dette kan også trekkes inn i forholdet mellom deltakere ved Aktiv Ung og ledere, lignende det som ble påvist i den tidligere nevnte studien til Rysst (2019).

7.0 Konklusjon

I motsetning til den sterke samfunnsnormen om foreldreinvolvering som kan utledes fra litteraturen presentert i kapittel 2, ser det ikke ut til at Aktiv Ung krever at foreldrene har tid, mulighet og/eller prioriterer å involverer seg i aktiviteten til ungdommen. Den organiserte idretten er sosialt lagdelt og dermed kan den bidra til sosiale ulikheter, hvilket Aktiv Ung synes å bidra til å utjevne. Samtidig er det funn i denne studien som kan tyde på at det likevel eksisterer en viss form for idrettshabitus blant deltakerne i Aktiv Ung. Uansett er det tydelig at Aktiv Ung gir ungdom mulighet til å opptjene seg en slags fysisk aktivitets-kapital fra bunn. Når det er sagt er nok den sterkeste gevinsten av Aktiv Ung rettet mot det sosiale, mer enn det fysiske. Gjennom deltakelse tilegner ungdommen seg sosial kapital i form av tilhørighet med andre som også viser seg gjeldende utenfor Aktiv Ungs arena i ettertid.

Videre det økonomiske aspektet helt sentralt. Fritidserklæringen er svært sentral for å realisere at barn og unge fra hjem med lavere økonomisk kapital får muligheten til å delta i fritidsaktiviteter (Bufdir, 2020). For å klare å opprettholde denne erklæringen, er det viktig med samarbeid mellom kommuner, frivillige lag, foreninger, organisasjoner, klubber og NAV (Bakken et al., 2016, s. 81). Dette støttes av funn fra denne studien. Støtten fra Bufdir blir sett på som helt avgjørende at Aktiv Ung har muligheten til å være et lavterskeltilbud. Dette er viktig, spesielt med tanke på de tidligere nevnte målene om å redusere sosiale ulikheter i fritidsaktivitetsdeltakelse (Høivik, 2019, s. 8).

7.1 Begrensinger av denne studien og videre forskning

Alle studier har begrensinger og svakheter som fører til svekkende muligheter for å kunne trekke allmenngyldige slutninger, og denne studien er ingen unntak. For det første har det vært utfordrende å rekruttere ungdommer, noe som resulterte i et lite utvalg, som igjen gjør det problematisk å overføre funnene til andre programmer. For å kompensere ble lederne av programmet inkludert i studien. Dette kan argumenteres som en styrke, da det ga ledernes syn ved Aktiv Ung. Når det gjelder retninger for videre forskning, er det behov for mer kunnskap om fritidsaktivitetstilbud som arena for å øke selvtillit og aktivitetsglede. Samtidig trengs det mer forskning for å kartlegge hvor godt program som Aktiv Ung treffer ungdommer fra forskjellige sosiale lag og med forskjellige beholdninger i kapitaler og habitus som er viktig for fysisk aktivitet.

8.0 Referanser

- Adderley, R. J., Hope, M. A., Hughes, G. C., Jones, L., Messiou, K., & Shaw, P. A. (2015). Exploring inclusive practices in primary schools: Focusing on children's voices. *European Journal of Special Needs Education, 30*(1), 106–121. <https://doi.org/10.1080/08856257.2014.964580>
- Allan, J. (2008). *Rethinking Inclusive Education*. Springer.
- Andersen, P. L., & Bakken, A. (2019). Social class differences in youths' participation in organized sports: What are the mechanisms? *International Review for the Sociology of Sport, 54*(8), 921–937. <https://doi.org/10.1177/1012690218764626>
- Anderson-Butcher, D., & Conroy, D. (2002). Factorial and Criterion Validity of Scores of a Measure of Belonging in Youth Development Programs. *Educational and Psychological Measurement, 62*, 857–876. <https://doi.org/10.1177/001316402236882>
- Arntsen, C., & Kobbeltvedt, T. (2012). Treningsmotivasjon og fysisk aktivitet blant unge: *Nordisk tidsskrift for helseforskning, 45–58*. <https://doi.org/10.7557/14.2409>
- Bakken, A. (2019). *Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar og hvem slutter i ungdomsidretten?* (NOVA 2; s. 112). OsloMet – storbyuniversitetet.
- Bakken, A., Frøyland, L. R., & Sletten, M. A. (2016). *Sosiale forskjeller i unges liv* (Nr. 3; s. 170). Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring (NOVA).
- Barne- og likestillingsdepartementet, B. (2016, juni 7). *Felles innsats for fritidsaktivitet til alle barn* [Pressemelding]. Regjeringen.no; regjeringen.no. <https://www.regjeringen.no/no/dokumentarkiv/regjeringen-solberg/aktuelt-regjeringen-solberg/bld/nyheter/2016/felles-innsats-for-fritidsaktivitet-til-alle-barn/id2503226/>
- Barne-, ungdoms- & og familiedirektoratet. (2015). *Barn som lever i fattigdom* (s. 193). Regjeringen.
- Bills, K. L. (2020). The Direct Relationship between Bullying Rates and Extracurricular Activities among Adolescents and Teenagers with Disabilities. *Journal of Evidence-Based Social Work (2019), 17*(2), 191–202. <https://doi.org/10.1080/26408066.2019.1705958>
- Birchwood, D., Roberts, K., & Pollock, G. (2008). Explaining differences in sport participation rates among young adults: Evidence from the South Caucasus. *European Physical Education Review, 14*(3), 283–298. <https://doi.org/10.1177/1356336X08095667>

- Blomfield, C., & Barber, B. L. (2011). Developmental Experiences During Extracurricular Activities and Australian Adolescents' Self-Concept: Particularly Important for Youth from Disadvantaged Schools. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(5), 582–594. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9563-0>
- Bourdieu, P. (1995). *Distinksjonen: en sosiologisk kritikk av dømmekraften*. Pax Forlag. https://www.nb.no/items/URN:NBN:no-nb_digibok_2008022500090
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brottveit, G. (2018). *Vitenskapsteori og kvalitative forskningsmetoder*. Gyldendal.
- Bryman, A. (2015). *Social Research Methods* (5.utgave). Oxford University Press.
- Bufdir. (2019). *Hvorfor et tettere samarbeid med frivillig sektor?* bufdir.no | Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. https://bufdir.no/Familie/Fattigdom/Veileder/Samarbeid_med_frivillig_sektor1/Hvorfor_samarbeide_med_frivillig_sektor/
- Bufdir. (2020). *Fritidserklæringen*. bufdir.no | Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. https://bufdir.no/Familie/Fattigdom/Veileder/Samarbeid_pa_tvers_av_sektorer/Fritidserklæringen/
- Clark, T., Foster, L., Sloan, L., & Bryman, A. (2021). *Bryman`s social research methods* (6.utgave). Oxford University Press.
- Dahl, E., Bergsli, H., & A. van der Wel, K. (2014). *Sosial ulikhet i helse En norsk kunnskapsoversikt. Hovedrapport.pdf*. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/20.500.12199/738/Sosial%20ulikhet%20i%20helse%20En%20norsk%20kunnskapsoversikt.%20Hovedrapport.pdf?sequence=6&isAllowed=y>
- Dalen, M. (2016). *Så langt det er mulig og faglig forsvarlig. Inkludering av elever med spesielle behov i grunnskolen* (4.utgave). Gyldendal akademisk.
- Dalland, O. (2019). *Metode og oppgaveskriving* (6.utgave). Gyldendal.
- Datatilsynet. (u.å.). *Dine rettigheter*. Datatilsynet. Hentet 10. mars 2022, fra <https://www.datatilsynet.no/rettigheter-og-plikter/den-registrertes-rettigheter/>
- Davey, G. (2009). Using Bourdieu's Concept of Habitus to Explore Narratives of Transition. *European Educational Research Journal*, 8(2), 276–284. <https://doi.org/10.2304/eej.2009.8.2.276>
- Den nasjonale forskningsetiske komité. (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap humaniora juss og teologi.pdf* (4.utgave). <https://www.forskningsetikk.no/globalassets/dokumenter/4-publikasjoner-som->

pdf/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-humaniora-juss-og-teologi.pdf

Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *10*(1), 98. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>

Folkehelseinstituttet. (2021). *Folkehelseprofil 2012 -Elverum*.

Folkehelseloven. (2011). *Lov om folkehelsearbeid (folkehelseloven)*—Lovdata. lovdata. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-29?q=folkehels>

Grenfell, M. (2014). *Pierre Bourdieu: Key Concepts*. Taylor & Francis Group.

<http://ebookcentral.proquest.com/lib/hilhm-ebooks/detail.action?docID=3060927>

Havdal, H. H., Fosse, E., Gebremariam, Me. K., Stronks, K., Andersen, O. K., & Lien, N. (2022). Does the socioeconomic positioned neighbourhood matter? Norwegian adolescents' perceptions of barriers and facilitators for physical activity. *Scandinavian Journal of Public Health*, 140349482110666. <https://doi.org/10.1177/14034948211066673>

Heath, G. W., Parra, D. C., Sarmiento, O. L., Andersen, L. B., Owen, N., Goenka, S., Montes, F., & Brownson, R. C. (2012). Evidence-based intervention in physical activity: Lessons from around the world. *The Lancet*, *380*(9838), 272–281. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60816-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60816-2)

Helsedirektoratet. (2012). *Fysisk aktivitet blant 6 9 og 15-aringer i Norge resultater fra en kartlegging i 2011.pdf* (IS-2002). https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/fysisk-aktivitet-kartleggingsrapporter/Fysisk%20aktivitet%20blant%20%206%209%20og%2015-aringer%20i%20Norge%20resultater%20fra%20en%20kartlegging%20i%202011.pdf/_attachment/inline/8a110d64-4221-4086-a319-cc16f1867d56:4118d409a4719a5a64971a719eea9b3a7203f80a/Fysisk%20aktivitet%20blant%20%206%209%20og%2015-aringer%20i%20Norge%20resultater%20fra%20en%20kartlegging%20i%202011.pdf

Helsedirektoratet. (2014a). *Anbefalinger om kosthold ernæring og fysisk aktivitet.pdf* (IS-2170). Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/anbefalinger-om-kosthold-ernaering-og-fysisk-aktivitet/Anbefalinger%20om%20kosthold%20ern%C3%A6ring%20og%20fysisk%2>

- 0aktivitet.pdf/_/attachment/inline/2f5d80b2-e0f7-4071-a2e5-3b080f99d37d:2aed64b5b986acd14764b3aa7fba3f3c48547d2d/Anbefalinger%20om%20kosthold%20ern%C3%A6ring%20og%20fysisk%20aktivitet.pdf
- Helsedirektoratet. (2014b). *Kunnskapsgrunnlag for fysisk aktivitet innspill til departementet.pdf* (IS-2167).
https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/kunnskapsgrunnlag-for-fysisk-aktivitet-innspill-til-departementet/Kunnskapsgrunnlag%20for%20fysisk%20aktivitet%20innspill%20til%20departementet.pdf/_/attachment/inline/d7fb591e-ded4-4da9-b1c4-6dcbe82d8442:75b205e5b7403320a38acbb145b7af32ac726393/Kunnskapsgrunnlag%20for%20fysisk%20aktivitet%20innspill%20til%20departementet.pdf
- Helsenorge. (2017, mai 23). *Psykisk helse og fysisk aktivitet*. Helsenorge.no.
<https://www.helsenorge.no/psykisk-helse/psykisk-helse-og-fysisk-aktivitet/>
- Høivik, H. olav. (2019). *Folkehelseplan-2019-2023-godkjent-280819_190911_074043.pdf*. Elverum kommune. https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/cdn.elverum.kommune.no/files/Folkehelseplan-2019-2023-godkjent-280819_190911_074043.pdf
- Idrettsforbundet. (2021). *Undersøkelse—Idrettslag tror at frafallet vil øke på grunn av korona*. Idrettsforbundet.
<https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken/nyheter/2021/undersokelse---idrettslag-tror-at-fracfallet-vil-oke-pa-grunn-av-korona/>
- Jacobsen, E. S., Andersen, L. P., Nordø, Å. D., Sletten, M., & Arnesen, D. (2021). Sosial ulikhet i barn og unges deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter—Betydningen av sosioøkoniske ressurser, geografi og landbakgrunn. *Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor*, 978-82-7763-694-8, 90.
- Jacobsen, D. ingvar. (2015). *Hvordan gjennomføre undersøkelser? -Innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (3. utgave). Cappelen Damm akademisk.
- Johannessen, A., Tufte, P. A., & Christoffersen, L. (2021). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (6.utgave). Abstrakt forlag.
- Jones, P. R., Rajalahti, T., Resaland, G. K., Aadland, E., Steene-Johannessen, J., Anderssen, S. A., Bathen, T. F., Andreassen, T., Kvalheim, O. M., & Ekelund, U. (2019). Associations of physical activity and sedentary time with lipoprotein subclasses in Norwegian schoolchildren: The Active Smarter Kids (ASK) study. *Atherosclerosis*, 288, 186–193. <https://doi.org/10.1016/j.atherosclerosis.2019.05.023>

- Karlsson, J., Ståhle, A., Tranquist, J., & Aadland, A. A. (2008). *Aktivitetshåndboken Fysisk aktivitet i forebygging og behandling*. 628.
- Kommunesektorens organisasjon. (2016). *Fritidsaktivitet til alle barn*. KS.
<https://www.ks.no/fagomrader/demokrati-og-styring/frivillighet/fritidsaktivitet-til-alle-barn/>
- Kort-Butler, L. A. (2012). *Extracurricular activity involvement and adolescent self-esteem: (535002013-004)* [Data set]. <https://doi.org/10.1037/e535002013-004>
- Kunnskapsdepartementet. (2021, oktober 3). *Etikk i forskningen* [Redaksjonellartikkel].
Regjeringen.no; regjeringen.no.
<https://www.regjeringen.no/no/tema/forskning/innsiktsartikler/etikk-i-forskningen/id2000710/>
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utgave). Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Lillehammer Fotballklubb. (2019). *Alle Med!* Lillehammer Fotballklubb.
<https://lillehammerfk.no/om-lfk/allemed/>
- Lindbekk, T. (1996). *Samfunnsteori: Fra Marx til Giddens—Nasjonalbiblioteket*.
<https://www.nb.no/nbsok/nb/82cc762dde8d69cf5a226805e2a789ed?lang=no#0>
- Lofthus, A. (2019, januar 7). «Nettskjema» som felles spørreskjemaverktøy—Intranett.
<https://innafor.inn.no/ekstern/forskning/nettskjema/nettskjema-som-felles-spoerreskjemaverktoey>
- Lundvall, S., & Jakobsson, B. T. (2020). To move on... – a comparative study of Swedish adolescents in a changing sport and leisure-time landscape. *European Journal for Sport and Society*, 18(1). <https://www-tandfonline-com.ezproxy.inn.no/doi/epub/10.1080/16138171.2020.1823692?needAccess=true>
- Mahoney, J. L., Eccles, J. S., & Larson, R. W. (2004). Processes of Adjustment in Organized Out-of-School Activities: Opportunities and Risks. *New Directions for Youth Development*, 101, 115–144.
- Mahoney, J. L., Stattin, H., & Magnusson, D. (2001). Youth recreation centre participation and criminal offending: A 20-year longitudinal study of Swedish boys. *International Journal of Behavioral Development*, 25(6), 509–520.
<https://doi.org/10.1080/01650250042000456>
- Marmot, M. (2010). Fair Society, Healthy Lives. *Strategic Review of Health Inequalities in England Post-2010*, 34.

- McAuly, E., Blissmer, B., Marquez, D. X., Jerome, G. J., Kramer, A. F., & Katula, J. (2000). Social Relations, Physical Activity, and Well-Being in Older Adults. *University of Illinois at Urbana–Champaign*, 31(5). <https://doi.org/10.1006/pmed.2000.0740>
- Mjaavatn, P. E., & Fjørtoft, I. (2008, desember). *Barn og fysisk aktivitet 0-16år*. Helsedirektoratet. https://bibliotek.buudir.no/BUF/101/Barn_og_fysisk_aktivitet.pdf?fbclid=IwAR31XOtqSHpcR7NW2NA6U0Ub7pWyO-xfckcM2aKCFfYf26kZ-vBgQeH2KMQ
- Nilsen, A. K. (2021). Ungdom og familie ressurser -. *UiT Norges arktiske universitet*, 119.
- NSD. (u.å.-a). *Barnehage- og skoleforskning*. Norsk Senter for Forskningsdata. Hentet 10. mars 2022, fra <https://nsd.no/personverntjenester/oppslagsverk-for-personvern-i-forskning/barnehage-og-skoleforskning>
- NSD. (u.å.-b). *Fylle ut meldeskjema for personopplysninger*. NSD. Hentet 10. mars 2022, fra <https://nsd.no/personverntjenester/fylle-ut-meldeskjema-for-personopplysninger>
- Oberle, E., Ji, X. R., Guhn, M., Schonert-Reichl, K. A., & Gadermann, A. M. (2019). Benefits of Extracurricular Participation in Early Adolescence: Associations with Peer Belonging and Mental Health. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(11), 2255–2270. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01110-2>
- Olesen, E. (2019). *Nabo – Unges opplevelse av sosial inkludering i Norge*. Nordic Council of Ministers.
- Omsorgsdepartementet, H. (2021, juni 1). *Folkehelseloven* [Redaksjonellartikkel]. Regjeringen.no; regjeringen.no. <https://www.regjeringen.no/no/tema/helse-og-omsorg/folkehelse/innsikt/folkehelsearbeid/id673728/>
- Postholm, M. B., & Jacobsen, D. ingvar. (2011). *Læreren med forskerblick: Innføring i vitenskapelig metode for lærerstudenter*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.
- Reay, D. (2004). ‘It’s all becoming a habitus’: Beyond the habitual use of habitus in educational research. *British Journal of Sociology of Education*, 25(4), 431–444. <https://doi.org/10.1080/0142569042000236934>
- Regjeringen. (2016). *# Ungdomshelse – regjeringens strategi for ungdomshelse 2016–2021*. 44.
- Remizov, A., & Voldmo, S. (2021, september 27). *Aktiv ung*. Elverum kommune. <https://www.elverum.kommune.no/kultur-idrett-og-fritid/aktiv-ung>
- Rienecker, L., & Jørgensen, P. (2013). *Den gode oppgaven—Håndbok i oppgaveskriving på universitet og høyskole* (2. utgave). Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Rysst, M. (2019). 9. Consumption Practices and Social Inclusion Among Children in

- Lillehammer, I. A., Borch, I., Harsløf, I. G., Klepp, & K. Laitala, *Inclusive Consumption: Immigrants' Access to and Use of Public and Private Goods and Services* (1. utg.). Universitetsforlaget. <https://doi.org/10.18261/9788215031699-2019-09>
- Safari, M. C. (2016). Sammenhengen mellom organisert idrettsdeltakelse, opplevd tilhørighet og psykologisk distress blant norske ungdommer: En ett-års oppfølgingsstudie. *Universitetet i Agder*, 78.
- Samdal, F., Mathisen, F. K. S., Torsheim, T., Diseth, Å. R., Fismen, A.-S., Larsen, T., Wold, B., & Årdal, E. (2016). *Helse og trivsel blant barn og unge—HEMIL-rapport 2016* (978-82-7669-135-1 Nr. 1). Universitetet i Bergen. <https://filer.uib.no/psyfa/HEMIL-senteret/HEVAS/HEMIL-rapport2016.pdf>
- Schaefer, D. R., Simpkins, S. D., Vest, A. E., & Price, C. D. (2011). The contribution of extracurricular activities to adolescent friendships: New insights through social network analysis. *Developmental Psychology*, 47(4), 1141. <https://doi.org/10.1037/a0024091>
- Schiefloe, P. M. (2011). *Mennesker og samfunn -innføring i sosiologisk forståelse* (2. utgave). Fagbokforlaget.
- Schiefloe, P. M. (2018). *Mennesker og samfunn -innføring i sosiologisk forståelse* (3. utgave). Fagbokforlaget.
- Schwarzfischer, P., Gruszfeld, D., Stolarczyk, A., Ferre, N., Escibano, J., Rousseaux, D., Moretti, M., Mariani, B., Verduci, E., Koletzko, B., & Grote, V. (2019). Physical Activity and Sedentary Behavior From 6 to 11 Years. *Pediatrics*, 143(1). <https://doi.org/10.1542/peds.2018-0994>
- Skogdal, S. (2014). *Inkluderende praksis. Gode erfaringer fra barnehage, skole og fritid*. Universitetsforlaget.
- Storsveen, R. (2021). *Folkehelse*. Elverum kommune. <https://www.elverum.kommune.no/helse-og-omsorg/andre-tjenester/folkehelse?token=534>
- Strandbu, Å., Bakken, A., & Stefansen, K. (2020). The continued importance of family sport culture for sport participation during the teenage years. *Sport, Education and Society*, 25(8), 931–945. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1676221>
- Strandbu, Å., Gulløy, E., Andersen, P. L., Seippel, Ø., & Dalen, H. B. (2017). Ungdom, idrett og klasse: Fortid, samtid og framtid. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 1(2), 132–151. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2017-02-03>

- Sund, E. R., Wist, G., & Krokstad, S. (2016). *REDUKSJON av sosiale ulikheter i helse- Hva kan gjøres på lokalt og regionalt nivå?* (Nr. 978-82-91725-14-7).
https://www.ntnu.no/documents/10304/1130562/Red_av_sosiale_ulikheter_web.pdf/9fb99844-7988-4f19-b352-623761d13418
- Sundvoll, H., & Tjønndal, A. (2015). Idrett som en arena for inkludering av innvandrere og etniske minoriteter i samfunnet. *NTNU, Trondheim og UiN, Bodø*, 18.
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse -En innføring i kvalitativ metode* (4. utgave). Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Tjora, A. (2020). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utgave). Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Utdanningsdirektoratet. (2021). *Tiltak for å fremme fellesskap og miljø*. udir.
<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/skolemiljo/tiltak-skolemiljo/skolemiljotiltak-fellesskap-og-miljo/#>
- Veenstra, G., & Abel, T. (2019). Capital interplays and social inequalities in health. *Scandinavian Journal of Public Health*, 47(6), 631–634.
<https://doi.org/10.1177/1403494818824436>
- Øverby, N. C., Torstveit, M. K., & Høigaard, R. (2011). *Folkehelsearbeid* (1. utg.). Høyskoleforlaget.
- Aakvaag, G. C. (2008). *Moderne sosiologisk teori*. Abstrakt forlag AS.
- Aasgaard, T. (2017). *Musikk og helse*. Cappelen Damm akademisk.

Vedlegg 1
Intervjuguide ungdommer

Intervjuguide ungdommer

Innledning:

- Jeg ønsker å starte med å takke deg for at du ville stille til intervju.
- Jeg studerer folkehelsevitenskap på høyskolen her i Elverum og er i gang med masteroppgaven.
- Det jeg ønsker å forstå med dette intervjuet er hvordan Aktiv Ung fungerer for ungdommene i Elverum
- Jeg vil også bare nevne at jeg kommer til å være svært forsiktig med hva slags opplysninger du gir meg slik at det ikke vil være mulig for noen å identifisere deg.
- Det er ingen som får vite at du har deltatt i forskningsprosjektet.
- Du må bare si i fra hvis du trenger en pause eller ikke ønsker å fortsette. Dette er helt frivillig å bli med på, og det finnes ingen gale svar.
- Her er det du som er eksperten!!
- Fortelle om hvordan dataene blir behandlet
 - Jeg tar opp hele samtalen som vi har gjennom en app som heter «nettskjema-diktafon», grunnen til at jeg bruker denne appen istedenfor å bare ta det opp på mobilen er at det er tryggere gjennom appen. Slik at det er ingen andre så for tak i det. I ettertid så kan jeg spole tilbake igjen når jeg skal skrive ned det vi snakker om. Når jeg skiver ned så kommer jeg ikke til å bruke navnet ditt, så det er ingen som kommer til å finne ut at det er du som har sagt det som du har sagt. Og når jeg har levert oppgaven så kommer jeg til å slette lydfilene.
- Liten gjennomgang om hva intervjuet skal handle om
- Minner informanten om hun/han kan trekke seg når som helst
- Nevner hvor lang tid intervjuet vil ta

Før vi starter med intervjuene vet du hva foreldrene dine jobber med/hvilken utdanning de har?

Bakgrunns spørsmål:

1. Spørre om informant ønsker å fortelle om seg selv?
 - a. Hvor gammel er du?
 - b. Hvor er det du bor?
 - c. Har du bodd der lenge?

Aktiv Ung:

2. Hvordan ble du engasjert i aktiv ung? (Mulighet til å hente inn data rundt sosiale ulikheter)
 - a. Hvem har påvirket deg i retning Aktiv Ung?
3. Hvor ofte er du med på aktivitetene som arrangeres?
 - a. Hvilke aktiviteter er du mest med på?
4. Hva synes du om å være her?
5. Hvem gjør du aktivitetene med?
 - a. Er det de samme hver gang eller er det nye?
6. Har du søsken som også er her eller i andre fritidsaktiviteter?
 - a. Hva med foreldrene?
7. Hvordan er forholdet ditt til aktivitetslederne?
 - a. Er det bra eller dårlig? Hva er bra, og hva er dårlig?
 - b. Hva betyr de for din deltakelse for aktiv ung?
8. Har du drevet med noen aktiviteter før du begynte her? (hva har du erstattet med aktiv ung?)
 - a. Hva er/var de?
 - b. Når og hvorfor slutter du?
 - c. Hvis de driver med idrett:
 - i. Hva tenker du om Aktiv Ung som et alternativ til idrett?
 - ii. Hvorfor Aktiv Ung i tillegg?
 - d. Hvis de ikke driver med idrett:
 - i. Hva er det som gjør Aktiv ung attraktivt?
9. Tenker du å være med på Aktiv Ung videre i fremtiden?
 - a. Hvor lenge tenker du å være med? Eventuelt hvorfor tenker du ikke å være med?
 - b. Hva tror du at du kommer til å gjøre når du er for gammel for aktiv ung?

- c. Tror du at du kommer til å ha kontakt videre med de du er mest med?
Hvorfor/hvorfor ikke?

Fritid:

- 10. Hvordan engasjerer familien din i aktivitetene dine?
 - a. Hvis de har drevet med andre aktiviteter tidligere eller på generell fritid.
- 11. Hva pleier du å gjøre på fritiden din når du ikke er her?
 - a. De gjør alltid noe (tv, scroller på mobil, hører på musikk, venner osv.)
- 12. Kan du fortelle om ditt sosiale nettverk? Altså om du føler at du har mange venner å være sammen med? Hvis du ikke ønsker å prate om det så er det også helt i orden.
 - a. Hva er mange, og hva er lite venner?
 - b. Hvem er du med?
 - c. Hva pleier dere å gjøre?
 - d. Hvor pleier dere å finne på ting?
 - e. Når er det dere pleier å finne på ting?
 - f. Alene? Ingen venner?
 - i. Hvordan bidrar Aktiv Ung i å skape en sosial arena?

Til slutt:

- 13. Er det noe du ønsker å si eller legge til?
- 14. Er det noe du tenker jeg burde ha spurt om?

Tusen takk igjen for at du stilte opp til intervjuet, og skulle det være noe er det bare å ta kontakt.

Vedlegg 2
Intervjuguide leder

Aktiv Ung:

1. Hvordan rekrutterer dere ungdommer til Aktiv Ung?
 - a. Hva tror du er grunnen til ungdommene begynner på Aktiv Ung?
 - b. Har hørt at dere trekker hvem som bli med
 - * Hvorfor gjør dere det?
 - * Hva tenker du om det?
2. Hva tenker du er hensikten med aktiv ung?
 - a. Hvordan opplever du den hensikten oppfylles av det som tilbys her?
3. Kan du fortelle hvordan en typisk økt er i Aktiv Ung foregår?
4. Hvordan tror du ungdommene opplever å delta i disse aktivitetene?
5. Hvordan er oppmøtene til de ulike aktivitetene?
 - a. Er det de samme? Endres det ut ifra hvilken aktivitet, er det de samme som kommer?
 - b. Er det synlig aktivitetsbakgrunnen til deltakerne fra før de startet på Aktiv Ung? Hva som gjør det synlig?
6. Hvordan tror du ungdommene har det når de er her?
7. Hva tror du ungdommene kommer til å gjøre når de er for gamle til å delta her?
 - a. Hva tjener ungdommene av å være her?
 - b. Har dere noe fokus på fremtiden eller er det her og nå?
8. Har du noen tanker rundt Aktiv Ung som et alternativ til idrett?
9. Hvordan føler du tilknytningen til ungdommene er?
 - a. Hvor viktig tror du det er?
 - b. Hvordan er du bevisst rundt dette?

Fritid:

10. Har dere noe forhold til foreldrene?
11. Ser du noe til hvordan familiemedlemmer engasjerer seg i deltakelsen til Aktiv Ung?
12. Hvem opplever du er oppriveren til å oppsøke Aktiv Ung?

Til slutt:

13. Er det noe du ønsker å si eller legge til?
14. Er det noe du tenker jeg burde ha spurt om?

Tusen takk og skulle det være noe er det bare å ta kontakt

Vedlegg 3
Informasjonsskriv

Vil du delta i forskningsprosjektet

«Fritidsaktiviteter for ungdommer»

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å forstå hvordan fungerer aktiv ung for ungdommene i Elverum, og om det stemmer overens med målene og strategier. Kommunen har et folkehelsearbeid rettet mot ungdom. Hvordan er det å være aktiv i et slikt tilbud? Hvilken betydning har Aktiv Ung på ungdommene som deltar? For å utforske dette, ønsker jeg å intervju ungdommene, som benytter seg av *Aktiv Ung*. Vi vet viktigheten av at kommunene legger til rette for økt fysisk aktivitet, og viktigheten av å være i fysisk aktivitet og fritidsaktiviteter. Hvordan synes brukerne det fungerer? I dette informasjonsskrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Fysisk aktivitet tidlig i leveårene vil ha en positiv innvirkning på helsen i voksen alder.

Studier viser at allerede nede i åtteårs alderen avtar aktivitetsnivået blant unge og aktivitetsnivået synker ved stigende alder. Deltakelse i fritidsaktiviteter er forbundet med større sannsynlighet for en sunn tilpasning senere i livet, og lavere problematferd.

Ungdomstiden er muligens den viktigste perioden i livet der det skjer flest fysiske, psykiske og sosiale endringer, og valgene man tar kan ha stor betydning for livet senere. På bakgrunn av foreldrenes inntekt tyder studier på at barn og unge i lavinntektsfamilier ikke har samme mulighet til å delta i fritidsaktiviteter som barn og unge i bedrestilte familier. Tilgang på penger til å leve et sunt liv er en svært viktig årsak til helseforskjeller. Ettersom samfunnet blir rikere, stiger inntektsnivåene og ressursene anses å være tilstrekkelige. En av faktorene som regnes som nødvendig for et sunt liv er fysisk aktivitet.

Det vil kreve en innats der både private, frivillige og offentlige aktører på tvers av alle sektorene deltar for å øke aktivitetsnivået i befolkningen. Derfor har vi folkehelseloven som skal bidra til en samfunnsutvikling som fremmer folkehelse og utjevner sosiale helseforskjeller, som gjelder for kommuner, fylkeskommuner og statlige myndigheter.

Den følgende problemstillingen som jeg ønsker å arbeide ut ifra intervjuer, observasjoner og vitenskapelige artikler er:

Hvordan kan et fritidsaktivitetstilbud som «Aktiv Ung» bidra til å utjevne sosiale forskjeller i fysisk aktivitetsdeltakelse blant barn og unge?

Det gir følgende underspørsmål til problemstillingen:

- *Hvordan rekrutterer Aktiv Ung deltakere?*
- *Hva slags opplevelser har deltakerne og lederne av programmets gjennomføring?*

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Jeg er i samråd med høgskolen i Innlandet, studiested Elverum ansvarlig for prosjektet, og har opphavsrett til mastergradsoppgaven.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du får spørsmål om å delta er fordi du benytter deg av aktivitetstilbudet, aktiv ung.

Hva innebærer det for deg å delta?

Dersom du ønsker å delta i prosjektet får jeg en mulighet til å ha en samtale med deg om dette temaet. Intervjuet vil vare mellom 20-60 min, og vi blir sammen enig om tid og sted for intervjuet. Informasjonen som du gir i intervjuet, vil bli lagret uten ditt navn (anonymt) på en passord-beskyttet ekstern harddisk som bare prosjektgruppa har tilgang til.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Jeg som har taushetsplikt, og du er sikret full anonymitet både i det som skrives i masteroppgaven underveis, og i den endelige masteroppgaven, og i publisering av en eventuell artikkel

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Det er kun jeg som kommer vil ha tilgang ved behandlingsansvarlig institusjon (f.eks. prosjektgruppe, student og veileder, etc.)
- Alle intervjuene vil bli tatt opp ved hjelp av «nettskjema-diktafon» app. Nettskjema er levert av Universitetet i Oslo som en sikker løsning for datainnsamling for både små og store datamengder.
- Dere vil kjenne igjen hva dere selv har sagt, men dere vil ikke kunne gjenkjennes i publikasjonen for andre lesere.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Etter at masteroppgaven er ferdig, vil alle persondata og lydopptakene bli makulert/slettet. Dette blir gjort innen 31.12. 2022. Informasjonen som registreres om deg skal kun brukes slik som beskrevet i hensikten med studien. En kode knytter deg til dine opplysninger gjennom en navneliste. Det vil ikke være mulig å identifisere deg i resultatene av studien når disse publiseres.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- å få slettet personopplysninger om deg, og
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Høgskolen i innlandet, studiested Elverum har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Student ved høgskolen i innlandet, Margunn Stokkevåg Andersen, telefon: 977 16 487 eller
e-post: margunn.st.an@hotmail.com
- Min veileder Patrick Foss Johansen, telefon: 913 86 596 eller e-post:
patrick.johansen@inn.no
- Vårt personvernombud, Usman Asghar, telefon: 612 87 483 eller e-post:
usman.asghar@inn.no

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Patrick Foss Johansen
(Forsker/veileder)

Margunn Stokkevåg Andersen
(student)

klipp-----

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *fritidsaktivitet for ungdommer*, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato

Vedlegg 4
Analyseprosess

Deduktivt tema: Rekruttering		
Meningsenhet	Kondensert koder	Fokusert kode
Skolen engasjerer oss elever til å ta initiativ til å bli med i gruppa. Så fikk vi med ett skriv hjem om det (Ungdom, 1)	Introdusert gjennom skolen	Ulike kanaler for rekruttering
Vi er på skolene og prater litt om hva vi holder på med og så har vi selvfølgelig de mediene vi har, på kommunens egne sider, på Facebook, og ja nå er vi faktisk også på instagram og Tiktok (Leder, 2)	Introdusert gjennom sosiale medier	
Og så er det gjerne at de finner ut at her er det.. dette er gøy og så forteller de det til andre og så drar de med seg. Jeg tror altså at de beste måtene å rekrutter, er ungdommer selv til å rekruttere om hva vi holder på med (Leder, 2)	Introdusering gjennom venner	

Vedlegg 5
Godkjenning fra NSD

Vurdering

Referansenummer

464267

Prosjekttittel

Fritidsaktiviteter for barn og unge

Behandlingsansvarlig institusjon

Høgskolen i Innlandet / Fakultet for helse- og sosialvitenskap / Institutt for folkehelse og idrettsvitenskap

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Patrick Foss Johansen, patrick.johansen@inn.no, tlf: 91386596

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Margunn Stokkevåg Andersen, margunn.st.an@hotmail.com, tlf: 97716487

Prosjektperiode

03.01.2022 - 31.12.2022

Vurdering (2)**29.03.2022 - Vurdert**

Personverntjenester har vurdert endringen registrert i meldeskjemaet.

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg.

Behandlingen kan fortsette. Det er lagt til et nytt utvalg og intervju som datakilde.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger.

Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være de foresattes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

PERSONVERNPRINSIPPER

Vi vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at foresatte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke videre behandles til nye uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet.

REGISTRERTES RETTIGHETER

Vi vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte og deres foresatte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18) og dataportabilitet (art. 20).

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

Vi vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Kontaktperson: Sturla Herfindal.

Lykke til med prosjektet!

12.01.2022 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet 12.01.2022 med vedlegg, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og Personverntjenesten. Behandlingen kan starte.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige personopplysninger frem til 31.12.2022.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte og de foresatte til behandlingen av personopplysninger om barna. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte/foresatte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være de foresattes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

PERSONVERNPRINSIPPER Vi vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om: • lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at foresatte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen • formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål • dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet • lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet DE

REGISTRERTES RETTIGHETER

Vi vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte og deres foresatte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18) og dataportabilitet (art. 20).

Vi minner om at hvis en registrert/foresatt tar kontakt om sine/barnets rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

Vi legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

Ved bruk av databehandler (spørreskjemaleverandør, skylagring eller videosamtale) må behandlingen oppfylle kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29. Bruk leverandører som din institusjon har avtale med.

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til oss ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

<https://www.nsd.no/personverntjenester/fylle-ut-meldeskjema-for-personopplysninger/melde-enderinger-i-meldeskjema>. Du må vente på svar fra oss før endringen gjennomføres.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

VI vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Kontaktperson: Sturla Herfindal

Lykke til med prosjektet!