

Det handler om mere end "blot"  
knob, indspil til strengen eller en fed  
solo!

Perspektiver på fritidslivets potentialer  
mens vi venter på strukturelle ændringer  
i uddannelsessystemet,  
Ungdomskommissionen og  
præstationskulturens kollaps!

Aalborg 27.januar 2023



# Tematikker

- Det sker IKKE gennem osmose – fra skåltaler til konkret impact
- De ændrede rammevilkårs betydning for børn og unges deltagelse i fritidslivet
- Vi skal have aktiveret HELE fritidssektoren
- Behovet for systematiske og intentionelle indsatser
- Noget om vitaminpiller.....



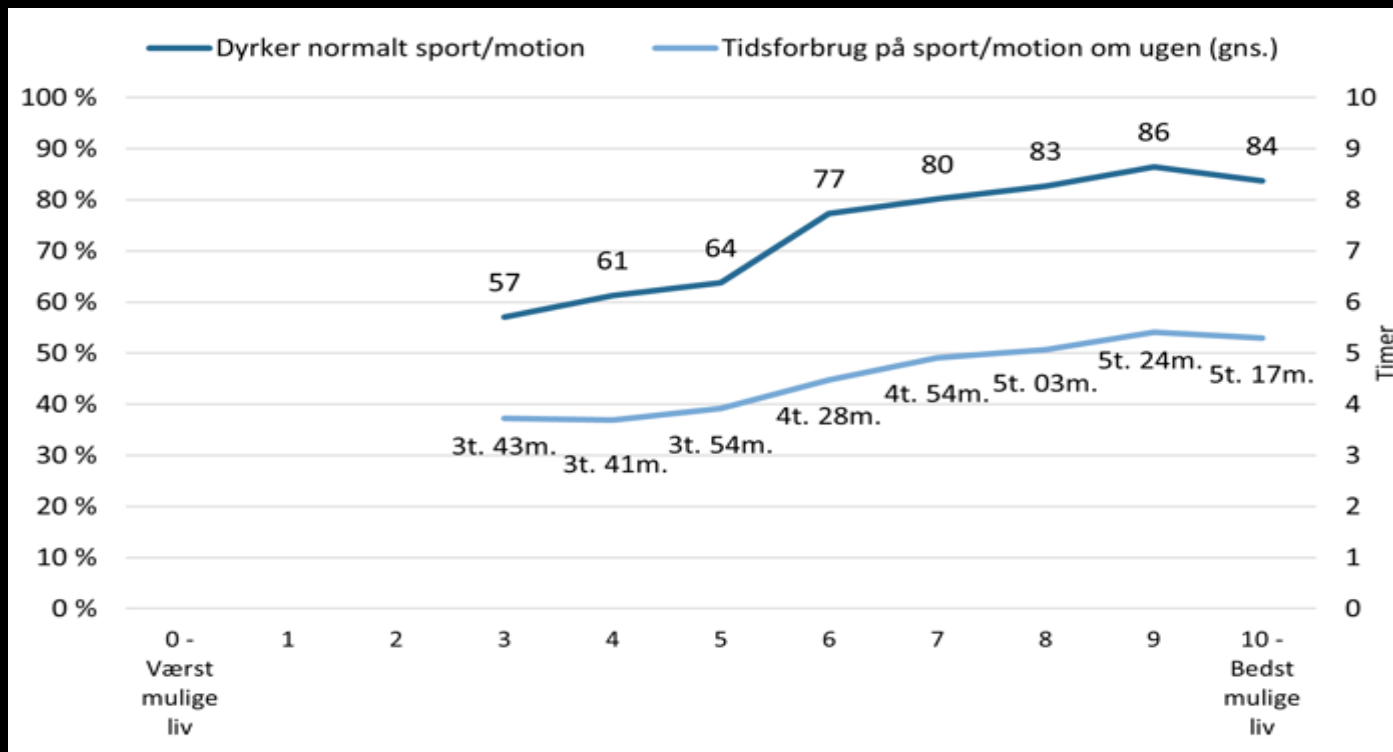
Når jeg ikke er i  
Aalborg.....



“Harder-effekten”????



# Der er langt fra skærmen til det lokale U12-hold (Trivsel og idrætsvaner 7-15-årige – IDAN 2022)



# Fitnesscentrene tager sig af dem, der kæmper med lav trivsel....

Børn og unge (7-15 år) med dårlig trivsel deltager i mindre grad i holdsport. Således er det kun 29 pct. af børn og unge med dårligst trivsel, der dyrker holdsport, mens det gælder for 51 pct. af dem, der trives bedst.



Særligt fitnesscentrene tiltrækker børn og unge der angiver at have lave trivsel - 32 pct. af dem, der trives dårligst, dyrker fitness, mens det kun gælder 14 pct. af dem, der trives bedst.

Derfor er det måske heller ikke specielt overraskende at antallet af piger, der spiller organiseret fodbold – på trods af Harder og EM-medaljer - har været faldende gennem 2010'erne...

År	Antallet af pigespillere i alderen 0-18 år
2011	60089
2015	47046
2021	47046
2022	?

# Det sker ikke af sig selv

Systematisk ”brobygning” er helt afgørende, hvis vi skal have børn og unge, der er i ”relationelt dårlig form”, ind i organiserede fritidsaktiviteter.






**DE ÆNDREDE  
RAMMEVILKÅR UDFORDRER TIL  
EN ANDERLEDES PRAKSIS!**



Jeg voksede op med tilstedeværelse  
som rammevilkår...



En  
begivenhed  
der har  
ændret  
verden for  
"altid" ....





Tiltideværelse...

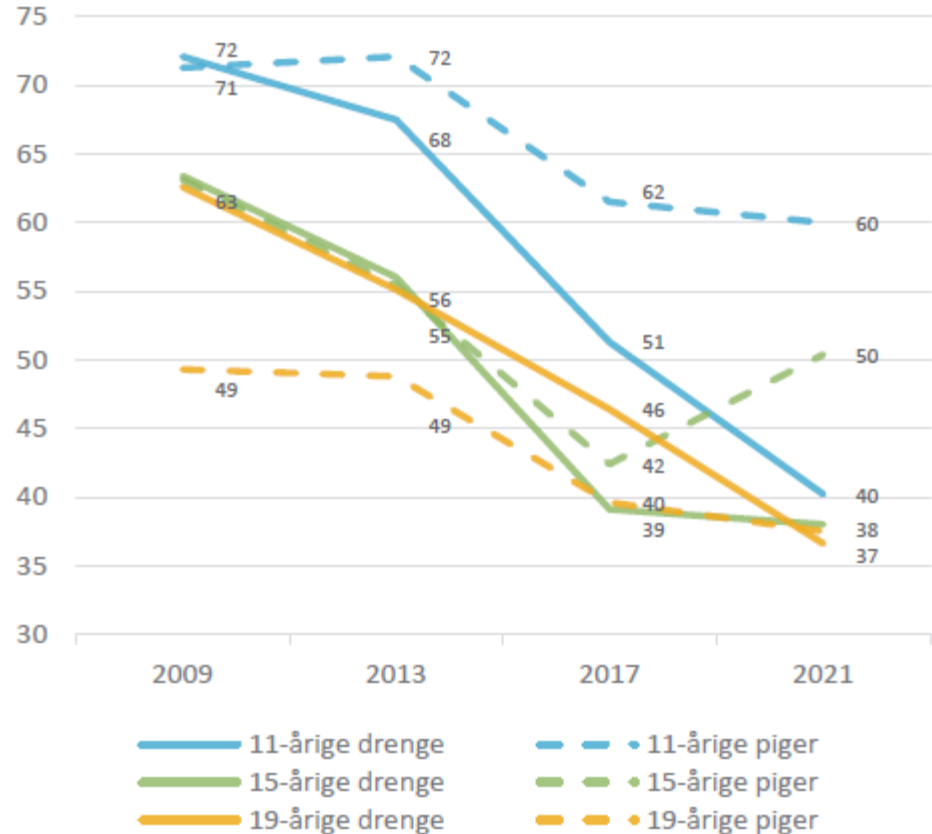
# Tiltiddeværelse i praksis

- Flere venner i hele verden, men færre flokke på tværs af køn og alder, som man kan modellere efter - og mindre fortrolighed i vennegruppen!
- Mere alenehed – 30 pct. af 11-19-årige drenge er ”kun” sammen med deres venner online – tallet for pigerne er 18 pct...



Mere kommunikation,  
men mindre samvær  
– og derfor bør vi  
være mere ambitiøse  
på det analoge  
fællesskabs vegne


FIG. 5.5.2: Udviklingen i andelen af 11-19-årige piger og drenge, der er fysisk sammen med venner flere gange om ugen 2009-2021. Procent



# Markant mere ufrivillig ensomhed (VIVE 2022)



	2009	2013	2017	2021
15-årige	5 pct.	6 pct.	9 pct.	11 pct.
19-årige	7 pct	9 pct.	12 pct.	15 pct.



Legemestrene og  
kulturbærerne er  
forsvundet...  
eller findes de  
bare på nogle  
andre arenaer...?





Når man ringede til  
kæresten fik man fat i...

Børne- og ungdomslivet  
i 2020'erne leves med  
relativt få "vigtige  
sekundære voksne"

## Har du ”sekundære” voksne i dit liv, som du bruger som samtalepartnere...? (Haugegaard & Østergaard 2020)

	2015	2020
Ja, og jeg bruger dem	49,0	33,6
Ja, men jeg bruger dem ikke	22,3	32,2
Nej, og jeg savner det ikke	24,8	29,8
Nej, men jeg kunne godt tænke mig at have voksne at snakke med	3,9	5,3

A 3D animated scene showing five identical cartoon boys with bowl cuts and red shirts sitting in a bus. The boy in the front left is holding a black device with a yellow warning symbol. The boy in the back right is looking out the window. The text "Man vokser op med venner, der er lige så 'dumme'/kloge som en selv!" is overlaid at the bottom.

Man vokser op med venner, der er lige så "dumme"/kloge som en selv!

***Hvilket måske godt kan være lidt udfordrende, når man som ung skal håndtere nogle af disse ”megatrends”....***



Fritidslivet er en vigtig øvearena, hvor man er mestringsmotiveret,  
lærer at håndtere fejl og møder potentielt gode sekundære voksne!  
– intro til fritidens transferværdier og potentialer



# Fritiden kan noget.....

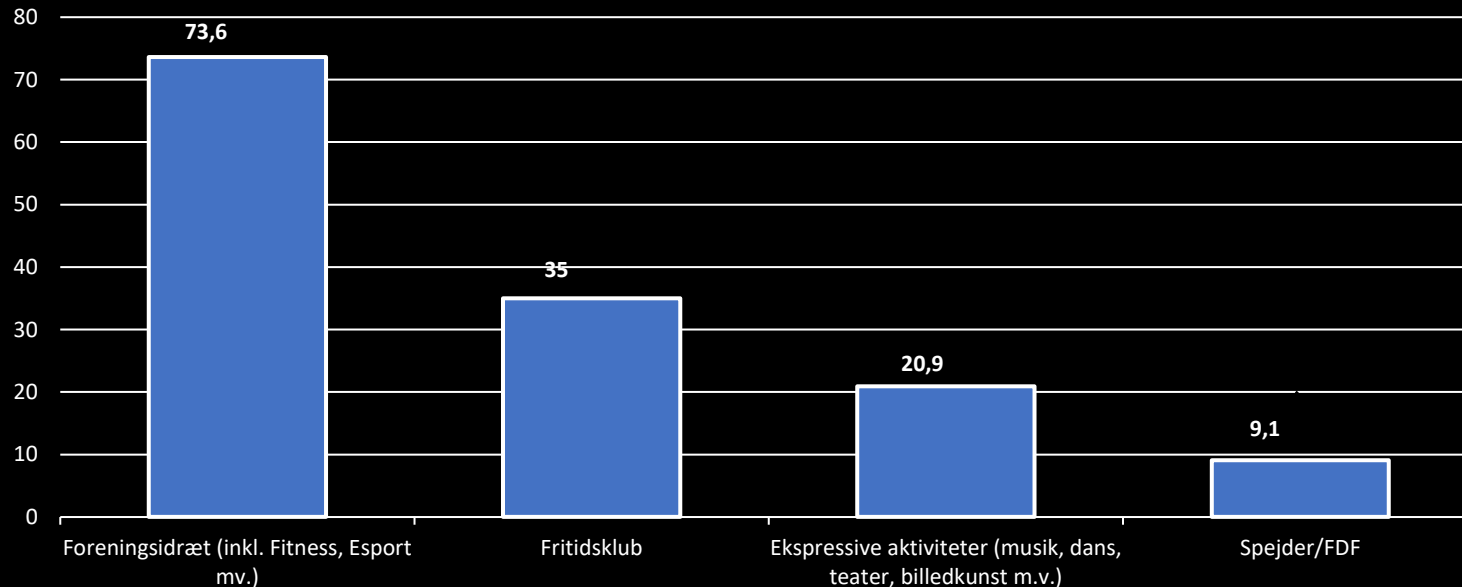
## Hvordan har du det for tiden?

(Ungeprofilundersøgelsen 2022)

	Jeg har det rigtig godt	Jeg har det godt	Jeg har det ikke godt	Jeg har det slet ikke godt
I skolen	<b>31</b>	<b>59</b>	<b>8</b>	<b>2</b>
Derhjemme	<b>58</b>	<b>36</b>	<b>5</b>	<b>1</b>
Sammen med venner/fritiden	<b>62</b>	<b>34</b>	<b>3</b>	<b>1</b>

## Hvad "går" man til på mellemtrinet?

- og hvorfor det vigtigt at få mobiliseret alle dele af fritidslivet!



*Hvor ofte går du til sport eller lignende aktiviteter i din fritid?.3-6-kl*

# Lærer man noget af, at gå til fodbold, musik, klub eller hestning? (Haugegaard & Østergaard 2020)

Aktivitet	Går til vilkårlig fritidsaktivitet	Går ikke til fritidsaktivitet	Går til idræt	Går til anden fritidsaktivitet end idræt
Ensomhed	14,0	16,2	12,8	15,9
Vejer tilpas	53,8	49,3	57,3	48,7
Tilfreds med krop	45,4	40,2	47,9	41,3
Føler jeg er god nok som jer er	69,7	64,0	72,9	64,4
Tør række hånden op i timen	51,3	39,5	55,0	43,8



Vi ved at systematiske indsatser på fritidsarenaen virker – og det burde vi tage ved lære af.....

30.000 elever på 450 skoler har været igennem **"FIFA 11 for Health"** – 2 x 45 min. + systematiske samtaler om trivsels- og sundhedstematikker.

**Det virker** i forhold til sundhed, trivsel, skolevægring m.v.,

De børn der er aktive i en idrætsforening trives bedre end dem der står udenfor foreningslivet (Madsen et al. 2020))

**Get2sports** arbejde i udsatte boligområder har betydning i forhold til trivsel, uddannelse, civilsamfundsengagement m.v. (VIVE 2021)



At "mase" sig ind i fællesskaber er noget af det man lærer i det "forstørrede teenageværelse" som udgøres af klubben.....  
hvor ni ud af ti medlemmer også oplever at møde voksne, som de kan snakke med (Grube m.fl 2016)



Der er mange gode voksne at snakke med i fritids- og ungdomsklubben – men de kunne godt være lidt mere opsøgende (“Klubmåling 2022 – Kosar Larsen 2023)

#### Når du har brug for at tale om noget vigtigt, er de voksne så gode at tale med?

Ja, flere voksne	64,6%
Ja, én voksen	26,4%
Nej	9,0%

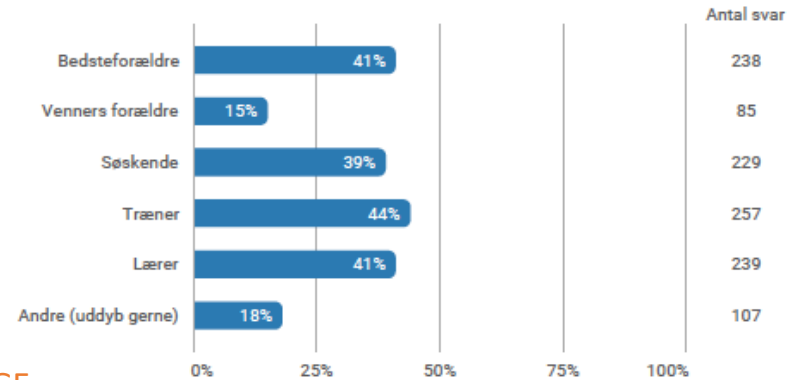
#### Har du talt med en voksen i klubben om noget, der var vigtigt for dig?

Ja, det sker tit	21,5%
Ja, en enkelt gang	36,7%
Nej, det er ikke sket	41,8%

De “voksne” i  
idrætsforeningen  
kan “noget”!  
(Hougaard 2023)

Hvem kan du snakke om udfordringer i hverdagen med?

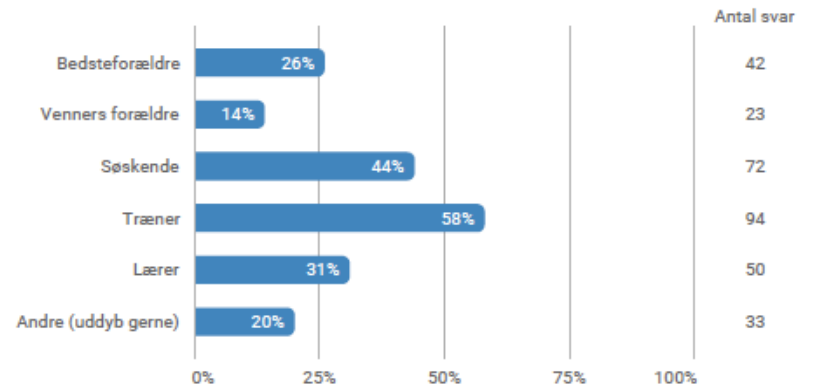
Flere svar er muligt.



DRENGE

Hvem kan du snakke om udfordringer i hverdagen med?

Flere svar er muligt.



PIGER

Til overvejelse:  
Hvad er potentialet i at være  
sammen med en voksen 30  
min. én gang om ugen på  
Musikskolen?



Der er brug for  
robuste  
fællesskaber,  
hvor man taler  
om det  
vigtige....

”Det, som karakteriserer et robust fællesskab, er for det første, at der er trygt at være. En anden ting, der betyder meget er, at det er okay at tiltale det, som er bekymrende og svært, uden at man risikerer at få hovedet hugget af....”

(Poul Lundgaard Bak, overlæge i Komitéen for Sundhedsoplysning og forsker i robusthed på Institut for Folkesundhed ved Aarhus Universitet)



Udfordringen er at gøre fritidslivet til en ØVEBANE.....hvor børn og unge går fra at være præstationsmotiverede til at blive mere vidensmotiverede – og hvor de oplever at trives og blive dygtigere!

Vi skal være ambitiøse på det analoge fællesskabs vegne  
- og udnytte de muligheder der ligger i at "legemestrene"  
og "kulturbærere" .....

**"...er intentionelle og systematiske i deres arbejde med at facilitere processer, hvor de sammen med deltagerne formår at italesætte potentialerne i de kropslige erfaringer, som fritidsarenaen giver børn- og unge i forhold til at blive klogere på sig selv, andre og verden..." (Haugegaard & Østergaard 2020)**



Når fodbold ikke bare handler om finter,  
men også om flertalsmisforståelser...





Så mens vi venter på Ungdomskommisionen og præstationskuluturens kollaps kan fritidsarenaen noget – og endnu mere hvis vi bruger den systematisk og intentionelt....

**Deltagelse i fritidsaktiviteter er en beskyttende faktor I forhold til trivsel....**

”...Vi skal have fokus på fællesskaberne og betragte dem som at spise vitaminpiller...”  
(Anne Thorup, Overlæge ved Børne- og Ungdomspsykiatrisk Center)

